



**Splonęło
milion
pszczół**

str. 13



**Wraca
temat
aborcji**

str. 9



**Pływalnia
ma być gotowa
w sierpniu**

str. 10



Tygodnik **KRAK**

21 kwietnia 2020

17/1461

rok XXVIII

cena: 3,00 zł (5% VAT)

Trzech ozdowieńców w powiecie Wśród nich osoba z Nowej Soli

To bardzo dobra wiadomość! W powiecie nowosolskim mamy już trzech ozdowieńców. Co jeszcze wydarzyło się w ub. tygodniu w kontekście epidemii? Rząd podjął decyzję, że od poniedziałku możemy już wchodzić do lasów czy parków. Nieco łatwiej można też zrobić zakupy

Czytaj str. 5

- **Koronawirus a bezrobocie** - czyt. str. 3
- **Strażak w przyłbicy** - czyt. str. 4
- **Bezdomność w czasie pandemii** - czyt. str. 7
- **500 zł pomocy dla niepełnosprawnych** - czyt. str. 6
- **Łyso ci, wirusie?** - czyt. str. 14

**Odkazili
karetki
srebrem
i złotem**

Czyt. str. 8

**Wspomnienia
weterana
z Iraku**

Czyt. str. 15

**Przejścia
dla pieszych
doświetlone**

Czyt. str. 11

**Nieoficjalnie:
piłka
najpewniej
nie wróci**

Czyt. str. 23

Od środy targowisko znów otwarte



Czytaj str. 6

XTECH Nowa Sól
ul. Wrocławska 8
tel. 68 356 90 31
www.ZakupTu.pl
KOMPUTERY
PROGRAMY
SPRZEDAŻ
SERWIS
USŁUGI

FONMED
APARATY SŁUCHOWE
Nowa Sól, ul. Wojska Polskiego 43
Tel. 68 356 15 51
Mobilny Protetyk Słuchu
ZAMÓW WIZYTĘ DOMOWĄ
www.fonmed.pl • fonmed@o2.pl

CHIGO **GREE**
LG **SAMSUNG**
Life's Good
KLIMATYZACJA
SPRZEDAŻ • MONTAŻ
• SERWIS •
REKUPERACJA
**USŁUGI KAMERA
TERMOWIZYJNA**
Tel. 513 179 899

PELLET LAVA
Worek 15 kg - 15,50 zł
601 962 796
EXPERT MEBLE
kuchnie, szafy
garderoby, wnęki
na wymiar.
Atrakcyjne ceny.
Nowa Sól, ul. Graniczna 15
tel. 694 636 766, 606 551 393
www.expertmeble.com.pl

PELLET OLIMP
Worek 15 kg - 16,50 zł
601 962 796
**Biuro Rachunkowe
ROBAKOWSKA**
księgi handlowe,
księga podatkowa, ryczałt,
pomoc w zakładaniu firmy
NOWY ADRES
Nowa Sól, ul. Odrzańska 8/2
Tel./fax 68 4 588 588
biuro.robakowska@wp.pl

NOWE MIESZKANIA
os. Paderewskiego
oraz os. Fredry
w Nowej Soli
www.arkadiapark.pl
TEL.: 607 130 740

RADCA PRAWNY
Emilia Kacprzak-Kopciowska
Tel. 604 230 798

Justyna Gurbanredaktor
naczelnatel. 515 444 948
naczeln@tygodnikkrag.pl**Mariusz Pojnar**

dziennikarz

tel. 502 433 019
m.pojnar@tygodnikkrag.pl**Mateusz Pojnar**

dziennikarz

tel. 793 051 133
mateusz.pojnar@tygodnikkrag.pl**Joanna Dysiewicz**grafika,
skład DTPtel. 68 398 51 62
skladtk@tygodnikkrag.pl**Ewelina Majerska**reklama,
ogłoszenia
drobnetel. 502 919 029
reklama@tygodnikkrag.pl

Stanowisko „Tygodnika Krag”

Prostujemy manipulacje i półprawdy tabloidu

Jako spółka nigdy w historii nie skończyliśmy roku z choćby jedną złotówką na minusie. To dzięki Wam, drodzy Czytelnicy, mieszkańcy Nowej Soli i powiatu. Ale też dzięki właścicielom przedsiębiorstw, biznesów czy sklepów, którzy się u nas reklamują, utrzymujemy się na rynku od prawie 30 lat. Nie, nie dokonaliśmy tego dzięki prezydentom, burmistrzom, wójtom i innym urzędnikom. Nie wzięliśmy od nich ani grosza dotacji

Przed tygodniem na jedynek „Tygodnika Regionalna” trafił tekst o jakże barwnym tytule „Respirator dla miejskiej spółki” (pomińmy jego populizm w tym trudnym czasie pandemii). Artykuł jest pokłosiem uchwały rady miasta, na mocy której „Tygodnikowi Krag” ma zostać udzielona pożyczka – podkreślamy: pożyczka – w wysokości 100 tys. zł.

Ani grosza dotacji

W publikacji jest wypowiedź prawnika z Sieci Obywatelskiej Watchdog Polska: - Przekazanie takiej spółce choćby złotówki jest skandalem, naruszeniem wszelkich zasad demokracji, bo taka spółka nie powinna w ogóle istnieć, mieszkańcom do niczego nie jest potrzebna.

Czy jest potrzebna mieszkańcom, czy nie, to już jest opinia, do której każdy ma prawo. Fakty podpowiadają od prawie 30 lat, że jednak jest potrzebna. Ale nie to jest teraz najważniejsze. Sugestia, że dostajemy jakieś pieniądze z jakiegokolwiek samorządu jako dotację jest nieprawdziwa. Nigdy naszej spółce nie przekazano w tej formie ani złotówki. Ani grosza.

Przez lata utrzymujemy się

na rynku tylko i wyłącznie z tego, co zarobimy – ze sprzedaży gazety w setkach punktów na terenie całego powiatu i sprzedaży reklam w naszym tygodniku.

Zresztą Watchdog kontaktował się już z naszą redakcją. My odpisaliśmy na list tej organizacji, bo nie mamy nic do ukrycia. Wówczas podaliśmy nasze liczby za lata 2016-2017, o które byliśmy pytani. Napisałyśmy m.in.:

- ile osób zatrudniamy,
- ile pieniędzy spółka zarobiła z reklam,
- jaką kwotę uzyskaliście ze sprzedaży gazet,
- poinformowaliśmy o liczbie sprzedanych egzemplarzy z podziałem na poszczególne tygodnie.

Trudno o większą przejrzystość działania.

Nigdy nie byliśmy na minusie

Kolejną ważną rzecz musimy odkłamać. „TR” posiłkuje się Romanem Wilantem, radnym PiS, który w pytaniu sugeruje, że jesteśmy „upadającą spółką”. Radny pewnie się zmartwi, ale tak źle z nami nie jest.

Jako spółka nie zakończy-

liśmy żadnego, żadnego roku w historii naszej działalności choćby z jedną złotówką na minusie.

Kto jak kto, ale dziennikarze tabloidu powinni to wiedzieć doskonale. Przecież jeden z nich przez dłuższy okres miał na zdjęciu profilowym na Facebooku krótki filmik, w którym przegląda nasze sprawozdanie finansowe. Nic z tej lektury nie zrozumiał? Swoją drogą wydaje się, że to coś w rodzaju obłędu na naszym punkcie. Może kompleksu?

„TK” jako temat numer jeden

Bo od lat ulubionym tematem „Tygodnika Regionalna” jesteśmy my – redakcja „Tygodnika Krag”. W sumie bardzo nam miło z tego powodu. Z tego, co obserwujemy, pisanie o nas sprawia wam rodzaj dziwnej przyjemności, której nie potraficie sobie odmówić. Ale czy nie lepiej byłoby, gdybyście zajęli się po prostu sprawami mieszkańców powiatu nowosolskiego? Ich realnymi problemami?

Często było tak, że odpuszczaliśmy „Regionalnej”, nie komentowaliśmy ich poczynania. Stwierdzaliśmy: nie ma z kim

polemizować. Przykład? Jedną z zabawniejszych historii była ta, jak były dziennikarz tabloidu wypytawał na mieście, jakimi samochodami jeździmy. Jest pasjonatem motoryzacji czy może w swoim umyśle zmontował sobie jakąś historię, że np. bierzemy lewe kilometrówki? Niezły z was śledczy.

Próbujecie nas podszczypywać, pisząc o nas co jakiś czas. Ale nie napiszecie, ile akcji społeczno-charytatywnych zrobiliśmy przez te wszystkie lata. Dlaczego? Bo to nie jest wasza estetyka. Byłoby w takim tekście zbyt dużo pozytywnych emocji, a wy lubicie pseudosensacje i żerowanie na niskich instynktach. Jak to w bulwarówce.

Pamiętajcie, nie jesteście dla nas tematem i nigdy (tak podejrzewamy!) na naszą jedynek nie traficie. Są ciekawsze, ważniejsze rzeczy.

Koronawirus a prasa

Rynek prasy przez epidemię dostaje w kość, tak jak praktycznie każdy rynek. Media branżowe co chwilę piszą o tym, że kolejne radio, kolejna telewizja czy gazeta mają problemy.

Dlatego zwracamy się do

przyjaciół „Tygodnika Krag”: dzięki Wam, drodzy Czytelnicy, mieszkańcy Nowej Soli i powiatu, ale też dzięki właścicielom przedsiębiorstw, biznesów czy sklepów, którzy się u nas reklamują, utrzymujemy się na rynku od prawie 30 lat. Ten kryzys też przetrwamy. I kredyt spłacimy.

Nie jesteśmy na rynku tak długo dzięki prezydentom, burmistrzom, wójtom czy urzędnikom, tylko dzięki dziennikarskiej uczciwości wobec Czytelników.

Owszem, jest teraz trudniej. Spadki szczególnie widać na reklamie, ale też na sprzedaży gazety. Nie ukrywamy tego, obecnie tak po prostu jest w zdecydowanej większości mediów.

Nie inaczej jest pewnie w Regionalnej Spółce Cywilnej, wydawcy „Tygodnika Regionalna”. Bo, przypomnijmy, działamy na tej samej zasadzie: jesteśmy spółkami. U was też zapewne nie jest łatwo, prawda? A jeśli tak, to pewnie spółka-matka z Żar daje wam pieniądze.

Respirator, powiadacie. Tak po ludzku nas trochę ciekawi: w jakim stopniu wasz respirator wspomaga was w czasie koronawirusa? Dużo tlenu potrzebujecie? Pochwalcie się.

Redakcja

Figury w maseczkach

W ubiegły czwartek wszedł w życie obowiązek zakrywania ust i nosa w przestrzeni publicznej z powodu epidemii koronawirusa. Tego dnia zamaskowane zostały także twarze figur - nowosolskiego rybaka przy ul. Odrzańskiej, powodzianina w porcie oraz Assuntę przy nowosolskim muzeum.

W piątek maseczki założono Solusiowi i Lusi. - Pewne gesty są symboliczne i nie wymagają komentarza. Każdy z nas się solidaryzuje z całością społeczeństwa, my też chcemy tę solidarność pokazać w naszym parku. Przede wszystkim dbajmy o swoje zdrowie, dbajmy o zdrowie innych i taki też jest przekaz płynący z tego pewnego rodzaju happeningu - mówi Marcin Walasek, szef Centrum Projektowania i Budowy Prototypów Malpol, który zarządza Parkiem Krasnala.

(red)



Zamaskowany został m.in. nowosolski powodzianin

Zapraszamy
do zakupu e-wydania
Tygodnika **KRAG**
na www.eprasa.pl

Możliwa opcja
zakupu prenumeraty

Tygodnik KRAK
WYDAWCA: Spółka z o.o. „Tygodnik Krag”
ADRES: 67-100 Nowa Sól, ul. Parafialna 2 B,
Tel. 68/ 387-51-62, tel./fax 68/ 387-54-35
E-mail: redakcja@tygodnikkrag.pl; reklama@tygodnikkrag.pl
www.tygodnikkrag.pl
DRUK:
Agora S.A. Warszawa
oddział w Warszawie
NAKLAD: 4400 egz.
Redaktor naczelna - Justyna Gurban.
Zespół redakcyjny: Mariusz Pojnar, Mateusz Pojnar.
Skład DTP: Joanna Dysiewicz.
Kolportaż: Ewelina Majerska.
Księgowość: ksiegowosc@tygodnikkrag.pl
Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń, materiałów nie zamówionych nie zwraca. Zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji nadesłanych tekstów.

Pandemia a rynek pracy

Bezrobotnych na razie nie przybywa

Jednocześnie prognozy są takie, że to może się zmienić w kolejnych tygodniach. Obecnie przedsiębiorcy walczą o zachowanie miejsc pracy. Widać duże zainteresowanie różnymi formami wsparcia, które nowosolski urząd pracy realizuje w ramach tarczy antykryzysowej

W marcu i pierwszym tygodniu kwietnia nowosolski urząd pracy nie odnotował znacznie zwiększonego bezrobocia. Jednocześnie są prognozy, że to może się zmienić w kolejnych tygodniach.

- W tej chwili w naszym powiecie jest ponad 400 osób objętych kwarantanną po przekroczeniu granicy. Spodziewamy się, że gdy okres kwarantanny minie, zgłoszą się do urzędu pracy, żeby się zarejestrować jako osoby bezrobotne – przewiduje Sylwia Wojtasik, członkini zarządu powiatu nowosolskiego.

Przedsiębiorcy mocno walczą o zachowanie miejsc pracy. Widać znaczne zainteresowanie różnymi formami

wsparcia, które realizuje nowosolski PUP w ramach tarczy antykryzysowej.

- PUP w Nowej Soli wnioskował do Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej o ok. 5,5 mln zł na pomoc nowosolskim przedsiębiorcom i taka została mu ostatecznie przyznana – informuje Iwona Brzozowska, starosta powiatu nowosolskiego.

Już rozpoczął się nabór wniosków do trzech programów dla przedsiębiorców z naszego powiatu.

Pierwszy z nich to pożyczka w wysokości 5 tys. zł dla mikroprzedsiębiorców. - Może się o nią starać przedsiębiorca, który zatrudnia mniej niż 10 pracowników. Pieniądze

można przeznaczyć na pokrycie bieżących kosztów prowadzenia działalności – informuje Anna Chyła, rzeczniczka nowosolskiego starostwa.

Te wnioski można składać od 7 kwietnia. - Już w pierwszym tygodniu od uruchomienia programu do nowosolskiego urzędu pracy wnioski złożyło 78 przedsiębiorców – zaznacza Wojtasik.

Dziennie urząd otrzymuje ok. 15 nowych.

Kolejny nabór dotyczy wniosków o dofinansowanie części kosztów wynagrodzeń pracowników dla mikroprzedsiębiorców, małych i średnich przedsiębiorców.

Tu z dofinansowania mogą skorzystać mikro, małe i śred-

nie przedsiębiorstwa, które wykażą co najmniej 30-procentowy spadek obrotów gospodarczych w ciągu dwóch miesięcy.

Dofinansowanie powinno być przeznaczone na koszty wynagrodzeń pracowników i/lub należnych od tych wynagrodzeń składek na ubezpieczenia społeczne. Wsparcie może zostać przyznane na nie dłużej niż trzy miesiące. Tu wnioski można składać od 14 kwietnia.

Trwa także nabór wniosków o dofinansowanie części kosztów prowadzenia działalności gospodarczej dla przedsiębiorcy będącego osobą fizyczną i niezatrudniającego pracowników. W tym przypadku o dofinansowanie czę-

ści kosztów działalności mogą się starać jednoosobowe firmy, które odnotowały spadek obrotów w ciągu dwóch miesięcy.

Wnioski można składać do urzędu pracy w ciągu 14 dni od daty ogłoszenia naboru (15 kwietnia).

W wersji elektronicznej, zalecanej dla przedsiębiorców, wysyłajcie wnioski poprzez platformę praca.gov.pl (tarcza antykryzysowa). Natomiast w wersji papierowej poprzez operatora pocztowego lub bezpośrednio w urzędzie do skrzynki podawczej (w godzinach 7.00-14.00) umieszczonej przed wejściem do urzędu pracy.

Mariusz Pojnar

Prezydent Miasta Nowa Sól

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U.2020.65 ze zm.) informuje, że w siedzibie tuł. Urzędu na okres 21 dni, począwszy od dnia 8 kwietnia 2020 roku, wywieszono wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

Najszczerze kondolencje dla naszych Przyjaciół,
Sylwii i Kamila OZGOWICZÓW,
z powodu śmierci Sylwii Mamy



Śp. **Anny Bałazy**

składają

zarząd, zawodnicy i sympatycy LUKS Czarni Rudno.

Pamiętajcie, że zawsze możecie na nas liczyć.

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 11 kwietnia 2020 r. zmarła



Śp. **Elżbieta Hawron**

z d. Sint

pogrążona w smutku rodzina

Wobec ciosu, który spadł na Waszą rodzinę,
niełatwo w tym czasie znaleźć słowa otuchy.
Można jedynie życzyć sił do zniesienia bólu –
może go złagodzić tylko upływający czas.

Pamiętajcie: ci, których kochamy, żyją wiecznie.

Najszczerze kondolencje dla Sylwii i Kamila OZGOWICZÓW
z powodu śmierci Sylwii Mamy



Śp. **Anny Bałazy**

składają Mariusz i Mateusz Pojnarowie z rodziną

Zapraszamy

na naszą stronę internetową www.tygodnikkrak.pl

oraz na nasz profil na **Facebooku**

fb.me/tygodnikkrak

Polska firma ogrodnicza AGROPOL

Na wiosnę - nie przegap!

· **Rozsady**

· **Kwiaty rabatowe i balkonowe**

· **Areator ręczny 30 zł/doba**

- Folie, agrowłókniny i tunele.
- Torf, ziemia, kora.
- Nasiona, cebula dymka.
- Środki chemiczne, nawozy.
- Artykuły pszczelarskie, winiarskie.

oraz wiele innych artykułów ogrodniczych.

Zapraszamy

pn.-pt. 9.00-17.00

sb. 9.00-15.00

Nowa Sól, ul. Zielonogórska 1A

Telefon: 505 097 270



Kto może zgłosić się po drzewko?

W ubiegłym tygodniu wśród pierwszych sześciu osób, które dostarczyły poprawnie wypełniony kupon (włącznie z podpisem i zaznaczeniem zgody), znaleźli się: Tomasz Pels, Katarzyna Czekaj, Jadwiga Kotowska, Piotr Kopeć, Krzysztof Jeliński, Wanda Madalińska.

Wymienione osoby mogą z egzemplarzem gazety odbierać tuje w Agropolu.

Wygrana w jednym tygodniu nie eliminuje nikogo z dalszej gry o kolejne drzewka.

Do wygrania 36 drzewek owocowych!

Agropol ma dla naszych Czytelników różnego rodzaju drzewka owocowe. W sumie do wygrania jest 36 sztuk. W każdym z najbliższych sześciu tygodni można wygrać po sześć drzewek znajdujących się w dniu odbioru na stanie sklepu. Trafia do osób, które jako pierwsze w danym tygodniu dostarczą kupon do redakcji (decyduje kolejność zgłoszeń).



KUPON NR 2

Imię i nazwisko

Numer telefonu

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na powyższym kuponie.

Czytelny podpis osoby pełnoletniej:

Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdują się na stronie 29. Dane zawarte na powyższym kuponie będą przechowywane przez 30 dni od publikacji laureatów konkursu. eprasa.pl 1875472e60

Strażak w przyłbicy

Pandemia koronawirusa odmieniła praktycznie wszystkie obszary życia. Nie ominęło to także strażaków. - Nasza praca w dobie epidemii zmieniła się diametralnie - przyznaje st. kpt. Tomasz Duber, zastępca komendanta nowosolskich strażaków

Jakie są te najistotniejsze korekty? Po pierwsze, zmieniony został system pełnienia służby przez strażaków. W celu ograniczenia do niezbędnego minimum kontaktów osobistych z dotychczasowych trzech zmian służbowych utworzono cztery zmiany. Dwie pełnią służbę przez 14 dni w systemie 24 godziny służby na 24 godziny odpoczynku, po czym odpoczywają 14 kolejnych dni pozostając w ciągłej dyspozycji do działań, a w tym czasie pracują kolejne dwie zmiany.

- W razie kontaktu z osobą zakażoną lub na wypadek zachorowania któregoś z funkcjonariuszy to pozwoli na zminimalizowanie liczby osób, które będą musiały zostać poddane kwarantannie albo mogących się zarazić - tłumaczy Tomasz Duber, zastępca komendanta powiatowego PSP w Nowej Soli.

Kierownictwo komendy podjęło również decyzję o wprowadzeniu pracy zdalnej dla pracowników administracyjnych, która zapewni pełne wykonywanie czynności służbowych poza stałym miejscem pracy. - Wstrzymane zostały urlopy, żeby w każdej chwili można było reagować na utrzymanie obsady stanowisk pracy zapewniając ciągłość służby. Odwo-

łano szkolenia poza terenem komendy, inspekcje gotowości operacyjnej (tzw. sprawdziany) i kursy doszkalające. Ograniczono dostęp do jednostki osobom postronnym. Interesantom załączono składanie korespondencji mejlowo przy użyciu platformy EPUAP albo za pomocą tradycyjnej poczty - wylicza komendant Duber.

#NieKłamStrażaka

Wszyscy funkcjonariusze PSP, jak również druhowie ochotniczych straży pożarnych, podczas wykonywania obowiązków służbowych muszą się stosować do wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego MSWiA, który określa, jakie środki ochrony indywidualnej stosować wobec chorych lub podejrzanych o zakażenie koronawirusem.

- Ponadto podczas działań ratowniczych w kontakcie z każdym poszkodowanym musimy pamiętać o ochronie indywidualnej: ubraniu specjalnym, maseczce, rękawiczkach nitrylowych i okularach lub przyłbicy - mówi wiceszef nowosolskich ogniowych.

Dodatkowymi działaniami, które mają na celu zmniejszenie ryzyka zakażenia, są: dezyn-



Ryzyko zakażenia minimalizuje m.in. dezynfekcja wozów bojowych i sprzętu

fekcja wozów bojowych i sprzętu uczestniczącego we wszystkich działaniach ratowniczych, w tym tych niezwiązanych z koronawirusem (kierownice,

dźwignie zmiany biegów, klamki oraz sprzęt użyty podczas działań).

- Na terenie jednostki rozlokowano punkty z dozownikami do dezynfekcji rąk z instrukcją dokładnej dezynfekcji, a w każdym pomieszczeniu biurowym są atomizery z płynem dezynfekcyjnym - opowiada mł. asp. Sebastian Olczyk, oficer prasowy PSP w Nowej Soli.

Na polecenie lubuskiego komendanta wojewódzkiej PSP bryg. Patryka Maruszaka wszyscy funkcjonariusze PSP w województwie lubuskim dostali 100-mililitrowy atomizer ze środkiem odkażającym, który wykorzystują na co dzień podczas zwykłych czynności.

Wszystkie pomieszczenia, ubrania specjalne i sprzęt ratowniczy, w tym pojazdy, są systematycznie ozonowane. - Kilka razy dziennie dezynfekowane są wszystkie poręcze, klamki pomieszczeń, blaty biurek i stołów oraz powierzchnie użytkowe, za co odpowiadają wyznaczeni strażacy. W godzinach rozpoczęcia służby każdy strażak ma badaną temperaturę - opowiada Olczyk.

Jeśli chodzi o przyjęcie zgłoszenia o pożarze lub zdarzeniu, to już na tym etapie - zgodnie z procedurą - dyspozytor po odebraniu telefonu, przedstawieniu się i przyjęciu zgłoszenia informuje rozmówcę o potrzebie uzyskania dodatkowych informacji związanych z zagrożeniem koronawirusem. Żeby właściwie zabezpieczyć ratowników w myśl hasła #NieKłamStrażaka. W tym zakresie ogniowi współpracują z policją, która

wie o osobach objętych kwarantanną, ma ich adresy i w razie potrzeby strażacy dostają taką informację - jest niezbędna dla bezpiecznego prowadzenia działań.

Pomagają na granicy

Jeśli chodzi o dodatkowe zadania dla strażaków, to jest to współpraca ze szpitalami, na terenie których na bazie swoich namiotów ogniowi budują przyszpitalne punkty sanitarne. W nich odbywa się wstępna segregacja pacjentów. Jeden z takich punktów zlokalizowany jest przy nowosolskim szpitalu.

W ub. środę na polecenie komendanta powiatowego PSP Czesława Młynarczyka rozstawiono również namiot na terenie DPS-u w Kożuchowie, który będzie służył jako śluza do pomiaru temperatury pracowników i mieszkańców placówki.

- Trzech funkcjonariuszy naszej komendy kierowanych jest co piąty dzień na przejście graniczne w Gubinie, gdzie pełnią służbę przez 24 godziny mierząc temperaturę ludziom przekraczającym polską granicę - zaznacza Sebastian Olczyk.

Nasi strażacy są wyposażeni w niezbędny sprzęt ochronny. Poza własnymi zasobami wojewódzka komenda PSP w Gorzowie systematycznie przekazuje im środki ochronne: ubrania, maseczki, rękawiczki czy płyny dezynfekcyjne do rąk i powierzchni.

Dodatkowo na terenie powiatu zostało wytypowanych osiem jednostek OSP (po jednej jednostce w gminie), w których przeszkoleni druhowie będą realizować zadania pomocnicze w sytuacjach związanych z koronawirusem, np. dowożenie żywności osobom pozostającym w kwarantannie lub osobom starszym. - Te jednostki wyposażyliśmy również w niezbędny do tego celu sprzęt ochrony indywidualnej, który w razie zucia jest na bieżąco uzupełniany - zaznacza komendant Duber.

We wsparcie ogniowych zaangażował się ostatnio Nowosolski Klub Karate Kyokushin, który w ramach kampanii „Maseczka dla strażaka” zorganizował zbiórkę pieniędzy. Karatecy uzbierali 1300 zł i kupili za to sprzęt dla straży [więcej o tej akcji na str. 23].

W kontekście maseczek strażacy wspierają się także wewnątrz. Członkowie i sympatycy OSP w Kożuchowie wspólnymi siłami wyprodukowali już kilka tysięcy maseczek. 600 sztuk trafiło do nowosolskiej jednostki. - Składamy naszym kolegom z kożuchowskiej OSP serdeczne podziękowania za to potrzebne wsparcie - mówi komendant Duber.

Mariusz Pojnar

KOMUNIKAT STAROSTY NOWOSOLSKIEGO

W związku z przeciwdziałaniem zagrożeniom związanym z COVID-19 przedłuża się okres zawieszenia działalności punktów nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego na terenie Powiatu Nowosolskiego.

Okres zawieszenia osobistego udzielania porad w punktach zostaje przedłużony od dnia 10 kwietnia 2020 r. do odwołania.

We wskazanym terminie pomoc udzielana będzie wyłącznie za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość pod warunkiem wcześniejszego przesłania do Starostwa Powiatowego w Nowej Soli pocztą elektroniczną na adres poczta@powiat-nowosolski.pl pisemnego zgłoszenia potrzeby pomocy i złożeniu oświadczenia o braku możliwości poniesienia kosztów odpłatnej pomocy prawnej oraz oświadczenia o zapoznaniu się z klauzulami informacyjnymi o przetwarzaniu danych osobowych (art. 4 ust. 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej Dz. U. z 2019 r., poz., 294 ze zm.).

Formularze odpowiednich dokumentów znajdują na stronie BIP Starostwa Powiatowego w Nowej Soli www.powiat-nowosolski.pl w zakładce: Co i jak załatwić w urzędzie - Pomoc Prawna oraz poniżej niniejszego Komunikatu.

W wyjątkowych sytuacjach uzasadnionych brakiem dostępu do internetu osoba potrzebująca nieodpłatnej pomocy prawnej lub porady obywatelskiej może złożyć wniosek o uzyskanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego wraz z oświadczeniem ustnie przez telefon.

Rejestracja porad odbywa się we wtorki, środy i czwartki w godz. 10.00 – 13.30.

Informacje dotyczące dostępu do nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego będą również udzielane pod numerem telefonu:

68 458 68 23 lub 68 458 67 41.

eprasa.pl 1875472e60

Trzech ozdrowieńców w powiecie nowosolskim

To bardzo dobra wiadomość! W powiecie nowosolskim mamy już trzech ozdrowieńców. Jedna z tych osób pochodzi z Nowej Soli. Co jeszcze wydarzyło się w ub. tygodniu w kontekście epidemii? Rząd podjął decyzję, że od poniedziałku możemy już wchodzić do lasów czy parków. Nieco łatwiej można też zrobić zakupy

- Optymizmem napawa fakt, że w powiecie nowosolskim mamy już jednego ozdrowieńca – powiedziała w niedzielę Iwona Brzozowska, starosta powiatu nowosolskiego. - Nie wzrasta też liczba osób z potwierdzonym zakażeniem koronawirusem. Miejmy nadzieję, że pozostałe osoby też niebawem wyzdrowieją.

Dzień później, w poniedziałek, do pierwszego ozdrowieńca dołączyły kolejne dwie osoby z powiatu.

Ustaliliśmy, że jednym z ozdrowieńców jest osoba z Nowej Soli.

Przypomnijmy, na dziś jest osiem potwierdzonych przypadków zakażenia w powiecie nowosolskim, wliczając w to również

ozdrowieńców.

Premier luzuje obostrzenia

W czwartek weszło w życie rozporządzenie dotyczące obowiązkowego zasłaniania nosa i ust w przestrzeni publicznej. Tego dnia premier Mateusz Morawiecki poinformował też, że od poniedziałku 20 kwietnia rząd będzie stopniowo luzował obostrzenia w związku ze społeczną kwarantanną.

Co się zmieniło? Od ub. poniedziałku dozwolony jest już wstęp do parków i lasów. Ale szef rządu podkreślał: - Nie traktujmy tego jako zachęty do niekontrolowa-

nej rekreacji i szerokich wyjść.

Nadal zabronione jest korzystanie z placów zabaw.

Jeśli chodzi o sklepy do 100 m kw. powierzchni, będą mogły w nich przebywać cztery osoby na jedną kasę. A w sklepach powyżej 100 m kw. – jedna osoba na 15 m kw. i ten limit obowiązuje też w świątyniach.

Zmieni się również sytuacja dzieci powyżej 13. roku życia – od poniedziałku mogą chodzić po ulicach bez opieki dorosłego.

Odmrażanie gospodarki

Morawiecki ogłosił też tzw. plan odmrażania gospodarki. Ma cztery etapy. Rząd nie planuje na razie otwierania granic.

- Świadomie nie wpisaliśmy dat – mówił minister zdrowia Łukasz Szumowski. - Odstępy między etapami mogą wynieść tydzień, mogą też trzy tygodnie. Za każdym razem będziemy musieli zbadać, jak to wpłynie na epidemię.

W drugim kroku mają zostać otwarte na weekendy sklepy budowlane. Ten etap zakłada ponadto otwarcie hoteli i miejsc noclegowych oraz niektórych instytucji kultury: galerii sztuki, bibliotek i muzeów.

Trzeci etap będzie polegał na:

- otwarciu lokali gastronomicz-



Szczyt epidemii przed nami - podkreśla rząd

nych, ale z ograniczeniami,

- otwarciu salonów kosmetycznych i zakładów fryzjerskich,

- sklepów w galeriach,

- zezwoleniu organizacji wydarzeń sportowych, ale do 50 osób – na powietrzu, bez udziału kibiców,

- organizacji opieki w żłobkach, przedszkolach i klasach 1-3 – będzie ustalona maksymalna liczba dzieci w sali.

Czwarty etap:

- możliwość działalności siłowni i klubów fitness,

- otwarciu salonów masażu, solariumów i „niezwykle potrzebnych

gabinetów rehabilitacji”,

- otwarcie teatrów i kin przy zastosowaniu nowego reżimu sanitarnego.

A kiedy zostaną zniesione limity we wszystkich sklepach? - Nie wrócimy do czasów sprzed epidemii, dopóki nie będziemy mieć szczepionki – skwitował Szumowski.

Do kiedy będziemy nosić maseczki? Odpowiedź była podobna. - Ten obowiązek będzie zniesiony dopiero wtedy, gdy dostępna będzie szczepionka – przyznał minister zdrowia.

Mateusz Pojnar



Też tęskniliście za parkami?

Problem z dostarczeniem dokumentów

Zgłosił się do nas zaniepokojony Czytelnik, który prowadzi działalność gospodarczą. Chciał wysłać drogą mejlową deklarację za wywóz śmieci. Ale jak przekonuje, w Eko-Przyszłości usłyszał, że taki dokument musi dostarczyć osobiście i wrzucić do przeznaczonej do tego skrzynki podawczej

- W Eko-Przyszłości nie można dostarczyć dokumentów drogą elektroniczną – poinformował nas Czytelnik, który prowadzi działalność gospodarczą. Chciał wysłać mejłem stosowną deklarację dotyczącą gospodarowania odpadami komunalnymi, jednak zdenerwował się, gdy

poinformowano go, że dokument musi dostarczyć sam i na miejscu wrzucić go do skrzynki podawczej. Podkreśla, że w dobie koronawirusa powinniśmy do minimum ograniczyć poruszanie się po mieście.

- Jak to się ma do tego, że wszyscy mówią, że należy zo-

stać w domach? - pyta retorycznie. - To narażanie zdrowia pententów - dodaje Czytelnik.

Czy faktycznie, jak zauważa, musimy ryzykować, żeby doręczyć różne pisma? O tę kwestię zapytaliśmy w Związku Międzygminnym Eko-Przyszłość.

- Taką deklarację można wrzucić do naszego stacjonarnego okienka lub złożyć również przez platformę ePUAP. Musi być podpisana podpisem kwalifikowanym bądź profilem zaufanym. Podpis jest obligatoryjny dla ważności deklaracji – odpowiada Sylwia Litka z Eko-Przy-

szości.

Taki profil zaufany można założyć wypełniając formularz rejestracyjny na epuap.gov.pl, a następnie potwierdzić go dowodem osobistym lub paszportem w wybranym punkcie.

(ag)
(masa)

Zapraszamy do zakupu e-wydania

Tygodnika **KRAK**
na **www.eprasa.pl**

Możliwa opcja zakupu prenumeraty

Od środy targowisko miejskie znów otwarte

- Przyszedł czas na zważenie racji. Z jednej strony oczywiście rzecz najważniejsza, czyli życie i zdrowie mieszkańców, z drugiej jednak też ważna sprawa, czyli gospodarka, miejsca pracy i rozwój, stąd nasza decyzja - mówi prezydent Jacek Milewski, który przywraca handel na miejskim targowisku, ale na nowych zasadach



Handel na targowisko wraca po ponad miesiącu (fot. UM Nowa Sól)

Polskie władze rozpoczęły powolny proces przywracania normalności w różnych sferach, także, a może przede wszystkim - w obrębie gospodarki. Niejako w ślad za tym idzie samorząd. W związku z tym targowisko miejskie w Nowej Soli, które było zamknięte od początku pandemii, będzie ponownie otwarte od najbliższej środy 22 kwietnia.

Taką decyzję podjął prezydent Jacek Milewski. - Przyszedł czas na zważenie racji. Z jednej strony oczywiście rzecz najważniejsza, czyli życie i zdrowie mieszkańców, z drugiej jednak

też ważna sprawa, czyli gospodarka, miejsca pracy i rozwój. Wążąc te dwie racje, patrząc na działania rządu, który idzie już w kierunku pewnego poluzowania obostrzeń i w pierwszej kolejności to poluzowanie dotyczy właśnie handlu, wspólnie z moimi współpracownikami z zespołu zarządzania kryzysowego podjęliśmy decyzję o otwarciu targowiska. Ma to dać kupcom, którzy na nim handlują, szansę, by przywrócić swoją normalną działalność - tłumaczy prezydent Nowej Soli.

Handel zostaje tam przywró-

cony, ale na nowych zasadach [wszystkie w ramce obok - dop. red.].

- Stosujemy pewne obostrzenia co do ilości osób, bo chcemy wpuszczać do 50 kupujących w jednym momencie. Po drugie, istotna informacja jest taka, że handlujący będą mogli wjechać na targowisko tylko do 7.00 rano. Oczywiście niezmiennie jest to, z czym mamy do czynienia wszędzie, a więc obowiązują maseczki, a przy zakupach rękawiczki jednorazowe. Ważna jest także odległość między kupującymi w kolejkach, która musi

wynosić minimum 2 metry - zaznacza prezydent Nowej Soli.

Jednocześnie apeluje o przestrzeganie nowych reguł zakupowych.

- Bardzo ważnym elementem, który nie jest żadnym straszeniem, ale twardą informacją, jest fakt, że będziemy bardzo wnikliwie monitorować przestrzeganie zasad. W przypadku, gdyby jednak te zasady nie były przestrzegane, targowisko miejskie ponownie zostanie zamknięte. Bardzo liczę, że zarówno sprzedający, jak i kupujący zaakceptują wszystkie zasady. Liczymy

na państwa zrozumienie i dostosowanie się. Patrząc zresztą po mieszkańcach Nowej Soli, którzy robią zakupy w dużych sklepach, jestem spokojny - mówi Milewski.

Prezydent podjął także decyzję o zwolnieniu handlujących na targowisku z opłaty handlowej do 31 maja (trzeba będzie opłacać tylko opłaty związane z dzierżawą stanowisk).

Stosowny projekt uchwały w tej sprawie zostanie w skierowany do rady miejskiej. Głosowanie jeszcze w kwietniu.

Mariusz Pojnar

Nawet 500 zł pomocy dla osób niepełnosprawnych

- Szacujemy, że w naszym powiecie z wsparcia finansowego PFRON skorzysta ok. 300 osób - mówi Sylwia Wojtasik, członkini zarządu powiatu nowosolskiego

Powiat przystąpił do programu „Pomoc osobom niepełnosprawnym poszkodowanym w wyniku żywiołu lub sytuacji kryzysowych wywołanych chorobami zakaźnymi”.

- Trwająca epidemia koronawirusa zatrzymała nas w domach. Z zajęć rehabilitacyjnych w placówkach nie mogą korzystać również osoby niepełnosprawne. W trosce o ich zdrowie i sytuację w tym trudnym czasie zarząd powiatu nowosolskiego podjął decyzję o przystąpieniu do programu PFRON - informuje Anna Chyła,

rzeczniczka nowosolskiego starostwa.

Pieniądze dostaną osoby niepełnosprawne, które na skutek wystąpienia zagrożenia epidemicznego i stanu epidemii utraciły od 9 marca do 4 września 2020 r. możliwość korzystania z opieki świadczonej w placówce rehabilitacyjnej. To m.in. podopieczni warsztatów terapii zajęciowej czy środowiskowych domów samopomocy [szczegółowa lista w ramce obok - red.].

- Wysokość pomocy wynosi 500 zł miesięcznie na jedną osobę. Świadczenie może zostać przyzna-

ne maksymalnie na trzy miesiące. Szacujemy, że w naszym powiecie z wsparcia finansowego PFRON skorzysta ok. 300 osób - wyjaśnia Sylwia Wojtasik, członkini zarządu powiatu nowosolskiego.

Wnioski można składać za pośrednictwem platformy System Obsługi Wsparcia. SOW to nowoczesna aplikacja, która ułatwia składanie wniosków o wsparcie finansowe PFRON.

Do końca ub. tygodnia zostało złożonych już kilkanaście wniosków.

Mariusz Pojnar

Kto może starać się o wsparcie?

- podopieczni dziennych domów pomocy społecznej,
- podopieczni placówek rehabilitacyjnych, których działalność finansowana jest ze środków PFRON,
- uczestnicy programów zatwierdzonych przez radę nadzorczą Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON), którzy w ramach tych programów korzystają ze wsparcia udzielanego przez placówki rehabilitacyjne,
- pełnoletni (od 18. do 25. roku życia) uczestnicy zajęć rewalidacyjno-wychowawczych (organizowanych zgodnie z przepisami rozporządzenia ministra edukacji narodowej) dla dzieci i młodzieży z upośledzeniem umysłowym w stopniu głębokim,
- pełnoletni (od 18. do 24. roku życia) wychowankowie specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych oraz specjalnych ośrodków wychowawczych funkcjonujących na podstawie ustawy Prawo oświatowe.

prasa.pl 1875472e60



Z pomocy PFRONU może skorzystać ok. 300 osób

Koronawirus: Tydzień dla bezdomności

Od blisko 25 lat 14 kwietnia jest obchodzone nieformalne święto – Dzień Ludzi Bezdomnych. Po naszym wpisie na Facebooku dotyczącym tego dnia w komentarzach internauci zapoczątkowali zbiórkę kołder i słodczy. Dzięki Waszym otwartym sercom w piątek mogliśmy pospieszyć z pomocą bezdomnym z ul. Topolowej

Wtorek

Zacząłem się od wpisu na naszym FB, w którym wspomniałem pewien tekst. „Kiedyś, jakoś w 2009 roku chyba, przy okazji zbierania materiału do reportażu, który siedzi zresztą we mnie do dziś, poznałem Pana Zbyszka, który swoje życie wyciągnął mi z reklamówki. Z wyciągniętej z niej karty leczenia szpitalnego można było wyczytać, że Pan Zbyszek miał raka tarczycy, niewydolność krążenia, utrwalone migotanie przedsionków, chorobę niedokrwienną serca, ZZA i miał też resztki sałatki na wąsach, którą jadł wtedy na kolację. Ale nie miał domu”.

Od 1996 r. 14 kwietnia jest obchodzony jako Dzień Ludzi Bezdomnych. We wspomnianym reportażu Aleksander Tomaszewski, szef nowosolskiego koła Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta, mówił o nich tak: - Mają taki swój świat: biedniejszy, uboższy, trudniejszy. Życie też może mają gorsze, ale nie są gorszymi ludźmi.

Nasz wtorkowy wpis skomentowała Bogumiła Brykalska, organizatorka różnych przedsięwzięć pomocowych, która w przeszłości przeprowadzała z naszą redakcją zbiórkę termosów dla bezdomnych. „Czy my, zwykli ludzie, którzy różnią od nich tym, że mają dom, możemy w jakiś sposób pomóc? Nie wiem, w jaki sposób mogłabym być potrzebna. Aleksander Tomaszewski, jakaś podpowiedź? Czy możemy coś zrobić?” – zapytała szefa Towarzystwa Brata Alberta.

„Jakaś kołdra, koc zawsze się przydają. Może też jakieś słodczy” – odpowiedział Tomaszewski.

Środa

Tego dnia ruszyła zupełnie oddolna machina pomocy dla osób w kryzysie bezdomności. Jako jedna z pierwszych zareagowała Edyta Dąbrowska, działaczka Trójki Nowa Sól, która zapewniła bezdomnym słodczy, pierwsze

kołdry i koce.

- Ta pomoc celowana, a z taką mamy do czynienia teraz, jest naprawdę bardzo potrzebna – ocenia Barbara Olek, streetworkerka, która pracuje z nowosolskimi bezdomnymi. Zimą prowadziła ogrzewalnię przy ul. Topolowej, a kiedy zaczęła się epidemia koronawirusa, została opiekunką namiotu wojskowego, który stanął przy noclegowni. Tam śpią i przebywają ci, którzy nie mogą wejść do środka ze względu na wypity w ciągu dnia alkohol.

- Ta praca ma specyficzny charakter, bo do każdego człowieka trzeba dojść trochę inną drogą. Te relacje są złożone. Najpierw trzeba sobie dać czas na rozpoznanie każdego człowieka. Są takie dni, że niektórzy piją na umór i tu nikt żadnym przyszłowiowym mieczem niczego nie zwojuje. Ale są też lepsze dni, w których nawet ci najbardziej pijący sprzątają, dbają o siebie, zamiatają. Ostatnio bardzo się postarali, bo obiecałam im słodczy. Czyli zasada kija i marchewki, a więc coś za coś – tłumaczy Olek.

Uzupełnia jej słowa Aleksander Tomaszewski, który przypomina, że jego podopieczni to bardzo schorowani ludzie: - Są tacy, którzy podlecą się z choroby alkoholowej, są na noclegowni, ale ta setka tak za nimi chodzi, że nie mogą wytrzymać. Chodzą i mówią o niej, marzą wręcz, aż wychodzą na miasto, by ukość ból duszy. A potem trafiają do namiotu.

- Faktycznie, tu pod namiotem wódka płacze często – przytakuje Barbara Olek, która w dobie koronawirusa ma jeszcze więcej pracy: - Bez przerwy ich dezynfekuję, cały czas. Kiedy zranią się, np. w palec, opatruję ich rany. Rozdaję im maseczki, za które dziękujemy pewnej miłej pani, która nam je tu przywiozła.

Miła pani od maseczek to Małgorzata Pitrowska-Osuch, która tego dnia podrzuciła do noclegowni 40 sztuk. Przywiozła też do redakcji słodczy, bo tam je zbieraliśmy dla bezdomnych.

Czwartek

Po rozruchu w środzie do redakcji trafia coraz więcej słodczy, głównie od Czytelników, którzy przychodzą w maseczkach, przekazują łakocie i ciepło się żegnają.

- Ta dodatkowa pomoc w postaci żywności, ale też tych słodczy, jest jak najbardziej potrzebna. Mamy osoby schorowane, które potrzebują w pewnych momentach produktów cukrowych, by polepszyć swój stan. Mamy też chore, niepijące osoby, które za swoje małe zasiłki kupują także leki i na cukierka ich nie stać. Więc ta odrobina słodkości też im się należy – zaznacza Tomaszewski.

W noclegowni rozmawiam z panem Franciszkiem, bardzo inteligentnym człowiekiem. - Jestem osobą myślącą zdroworozsądkowo, dlatego do koronawirusa podchodzę z obiektywnym dystansem. Ale większość u nas jest przejmujących się i dostrzegających ryzyko ewentualnego zachorowania. Z dużo wyższym pewnie prawdopodobieństwem, niż ma to odzwierciedlenie w rzeczywistości. Ja jestem spokojny, czuję się dobrze – mówi pan Franciszek.

- Od dawna pan tu jest? – zapytałem. - O, dużo za długo. - Czyli? - Niedługo będzie półtora roku. - Jak pan tu trafił? - Bolesne sprawy, nie chcę rozdzierać starych ran – podkreśla pan Franciszek.

Na przyszłość po pandemii ma konkretne plany: - Jak się uspokoi, trzeba się będzie wziąć za jakąś pracę. Trochę się zgapiłem, bo wybierałem się do pośredniaka już przed pandemią, ale – że tak powiem – mało intensywnie. Teraz się okazuje, że przez tę zarzę rynek pracy się znowu zwęzi i na pracę będą mniejsze szanse. Zapowiadają, że będzie recesja, której przekładnią znowu będzie rosnące



Aleksander Tomaszewski wypakowuje z samochodu ostatni koszyk słodkości. W tle Bogumiła Brykalska

bezrobocie. Sam zawałem, więc jeśli pretensje, to tylko do autora [śmiech].

Piątek

Zarówno w akcję słodczową, jak również spontaniczną zbiórkę kołder włączyli się nie tylko mieszkańcy Nowej Soli, ale też choćby zielonogórzanka Sylwia Wiśniewska, która od 11 lat prowadzi u nas w mieście Specjalistyczny Ośrodek Rehabilitacji Nadzieja. - Jeżeli mogę pomóc, to pomagam. O akcji dowiedziałam się od dr. Sikory, który na FB udostępnił o niej informację. Trochę rzeczy miałam w domu, trochę dorzucili sąsiedzi i udało się uzbierać kilka kołder i koców oraz sporo ubrań – uśmiecha się Wiśniewska.

I dodaje: - Nigdy nie wiadomo, co nas w życiu spotka. Dziś jesteśmy na górze, jutro możemy być na dole. Różnie się w życiu zdarza. niesprawiedliwe jest ocenianie tych ludzi, że to tylko pijacy z patologicznych miejsc. Sama byłam w sytuacji, że w jednym momencie mogłam stracić ośrodek, pracę, dom – wszystko. Miałam, kiedyś dół finansowy. Mogły przyjść banki i zlicytować ośrodek za śmieszne pieniądze. Na szczęście się odbiliśmy. Ktoś kiedyś powiedział, że od bezdomności dzieli nas dwie niespłacone raty kredytu. W pełni się z tym zgadzam.

W zbiórkę, zresztą nie po raz pierwszy, włączył się Klub Biegowy Wikon. Słodczy do redakcji podrzuciła Marlena Ratajczak. - 13 marca planowaliśmy turniej kregli, na którym mieliśmy wykorzystać nagrodę finansową z waszego plebiscytu sportowego. Tydzień wcześniej Iza Kochanowicz, nasza klubowiczka, przystąpiła do konkursu Poczty Polskiej na sprzedaż cukierków. Kupiliśmy ich sporo, żeby je rozdać na wspomnianym turnieju. A że ze wzglę-

du na pandemię do niego nie doszło i po tym, jak przeczytałam informację o zbiórce słodczy, podrzuciłam je wam – powiedziała Ratajczak.

Po południu z Bogumiłą Brykalską pojechaliśmy na ul. Topolową. Zawieźliśmy kolejne kołdry, koce, poduszki, słodczy. To wszystko, co Wy, dobrzy ludzie, przynieśliście do redakcji.

„To bardzo ważne, żeby Ci, którzy mają mniej, którzy mają bardziej pod górkę, którym w życiu coś nie wyszło, też mieli ciepło w nocy, też mieli energię do życia” – podsumowała akcję na FB Brykalska.

Pierwsza odsłona akcji już z nami. Ale spontanicznie postanowiliśmy, że zupełnie jej nie kończymy.

„Tam są różni ludzie: zdrowi i chorzy. Potrzeby są duże. Ale to musi być pomoc – tak zwana – celowana. Czyli krótko mówiąc, znów proszę Was o pomoc na miarę waszych możliwości. Potrzebujemy bandaży i środków opatrunkowych, kremów na odparzenia i odleżyny, dresów i podkoszulków męskich, nowej bielizny męskiej. Możesz skontaktować się ze mną, odbiorę. Możesz też przynieść do redakcji” – napisała Bogumiła Brykalska.

Pan Franciszek: - Tę pomoc, która trafiła do nas na Topolową, oceniam jak najlepiej. To dobry, fajny gest tych, którzy nas zauważyli.

Kolejny wtorek, 21 kwietnia

Dziś dziękujemy wszystkim, którzy pomogli w naszej wspólnej akcji. Ten tydzień pokazał, że widzicie potrzeby ludzi z Topolowej. Jak to ujął Aleksander Tomaszewski, bezdomni życie mogą mieć gorsze, ale nie są gorszymi ludźmi.

Mariusz Pojnar



Barbara Olek, streetworkerka, która pracuje z bezdomnymi

Odkazili karetki srebrem i złotem

Firma Ultra Protect Pareto, przedstawiciel EGP System, za darmo przeprowadziła dezynfekcję karetek oraz namiotu przed szpitalem. Dodatkowo przekazała kilka litrów płynu z jonami złota i srebra



Dzięki dezynfekcji zlikwidowano bakterie, wirusy, pleśnie, grzyby oraz ich zarodniki w trzech karetkach

W gronie darczyńców nowosolskiego szpitala znalazła się firma Ultra Protect Pareto, lubuski przedstawiciel EGP System. Przedstawiciele firmy za darmo wykonali dezynfekcję oraz zabezpieczyli pod względem mikrobiologicznym trzy karetki i namiot służący do triażu wraz z wyposażeniem. Dodatkowo firma podarowała szpitalowi kilka litrów płynu z jonami złota i srebra.

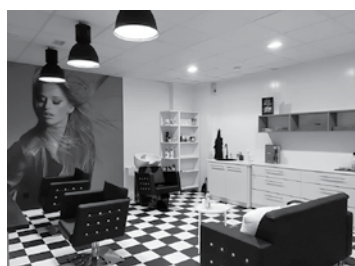
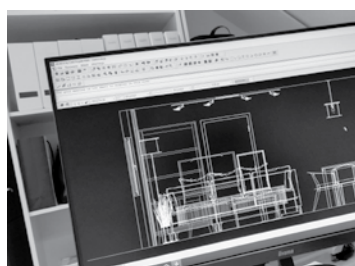
Odkazanie polegało na wykorzystaniu synergii złota koloidalnego, srebra w postaci monoatomowej oraz jonowej wody utlenionej. Odbyło się to w formie oprysku i zamgławiania. Tym samym środek dezynfekujący dotarł do wszystkich elementów znajdujących się w karetce i namiocie: blatów, stołów, wnętrza pojazdu, szuflad, odzieży, butów. Substancja czynna wchodząca w skład produktu zlikwidowała bakterie, wirusy, pleśnie, grzyby oraz ich zarodniki i co bardzo istotne - dodatkowo opóźniając ich ponowny powrót. Działanie

jonów srebra polega na przenikaniu przez błony komórkowe bakterii, wirusów i pierwotniaków uszkadzając je, blokując możliwość rozmnażania i doprowadzając do ostatecznego wyginienia.

- Środek jest skuteczny już w małym stężeniu. Z kolei woda utleniona wzmacnia nawet 40-krotnie działanie srebra i złota. Mikroby nie uodporniają się na działanie srebra, co pozwala regularnie powtarzać proces - mówi Maksymilian Kowalik, właściciel firmy Ultra Protect Pareto. - Taki sposób dezynfekcji jest najczęściej stosowany w branży spożywczej, gdzie sterylność jest niezwykle istotna. Cieszę się, że mogliśmy pomóc naszemu szpitalowi i wykorzystać tę technologię do zabezpieczenia naszych medyków oraz pacjentów - dodaje Kowalik.

Firma zapowiada, że sukcesywnie i nieodpłatnie będzie odkazała i zabezpieczała kolejne pojazdy i obiekty nowosolskiego szpitala.

Monika Owczarek



PROJEKTOWANIE WNETRZ
ARLETA PACHURKA

Tel.: 513 692 771

Adres: Ul. Nowosolna 30 B

67-120 Kozuchów



fb.me/ProjectHouseAP

Wraca temat aborcji

W Sejmie posłowie debatowali nad projektem Ordo Iuris zaostreżającym ustawę anty-aborcyjną. Zapytaliśmy osoby z powiatu nowosolskiego, co o nim sądzą. - Aborcja to nie jest czarno-biały temat, jak sugeruje to Kaja Godek mówiąc, że to jest prosty wybór pomiędzy zabijaniem a niezabijaniem – mówi Marta Sobkowska-Bartczak

W środę w Sejmie głosowana była ustawa przygotowana przez Instytut Ordo Iuris. Posłowie musieli się nią zająć teraz, bo tak stanowi prawo – to projekt obywatelski, który w innym przypadku za długo tkwiłby w zamrażarce.

Projekt „Zatrzymaj aborcję” zakłada m.in. zakaz przerywania ciąży, gdy badania prenatalne lub inne przesłanki medyczne wskazują na duże prawdopodobieństwo ciężkiego, nieodwracalnego upośledzenia płodu albo nieuleczalnej choroby zagrażającej jego życiu.

Ustawa, którą firmuje Kaja Godek, trafiła do dalszych prac w komisjach zdrowia oraz polityki społecznej i rodziny.

„Do łóżka, kuchni i rodzenia?”

Wanda Świdzińska to działaczka społeczna, jedna ze współtwórczyń grupy Nowosolanki. pl. Przeciwniczka ustawy Godek. - Jestem rozżalona i zmartwiona. Nasze protesty dają tylko lepsze samopoczucie nam, protestującym. I jakąś dziwną nadzieję, że może ktoś nas posłucha. Jesteśmy utrzymywani w takim stanie, w takiej złudnej nadziei, a po zastanowieniu się, widzimy, co nas czeka – mówi Świdzińska. - Jak w tej sytuacji skutecznie protestować? Na dokładkę zaraza, która jest podstawowym czynnikiem wytracającym nam wszelkie działania, protesty, manifestacje.

Świdzińska podkreśla, że w kontekście przerywania ciąży trzeba zostawić kobiecie możliwość wyboru: - Dla mnie to jest niezrozumiałe, że o kobiecych wyborach i możliwościach decydują mężczyźni. Mamy być tylko do kuchni, sypialni, rodzenia bez żadnego wyboru? Nie! Buntuję się, ale w obecnej sytuacji – wewnętrznie.

Jak według niej można protestować w czasach epidemii? - Np. wystawiając parasol na balkonie i w oknie samochodu czy zakładając koszulkę protestacyjną – wymienia dwie możliwości.

Moja kolejna rozmówczyni też jest przeciwko zaostreżeniu ustawy. Chce zostać anonimowa: - To jest nieludzkie. Ustawa naraża życie i zdrowie kobiety: fizyczne i psychiczne. Świadomość tego, że urodzi dziecko np. bez nerek, z niewykształconym mózgiem jest niewyobrażalną traumą. Podobnie jak noszenie w sobie dziecka np. z kazirodzkiego gwałtu. Wiem, że są adopcje, ale takie dzieci nierzadko są niepełnosprawne umysłowo i wiele z nich pozosta-

je w ośrodkach opiekuńczych na całe życie. Kobiety powinny mieć wybór. Okej, może i trzeba było się zająć tą ustawą teraz ze względów proceduralnych. Ale ona jak zwykle ma odwracać uwagę od innych rzeczy. Mam nadzieję, że wygra zdrowy rozsądek i projekt padnie.

„Barbarzyńskie ograniczanie praw kobiet”

Eryk Maciejewski to działacz Partii Razem. Ustawę Godek nazywa absurdalną. - PiS dobrze wie, że taki projekt wiąże się z masowymi protestami w Polsce, a w dobie epidemii i obowiązkowej kwarantanny społecznej nie ma możliwości organizowania protestów – zwraca uwagę Maciejewski.

Według niego ustawa „w barbarzyński sposób ogranicza prawa kobiet”. - Zamiast liberalizacji prawa, które w rozwiniętych państwach jest standardem, u nas PiS chce fundamentalizmu – uważa Maciejewski. - Kobiety nie mogą się godzić, by rzesza konserwatywnych przedstawicieli patriarchy, piastująca najwyższe stanowiska w kraju, decydowała o tym, czy mogą mieć jakikolwiek wybór, czy nie. Organizacje pozarządowe podają przykłady niechcianych ciąż pochodzących z gwałtu, gwałtu kazirodczego, ciąż, które zagrażają życiu matki, w których przesądzone jest, że dziecko urodzi się martwe lub ciężko chore. Jak widać, te przykłady nie wystarczą.

Działacz Razem pyta: - Czy w takim razie PiS będzie wspierało osoby urodzone z gwałtu? Będzie kazało kobiecie nosić dziecko jej ojca czy brata? Będzie wspierało niepełnosprawnych? Mieliśmy przykład ignorancji ze strony rządu w czasie protestów osób niepełnosprawnych. Wnioski nasuwają się same. Jeśli projekt przejdzie, będziemy świadkami jawnego łamania praw człowieka.

Eryk Maciejewski podejrzewa, że debata nad projektem będzie jeszcze niejednokrotnie wracać. Dlaczego wspiera protestujące kobiety? - Bo uznają całkowitą równość płci i uważam, że o ciele kobiety decyduje tylko i wyłącznie kobieta – wyjaśnia. - Znam wiele kobiet, które są świadome tego, co się dzieje. Chcą być wolne i niezależne, żyć w państwie, które otoczy ich opieką, da im szereg możliwości, wybór. Im się to po prostu należy. Nikt nie powinien im tego odbierać.

„Jestem za życiem”

Daniel Sadowski jest blisko nowosolskich środowisk kościelnych. - Jestem wdzięczny Bogu i swoim rodzicom za dar życia, że jako osoba niepełnosprawna mogę żyć i cieszyć się życiem, które jest piękne – uśmiecha się. - Znam wiele osób niepełnosprawnych – nierozumiejących, niemyślących – i te dzieci są kochane przez swoich rodziców. Otoczone przez rodzinę piękną i czując miło-

ścią.

Sadowski podkreśla, że jest za życiem od poczęcia aż do naturalnej śmierci: - Dziękuję moim rodzicom za dar wychowania i całej mojej rodzinie, że walczyli o mnie.

Anna Olczyk, z wykształcenia pedagogka specjalna: - Też jestem za życiem. Projekt ustawy mówi o tym, by zakazać aborcji eugenicznej. Poświęciłam kilka lat życia pracy z ludźmi z zespołem Downa. Nie mogłabym im powiedzieć, że jestem za tym, by ich matki miały możliwość zabicia ich. Nie powiedziałabym tego nikomu.

Olczyk twierdzi, że w ub. tygodniu „wśród celebrytów znów zawrzało”. - Mam przyjaciół, którzy popierali protest, póki nie dowiedzieli się, czego dotyczy. Dla mnie projekt to nic innego jak ochrona tych, którzy nie mogą się bronić – uważa Anna Olczyk. Nie ocenia kobiet, które poddały się aborcji. - Sama nie chciałabym znaleźć się w ich sytuacji. Rozumiem też, że każdy przypadek jest inny – przyznaje.

W projekcie Ordo Iuris brakuje jej ważnej kwestii. - W parze powinna iść realna pomoc rodzinom osób z niepełnosprawnościami, a to kuleje – mówi Olczyk. - Poziom świadomości ludzi na temat niepełnosprawności jest niski, integracja w szkołach to często teoria. Myślę, że energia poświęcona protestom, w których mowa jest o piekle kobiet, mogłaby być spożytkowana na prawdziwą dyskusję, co tak naprawdę jest dla kobiet piekłem, również dla tych z niepełnosprawnościami.

Małgorzata Z. Romańczukiewicz, z zawodu psycholożka, wierząca: - Zachęcam, by przyjrzeć się całej ustawie. Tam są też formy wsparcia, konieczne dla rodziny opiekującej się chorym dzieckiem. Jestem za życiem, bo traktuję je jako dar. Ale zaznaczam, że nie potępiam i daleka jestem od osądzania osób, które nie potrafią przyjąć chorego dziecka jako daru.

Chcę wierzyć w to, że teraz komisje odpowiedzialnie rozważą zmianę ustawy. Posłowie powinni zapytać o zdanie specjalistów, którzy pokazaliby im realia pracy w hospicjach perinatalnych. Wyслуchać rodziców z różnymi doświadczeniami.

Jeśli faktycznie tak jest, że w Polsce dochodzi do 200 aborcji rocznie z powodu zespołu Downa u dziecka, to współodpowiedzialni są też ci, którzy są bierni albo uniemożliwiają tworzenie systemu wsparcia. Dla kobiet ważne byłoby przede wszystkim to, że nie są zostawione same sobie. Potrzeba im pełnej informacji o pomocy w ich sytuacji i wiedzy o konsekwencjach decyzji, w tym tych o aborcji czy skorzystaniu z hospicjum perinatalnego. Takie hospicjum, gdzie są ginekolodzy, perinatolodzy, kardiolog, neonatolog, pediatrzy, genetycy i psycholodzy, obejmuje darmowym wsparciem rodzinę i dziecko od momentu podejrzenia ciężkiej choroby u dziecka. Ze statystyk pierwszego hospicjum per-

inatalnego tylko 14 proc. kobiet korzystających z dostępnej pomocy w hospicjum zdecydowało się na przerwanie ciąży, podczas gdy 91 proc. podjęło decyzję o przerwaniu jej otrzymując informację o chorobie dziecka w szpitalu. Co z kobietami, które po diagnozie były pozostawione same sobie i zdecydowały się na aborcję? Zazwyczaj samotnie dźwigają ciężar syndromu poaborcyjnego, o którym tak niewiele się mówi, a towarzyszy im często przez całe życie. Należy im się pomoc terapeutyczna.

Chrześcijanka przeciw ustawie

Marta Sobkowska-Bartczak jest katoliczką. Dwa miesiące temu urodziła synka. - Szczególnie oburza mnie spłykanie aborcji do zabijania i niezabijania. Ten projekt to przemoc wobec życia. Niestety, aspekt aborcji nie jest tak czarno-biały, jak sugeruje to pani Godek mówiąc, że to jest prosty wybór pomiędzy zabijaniem a niezabijaniem – denerwuje się Sobkowska-Bartczak. I dodaje: - Z pełnią odpowiedzialności mogę stwierdzić, że ta ustawa nie jest ani chrześcijańska, ani prorodzinna. I nie chroni życia, wręcz przeciwnie.

Moja rozmówczyni nie popiera aborcji „z wygody, braku gotowości na rodzicielstwo”. - Mówiąc krótko, choć to też jest temat rzeka. Jestem przeciwna aborcji istot zdolnych do życia, zdrowych, szczególnie w zaawansowanej ciąży – zaznacza. - Według mnie takie schorzenie jak np. zespół Downa też nie jest mocnym powodem dokonania aborcji, ale to moje zdanie – ja wolałabym urodzić dziecko z zespołem Downa. Osoby z tym schorzeniem są świadomymi, świetnie radzącymi sobie w życiu ludźmi i mają takie samo prawo do życia jak każdy. Można też urodzić, ale nie trzeba wychować. Można dać szansę na życie. Ale nie mnie oceniać czyichś decyzji, bo nie jestem w czyjejś skórze.

Marta Sobkowska-Bartczak nie rozumie, jak można zakazać kobietom decydowania o ciele i zdrowiu. - Jak można zakazać usunięcia ciąży, w której dziecko od początku będzie nieświadomą roślinką albo urodzi się martwe? – pyta. I zwraca uwagę, że kobieta, która jest skazana na taki poród, musi przechodzić piekło. - To wywraca jej świat do góry nogami – dodaje.

Boi się o kobiety, które będą musiały ryzykować własne zdrowie i życie, żeby za wszelką cenę urodzić. - Zagrożenia zdrowotne wynikające z ciąży i porodu wykrywane są zazwyczaj na wczesnym etapie ciąży i muszą z tą świadomością starać się ją donosić. A wszelkie poronienia będą podejrzaną próbą nielegalnego przerywania ciąży na własną rękę – zaznacza Sobkowska-Bartczak. - W wielu przypadkach tak właśnie będzie: kobiety będą robiły dużo głupot, by pozbyć się ciąży. Oburza mnie też to, że 6-tygodniowy



Logo protestu kobiet

płód stawia się na równi z płodem 5-miesięcznym. Choć jako rodzic wiem, że już 12-tygodniowy płód to mały człowiek, który ma ręce, nogi, głowę, twarz i pięknie się rusza. Gdy tylko zobaczyliśmy z mężem na badaniu usg bicie serca w małej fasolce w szóstym tygodniu, to już kochaliśmy to dziecko. Trudny temat. Ale ja od początku wiedziałam, że mi i dziecku nic nie zagraża.

Zapytałem o zdanie jeszcze jedną kobietę. Jest przeciwniczką ustawy Godek. Nie chciała jednak rozmawiać. Boi się, że straciłaby pracę.

„Popieram protest kobiet”

Kiedy Michał Paszkowski dowiedział się, że posłowie będą zajmować się zaostreżeniem prawa antyaborcyjnego – jak to określa – nie był w stanie tego pojąć. - Czy naprawdę w dobie pandemii nie mają teraz ważniejszych spraw do rozpatrywania? – pyta Paszkowski. - Żyjemy w XXI wieku i nie możemy godzić się na to, żeby państwo nie dawało kobietom prawa wyboru. To jest smutne, że doczekaliśmy się takich czasów. Dlatego popieram protest kobiet, jestem też za edukacją seksualną prowadzoną przez fachowców.

O. Ludwik Wiśniewski, domnikanin, napisał dwa lata temu w „Tygodniku Powszechnym”: „Gdyby w chrześcijańskim narodzie, a takim podobno jest polski naród, uchwalono ustawę, która stanowi, że opiekun nieuleczalnie chorego dziecka otrzymuje comiesięczne wynagrodzenie równe przeciętnej pensji, a lata opieki nad chorym dzieckiem wliczają się do świadczeń emerytalnych; gdyby ponadto ustawa gwarantowała bezpłatne lekarstwa i bezpłatną terapię dla takich dzieci – byłaby to prawdziwa troska o nienarodzonych, godna Dumnej Polski”.

Wracam do Marty Sobkowskiej-Bartczak. Komentuje słowa o. Wiśniewskiego: - Dobrze powiedziane. Dzięki takim działaniom ludzie uniknęliby wielu moralnych dylematów i trudnych decyzji. Tak jak mówiłam, temat aborcji nie jest czarno-biały. Ale wtedy można by mówić o prawdziwej ochronie życia.

Mateusz Pojnar

Pływalnia rośnie w oczach Ma być gotowa w sierpniu

- Zbliżyliśmy się do takiego decydującego momentu, który realnie pozwala ocenić prace - i zewnętrzne, i wewnętrzne - które zostały wykonane - mówi Andrzej Drozdek, naczelnik wydziału inwestycji w UM



Intensywne prace budowlane trwają zarówno wewnątrz, jak i na zewnątrz obiektu

Przypomnijmy, już niedługo Nowa Sól będzie dysponowała 25-metrową pływalnią. W części rekreacyjnej znajdują się m.in. dwa tory o dł. 10,60 m i głębokości 0,75 m do nauki pływania, brodzik dla dzieci, jacuzzi i strefa saun. Żeby popływać nie trzeba będzie jeździć do Zielonej Góry czy Polkowic.

Obiekt ma być oddany za nieco ponad cztery miesiące. - Pływalnia ma być gotowa w sierpniu, by od września można było z niej korzystać - informuje Ewa Batko, rzeczniczka nowosolskiego magistratu.

Wykonawca prac budowlanych utrzymuje tempo, a pływalnia z dnia na dzień rośnie w oczach.

- Zbliżyliśmy się do takiego decydującego momentu, który realnie pozwala ocenić prace - i zewnętrzne i wewnętrzne - które zostały wykonane oraz te, które pozostają do zrobienia, bo prostu już dużo widać. To choćby zagospodarowanie terenu wokół, bo prawie go-

towe są drogi i parkingi przy pływalni po stronie północnej - podkreśla Andrzej Drozdek, naczelnik wydziału inwestycji w nowosolskim urzędzie miasta.

Mimo to sporo jest jeszcze do zrobienia. - W samej hali czeka nas montaż sufitu podwieszonego nad niecką basenową. Trudnym zadaniem do wykonania jest też aranżacja zespołu saun. A obecnie główny ciężar to wykonywanie robót związanych z instalacją technologii uzdatniania wody basenowej i instalacją wentylacji oraz skoordynowanie robót wykonywanych przez kilkunastu podwykonawców - mówi o toczących się pracach w pływalni Drozdek.

Ze względu na sytuację związaną z epidemią w każdym momencie może nastąpić osłabienie tempa prac, zwłaszcza że obecnie na terenie budowy pracuje ponad 20 podwykonawców z całej Polski.

Mariusz Pojnar

Premiera filmu o epidemii w Nowej Soli przesunięta

Cały czas macie szansę wystąpić w dokumencie o tym, jak nowosolanie spędzają okres epidemii koronawirusa. Film Karola Kolby miał wylądować w sieci w Wielkanoc, ale jego premiera została przesunięta

O pomysle nowosolskiego fotografa pisaliśmy na początku kwietnia. Karol Kolba podkreślał, że dobrze byłoby mieć pamiątkę wideo z okresu pandemii. - Chciałbym zostawić coś bardziej namacalnego - obrazy i dźwięki. Zlepić je w film pokazujący Nową Sól i jej mieszkańców w tym trudnym dla nas wszystkich okresie - tłumaczył na naszych łamach Kolba.

I prosił: - Jeśli jesteś z Nowej Soli i spędzasz epidemię w mieście lub poza nim, jesteś z dowolnego miejsca na świecie, ale podczas epidemii przebywasz w Nowej Soli lub w jakiś sposób pomagasz mieszkańcom w tym czasie, to zachęcam cię do podzielenia się swoimi wspomnieniami.

Film miał mieć premierę w sieci w Wielkanoc. Ale do niej nie doszło. Dlaczego? - Postanowiłem przedłużyć czas miesz-

kańcom, żeby mieć więcej materiałów. Jeszcze raz zapraszam wszystkich do wysyłania filmików - podkreśla Karol Kolba. Nowosolanin doszedł do wniosku, że najlepiej będzie wypuścić film już po ustaniu pandemii. Będzie podsumowaniem tego, co działo się u mieszkańców w związku z koronawirusem.

Fotograf czeka na krótkie filmy, w których pokażecie, co akurat robicie, podzielicie się swoimi myślami albo zaprezentujecie puste ulice w centrum miasta w godzinach szczytu. Czy koleżki do aptek.

- Z uwagi na epidemię większość z nas pozostaje w domach: bawimy się z dziećmi, pracujemy zdalnie, przerabiamy stare ubrania, które leżały na dnie szafy - mówił nam Karol Kolba. - Jeszcze inni z nas szyją maseczki, produkują respiratory albo



Nowa Sól z lotu ptaka (fot. Karol Kolba)

przygotowują jedzenie dla tych, którzy z uwagi na kwarantannę nie mogą opuścić mieszkań.

Jeśli kręcicie telefonem czy tabletem, proszę o ujęcia poziome, najlepiej w proporcjach 16:9.

Materiały przysyłajcie na mejla koronawirus@karolkolba.pl.

Mateusz Pojnar

Biblioteka informuje...

... że opłaty za przetrzymanie książek w czasie epidemii koronawirusa nie są naliczane.

- Przypominamy też, że co-

dziennie można zwracać się do nas z pytaniami dotyczącymi funkcjonowania Miejskiej Biblioteki Publicznej - podkreśla Cezary Siciński z nowosolskiej

biblioteki. - Można to zrobić mejlowo albo korzystając z naszego facebookowego profilu.

Pracownicy MBP proszą, żeby pytania związane z nową

multiwyszukiwarką Integro, wypożyczalnią główną, czytelnia i czytelnia regionalną kierować na adres biblioteka_ns_kdusz@tlen.pl. A pytania

dotyczące dostępności kodów do aplikacji Legimi i instrukcji logowania na adres biblioteka_ns_wyp_multi@tlen.pl.

(red)

12 nowosolskich zebr doświetlonych

- Zastosowane rozwiązanie techniczne sprawi, że obiektem wyróżnionym z otoczenia oraz dobrze widzialnym przez kierowcę będzie przede wszystkim pieszy - podkreśla Ewa Batko, rzeczniczka UM w Nowej Soli



Doświetlenie przejść dla pieszych znacznie wpłynie na bezpieczeństwo mieszkańców

Od początku 2020 roku w celu poprawy bezpieczeństwa w szczególności osób pieszych urząd miejski postanowił rozpocząć prace mające na celu doświetlanie przejść drogowych na terenie Nowej Soli.

Decyzję, które przejścia zostaną wskazane do zmodernizowania, miasto podjęło w ramach ustaleń z Komendą Powiatową Policji w Nowej Soli

oraz komisją bezpieczeństwa i porządku starostwa powiatu nowosolskiego. Wybrano 12 zebr na terenie miasta [ich lista w ramce obok - red.]. Przy tych przejściach zostało zamontowane oświetlenie dedykowane LED. - Zastosowane rozwiązanie techniczne sprawi, że obiektem wyróżnionym z otoczenia oraz dobrze widzialnym przez kierowcę będzie przede

wszystkim pieszy - poinformowała nas w czwartek Ewa Batko, rzeczniczka UM w Nowej Soli. - W chwili obecnej można powiedzieć, że realizacja inwestycji jest praktycznie zakończona, bo dziś powyższe prace są wykonywane na ostatnim, 12. przejściu dla pieszych - dodała rzeczniczka nowosolskiego urzędu miasta.

Mariusz Pojnar

Oświetlenia powstały w:

- obręb skrzyżowania ulic Piłsudskiego - Traugutta
- obręb skrzyżowania ulic Parkowa - Kasprzaka
- Pl. Wyzwolenia (centrum miasta - deptak)
- obręb skrzyżowania ulic Wrocławskiej - Muzealna
- obręb skrzyżowania ulic Wojska Polskiego - Muzealna
- ul. Wojska Polskiego pomiędzy ul. Św. Barbary i ul. 8 Maja
- obręb skrzyżowania ulic Kościuszki - Wesoła
- obręb skrzyżowania ulic 1 Maja - Królowej Jadwigi
- obręb skrzyżowania ulic Kościuszki - Sikorskiego
- ulicy Kościuszki na wysokości os. Spółdzielczego
- ulicy 1 Maja - pomiędzy ul. Matejki i ul. Wyszyńskiego.

kamyczek do ogródka

kamyczek@tygodnikkrak.pl

Problematyczna kostka

Widać, że kostka brukowa wzdłuż parkingu przy ul. Dąbrowskiego wiele przeszła. Świadcą o tym chociażby brakujące elementy. - Teren jest bardzo ładny, ale te zniszczenia psują efekt - mówi pani Magdalena. Jesteśmy ciekawi czy to wina ciągłej eksploatacji parkingu, czy może jednak ktoś pomógł?



Dmuchałce, latawce, reklamówki...

Mieszkańcy cieszą się z otwarcia nowych sklepów przy ul. Fredry. Niestety, reklamówki wyrzucane z tych sklepów do kontenerów notorycznie są wywiewane i wiszą na pobliskich drzewach - a to mieszkańców już nie cieszy. - Może warto by było zabudować te kontenery w ten sposób, żeby te foliówki nie wylatywały? - proponuje nasz Czytelnik.

Jak rękawiczki po deszczu

Na ulicach Nowej Soli widać, że mieszkańcy stosują się raczej do zaleceń noszenia rękawiczek i maseczek ochronnych. I dobrze. Jednak mnóstwo z nich leży po prostu na ziemi. Tak jest w przypadku ul. Muzealnej, gdzie trawnik cały zasiany jest niebieskimi rękawiczkami. - Nasze środowisko mocno na tym ucierpi - marzy się pan Marian.



Góra śmieci

Śmieci to jedno z większych utrapień nowosolan. Tym razem widok na górę odpadów mają mieszkańcy ul. Szarych Szeregów. - Śmieci nie trafiają do kontenera, tylko obok... - złości się pan Jan. - Walają się potem po całej okolicy - dodaje.

Zostań rodzicem zastępczym!

I Ty możesz stworzyć rodzinny dom dla potrzebujących dzieci!

Zapraszamy wszystkich chętnych!

Gwarantujemy:

- bezpłatne szkolenie,
- specjalistyczną pomoc pedagogiczno-psychologiczną,
- świadczenie na dziecko,
- wynagrodzenie dla zawodowych rodzin

zastępczych.
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
ul. Staszica 1A, 67-100 Nowa Sól
tel. 68 457 43 30
e-mail: pcpr@powiat-nowosolski.pl
www.pcprnowasol.pl

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowej Soli

informuje, że w siedzibie Centrum świadczone jest bezpłatne, specjalistyczne poradnictwo:

- 1) rodzinne,
- 2) socjalne,
- 3) z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

Zapraszamy:
pn. 7.00 - 16.00,
wt.-czw. 7.00 - 15.00,
pt. 7.00-14.00

tel. 68 457 43 30

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowej Soli informuje,

że w siedzibie Ośrodka będą udzielane bezpłatne porady psychologa dla mieszkańców miasta Nowa Sól. Rejestracja na porady prowadzona jest pod numerem telefonu (68) 506 51 61 w środy i czwartki w godz. 7:30 - 9:00 oraz piątek 14:00 - 14:30.

Dyżur psychologa:
Środa godz. 9:00 - 14:00
Czwartek godz. 9:00 - 14:00
Piątek godz. 11:00 - 14:30

Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

przy Urzędzie Miasta, ul. Piłsudskiego 12 w Nowej Soli, Tel. 68/ 459 03 05 pok. 118 - przyjmuje w dniach i godzinach pracy Urzędu.

Dyżury członków Komisji RPA w każdy czwartek w godzinach 16:00-18:00 w Punkcie Konsultacyjnym przy ul. Jaracza 1 w Nowej Soli

Punkt Konsultacyjno-Informacyjny Przeciwdziałania Narkomanii
ul. Jaracza 1 w Nowej Soli, tel. 0 68/ 459 03 90, w **poniedziałki** przyjmuje terapeuta uzależnień w godz. 16:00-18:00, w **piątki** przyjmuje konsultant w godzinach 14:00 - 16:00

Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

przy ul. Jaracza 1 w Nowej Soli, Tel. 0 68/ 459 03 90, **poniedziałki** - 13:00 - 15:00 i 16:00 - 18:00 - porady socjalne, **wtorki** - 16:00 - 18:00 konsultacje socjalne i psychologiczne, **środy** - 16:00 - 18:00 - porady prawne i socjalne, **czwartki** - 16:00 - 18:00 - konsultacje socjalne i psychologiczne dla dzieci i ich opiekunów, **piątek** - 13:00 - 15:00 - konsultacje rodzinne

Punkt Konsultacyjno - Informacyjny dla Osób z Problemem Alkoholowym i ich Rodzin
I. Witosa 18 w Nowej Soli, Tel. 0 68/ 387 30 40, poradnictwo w godzinach 15:00 - 17:00 **od poniedziałku do czwartku, w piątki** konsultacje psychologiczne w godz. 15:00 - 17:00.

Nowosolskie Stowarzyszenie Amazonek „Tęcza”

spotyka się w każdy 2. i 4. czwartek miesiąca o godz. 16.00 przy ul. Parafialnej 4/8, tel. 608 670 648.

Dyżury Radnych Rady Miejskiej w Nowej Soli - kadencji VIII

w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowej Soli ul. Piłsudskiego 12, pok. 222

Andrzej Petreczko - Przewodniczący Rady Miejskiej: poniedziałek, godz. 13.00 - 15.00
Rafał Stachowiak - Wiceprzewodniczący Rady Miejskiej: czwartek, godz. 10.00 - 11.00

Zbigniew Szczeciński - Przewodniczący Komisji Rewizyjnej: III środa miesiąca, godz. 9.00 - 11.00

Anna Ast - Przewodnicząca Komisji Skarg, Wniosków i Petycji: I środa miesiąca, godz. 14.00 - 16.00

Waldemar Jacheć - Przewodniczący Komisji Finansów, Budżetu i Gospodarki: I czwartek miesiąca, godz. 9.00 - 11.00

Jan Hanusz - Przewodniczący Komisji Spraw Socjalnych i Obywatelskich: I wtorek miesiąca, godz. 9.00 - 10.00

Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Niodoradzu

Plan wycieczek Stowarzyszenia na rok 2020

- 18.04.2020 Saksonia Szwajcarska-Niemcy (1 dzień)
- 02.05.2020 Zamek Książ- Festiwal kwiatów (1 dzień)
- 16.05.2020 Piknik w Droszkowie
- 12-16.06.2020 Mieleno (4 doby)
- 18.07.2020 Czechy- Zamek Frydland, browar
- 07-10.09.2020 Świnoujście (3 doby).

Więcej informacji udziela W. Wiśniewska tel. 692175101 oraz A. Jachacy 606826721

Pierwszeństwo zapisów mają członkowie Stowarzyszenia. Serdecznie zapraszamy.

Stowarzyszenie pełni dyżury w 1. i 3. poniedziałek miesiąca w godz. 10.00 - 12.00 w Centrum Kultury w Otyniu, na parterze.

Tel.: 606 826 721, 692 175 101

Oddziałowa Sekcja Emerytów i Rencistów ZNP w Nowej Soli

Dyżury członków Zarządu w poniedziałki i czwartki, godz. 10.00-12.00, w świetlicy przy ul. Parafialnej 4.

Dyżury do odwołania ZAWIESZONE

Stowarzyszenie Pokoleń Gminy Otyń

Dyżury Koła odbywają się w drugi czwartek miesiąca w godz. 12.30-13.30 oraz w czwartą środę miesiąca w godz. 13.00-14.30 w Gminnym Centrum Kultury w Otyniu, parter.

Blisze informacje pod tel. 608 717 861.

Powiatowa Komisja Koordynacyjna NSZZ "Solidarność" Ziemi Nowosolskiej

ul. Parafialna 4,
tel. 68/ 356-12-11, 663 281 734.

Dyżury związkowców:

w wtorki i środy od 9.00 - 11.00
oraz czwartki 16.00-18.00
(dyżur prawnika).

Radni Rady Miejskiej i Rady Powiatu Prawa i Sprawiedliwości

pełnią dyżury w siedzibie partii przy ul. Jaracza 1 w czwartki w godz. 16.00-17.00, tel. kontaktowy: 665 883 651



Oddział Rejonowy Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów w Nowej Soli

Zaprasza na wczasy

- 1) w **Kołobrzegu** - 1.09. - 11.09. 2020 r. Ośrodek „Kama”;
- 2) w **Rewalu** - 25.09. - 5.10. 2020 r. Ośrodek „Bumerang”.

Ilość miejsc ograniczona.
Zapisy w Biurze Związku.

W związku

z rozprzestrzenianiem się koronawirusa odwołano wyjazdy do:

- Świnoujścia - wczasy świąteczne
- Sabinowa - turnus rehabilitacyjny
- Mrzeżyna - 2.05 - 16.05. 2020 r.
- Międzywodziu - 16.05 - 30.05 .2020 r.

W związku z powyższym biuro związku nieczynne do odwołania.
Tel. kontaktowy: 668 133 024

Stowarzyszenie Relacja

Profilaktyka i terapia uzależnień Terapia par i terapia rodzinna Grupa wsparcia dla osób uzależnionych w poniedziałki o godz. 19.30 ul. Kościuszki 24E; tel. 506 804 548

Koło PZW nr 8 Zootek w Nowej Soli informuje

Prowadzimy egzaminy na kartę wędkarską. Zapraszamy wszystkich chętnych. Czynne od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 do 18.00.

Nowosolskie Stowarzyszenie Klubu Abstynentów "Odrodzenie", Nowa Sól, ul. Drzymały 4 informuje o zmianie dnia spotkań:

- poniedziałki, środy, piątki w godz. 17.00,
- środy o 19.00 - grupa terapeutyczna,
- wtorki w godz. 10.00-12.00 - spotkania z konsultantem
- wtorki 17.00 grupa Elementarz (DDA/DDD)

TAXI

68/ 387-28-19 lub 68/ 387-27-19

727 515 414 (nr 77)
601 565 510 (nr 14)
728 191 021 (nr 40)
603 368 190 (nr 15)
511 774 597 (nr 11)
601 576 603 (nr 108)
888 833 322 (nr 100)

Rada seniorów powiatu nowosolskiego

Kontakt z radą:

Halina Napieralska-Pruska

- 600 215 882;

Jerzy Rybacki

- 663 774 857

Wanda Świdzińska

- 666 397 974.

Korespondencja na adres:

Ul. Moniuszki 3,
67-100 Nowa Sól.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie

67-100 Nowa Sól, ul. Staszica 1A,
pn. 7.00 - 16.00; wt.-czw. 7.00 - 15.00; pt. 7.00-14.00
tel. 68/ 457-43-30,
fax: 68/ 457-43-31,
pcpr@powiat-nowosolski.pl

Telefony alarmowe:

999- Pogotowie Ratunkowe
998-Straż Pożarna
997- Policja
68 475 77 80 - Straż Miejska
112 - telefon alarmowy z telefonów komórkowych
991- pogotowie energetyczne
992 - pogotowie gazowe
504 187 736 - Pogotowie Wodociągowe
118 913 - biuro numerów TP SA



~~koa~~

+n



~~zewo~~



~~mandar~~

REBUS

NR 17

HASŁO:



RABAT 10% z kuponem

ul. Konstytucji 3 Maja 3

ROZWIĄŻ REBUS, WPISZ HASŁO I WYPEŁNIONY KUPON PRZYNIEŚ DO REDAKCJI TYGODNIKA KRAK PRZY UL. PARAFIALNEJ 2 B W NOWEJ SOLI W CIĄGU 4 DNI OD UKAZANIA SIĘ NUMERU (DO PIĄTKU WŁĄCZNIE). DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ - PIĄTĄ POPRAWNĄ ODPOWIEŹ NAGRODZIMY.

IMIĘ I NAZWISKO ZGŁASZAJĄCEGO:



ZWYCIĘZCA Z NUMERU 106 NIKOLA MAGEWICZ GRATULUJEMY!

CZAS NA ODEBRANIE NAGRODY: 5 DNI ROBOCZYCH.

PO ODBIÓR MOGĄ ZGŁASZAĆ SIĘ TYLKO OSOBY PEŁNOLETNIE.

Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdują się na str. 29.

Dane zawarte na wyżej wymienionym zgłoszeniu będą przetwarzane przez 30 dni po wyłonieniu zwycięzcy.

Dane zwycięzców opublikowanych w papierowej formie gazety oraz w formie pdf będą przechowywane bezterminowo.

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na zgłoszeniu zawierającym rozwiązanie rebusu ze strony 12.

Czytelny podpis pełnoletniej:

Spłonęło milion pszczół Ale nadzieja nie poszła z dymem

GMINA KOŻUCHÓW - Straszne emocje. Człowiek stoi i patrzy, jak wszystko płonie. Byłem załamany – mówi Piotr Jonaczyk, właściciel pasieki w Książu Śląskim. W Wielkanoc strawił ją pożar. Ale dzięki dobrym ludziom po tym ciosie pan Piotr staje na nogi



Na miejsce pożaru przyjechali strażacy, ale ogień rozprzestrzenił się zbyt szybko

Hodowla pszczół to u nich tradycja. Rodzina Piotra Jonaczyka zajmuje się tym od końca XIX wieku.

Pasieka pana Piotra spłonęła w Wielkanoc. Ogień strawił kilkadziesiąt uli, 36 pszczelich rodzin – to łącznie około milion pszczół.

- Spalił się również wóz pszczelarski i narzędzia do obsługi pasieki – mówi Michał Jonaczyk, brat pana Piotra. - Iskra z podkurzacza i trwająca susza spowodowały, że wszystko spłonęło w ciągu kilkunastu minut.

„Byłem załamany”

Właściciel pasieki: - Cały dzień, mimo że to była Wielkanoc, pracowałem. Jest epidemia koronawirusa i święta nie były takie jak zawsze. Przygotowania w pasiece musiały trwać. Pod koniec pracy z podkurzacza wysypał mi się cały żar. Posprzątałem to i wydawało mi się, że jest wszystko w porządku. Pojechałem do domu, pasiekę mam na widoku. I zobaczyłem w pewnym momencie, że zaczyna się palić. Szybko zajęło się wszystko.

Piotr Jonaczyk jest wielkim pasjonatem pszczół. Co czuł, gdy zobaczył ogień? - Bezsilność – mówi wprost. - Straszne emocje. Człowiek stoi i patrzy, jak płonie jego dobytek. Próbowiałem ratować sytuację z sąsiadami. Później przyjechała straż pożarna. Byłem załamany.

Pan Piotr miał silne pszczele rodziny, na początku sezonu

chciał powiększyć pasiekę, dlatego dokupił kolejne pszczoły. Liczył, że ten rok będzie wyjątkowo owocny.

Zbiórka

Jego siostra i brat szybko zorganizowali zbiórkę pieniędzy na portalu zrzutka.pl. „Pszczelarstwo jest dla Piotrka nie tylko pasją od dziecka, ale także głównym źródłem utrzymania – czytamy w opisie zbiórki. - Straty wynikające z pożaru sięgają 50 tys. zł, ale dojdzie do tego też brak dochodów w tym sezonie. Pieniądze ze zbiórki zostaną przeznaczone na zakup nowych rodzin, nowych uli i sprzętu do obsługi pasieki, w tym pomieszczenia do bezpiecznego przechowywania uli”.

Dalej czytamy: „Sytuacja jest tym bardziej przykra, że sezon miał się dopiero co zacząć – za dwa dni miał wywieźć pszczoły na rzepak. Kilka dni wcześniej Piotrek zainwestował w nowe, silne roje i ule, z czego się bardzo cieszył, szczególnie że poprzedni sezon był bardzo słaby ze względu na suszę i zmienną pogodę”.

Rodzina Piotra Jonaczyka podkreśla też, że będzie wdzięczna za wszelką pomoc. „Wierzimy, że wspólnie pomożemy mu stanąć na nogi i odbudować pasiekę – piszą. - Pozwoli to nie tylko przywrócić mu możliwość pracy, ale także kontynuować rodzinną tradycję pod okiem dziadka Stasia, który zajmuje się pszczelarstwem od prawie 80 lat. Pod jego opieką Piotrek od dziecka uczył

się rzemiosła i rozwijał miłość do tych wyjątkowych stworzeń”.

Nadzieja

Mimo epidemii koronawirusa odzew internautów był niesamowity! W poniedziałek o godz. 12.00 na liczniku zbiórki było 25 tys. zł. Pieniądze można cały czas wpłacać.

- Wsparcie tych ludzi dało mi dużą nadzieję – podkreśla Piotr Jonaczyk. - Dziś czuję się podbudowany. Środowisko pszczelarskie to też dobrzy ludzie, jest wzajemny szacunek, wsparcie i pomoc. Bardzo to doceniam.

Pan Piotr zaznacza, że w ub. tygodniu sporo się wydarzyło: - W niedzielę minął tydzień od pożaru i w ciągu tego tygodnia przejechałem chyba tysiące kilometrów. Poznałem wielu pszczelarzy, którzy pomogli mi i dalej chcą pomóc. Dzwonią do mnie i proponują, że sprzedadzą mi pszczele rodziny, a w tym okresie trudno je kupić, bo sezon się zaczął. W weekend wróciłem np. z rodzinami z Katowic. Niektóre dostałem też za darmo. Wujek i kuzyn również mają pszczoły i część mi przekazali. Na dziś mam już w pasiece 46 rodzin, tak że jest to już jakiś start. Wygląda na to, że będzie ok. 120 uli. Ale czeka mnie dużo pracy, bo muszę odbudować infrastrukturę. Wspiera mnie rodzina, mówią, że bym trochę odpoczął.

Ale pan Piotr im odpowiada: - Teraz nie ma czasu do stracenia.

Mateusz Pojnar



Piotr Jonaczyk jest pasjonatem pszczół

Był jak Forrest Gump Teraz chce być jak serialowy Kojak

BYTOM ODRZAŃSKI Łukasz Gała w ramach ogólnopolskiej akcji, którą organizuje fundacja Avalon, zaproponował czelendź... pt.: „Koronawirus na łyso”. Jakie są zasady? Jeśli poprzez internetową zbiórkę uda się uzbierać 2,5 tys. zł, on ogoli głowę na zero. Łukasz wyrasta nie tylko na fana amerykańskich filmów i seriali, ale także wytrawnego gracza na pomocowej mapie powiatu



Łukasz Gała włączył się w akcję Fundacji Avalon

Naszemu Czytelnikom ten bytomianin jest pewnie dobrze znany z akcji sprzed pandemii, a kon-

kretnie zbiórki internetowej „Run, Łukasz, run”. Na jego orte-zy w wyniku działań na terenie

powiatu wspólnie uzbieraliśmy 7 tys. zł. Łukasz, dzięki grupie wolontariuszy Marcina Garockiego, dozbierał resztę do kwoty 10 tys. zł. Po koronawirusie będzie mógł zamówić nowe ortezy. Najpierw jednak musi wrócić normalność, żeby bytomianin mógł pojechać je przymierzyć.

Ale Łukasz, coraz bardziej znany „helpowicz”, nie może wysiedzieć w spokoju, więc przystąpił do działania. Włączył się w akcję Fundacji Avalon, która od ponad 10 lat realizuje misję, jaką jest wspieranie osób z niepełnosprawnościami i przewlekłe chorych w różnych aspektach ich życia.

Ich ostatnie działanie poprzez portal helpuj.pl jest nastawione na pomoc domom pomocy społecznej i zakładom opiekuńczo-leczniczym w walce z koronawirusem.

Pomocowy czelendź może w obrębie tych działań zaproponować każdy, kto ma fajny pomysł. Z tego skorzystał Łukasz Gała, który odpalił dość osobliwą

zbiórkę.

„Kochani! Dziwne, trudne i niepewne są nasze czasy. Martwimy się o swoich bliskich, których nie możemy odwiedzić. O ich sytuację i stan zdrowia możemy zapytać jedynie przez telefon lub internetowe komunikatory. Nie możemy ich przytulić, dodać im otuchy osobiście. Służby medyczne ze wszystkich sił walczą, by koronawirus dotknął jak najmniejszą liczbę osób. Pomagamy im, zachowując się odpowiedzialnie, ostrożnie i racjonalnie” - napisał Gała na stronie hepluj.pl.

I teraz clue całego przedsięwzięcia: „Czasami bardzo trudno jest odzyskać zdrowie. Obcięte włosy odrosną – i to prędko. Dwa lata zapuszczałem grzywę, by móc ją potem obciąć i przekazać na perukę w ramach akcji <<Daj włos>>. Nigdy jednak nie byłem całkiem łysy. Teraz w moim przypadku, stwierdzenie <<Mniej niż zero>> nabiera nowego znaczenia” - uśmiecha się Łukasz. Zobowiązuję się zatem do tego, że: jeśli na koncie tego wyzwania pojawi

się przynajmniej 2 5 tys. zł, ogolę głowę na totalne zero. Niczym serialowy Kojak” - czytamy w opisie akcji zaproponowanym przez bytomianina.

Skąd taki pomysł?

- Koronawirus dotyczy nas wszystkich, bez wyjątku. Niestety, z racji tego, że jestem osobą z niepełnosprawnością, ale też jestem w grupie ryzyka, nie mogę pomóc w inny sposób niż wirtualnie. Chciałbym tą akcją pokazać ludziom, że wykonując drobny gest można się zarówno fajnie bawić, jak również zrobić coś dobrego. Tą akcją chciałbym też choć w małym stopniu podziękować ludziom za to, że pomogli mi w realizacji marzenia o lekkich ortezach. Dlaczego włosy? Kilka lat temu zapuszczałem je z zamiarem oddania ich na perukę i to mi się udało. Chcę swoją głowę wykorzystać ponownie - zapowiada Gała.

Brawa za inicjatywę! O zbiorce będziemy informować na bieżąco.

Mariusz Pojnar

Jest kasa na wieżę widokową

GMINA OTYŃ Lubuskie da pieniądze na projekt, którego elementami są budowa wieży widokowej niedaleko Bobrownik i zagospodarowanie terenu wokół przystani. Co się zmieni?



Wizualizacja wieży, która powstanie w gminie Otyń



Teren przy przystani rzecznej wypięknieje

Zarząd województwa dofinansuje projekt, którego liderem jest miasto Nowa Sól, a partnerami gmina Otyń, Siedlisko i gmina wiejska Nowa Sól. Lubuskie da ponad 5,8 mln zł. 2,5 mln z tej kwoty pójdzie na koszty inwestycji w gminie

Otyń – te łącznie wyniosą ponad 3 mln zł.

Burmistrz Barbara Wróblewska nie kryje radości. - Cieszymy się, że po wybudowaniu przystani rzecznej teren wokół niej zostanie zagospodarowany. Ale przede wszystkim

z tego, że na szczycie Białej Góry stanie wieża widokowa, z której będzie można zobaczyć bardzo daleko sięgający krajobraz – podkreśla Wróblewska.

Wieża na terenie Rezerwatu Bukowa Góra wyróżni blisko

zniszczonego poniemieckiego bunkra. To będzie drewniana konstrukcja, wysoka na 30 m. Taras widokowy powstanie na wysokości 25 m.

Teren przy przystani rzecznej też się zmieni. Będą dwie wiaty, miejsce na ognisko

z siedziskami, stojaki na rowery, tablica informacyjna i stoły z siedziskami z bali. Wykonawcy wytoczą też trasę pieszo-rowerową. Powstanie również 40 miejsc postojowych za wałem obok przepompowni.

Mateusz Pojnar



Wspomnienia z Iraku, czyli historie emerytowanego żołnierza

- Doszliśmy do jakiejś drewnianej budy. Wokół wzniesiony wał z ziemi i druty kolczaste. Stałem z karabinem, twarzą do wzniesienia, na którym widniała tabliczka z napisem „Death Line”. Tu kończyły się jakiekolwiek pytania – opowiada o misji w Iraku Paweł Brych-Jackiewicz, od niedawna żołnierz emeryt. Tekst jest tym ciekawszy, że wysłuchuje go żona – Marta Brych-Jackiewicz

Zbliżała się wiosna 2004 r. Wyślano mnie z innymi żołnierzami do Bartoszyc na czteromiesięczne szkolenie przed misją stabilizacyjną w Iraku. Później był czas pożegnań, pamiętasz? I mój wylot samolotem do kolebki cywilizacji, gdzieś do Mezopotamii. Z podróży zapamiętałem film „Hellboy” wyświetlany w samolocie. I uwierający zamek od broni spakowanej w kieszeń.

Wyładowaliśmy w Nadżafie. Szedłem płytą lotniska zastanawiając się, dlaczego nie wyłączono silników i teraz buchają tym żarem w stronę wychodzących z samolotu żołnierzy. Trochę trwało, zanim zrozumiałem, że to nie silniki, tylko tutejsza aura. Zaskakujące jednak było to, że mimo tych 44 stopni w lipcowym, irackim cieniu spokojnie dało się oddychać. Tylko coś dziwnego działo się z papierosami kupionymi tu po 2 dolary za karton. Jakby jakieś niewidzialne usta pomagały go spalać. Spalałem więc pół papierosa, a drugie pół wypalał gorący pusty wiatr.

Początkowo zawieźli nas do najbliższej bazy wojskowej, żebyśmy się zaaklimatyzowali. Dopiero po kilku dniach ruszyliśmy do Karbali. Irakijski piach jak mąka wciskał się w każdy zakamarek. Powietrze suche. Powtarzano nam cały czas, byśmy dużo pili. Posłuchałem porady, a mimo to odwodniłem się, nawet nie wiem kiedy. Gdy próbowałem zejść z wojskowego wozu, pociemniało mi w oczach.

Na miejscu zobaczyłem stary, opuszczony hotel, ogrodzony wysokimi na kilka metrów betonowymi blokami. To był nasz camp. Cała masa posterunków i checkpoint, którego nie powstydziałaby się żadna inna baza. Tak miał wyglądać mój dom na następne pół roku.

Spaliśmy w namiotach. Pierwszej nocy, około godziny 2.00, obudziło mnie szarpanie za ramię: „Wstawaj, czas na posterunek”.

Choć w głowie kołatało się od

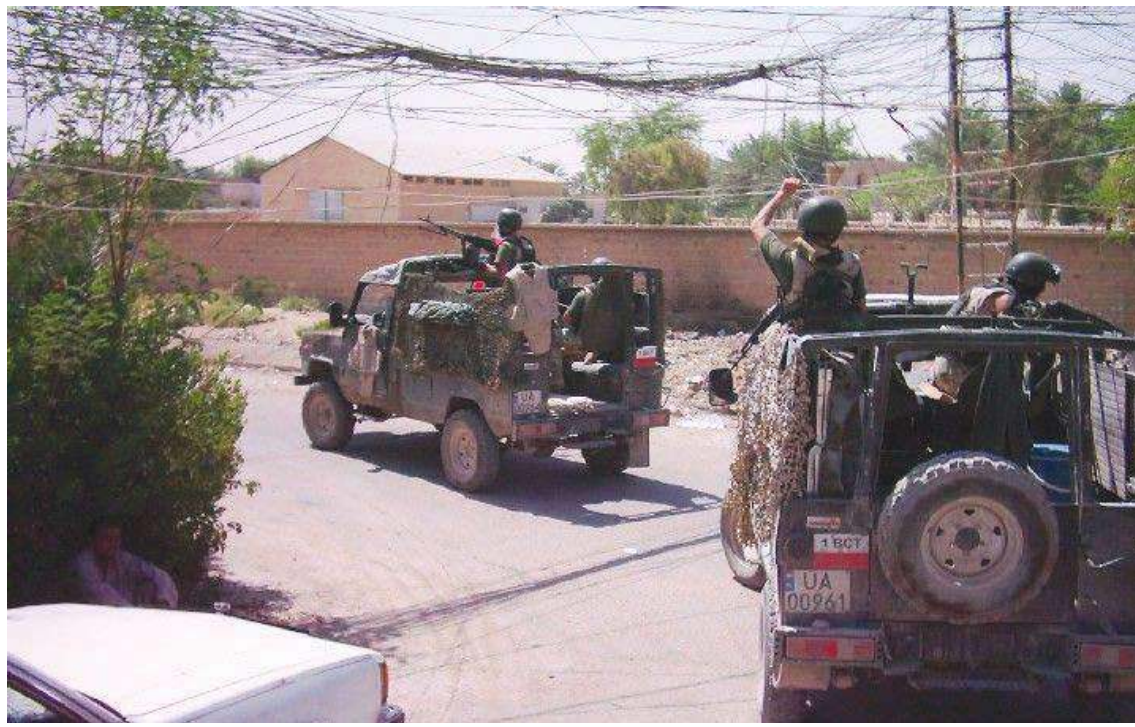
myśli i pytań, szliśmy wąskim okopem w milczeniu. Doszliśmy w końcu do jakiejś drewnianej budy. Wokół wzniesiony wał z ziemi i druty kolczaste. Stałem z karabinem, twarzą do wzniesienia, na którym widniała tabliczka z napisem „Death Line”. Tu kończyły się jakiekolwiek pytania. Zaraz za tą strefą widać było miasto. Łamaną angielszczyzną przez megafon krzychałem do ludzi znajdujących się na dachach, by pokazali ręce lub zeszli na dół. Nerwówka. Tak wyglądał mój pierwszy nocny patrol.

Życie na misji

Następnego dnia wezwano nas do holu hotelu na szczepienie przeciwko malarii. Za stołem zastawionym mnóstwem medykamentów siedział ciemnoskóry lekarz w polskim mundurze. Wszedł na chwilę przed budynek. Po chwili wrócił i słabą polszczyzną zakomunikował, że w okolicy występuje obficie jakaś roślina, która zatrzymuje robactwo przenoszące malarię, więc szczepienie jest zbędne. Nigdy nie pomyślałbym, że istnieją takie proste rzeczy niepozwalające rozprzestrzeniać się poważnej choroby. I najwyraźniej sprawdzone, bo w tamtym regionie rzeczywiście malaria nie występowała.

W bazie, oprócz kompanii Polaków, było także kilkunastu amerykańskich najemników Blackwaters. Zawsze zjawiali się pierwsi na posterunkach w czasie tzw. „cichego alarmu”. Poruszali się bezszelestnie. Oprócz nich stacjonował tu też pluton Bułgarów. Wtedy jeszcze nie wiedziałem, że za rok poznam mojego bułgarskiego szwagra, a kolejnego roku – teścia, także Bułgara. Żaden z nas przecież nie widział ich wcześniej.

Stary, przerebobiony na bazę hotel nie miał własnej kuchni. Codziennie trzeba było zrobić trzy konwoje różnymi, wybranymi losowo trasami i dowozić jedzenie



Każdy z przewodów elektrycznych montowanych w Karbali gdzieś się kończy. Podobno...

w termosach z okolicznych baz. Z tego powodu w naszej małej wojskowej izotermie, osadzonej na podwoziu fiata, pojawiało się coraz więcej dziur po kulach. Nie zawsze w obozie była woda, którą dowożono beczkami. Ba, nawet nie zawsze było co jeść. Wówczas z pomocą przychodziły amerykańskie racje żywnościowe. Nikt nigdy narzekał, każdy wiedział, że nie zawsze po strefie bezpiecznie było się przemieszczać.

Jadaliśmy w namiocie. Wszystko, co zostawało po posiłkach, pakowaliśmy w kartony i dostarczaliśmy okolicznym mieszkańcom.

Łzy leciały non stop

W jednym z naszych honkerów zablokował się kolegom z poprzedniej zmiany odtwarzacz kaset. Pozostała w nim nasza pamiętka w postaci uwiecznionej kasety zespołu „Łzy”. To był jedyny pojazd, w którym można było puścić sobie muzykę, a że w odtwarzaczu było tylko to... Przez ponad pół roku poznaliśmy tę płytę dogłębnie, do trzewi i na wskroś.

Jeździliśmy na patrolach w niezadaszonych pakach pojazdów. Którejś nocy, jadąc na taki patrol, poczułem mocne szarpnięcie na czoło. Hełm odskoczył z głowy i poturlał się pod wóz za nami. Przypomniły mi się wtedy słowa kumpla z sąsiedniej pryczy: „Pamiętaj, bezpiecznik przy klipsie od zapiecia zawsze włączony”. Co oznaczało, że gdybym nie zadbał o ten bezpiecznik, poleciałbym pod ten wóz, razem z moim hełmem. Dlaczego? Proza życia irańskich miast.

Pociągnięcie przewodów elektrycznych w irańskich miasteczkach jest dość dowolne. Kto potrzebuje, ciągnie sobie przewód do najbliższego słupa i podłącza

się do agregatu. Na niewielkiej wysokości nad głowami tworzy się w ten sposób niesamowita platanina przewodów w całym mieście. W ciągu nocy wyłączano te agregaty na godzinę. Wtedy kilka dzielnic Karbali spowijała całkowita ciemność.

Zdarzały mi się na misji bezsenne noce. Leczyłem je jedną z tabletek z indywidualnego pakietu, po których śpi się niemal 20 godzin. Czasami zdarzały się ostrzały. Na szczęście trafiać w bazę sprawiało strzelającym najwyraźniej trudność, bo każda wybuchowa rzecz uporczywie spadała w okolice miejscowego stawu. Całkiem jakby chciano obok zrobić miejsce na następny.

Gdy nasz Camp Commander zajeżdżał po północy wojskową koparką, nikt nie pytał, dlaczego trzeba nocą napełniać 600 worków piaskiem.

Codziennie montowaliśmy wokół bazy miny sygnalizacyjne. I codziennie były niszczone w nocy przez psy, które pałętały się hordami wokół campu.

Wiesz, kiedy pełniliśmy służbę w miejskim ratuszu, zawsze mijaliśmy po drodze wrak takiego czołgu. Pojazd był amerykańską hybrydą niszczyciela czołgów Jacksona i Abramsa i zapewne pamiętał jeszcze pierwszą wojnę w Iraku. Nikt z nas wówczas nie przypuszczał, że będziemy go mogli oglądać kiedyś u nas w kraju. Został podarowany przez rząd iracki i przetransportowany do Polski, gdzie został odrestaurowany. Stoi teraz na skwerku czołgisty w Żaganiu.

„Nie mogę was o to prosić”

Rzadko zdarzała się możliwość zakupu czegokolwiek, ale poja-

wiła się we wrześniu. W konwoju zajechaliśmy z kolegami do Babilonu. To tam kupiłem ten budzik z nagraniem śpiewającego imama, co krzychałaś na niego, żeby się nie darł i w końcu załukał z impetem któregoś poranka [śmiech]. No i ta bransoletka połączona z pierścionkami dla ciebie. Masz ją jeszcze?

Punktem obowiązkowym każdego dnia był jeden telefon do kogoś z bliskich.

Każdy miał nadzieję porozmawiać w spokoju. Czasami rozbrzmiała w pobliżu ostrzegawcza seria z karabinu. Wtedy pani na centrali przerywała rozmowę. Pytanie brzmiało, co działo się w takim momencie po drugiej stronie?

Nie zapomnę nigdy słów naszego majora, który na dwa tygodnie przed powrotem do Polski zebrał nas i zaczął od słów „nie mogę was o to prosić”.

Chodziło o kilkudniowe eskorty saperów w okolicach dróg dojazdowych do Faludży. Sprawdzaliśmy mosty i wiadukty, czy nie ma podłożonych ładunków. Jeśli na horyzoncie pojawiała się czerwona łuna, to oznaczało, że Amerykanie bombardują Faludżę i trzeba zawracać.

Jak zapamiętałem swój powrót do domu? Pamiętam, że było bardzo późno. Że zjadłem kolację z ukochaną żoną. I pamiętam, że obudziłem się w środku nocy. Nasza 3-letnia córeczka stała obok naszego łóżka i przyglądała mi się.

Uśmiechnęła się do mnie i wróciła do swojego łóżeczka.

**Pawła Brych-Jackiewicz
wysłuchała
Marta Brych-Jackiewicz**



Wszystko, co zostawało po posiłkach, żołnierze pakowali w kartony i dostarczali okolicznym mieszkańcom

Rozlicz PIT i przekaz potrzebującym podatek!

· Fundacja Avalon
KRS: 0000270809
Cel szczegółowy: Ogrodniczak, 9964

· Fundacja AVALON – Bezpośrednia Pomoc Niepełnosprawnym
KRS: 0000270809
Cel szczegółowy: Gała, 6507

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 30454 Bułgajska Julia

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 34225 Tudek Jerzy

· Fundacja „Na ratunek dzieciom z chorobą nowotworową”
KRS: 0000086210
Cel szczegółowy: Cholda Rafał

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 8427 Petrus Zuzanna

· Fundacja Avalon (dla Łukasza Karasia)
KRS: 0000270809
Cel szczegółowy: Karas 4506

· Fundacja „Na ratunek dzieciom z chorobą nowotworową”
KRS: 0000086210
Cel szczegółowy: Inez Różycka

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 9008 Krysiak Jakub

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 10239 Zydorowicz Michał

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 16583 Mańczak Paulina

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 21719 Wiczorek Zuzanna

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 9032 Urbańska Elżbieta

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”

KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 6436 Kubów Lena

· Caritas Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej
KRS: 0000226818
Cel szczegółowy: 383/2009 - Dla Oliwki Wiczorek

· Fundacja Spełnionych Marzeń
KRS: 0000128832
Cel szczegółowy: Dla Sebastiana Kossakowskiego

· Grażyna Gałązka
KRS: 0000382243
Cel szczegółowy: 650 pomoc dla Grażyny Gałązka

· Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym Słoneczko
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: Filip Twardowski 54/T

· Stowarzyszenie „Warto jest pomagać”
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Krystian Lewandowski

· Stowarzyszenie „Warto jest pomagać”
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Grzegorz Szkwerek

· Fundacja Pomocy Rodzinom i Dzieciom Chorym Na Mukowiscydozę „Matio”
KRS: 0000097900
Cel szczegółowy: dla Patryka Maik

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 246 Łuczak Adam

· Fundacja „Nasze Dzieci”
KRS: 0000249753
Cel szczegółowy: Aleksandra Łuczak

· Polskie Towarzystwo Walki z Mukowiscydozą w Rabce-Zdroju
KRS: 0000064892
Cel szczegółowy: Magdalena Peca

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 12437 Pawlak Krystian
Cel szczegółowy: 12438 Paw-

lak Sebastian

· Fundacja „Na ratunek dzieciom z chorobą nowotworową”
KRS: 0000086210
Cel szczegółowy: Weronika Ziobier

· Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta
KRS: 0000675115
Cel szczegółowy: koło nowosolskie

· Nowosolskie Alternatywne Stowarzyszenie Artystów – NASA
KRS: 0000044415

· Międzyszkolny Klub Sportowo-Turystyczny Astra
KRS: 0000082192

· Miejski Klub Piłkarski Arka w Nowej Soli
KRS: 0000114028

· Lubuska Federacja Sportu
KRS: 0000079458
Cel szczegółowy: UKS Trójka Nowa Sól

· UKS SKM Nowa Sól
KRS: 0000270261
Cel szczegółowy: UKS SKM Nowa Sól 4314

· Nowosolskie Stowarzyszenie Amazonki „Tęcza”
KRS: 0000126168

· Stowarzyszenie Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Pomóż Nie Będę Sam”
KRS: 0000235460

· Stowarzyszenie Kultury Chrześcijańskiej „Chorał”
KRS: 0000253405

· Nowosolski Uniwersytet Trzeciego Wieku
KRS: 0000274854

· Towarzystwo Uniwersytetów Ludowych Lubuski Oddział Regionalny w Koźuchowie
KRS: 0000213462

· Stowarzyszenie „Warto jest pomagać”
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Nadia Jaworska

· Fundacja Karolat
KRS: 0000380329

· Katolickie Stowarzyszenie Bona Fide (W dobrej wierze)

przy parafii pw. św. Marii Magdaleny w Nowym Miasteczku
KRS: 0000334911

· Ochotnicza Straż Pożarna w Koźuchowie
KRS: 0000 116 212
Cel szczegółowy: OSP KOŹUCHÓW 67-120 Koźuchów ul. Głogowska 3

· Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Przystań” Bytom Odrzański
KRS: 0000022456

· Miejski Klub Sportowy Odra Bytom Odrzański
KRS: 0000122979

· Stowarzyszenie Przyjaciół Sanktuarium Maryjnego w Otyniu
KRS: 0000345104

· Ludowo-Uczniowski Klub Sportowy Czarni Rudno
KRS: 0000056955

· Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju Letniska Jodłów
KRS: 0000335687

· Miejski Klub Sportowy Nowe Miasteczko
KRS: 0000242804

· Europejskie Centrum Rozwoju Lokalnego w Nowym Miasteczku
KRS: 0000332768

· Kajakowy Klub Sportowy Nowa Sól
KRS: 0000032437

· Nowosolski Klub Karate Kyokushin
KRS: 0000035891

· Polski Związek Niewidomych Okręg Lubuski
KRS: 0000059603
Cel szczegółowy: Koło Nowa Sól

· Polski Czerwony Krzyż
KRS: 0000225587
Cel szczegółowy: Oddział w Nowej Soli

· Nowosolskie Stowarzyszenie Ludzi Działających na Rzecz Trzeźwości w Polsce
KRS: 0000060059

· Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom „Spes”
KRS: 0000503418

· Stowarzyszenie Medyk

KRS: 0000706921

· Fundacja dla dzieci z cukrzycą w Warszawie
KRS: 0000163346
Cel szczegółowy: Filip Mikejajczyk 8425

· 1% podatku dla osób niepełnosprawnych - podopiecznych Fundacji „Słoneczko”
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: Filip Kaczmarek 888/K

· Związek Lubuskich Organizacji Pozarządowych (Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów RP)
KRS: 0000169865
Cel szczegółowy: Koło nr 3 w Bytomiu Odrzańskim

· Fundacja Parent Project Muscular Dystrophy
KRS: 0000325747
Cel szczegółowy: na leczenie Kordiana Karczewskiego-Sutuly

· Związek Ochotniczych Straż Pożarnych
KRS: 0000116212
Cel szczegółowy: dla OSP w Bytomiu Odrzańskim

· Chorągiew Ziemi Lubuskiej Związku Harcerstwa Polskiego
KRS: 0000282625
Cel szczegółowy: Hufiec Nowa Sól ZHP 12 HDW „Bryg”

· 1% dla Moniki Malickiej
KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: dla Moniki Malickiej

· Uczniowski klub Sportowy „LEGION” Głogów
KRS: 0000270261

· 1% dla Aliny Tęczy-Turowskiej
KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: dla Aliny Tęczy-Turowskiej

· Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 18438 Filip Twardowski

· Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym Słoneczko
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: Na leczenie i rehabilitację Mateusza Pieśniakiewicza 259/P

Przekaz



podatku

* W celu uzupełnienia brakujących informacji prosimy o przesyłanie danych osób potrzebujących, stowarzyszeń i numerów KRS na adres mejlowy redakcja@tygodnikkrak.pl.

Chodzi o równowagę, czyli homeostazę

Poeta Hafiz powiedział: „Miejsce, w którym jesteś, Bóg zaznaczył na mapie specjalnie dla ciebie”. Zapomniał dodać, że czasem stoimy po kolana w bagnie wiedząc, że każdy kolejny ruch pogorszy sytuację. I co wtedy? – pisze Barbara Habura. W najbliższych tygodniach na naszych łamach będzie prowadzić cykl, który nazwała „Cudowna medycyna”

Nazywam się Basia Habura, mam 32 lata i jestem zdrowa. Żeby móc to o sobie powiedzieć, przeszłam długą drogę.

W wieku 27 lat, po kilku operacjach, moje życie stanęło pod znakiem zapytania. Choroba, na którą zapadłam, sprawiała, że moje ciało niszczyło się samo, a kolejne narządy odmawiały posłuszeństwa.

Straszny ból towarzyszył mi każdego dnia.

Codziennie porcje silnych leków przeciwbólowych tylko pogarszały stan organizmu. Lekarze w kraju i za granicą rozkładali ręce.

Poddałam się.

Tylko mój mąż skądś brał siłę wynajdując nowe nazwiska profesorów. I znalazł ratunek. „Damy sobie radę. Choroba to nic innego jak zaburzenie równowagi” – usłyszałam w gabinecie. Mądra pani doktor wskazała mi drogę. Tą samą, którą przed wiekami przemierzył Hipokrates. „Twoje pożywienie powinno być lekarstwem, a twoje lekarstwo – poży-

wieniem” – to jego słowa i jednocześnie jedna ze wskazówek, która dziś jest moim kompasem.

Barbara Habura:

Może droga do homeostazy nie jest tak krótka i łatwa, ale nagroda jest jej warta. Na mecie czeka naturalna równowaga naszego ciała i ducha. To o tym chcę opowiedzieć. Od Państwa zależy, czy z tego skorzystacie.

Trwało to ponad rok, ale wyleczyłam się. Mój wzrok skierował się ku medycynie integracyjnej i homeopatii.

Na nowej drodze

Tak to zazwyczaj jest, że sytuacja, która powinna rzucić na kolana, wydobywa z głębi nas siłę, której istnienia się nie spodziewaliśmy. Często zmienia tor naszego

życia. Dziś jestem wdzięczna za moją chorobę, ponieważ otworzyła mi oczy.

Choć wiem już sporo, ciągle zdziwia mnie cud naszego ciała i jego zdolność do samoregulacji. Natura i nasz Stwórca dają nam szeroki wachlarz środków, ale nie umiemy już z nich korzystać. Żyjemy szybko i szybko chcemy zdrowieć. To zrozumiałe, tylko nie zawsze działa... To jakby oczekiwać od dziecka odpowiedniego zachowania, jednocześnie nie poświęcając mu uwagi i nie dając miłości.

Dążąc do homeostazy

Mówimy też: w zdrowym ciele zdrowy duch. Działa to w dwie strony: w chorym ciele jest chory duch.

Medycyna jest wspaniała, ale według mnie ma tendencję do oddzielania ciała od psychiki, układu od układu, narządu od narządu. Psychika ma ogromny wpływ na nasze zdrowie. Człowiek jest złożonym organizmem i tylko równowaga ciała i ducha da nam



Barbara Habura

upragnioną homeostazę, czyli dobrostan. Może droga do niego nie jest tak krótka i łatwa, ale nagroda jest tego warta. Na mecie czeka naturalna równowaga naszego

ciała i ducha.

To o tym chciałam opowiedzieć. Od Państwa zależy, czy z tego skorzystacie.

Barbara Habura

Kurkuma i złote mleko - pyszne i tanie remedia na zdrowie i długowieczność

„Kanchini” w starohinduskim, czyli bogini złota. Nie sposób przecenić jej dobrodziejstwa. Ma uzdrawiający wpływ na cały organizm. Podparciem tych słów niech będą wyniki ponad 3 tys. badań, w których potwierdzono ponad 600 działań wspierających nasze zdrowie

Kurkuma wykorzystywana jest od ponad 4000 lat. Możemy użyć jej jako barwnika, kosmetyku, dodawać jej do każdej potrawy. Ale z umiarem ze względu na intensywny smak, który potrafi zdominować danie.

Dobrze użyć jej w daniach mięsnych, bo łagodzi reakcję organizmu na białko zwierzęce. Wspaniałą metodą jest złote mleko – przepyszny i zdrowy napój, który możemy błyskawicznie przyrządzić we własnej kuchni.

Warto przyjrzeć się cudownym właściwościom prozdrowotnym kurkumy.

Odrobina biologii i chemii

Kurkumina, czyli główny związek leczniczy kurkumy, ma działanie przeciwzapalne i antyoksydacyjne – zabija wolne rodniki. Badania prowadzone przez ostatnie pół wieku potwierdzają, że kurkumina jest w stanie zmniejszyć stany zapalne lepiej niż farmaceutyki.

Potwierdziły się także jej zdolności do powstrzymywania enzymów cyklooksygenazy i lipooksygenazy, odpowiadających za powstawanie przerzutów, co sprawdzono wielokrotnie badaniami na myszach.

Kurkumina wykazuje również działanie pobudzające apoptozę. To kontrolowane samobój-

stwo naszych zużytych komórek. Codziennie wymieniamy ich od 100 do 130 miliardów. Komórki nowotworowe nie chcą dobrowolnie składać broni i sprytnie wyłączają gen skłaniający do samodestrukcji. Kurkumina równie sprytnie (bo do tej pory nie wiadomo jak) to zauważa i na powrót aktywuje gen. Dzięki tej interwencji komórka nowotworowa umiera. Ponadto – używana w przypadku istniejącego już nowotworu – ścina białko w komórkach rakowych.

Co jeszcze potrafi kurkumina?

To lista dolegliwości, na które pomaga kurkuma. Jedynie niewielki łyżeczek z ponad sześciu sektek. Zapewne każdy znajdzie coś dla siebie.

Obniża cholesterol we krwi. • Leczy zapalenia jelit. • Wspiera leczenie chorób autoimmunologicznych, zmniejszając powstałe zapalenia. • Leczy cukrzycę. Kurkuminę uznano za skuteczniejszą nawet od 500 do 100000 razy od metforminy. • W znaczący sposób wspiera pracę wątroby. • Zmniejsza stan zapalny wątroby i łagodzi objawy marskości. • Działa bakterioobójczo i żółciotwórczo. Wznawia naturalną kurczliwość woreczka żółciowego i wpustu do dwunastnicy. • Zmniejsza negatywne skutki nadmiaru żelaza.

• Regeneruje funkcje poznawcze mózgu, zmniejszając prawdopodobieństwo alzheimera. • Korzystnie wpływa na istniejącą już chorobę Alzheimera. • Zapobiega depresji, poprawia nastrój. • Ułatwia zaśnięcie, uspokaja. • Spowalnia starzenie. • W znaczącym stopniu wzmacnia odporność. • Leczy przeziębienia, poważne infekcje i grypę. • Korzystnie wpływa na stawy i układ ruchu. • Poprawia samopoczucie. • Oczyszcza organizm z toksyn. • Chroni przed zatruciem metalami ciężkimi, wspomaga usuwanie ich z organizmu. • Ma właściwości przeciwbólowe. • Zapobiega chorobom serca. • Rozrzedza krew i hamuje agregację, czyli zlepianie się płytek krwi. Jest świetną profilaktyką przed miażdżycą. • Leczy nadciśnienie. • Wspomaga leczenie chorób oczu. • Hamuje rozwój wrzodów żołądka przez zmniejszanie wydzielania się kwasu żołądkowego. • Działa przeciwbakteryjnie i przeciwgrzybiczo. • Wybiela zęby (nakładamy kurkumę na szczoteczkę, smarujemy zęby, po 5 minutach spłukujemy; wyraźne efekty widoczne po tygodniu). • Leczy i zapobiega zapaleniom w jamie ustnej. • Wybiela skórę, usuwa drobne zmarszczki, rozjaśnia przebarwienia i piegi, pomaga w leczeniu chorób skórnych.

Należy pamiętać, że kurkuma jest na liście zielonych publikacji o nazwie „Botanical Safety Handbook”, których nie powinno stosować się w ciąży. Oprócz przypadków, gdy ekspert zaleci inaczej.

Proste i pyszne przepisy

Aby maksymalnie wykorzystać właściwości lecznicze kurkumy, należy poddać ją gotowaniu co najmniej 8 minut. Po tym czasie jej działanie jest najbardziej korzystne. Dlatego tak skutecznym sposobem jej przyjmowania jest pasta z kurkumy i przyrządzane z niej złote mleko. Kurkuma w proszku powinna być ekologiczna. Do tej zwykłej często dorzucane są niezdrowe zapychacze.

Polecam wymieszać kurkumę z pieprzem w proporcji 1:4 w pieprznicze. Smak niewyczuwalny, a towarzystwo pieprzu, dokładnie piperyny zawartej w tej przyprawie, wspomaga wchłanianie kurkuminy nawet o 20 razy. Dla lepszego wchłaniania kurkumę warto przyjmować z dobrym tłuszczem lub kwercetyną, którą znajdziemy w cebuli, czerwonych winogronach, zielonej herbacie, jabłkach, borówkach, surowych warzywach.

Według Healthy Holistic Living dawką podtrzymującą zdrowie jest dla dorosłych 1,5 g dziennie, co odpowiada objętości małej łyżeczki od herbaty. Dawka tera-

peutyczna to między 2 a 3 g, ale nie powinno się stosować takiej dawki dla dzieci poniżej 2. roku życia.

Przepis na pastę z kurkumy:

- 3 łyżki kurkumy w proszku (najlepiej ekologicznej),
- 1/2 szklanki wody,
- 1 łyżeczka szczypty mielonego czarnego pieprzu.

Do gotującej się wody dodajemy kurkumę i pieprz. Gotujemy min. 8 minut mieszając, aż powstanie gęsta pasta. Dolewamy wody, jeśli jest zbyt gęsta. Mieszymy, aby nie przypalić. Po 10 minutach przekładamy do szklanego słoika. Przechowujemy w lodówce.

Przepis na pyszne złote mleko:

Do garnuszka wlewamy 200 ml mleka (najzdrowiej roślinnego bio), dodajemy szczyptę suszonego imbiru lub plasterki świeżego, 4 goździki, sporą szczyptę cynamonu i podgrzewamy do ok. 60 stopni.

Ważne jest, aby mleka nie zagotować. Do kubka wkładamy 1 czubatą łyżeczkę pasty z kurkumy, łyżeczkę tłuszczu (może być masło, masło ghee, olej kokosowy) i – jeśli ktoś lubi albo jest przeziębiony – wyciśnięty czosnek. Zalewamy ciepłym mlekiem i przykrywamy na 10 minut.

Po tym czasie precedzamy, słodzimy łyżeczką miodu naturalnego. Wypijamy ze smakiem i uśmiechem.

Barbara Habura

TELEWIDZ

PROGRAM TELEWIZYJNY
22.04.–28.04.2020

ŚRODA



THRILLER

Ziarno prawdy

22.55 W Sandomierzu dochodzi do brutalnej zbrodni. Obrażenia na ciele ofiary wskazują na mord rytualny. Prokurator Teodor Szacki rozpoczyna śledztwo, które wydaje się mieć związek z odległą przeszłością.

POLSKA 2015, REŻ. BORYS LANKOSZ, WYK. ROBERT WIECKIEWICZ, JERZY TRELA, MAGDALENA WALACH, ALEKSANDRA HAMKAŁO

SOBOTA



SENSACYJNY

Underdog

22.55 Borys „Kosa” Kosiński odnosi sukcesy w MMA. Popelnia jednak błąd, który sprawia, że traci wszystko. Po odejściu ze sportu pracuje jako ochroniarz. Dostaje jednak szansę odmiany losu.

POLSKA 2019, REŻ. MACIEJ KAWULSKI, WYK. ERYK LUBOS, MAMED KHALIDOV, ALEKSANDRA POPLAWSKA, EMMA GIEGZNO

CZWARTEK



DRAMAT

Tulipanowa gorączka

21.15 XVII wiek, Amsterdam. Osierocona Sophie zostaje zmuszona do ślubu ze starszym od niej kupcem. Mąż zamawia wspólny portret u młodego malarza. Z czasem dziewczyna nawiązuje romans z artystą.

WIELKA Brytania/USA 2017, REŻ. JUSTIN CHADWICK, WYK. ALICIA VIKANDER, DANE DEHAAN, CHRISTOPH WALTZ, JACK O'CONNELL

NIEDZIELA



DRAMAT

Eskorta

20.00 Samotna właścicielka farmy Mary Bee Cuddy marzy o miłości. Pewnego dnia zgadza się przewieźć trzy obłąkane kobiety do specjalnego ośrodka. W podróży towarzyszy jej George, którego wybawiła z kłopotów.

USA/FRANCJA 2014, REŻ. TOMMY LEE JONES, WYK. TOMMY LEE JONES, HILARY SWANK, GRACE GUMMER, MIRANDA OTTO

PIĄTEK



SCIENCE FICTION

Transformers

20.00 Planeta Cybertron. Trwa wojna inteligentnych robotów. O zwycięstwie przesądzić może wyłącznie artefakt, który odnalazł przed laty pradziadek amerykańskiego nastolatka, Sama Witwickiego.

USA 2007, REŻ. MICHAEL BAY, WYK. SHIA LABEOUF, MEGAN FOX, JOSH DUHAMEL, TYRESE GIBSON, RACHAEL TAYLOR

PONIEDZIAŁEK



TEATR

Bezkrólewie

21.00 Zofia, Józef i Justyna odznaczają się miłością do własnego kraju. Koło, Glans i Gostek ojczyznę utożsamiają z nienormalnością, a za najważniejszy cel swego życia uważają ucieczkę za granicę. W sztuce patos przeplata się z farsą.

POLSKA 2020, REŻ. JERZY MACHOWSKI, WYK. JOANNA JEŻEWSKA, ANDRZEJ MASTALERZ, EDYTA JANUSZEWSKA, MARCIN KWAŚNY

22 KWIETNIA
ŚRODA

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDZIM
05.20 Przysięga (155) - telenowela, Tur. 06.15 Elf (712) - serial obcy, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.40 Francuskie wybrzeże z lotu ptaka 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Bądźmy razem w domu - edukac. 09.05 Wokół mórz - serial dok., Francja 09.25 Ranczo (2) - serial obcy, Polska 10.20 Komisarz Alex 4 (51) - serial, Polska 11.05 Ojciec Mateusz 3 (33) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.40 Rok w ogrodzie extra - magazyn 12.55 Dzikie Karaiby (1/3) - film dok. 14.00 Elf (713) - serial obcy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów. Krzyżówka - teletumiej 16.05 Przysięga (156) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.30 Jaka to melodia? 18.30 Korona królów (369) - telen. hist. 18.55 Jeden z dziesięciu - teletumiej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (222) - telen., Polska 21.00 Rocky 4 - dramat obcy, USA 1985 22.40 Warszawa: Miasto podzielone - film dokumentalny, Polska 2018 23.55 Grzech przeszłości - thriller, USA 2018, reż. Ben Meyerson	06.30 Familiada - teletumiej 07.00 Przepis dnia 2 - magazyn 07.05 Wesoła nauka. Wielkie dzieła matrych rąk - edukac., Polska 2020 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.35 Wesoła nauka - edukac., Pol. 2020 12.30 Koło fortuny - teletumiej, Polska 13.05 Va banque - teletumiej, Polska 13.35 Na sygnale (241) - serial, Polska 14.00 Kulisy serialu „M jak miłość” 14.10 M jak miłość (1512) - serial, Polska 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (18) - serial 16.00 Koło fortuny - teletumiej, Polska 16.35 Familiada - teletumiej 17.10 Wzgień miłości (287) - telen., Tur. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - teletumiej, Polska 18.55 Rodzinka.pl (139) - serial, Polska 19.30 Barwy szczęścia (2241) - serial 19.55 Przepis dnia 2 - magazyn 20.10 Barwy szczęścia (2242) - serial 20.40 Kulisy serialu „Na dobre i na złe” 20.55 Na dobre i na złe (777) - serial 21.55 Na sygnale (268) - serial, Polska 22.30 Przypadkowy mąż - komedia romantyczna, USA/Indiia 2008 00.05 Geniusz: Picasso (6/10) - serial	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (452) 09.15 Malanowski i partnerzy (453) 11.35 Wesoła nauka - edukac., Pol. 2020 10.45 Dlaczego ja? (864) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (415) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - mag. reporterów 13.45 Trudne sprawy (924) - serial, Pol. 14.45 Dlaczego ja? (994) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia, Pogoda 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (447) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (4) - serial, Pol. 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Świat według Klepskich (307) - serial komediowy, Polska 20.05 Nasz nowy dom - reality show, Polska 2020, wyk. Artur Witkowski 21.05 Zawsze warto (20) - serial, Polska 22.15 Zoolander - komedia, USA/Australia/Niemcy 2001, reż. Ben Stiller, wyk. Ben Stiller, Owen Wilson, Christine Taylor, Milla Jovovich, Will Ferrell 23.45 Nasz nowy dom - reality show 00.45 Nasz nowy dom - reality show 01.45 Tajemnice losu - program rozr.	04.45 Uwaga! - magazyn reporterów 05.05 Kuchenne rewolucje - rozr. Polska 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.25 Doradca smaku: Tortilla z kurczakiem i warzywami - magazyn 11.35 Afera fryzjera - rozr. Polska 2016 12.20 Ukryta prawda (785) - serial, Pol. 13.15 Szpital (521) - serial paradok., Pol. 14.15 Detektywi (471) - serial fab-dok. 14.50 Detektywi (472): Most - serial 15.25 Milionerzy - teletumiej, Polska 2019 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje 18.00 Ukryta prawda (786) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.50 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku: Chleb żytni z pastą z suszonych pomidorów 20.15 Na Wspólnej (3059) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teletumiej, Polska 2019 21.30 Ameryka Express - reality show 23.00 Czerwona gorączka - film sensacyjny, USA 1988, reż. Walter Hill 01.10 Nie z tego świata 5 (1/22) 02.05 Uwaga! - magazyn reporterów 02.25 NOC Magii	06.00 Strażnik Teksasu (97, 98) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjanci i Policjanci (370) 10.00 Policjanci i Policjanci (371) 11.00 Policjanci i Policjanci (372) 12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Emil, pogromca mandatów - rozr. 13.30 Emil, pogromca mandatów - rozr. 14.00 Septagon (13) - serial krym., Pol. 15.00 Septagon (14) - serial krym., Pol. 16.00 Słoneczny patrol (6) - serial, USA 17.00 Słoneczny patrol (7) - serial, USA 18.00 Policjanci i Policjanci (375) 19.00 Policjanci i Policjanci (376) 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (219) - serial krym., Polska 21.00 Underworld 2: Ewolucja - thriller SE USA 2006, reż. Len Wiseman, wyk. Bill Nighy, Michael Sheen 23.25 Krwawy okręt - horror, USA 2015, reż. Alec Gillis, wyk. Lance Henriksen, Camille Balsamo, Matt Winston, Reid Collins 01.00 Wiatry móch (7) - serial, Polska 01.30 STOP Drogówka - magazyn, Polska 02.30 Graffiti - program publicystyczny 02.40 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Szkoła (225) - serial paradok., Pol. 06.00 Mango - telezakupy 07.35 Zakochani po uszy 3 (197) - telen. 08.10 Ukryta prawda (708-710) - serial 11.10 Szpital (446) - serial paradok., Pol. 12.10 Sąd rodzinny (94) - serial, Polska 13.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (404) - serial fab-dok., Polska 14.15 Ukryta prawda (529) - serial, Pol. 15.15 Szkoła (377) - serial paradok., Pol. 16.15 19+ (511) - serial paradok., Polska 16.55 Brzydula (228) - serial kom., Polska 17.30 Brzydula (229) - serial kom., Polska 18.00 Przyjacieł (9/24) - serial, USA 18.30 Przyjacieł (10/24) - serial, USA 19.00 19+ (512) - serial paradok., Polska 19.30 Zakochani po uszy 3 (198) 20.00 Doskonały świat - dramat sensacyjny, USA 1993, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Kevin Costner, Laura Dern, T.J. Lowther 22.55 Ziarno prawdy - thriller, Polska 2015, reż. Borys Lankosz, wyk. Robert Więckiewicz, Jerzy Trela, Magdalena Walach, Aleksandra Hamkało 01.15 Kości (3/22) - serial krym., USA 02.10 Druga strona medalu 3 02.40 NOC Magii 04.55 Zakończenie programu

TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
05.30 Rodzinny interes (2) 06.10 Nash Bridges (78, 79) 08.00 Kobra - oddział specjalny (13) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (293) 09.50 Napisane: Morderstwo (15) 10.50 Zaklinaczka duchów 3 (58, 59) 12.25 Kobra - oddział specjalny (13, 14) 14.10 Lombard. Życie pod zastaw (30, 31) 16.00 Rodzinny interes (2, 3) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (293, 294) 20.00 Taxi - komedia, R. 1993 21.30 Warszawa: Hubert zawodowiec - film sensac., R. 2001 23.30 Prima aprilis - horror, USA 2008 01.25 Zobacz też: Niesamowicie (23, 24)	11.30 Bling (61, 62) 11.45 Nowe przygody Kubusia Puchatka (34, 35) 12.45 Top Wing: Ptasia Akademia (18) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 3 (1, 2, 3, 4) 14.10 Mustang: Duch wojności (19, 20) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (17, 18) 16.00 Jeźdźcy smoków (1, 2) 16.50 Finesz i Ferb 3 (18, 19) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru (15) 18.15 Blaze i megamaszyn 2 (6) 18.35 Psi Patrol 3 (2) 19.00 Śmierć (31, 32) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (282, 283) 21.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (13, 14) 23.30 Wystydliwie choroby 6 (6)	06.10 Nowa Scena Śmiechu 2 07.10 Złotopolscy (324, 325) 08.05 Piebaria (302) 08.35 Klara i wszystko jasne (10) 09.40 Kłątwa Tulechomora (1) - film przyg., USA 2006 11.20 Przyjacieł z Wonderland (10) 12.15 Chicago Fire (2) 13.10 Katastrofy w przestworzach (126, 127) 15.00 Koszmarny lot - film sensac., USA 2012 16.50 Wojna o tron 2 (2) 17.50 Chicago Fire (3) 18.45 Albo, Albo (3, 4) 20.00 Misja Afganistan (7) 20.55 Transfer - thriller, USA 2007 23.25 Szos - film sensacyjny, Polska 1997 01.00 Chce się żyć - dramat, Polska 2010	13.00 Żony Hollywood 2 14.00 Przylapani na zdradzie 2 (7) 15.05 Królów życia 4 (12-ost.) 15.50 Uwaga! 16.10 Damsy i wieśniaczki, Ukraina 6 (8) 17.15 Człowiek kontra jedzenie 17.45 Express, Pogoda 18.00 Ciężarówka przez Stany 2 18.40 Dżentelmeni i wieśniacy (4) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Gogglebox. Przed telewizorem 12 20.55 Gogglebox. Przed telewizorem 7 21.45 Express, Pogoda 22.00 Patent na kasę - fleg - fleg 22.15 Patent: na kasę - fleg 22.30 Damsy i wieśniaczki, PL (10-ost.) 23.30 Gogglebox. Przed telewizorem 12	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (126, 127) 09.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (128, 129) 12.00 Młode lata (112, 118) 13.40 Bumerang (10) 14.15 Buffy: postrach wampirów (5, 6) 16.15 Medtopler 117 (34) 17.15 Medicopter 117 (35) 18.15 Młode lata (101) 19.05 Młode lata (99) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (26, 27) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (191) 00.00 Rzeki krwi - thriller, USA 2018 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Ute 05.45 Telezakupy TV Okazje	04.30 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport - Pol. 09.00 Boks z archiwum 10.00 Największe mecze polskiej siatkówki 12.30 Największe mecze polskiej siatkówki: MS U-21 w Czechach - mecz finałowy: Kuba - Polska 02.07.2017 15.00 Największe mecze polskiej siatkówki: MS w Bułgarii i we Włoszech - mecz Iran - Polska 17.09.2018 17.30 Boks z archiwum 18.00 Największe mecze polskiej siatkówki 20.30 Największe mecze polskiej siatkówki 23.00 Największe mecze polskiej siatkówki 01.00 Boks 03.00 Boks

23 KWIETNIA
CZWARTEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.20 Przysięga (156) - telenowela, Tur 06.15 E! (713) - serial obycz, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.40 Francuskie wybrzeże z lotu ptaka - serial dokumentalny, Francja 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Bądźmy razem w domu - edukac. 09.25 Ranczo (3) - serial obycz, Polska 10.20 Komisarz Alex 4 (52) - serial, Pol. 11.05 Ojciec Mateusz 3 (34) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.40 To się opłaca - magazyn 12.55 Dzień Karabów (2/3) - film dok. 14.00 E! (714) - serial obycz, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów, Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (157) - telenowela, Tur 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.30 Jaka to melodia? 18.30 Korona królów (370) - telen. hist. 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.35 Ojciec Mateusz 3 (299) - serial 21.30 Sprawa dla reportera - magazyn 22.25 Magazyn śledczy Anity Gargas 22.55 Magazyn kryminalny 997 23.45 Magazyn Ekspresu Reporterów 00.45 Tanie dranie - Moroz i Kłopotow- ski komentują świat - talk show 01.30 Grupa specjalna „Kryzys” (2/10)	04.35 Koko i Fortuny - teleturniej, Polska 05.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (88) 06.00 Operacja zdrowie! - magazyn 06.30 Familiada - teleturniej 07.00 Przepis dnia 2 - magazyn 07.05 Wesoła nauka. Wielkie dzieła ma- łych rąk - program edukac., Polska 2020 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.35 Wesoła nauka - edukac., Polska 2020 12.25 Koko i Fortuny - teleturniej, Polska 13.05 Va banque - teleturniej, Polska 13.35 Na sygnale (242) - serial, Polska 14.10 Na dobre i na złe (777) - serial 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (99) - serial 16.00 Koko i Fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Wzajemnie miłość (288) - telen. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - teleturniej, Polska 18.55 Rodzinka.pl (140) - serial, Polska 19.30 Barwy szczęścia (2242) - serial 20.00 Przepis dnia 2 - magazyn 20.10 Barwy szczęścia (2243) - serial 20.40 Będzie dobrze, kochanie (1, 2) 21.10 Filmowe czwartki, Wiesław Kot 21.15 Tulipanowa gorączka - dramat kostu- mowy, Wielka Brytania/USA 2017 23.10 Okup - thriller USA 1996 01.15 Ułubiony sport męczyzn - komedia, USA 1964, wyk. Rock Hudson	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (454) 09.15 Malanowski i partnerzy (455) 09.45 Sekrety rodziny (38) - serial para- dokumentalny, Polska 10.45 Dlaczego ja? (865) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (416) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - magazyn reporterów 13.45 Trudne sprawy (925) - serial para- dokumentalny, Polska 14.45 Dlaczego ja? (995) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.25 Pogoda - program informacyjny 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (448) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (5) - serial, Polska 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Świat według Kiepskich (308) - se- rial komediowy, Polska 20.05 Nasz nowy dom - reality show, Polska 21.05 Przyjacieł (178) - serial, Polska 22.10 Zdrady (131) - serial paradok., Pol. 23.10 Ktoś całkiem obcy - thriller USA 2007, reż. James Foley, wyk. Halle Ber- ry, Bruce Willis, Giovanni Ribisi, Gary Dourdan, Richard Portnow 01.20 Zakończenie programu (przerwa techniczna)	04.45 Uwaga! - magazyn reporterów 05.05 Kuchenne rewolucje - rozr. 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.25 Doradca smaku: Chleb żytni z pa- stą z suszonych pomidorów 11.35 Afera fryzjera - rozr., Polska 2016 12.20 Ukryta prawda (786) - serial, Pol. 13.15 Szpital (522) - serial paradok., Pol. 14.15 Detektywi (473): Wielki świat 14.50 Detektywi (474): Co się stało z Alicją? - serial fab-dok., Polska 15.25 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje: Ostrów Wiel- kopolski, restauracja Marrone 18.00 Ukryta prawda (787) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.50 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku: Iarta ze szpina- kiem - mag. kulinarny, Polska 2020 20.15 Na Wspólnej (3060) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Polska 2019 21.30 Kuchenne rewolucje - program rozr. 22.30 Och, Karol 2 - komedia, Pol. 2011 00.45 Komórka - film sensacyjny, USA/Mem- cy 2004, reż. David R. Ellis 02.30 Uwaga! - magazyn reporterów 02.50 NOC Magii	06.00 Strażnik Teksasu (99) - serial sen- sacyjny, USA, wyk. Chuck Norris 07.00 Strażnik Teksasu (100) - serial sen- sacyjny, USA, wyk. Chuck Norris 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjantki i Policjanci (373) - se- rial obyczajowy, Polska 10.00 Policjantki i Policjanci (374) - serial obyczajowy, Polska 11.00 Policjantki i Policjanci (375) - serial obyczajowy, Polska 12.00 STOP! Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Emil, pogromca mandatów - rozr. 13.30 Emil, pogromca mandatów - rozr. 14.00 Septagony (15) - serial krym., Polska 15.00 Septagony (16) - serial krym., Polska 16.00 Słoneczny patrol (8) - serial, USA 17.00 Słoneczny patrol (9) - serial, USA 18.00 Policjantki i Policjanci (377) - se- rial obyczajowy, Polska 19.00 Policjantki i Policjanci (378) - serial obyczajowy, Polska 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (220) - serial krym., Polska 21.00 Straszny film 2 - horror komediowy, USA 2001, reż. Keenen Ivory Wayans, wyk. Anna Faris, Marlon Wayans, Jar- mes DeBello, Shawn Wayans 22.40 Śmieć na talerzu (7, 8) - serial 00.45 Interwencja - mag. reporterów 01.00 Zakończenie programu	05.00 Szkoła (226) - serial paradok., Polska 06.00 Mango - telezakupy 07.35 Zakochani po uszy 3 (198) 08.10 Ukryta prawda (711) - serial, Polska 09.10 Ukryta prawda (712) - serial, Polska 10.10 Ukryta prawda (713) - serial, Polska 11.10 Szpital (447) - serial paradok., Pol. 12.10 Sąd rodzinny (95) - serial, Polska 13.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (405) - serial fab-dok., Polska 14.15 Ukryta prawda (530) - serial, Polska 15.15 Szkoła (378) - serial paradok., Polska 16.15 19+ (512) - serial paradok., Polska 16.55 Brzydula (230, 238) - serial kom. 18.00 Przyjacieł (11/24) - serial, USA 18.30 Przyjacieł (12/24) - serial, USA 19.00 19+ (513) - serial paradok., Polska 19.30 Zakochani po uszy 3 (199) 20.00 Kryzys to nasz pomysł - komedia- dramat, USA 2015, reż. David Gordon Green, wyk. Sandra Bullock, Billy Bob Thornton, Anthony Mackie, Joaquim de Almeida, Ann Dowd 22.20 San Andreas - dramat katastroficzny, USA 2015, reż. Brad Peyton, wyk. Dway- ne Johnson, Carla Gugino, Alexandra Daddario, Ian Gruffudd 00.40 Kości (4/22) - serial krym., USA 01.35 Druga strona medalu: Alicja Tysiąc 02.10 NOC Magii 04.55 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKŁATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
05.30 Rodzinny interes (3) 06.10 Nash Bridges (79, 80) 08.00 Kobra - oddział spe- cjalny (14) 09.00 Lombard. Życie pod za- staw 6 (294) 09.50 Napisaska: Morderstwo (16) 10.50 Zaklinaczka duchów 3 (59, 60) 12.25 Kobra - oddział specjalny (14, 15) 14.10 Lombard. Życie pod zastaw (31, 32) 16.00 Rodzinny interes (3, 4) 18.00 Lom- bard. Życie pod zastaw 6 (294) 19.00 Lom- bard. Życie pod zastaw 5 (204) 20.00 Gorący podjęć - kom., USA 2015 21.40 Dwóch gniew- nych ludzi - kom., USA 2008 23.40 Hostel - horror USA 2005 01.20 Ojciec Ted 3 (3, 4) 02.20 Zobacz to! Tajemnice medyczne (24, 25) 04.00 Taki jest świat 5	10.55 Ogry i karaluchy 4 (46) 11.05 Griz- zly i lemingi (17) 11.20 Kto o ciaki 2 (9, 10) 11.30 Bing (62, 63) 11.45 Nowe przygody Kubusia Puchaczka (35, 36) 12.45 Top Wing: Ptasia Akademia (9) 13.15 Alvin i wiewiórki 3 (3, 4, 5, 6) 14.10 Mustang: Duch Wolności (20, 21) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (18, 19) 16.00 Jeźdźcy smoków (2, 3) 16.50 Fineasz i Ferb 3 (19, 20) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru (16) 18.15 Blaze i megamaszyny 2 (8) 18.35 Psi Patrol 3 (3) 19.00 Smerfy (32, 33) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (284, 285) 21.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (15, 16) 23.30 Wydział choroby 7 (8, 9)	06.10 Nowa Sena Śmiechu 2 07.10 Zio- topolski (325, 326) 08.05 Plebania (303) 08.35 Klara i wszystko jasne (11) 09.40 Kłó- twa lubenichonka (2-ost.) - film przyg. USA 2006 11.25 Przyjacieł z Wonderland (11) 12.20 Chicago Fire (3) 13.15 Katastro- fy w przestworzach (128, 129) 15.00 Magne- tyczne tomasz - film katastroficzny, Kanada 2011 16.50 Wojna o tron 2 (3) 17.50 Chi- cago Fire (4) 18.45 Aljo, Aljo (5, 6) 20.00 Go- dziny - wyścig z czasem - dramat, USA 2013 21.55 Resident Evil 2: Apokalipsa - horror SE Niemcy/Francja/Wielka Brytania/Kanada 2004 23.35 Narcos: Meksyk (9) 00.50 Fo- tograf - film kryminalny, Polska 2014	10.20 Gogglebox. Przed telewizorem 7 11.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (28) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (4) 13.00 Żony Hollywood 2 14.00 Przyja- pani na zadrdzie 2 (8) 15.05 Królowe życia 5 (1) 15.50 Uwaga! 16.10 Dams i wie- śniaczki, Ukraina 6 (9) 17.15 Człowiek kon- tra jedzenie 17.45 Express, Pogoda 18.00 Ciezarówka przez Stany 2 18.40 Dżentel- meni i wieśniacy (4) 19.45 Express, Pogo- da 20.00 Gogglebox. Przed telewizorem 12 20.55 Gogglebox. Przed telewizorem 12 21.45 Express, Pogoda 22.00 Dzień, w któ- rym pojawiła się force (4-ost.) 23.05 Kana- powcy 00.00 Ostre cięcie 10	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Mac- Gyver (130, 131) 09.00 Galileo 10.00 Detek- tywi w akcji (130) 11.00 Detektywi w akcji (131) 12.00 Miodowe lata (99) 12.55 Miodo- we lata (100) 13.40 Bumerang (10) 14.15 Buffy, postrach wampirów (7) 15.15 Buffy, postrach wampirów (8) 16.15 Medicopter 117 (36) 17.15 Medicopter 117 (37) 18.15 Miodowe lata (104) 19.05 Miodowe lata (101) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (28) 21.55 CSI: Kryminalne zagadki Miami (29) 22.55 Walkiria: Święta Czwartek Rzeszy - dra- mat, USA 2016 01.00 Zakończenie progra- mu (przerwa techniczna)	04.30 Największe mecze polskiej siatków- ki 07.00 Poranek z Polsatem Sport - Pol. 09.00 Boks z archiwum 10.00 Największe mecze polskiej siatkówki 12.30 Największe mecze polskiej siatkówki: Mistrzostwa Świata w Bułgarii i we Włoszech - mecz: Bułga- ria - Polska 18.09.2018 - mag. siatkarski 15.00 Największe mecze polskiej siatków- ki - mag. siatkarski 17.30 Boks z archiwum - magazyn bokserski 18.00 Największe mecze polskiej siatkówki: MŚ w Bułgarii i we Włoszech - mecz: Iran - Polska 17.09.2018 21.00 MMAgazin - magazyn sportów wal- ki, Polska 22.00 Największe mecze polskiej piłki - mag. 00.30 Boks 03.30 Boks

24 KWIETNIA
PIĄTEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.15 Przysięga (157) - telenowela, Tur 06.10 E! (714) - serial obycz, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.40 Francuskie wybrzeże z lotu ptaka - serial dokumentalny, Francja 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Bądźmy razem w domu - edukac. 09.20 Magazyn śledczy Anity Gargas 09.50 Okrasa kamie: przepisy - magazyn 10.20 Komisarz Alex 5 (53) - serial, Polska 11.05 Ojciec Mateusz 3 (35) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy 12.55 Dzień Karabów (3-ost.) - film dok. 14.00 E! (715) - serial obycz, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów, Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (158) - telenowela, Tur 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.30 Jaka to melodia? 18.30 Korona królów (371) - telen. hist. 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Ośmiu wspaniałych - reality show 21.20 Podwójna tożsamość - dramat sen- sacyjny, USA/Niemcy 2007 23.05 Z podnieśnionym czołem 2: Odpowiedź - film sensacyjny, USA 2007 00.40 Zawód: Amerykanin 2 (8/13) 01.30 SWAL - jednostka specjalna (13)	05.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (89) 06.00 Anna Dymna - spotkajmy się 06.30 Familiada - teleturniej 07.00 Przepis dnia 2 - magazyn 07.05 Wesoła nauka. Wielkie dzieła ma- łych rąk - edukac., Polska 2020 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.40 Wesoła nauka - edukac., Pol. 2020 12.30 Koko i Fortuny - teleturniej, Polska 13.05 Va banque - teleturniej, Polska 13.35 Na sygnale (243) - serial, Polska 14.05 Czterdziestolatek (13/21) - serial 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - no- wy rozdział (20) - serial 16.00 Koko i Fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.05 Przepis dnia 2 - magazyn 17.10 Wzajemnie miłość (289) - telen. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - teleturniej, Polska 18.55 Rodzinka.pl (141) - serial, kom., Pol. 19.30 Barwy szczęścia (2244) - serial 19.55 Przepis dnia 2 - magazyn 20.05 Barwy szczęścia (2244) - serial 20.40 Będzie dobrze, kochanie (3, 4) 21.15 Gdzie ci artyści szaleli, czyli be- nefis Majewska - koncert - koncert, Polska 2015 22.50 Nieobliczalni - kom., Francja 2012 00.35 Przypadkowy mąż - komedia ro- mantyczna, USA/Irlandia 2008	06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (458) 09.15 Malanowski i partnerzy (459) 09.45 Sekrety rodziny (39) - serial, Pol. 10.45 Dlaczego ja? (866) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (417) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - mag. reporterów 13.45 Trudne sprawy (926) - serial, Pol. 14.45 Dlaczego ja? (996) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.25 Pogoda - program informacyjny 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (449) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (6) - serial, Polska 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Świat według Kiepskich (309) - se- rial komediowy, Polska 20.00 Galimatias, czyli kogel-mogel 2 - komedia obyczajowa, Polska 1988, reż. Roman Zaluski, wyk. Grazyna Bie- cka-Kolska, Danusz Sielkowski, Jerzy Łurek, Zdzisław Wardęga, Katarzyna Laniewska 22.05 Tyko jeden - reality show, Polska 2020 23.10 X-Men: Ostatni bastion - film SF, Francja/USA 2006, reż. Brett Ratner, wyk. Hugh Jackman, Halle Berry, Ian McKellen, Famke Janssen, Anna Pa- quin 01.25 Tajemnice Iosu - program rozr.	04.45 Uwaga! - magazyn reporterów 05.05 Kuchenne rewolucje: Lublin, re- stauracja Antykwariat - rozr. 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.25 Doradca smaku - mag. kulinarny 11.35 Afera fryzjera - rozr., Polska 2016 12.20 Ukryta prawda (788) - serial, Pol. 13.15 MasterChef Junior - rozr. 14.50 Detektywi (475): Odrzucona 15.25 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje: Kielce, re- stauracja Voo Doo - rozr., Pol. 2013 18.00 Ukryta prawda (789) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.49 Raport alergiczny - inf., Pol. 2020 19.50 Uwaga! - magazyn reporterów 20.00 Transformers - film SF, USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson, Rachael Taylor 23.00 Wzgórze krwi - horror, USA/Kanada 2015, reż. Guillermo del Toro, wyk. Mia Wasikowska, Jessica Chastain, Tom Hiddleston, Charlie Hunnam 01.20 Niewiemi (3) - serial obycz, USA 02.15 Uwaga! - magazyn reporterów 02.30 NOC Magii	06.00 Strażnik Teksasu (101) - serial 07.00 Strażnik Teksasu (102) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjantki i Policjanci (376) - se- rial obyczajowy, Polska 10.00 Policjantki i Policjanci (377) - se- rial obyczajowy, Polska 11.00 Policjantki i Policjanci (378) 12.00 STOP! Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Emil, pogromca mandatów - rozr. 13.30 Emil, pogromca mandatów - rozr. 14.00 Septagony (17) - serial krym., Polska 15.00 Septagony (18) - serial krym., Polska 16.00 Słoneczny patrol (10) - serial 17.00 Słoneczny patrol (11) - serial, USA 18.00 Policjantki i Policjanci (379) 19.00 Policjantki i Policjanci (380) 20.00 Gwiazdy Kabaretu - program rozr. 21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (221) - serial krym., Polska 22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (222) - serial krym., Polska 23.00 Obcy - ósmy pasażer „Nostromo” - horror SF, Wielka Brytania/USA 1979, reż. Ridley Scott, wyk. Sigourney We- aver, Tom Skerritt, Veronica Cartm- right, Harry Dean Stanton, Yaphet Kotto 01.30 STOP! Drogówka - magazyn, Polska 02.30 Gafili - program publicystyczny 02.40 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Szkoła (227) - serial paradok., Pol. 06.00 Mango - telezakupy 07.35 Zakochani po uszy 3 (199) - telen. 08.10 Ukryta prawda (714) - serial, Polska 09.10 Ukryta prawda (715) - serial, Polska 10.10 Ukryta prawda (716) - serial, Polska 11.10 Szpital (448) - serial paradok., Pol. 12.10 Sąd rodzinny (96) - serial, Polska 13.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (406) - serial fab-dok., Polska 14.15 Ukryta prawda (531) - serial, Polska 15.15 Szkoła (379) - serial paradok., Pol. 16.15 19+ (513) - serial paradok., Polska 16.55 Brzydula (232) - serial kom., Polska 17.30 Brzydula (233) - serial kom., Polska 18.00 Przyjacieł (13/24) - serial, USA 18.30 Przyjacieł (14/24) - serial, USA 19.00 Projekt Lady 3 - reality show 20.00 Słub od pierwszego wejrzenia 4 - reality show, Polska 2020 21.00 Kod dostępu - film sensacyjny, USA 2001, reż. Dominic Sena, wyk. John Turturro, Halle Berry, Hugh Jackman, Sam Shepard, Don Cheadle 23.10 Ścigany - dramat sensacyjny, USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harri- son Ford, Tommy Lee Jones, Sela Ward, Ron Dean, Joe Pantoliano 01.50 Kości (5/22) - serial krym., USA 02.35 NOC Magii 04.55 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKŁATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
05.30 Rodzinny interes (4) 06.10 Nash Bridges (80, 81) 08.00 Kobra - oddział spe- cjalny (15) 09.00 Lombard. Życie pod za- staw 5 (204) 09.50 Napisaska: Morderstwo (17) 10.50 Zaklinaczka duchów 3 (60, 61) 12.25 Kobra - oddział specjalny (15, 1) 14.10 Lombard. Życie pod zastaw (32, 33) 16.00 Rodzinny interes (4, 5) 18.00 Lom- bard. Życie pod zastaw 5 (204, 205) 20.00 Wieżenie w ogniu - film sensacyjny, USA 2016 23.20 Az do śmierci - thriller, USA/ Wielka Brytania/Bułgaria/Niemcy 2007 01.15 Zobacz to! Niesamowite (25-ost., 1) 02.25 Dyżur 2 (22) 02.50 Niesamowite (2)	11.20 Kto o ciaki 2 (10, 11) 11.30 Bing (63, 64) 11.45 Nowe przygody Kubusia Puchacz- ka (36, 37) 12.45 Top Wing: Ptasia Akade- mia (20) 13.15 Alvin i wiewiórki 3 (5, 6, 7, 8) 14.10 Mustang: Duch Wolności (21, 22) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (19, 20) 16.00 Jeźdźcy smoków (3, 4) 16.50 Fineasz i Ferb 3 (20, 21) 17.45 Pin- gwiny z Madagaskaru (17) 18.15 Blaze i megamaszyny 2 (10) 18.35 Psi Patrol 3 (4) 19.00 Smerfy (33, 34) 20.00 Lombard. Ży- cie pod zastaw 6 (286, 287) 22.00 Ma- żurska Noc Kabaretowa 23.00 Hellraiser: Wysłannik piekiel - horror, Wielka Brytania 1987 00.45 Goko i wesoło 6	06.00 Stulecie - film krótkometrażowy, Chi- n/USA/Kanada 2017 06.05 Nowa Sena Śmiechu 2 07.00 Stawka większa niż życie (3, 4) 08.00 Hotel Excelsior; Cafe Rose 09.40 Przygody Merlina 4 (48, 5, 6) 12.25 Kata- strofy w przestworzach (1, 2) 14.05 Tajem- nice Trójkąta Bermudzkiego (3) - film dok., Wlk. Brytania 2019 15.40 Zagadki kryminal- ne panny Fisher (3) 16.50 Sherlock (3) 18.45 Aljo, Aljo (7, 8) 20.00 Pokaz, kotku, co masz w środku - komedia, Pol. 2011 21.55 Oczy Juli - thriller Hiszp. 2010 00.10 Egzorcysta 3 - horror, USA 1990 02.30 Wy- myk - dramat, Pol. 2011 04.00 Miłość Krop- kapł (11, 4) 05.59 Zakończenie programu!	11.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (29) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (5) 13.00 Żony Hollywood 2 14.00 Przyjapani na zadrdzie 2 (9) 15.05 Królowe życia 5 (2) 15.50 Uwaga! 16.10 Dams i wieśniaczki Ukraina 6 (10) 17.15 Człowiek kontra jedze- nie 17.45 Express, Pogoda 17.59 Raport alergiczny 18.00 Ciezarówka przez Stany 2 18.45 Kto to kupi? 19.30 Patent na kasę 19.45 Express, Pogoda 20.00 Goggle- box. Przed telewizorem 20.55 Gogglebox. Przed telewizorem 21.45 Express, Pogoda 22.00 O tym się nie mówi 22.15 Królowe życia 8 (9) 23.00 Królowe życia 3 (10) 23.40 Dams i wieśniaczki, PL (10-ost.)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Mac- Gyver (130, 131) 09.00 Galileo 10.00 Detek- tywi w akcji (132, 133) 12.00 Miodowe lata (121, 104) 13.40 Bumerang (12) 14.15 Bur- fy, postrach wampirów (9, 10) 16.15 Medi- copter 117 (38, 39) 18.15 Miodowe lata (108, 106) 19.05 Miodowe lata (102) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (101) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (102) 23.00 Nalinii - dramat, USA 2015 00.50 STOP! Drogówka 01.50 Benny Hill 02.30 Superu- dzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 04.40 Disco Polo Li- fe 05.45 Telezakupy TV Okazje	06.00 Magazyn alpejski 07.00 Poranek z Polsatem Sport - Polska 09.00 MMAgazin 10.00 Największe mecze polskiej siatków- ki: MŚ U-21 w Czechach - mecz finałowy: Ku- ba - Polska 02.07.2017 12.30 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 15.00 Największe mecze polskiej siatków- ki: Mistrzostwa Świata w Bułgarii i we Wło- szech - mecz: Polska - Serbia 23.09.2018 - mag. siatkarski 17.30 Boks z archiwum - mag. bokserski 18.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 20.30 Underdog - film sensac., Pol. 2019 23.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 01.00 Boks 03.00 Boks

25 KWIETNIA
SOBOTA

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Sprawa dla reportera - magazyn 06.05 Audyencje komitetów wyborczych 06.20 Rok w ogrodzie - magazyn 06.45 Rok w ogrodzie extra - magazyn 07.00 Transmisja mszy świętej 07.40 Francuskie wybrzeże z lotu ptaka - serial dokumentalny, Francja 08.00 Pełnosprawni - magazyn 08.25 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży 08.55 Studio Raban - magazyn, Polska 09.20 Rodzinny ekspres - magazyn, Pol. 09.50 Jeden dzień w Sundown - western 11.10 Dziewczyny ze Lwowa (7) - serial 12.00 Ojciec Mateusz 23 (299) - serial 12.45 Fascynujący świat: Walka z koronawirusem - film dok. Wielka Bryt. 13.35 Okrasa łamie przepisy - magazyn 14.05 Z pamięci - cykl felietonów 14.10 Jak to działa? - magazyn 14.40 Kulisy „Postaw na milion” 14.50 Stulecie Winnych 2 (20) - serial 15.45 To był rok! - rozr. Polska 2020 16.45 Audyencje komitetów wyborczych 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.35 Jaka to melodia? 18.30 Postaw na milion - teleturniej, Pol. 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.35 Komisarz Alex 12 (145) - serial 21.35 Skyfall - film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2012 00.00 Loft - thriller, Belgia/USA 2014	05.00 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 05.35 Barwy szczęścia (2240, 2241) - serial 06.40 Audyencje komitetów wyborczych 07.05 M jak miłość (511) - serial, Polska 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.00 Pytanie na śniadanie 11.25 Ostoja - magazyn przyrodniczy 12.00 Strażacki pies - film familijny, USA/Kanada 2007 14.00 Familiada - teleturniej 14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 16.15 O mnie się nie martw 12 (7/3) 17.10 „Ja to mam szczęście!” - ulubione skecze - program rozrywkowy, Polska 17.25 Audyencje komitetów wyborczych 17.50 Słowo na niedzielę - program inf. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.35 Echo serca 3 (41) - serial, Polska 19.30 Muzyka na dobry wieczór: Ralfat Brzozowski w największych polskich piosenkach - koncert, Polska 2020, reż. Beata Szymańska 20.00 Dance Dance Dance 2 - program rozr. 21.35 Muzyka na dobry wieczór: Koncert 22.30 Jeziorak - thriller, Polska 2014 00.15 Diagnoza zbrodni - dramat sensacyjny, USA 1992, reż. Phil Joanou 02.20 Służby specjalne - film sensacyjny, Polska 2014, reż. Patryk Vega 04.10 Zakochanie w programie	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Scooby-Doo: Wielka draka wilkołaka - film animowany, USA 2012, reż. Ben Jones 10.10 Ewa gotuje - magazyn, Polska 2020 10.40 Disco Polo 25 lat później - program muzyczny, Polska 11.50 Rok pierwszy - komedia przygodowa, USA 2009, reż. Harold Ramis, wyk. Jack Black, Michael Cera, Oliver Platt, David Cross 13.50 Krowy na wypasie - film anim., Niemcy/USA 2006, reż. Steve Oedekerk 15.45 Kabaret na żywo. Przystanek Radioś - program rozr., Polska 2020 17.45 Chłopaśki do wzięcia (171) - serial 18.20 Chłopaśki do wzięcia (172) - serial 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Świat według Kiepskich (560) - serial komediowy, Polska 20.05 Madagaskar 2 - film animowany, USA 2008, reż. Eric Darnell, Tom McGrath 21.50 Joke Show - program rozr., Polska 22.55 Underdog - film sensacyjny, Polska 2008, reż. Maciej Kawulski, wyk. Eryk Lubos, Mamed Khalidov, Aleksandra Popławska, Emma Giegińska, Janusz Chabior 01.20 Tajemnice losu - program rozr.	04.50 Uwaga! - magazyn reporterów 05.05 Kuchenne rewolucje: Gnieźno, Leo Libra - program rozr., Polska 2012 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Wielkie gotowanie - program rozr. 13.35 Na Wspólnej (3057) - serial, Polska 14.00 Na Wspólnej (3058) - serial, Polska 14.25 Na Wspólnej (3059) - serial, Polska 14.50 Na Wspólnej (3060) - serial, Polska 15.20 Beethoven 2 - film familijny, USA 1993, reż. Rod Daniel, wyk. Charles Grodin, Bonnie Hunt, Nichelle Tom 17.00 Dorota inspirowa - reality show 18.00 Kuchenne rewolucje: Zamość, Karczna Ordynat - rozr. Pol. 2018 19.00 Fakty - program informacyjny 19.20 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.30 Sport, Pogoda 19.45 Uwaga! - magazyn reporterów 20.00 Bridget Jones: W pogoni za rozumem - komedia romantyczna, Wielka Brytania/Francja/Niemcy/USA/Irlandia 2004, reż. Beeban Kidron, wyk. Renée Zellweger, Colin Firth 22.15 Rekin wojny - komedia kryminalna, USA/Kambodża 2016, reż. Todd Phillips, wyk. Miles Teller 00.40 Coś - horror SF, USA 1982 02.40 Uwaga! - magazyn reporterów 02.55 NOC Magii	06.00 Przygody Kota w Butach (45) 06.35 Przygody Kota w Butach (46) 07.05 Kacze opowieści (11) - serial, USA 07.35 Kacze opowieści (12) - serial, USA 08.05 Kacze opowieści (13) - serial, USA 08.35 Kacze opowieści (14) - serial, USA 09.00 Galileo - pr. popularnonaukowy 10.00 Galileo - pr. popularnonaukowy 11.00 Policjanci i Policjanci (381) 12.00 Policjanci i Policjanci (382) 13.00 Program ochrony księżniczki - film familijny, USA 2009, reż. Allison Liddi, wyk. Selena Gomez 14.50 \$TOP Drogówka - magazyn, Polska 15.50 Policjanci i Policjanci (383-385) 18.50 Domowe rozrywki (2) - serial 19.00 Galileo - pr. popularnonaukowy 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (223) - serial krym., Polska 21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (224) - serial krym., Polska 22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (225) - serial krym., Polska 23.00 Oczy szeroko zamknięte - thriller erotyczny, USA/Wielka Brytania 1999, reż. Stanley Kubrick, wyk. Tom Cruise, Nicole Kidman 02.25 Interwencja - mag. reporterów 02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019 03.40 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Ukryta prawda (707) - serial, Polska 06.00 Mango - telezakupy 08.05 Ukryta prawda (702) - serial, Polska 09.05 Ukryta prawda (703) - serial, Polska 10.05 Ukryta prawda (704) - serial, Polska 11.10 Przyjaciele (5/24) - serial, USA 11.45 Przyjaciele (6/24) - serial, USA 12.15 Przyjaciele (7/24) - serial, USA 12.50 Przyjaciele (8/24) - serial, USA 13.25 W krzywym zwierciadle: Strzelając Śmiercią - komedia sensacyjna, USA 1993, reż. Gene Quintano, wyk. Emilio Estevez, Samuel L. Jackson, Jon Lovitz, Tim Curry 15.10 Granice czasu - film fantasy, USA 2008, reż. Richard Donner, wyk. Paul Walker, Frances O'Connor 17.35 San Andreas - dramat katastroficzny, USA 2015, reż. Brad Peyton, wyk. Dwayne Johnson, Carla Gugino, Alexandra Daddario 20.00 Harry Potter i Insygnia Śmierci: część 2 - film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, reż. David Yates, wyk. Ralph Fiennes 22.45 Ted 2 - komedia, USA 2015, reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Amanda Seyfried 01.10 Druga strona medalu 2 02.15 NOC Magii 04.55 Zakochanie w programie

TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Na wariackich papierach (5): Morderstwo w kopercie 07.00 Tak jest świat 5 07.50 Biblioteczka 3 (5): Łzy klauza 08.45 Przygody Merlinia 5 (8) 09.35 Wojciech Czerkowski. Boso - Ziemia Święta (4, 5) 10.30 Lombard. Życie pod zastaw (29, 30, 31, 32, 33) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (232-294) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (204, 205) 20.00 Protetektor - dramat, USA 2012 21.50 Wzięcie w ognio - film sens., USA 2016 23.20 Wściekle szyby - komedia, USA 2014 01.10 Złoty łódź - film sens., USA 01.55 Na jedwabnym szlaku (5, 7, 8) 03.30 Menu na miarę 04.05 Z archiwum policji (7) 04.30 Dyzur 2 (16, 17)	09.05 Bajeczki Maszy (14/15) 09.20 Straszne historie Maszy (6) 09.25 Jej Wysokość Zosia (61, 62) 10.25 Baranek Shaun 4 (10) 10.30 Tomek i Przyjaciele 20 (7) 10.40 Strażak Sam II (2, 3) 11.10 Psi Patrol 3 (5, 6) 12.10 Strażak Sam i bohaterowie burzy - film anim., Wlk. Brytania 2015 13.10 Kubuś i przyjaciele - film animowany, USA 2011 14.20 Zakochany kundel - film anim., USA 1955 15.50 Pingwiny z Madagaskaru (13, 14, 15, 16, 17, 18) 18.35 Wielka bitwa Asterixa - film anim., Fr./RFN 1989 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (17, 18, 19, 20) 23.20 Nienarodzony - horror, USA 2009 01.00 Lombard. Życie pod zastaw (27)	06.00 Nowa Scena Śmiechu 2 06.40 Klara i wszystko jasne (3) 07.40 Komisarz Rex 10 (130, 131, 132) Śmierć w delirium, Szkoła strachu. Wszystko w rodzinie 10.25 Stawka większa niż życie (3, 4) 13.10 Znachor - dramat, Polska 1981 15.50 Kosmiczna załoga - komedia, USA 1999 17.45 Nieustraszeni bracia Grimm - film fantasy, USA/Czechy/Wlk. Brytania 2005 20.00 Premiera: Czarny labęć - dramat, USA 2010 22.05 Lowcy głów - thriller, Norw./Niemcy/Szwecja/Dania 2011 00.05 Narcos: Meksyk (10) 01.25 Wesele - komedia, Polska 2004 03.30 Miłośnicy Kropki (2, 1) 05.35 Magiczne Alpy - etiuda filmowa, Wł. 2018	08.55 Gogglebox. Przed telewizorem 12 10.00 Człowiek kontra jedzenie 10.30 Człowiek kontra jedzenie 10.55 Defacto 8 11.25 Kto to kupi? 12.05 Usterka 12 (3) 12.35 Królowe życia 3 (10) 13.20 Orzeł czy reszka? 14.15 Ciekawostki przez Stany 15.05 Kanapowcy 16.00 Ostre cięcie 10 16.40 Gogglebox. Przed telewizorem 12 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 12 (9) 18.35 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (4) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Gogglebox. Przed telewizorem 12 21.00 O tym się nie mówi 21.15 Królowe życia 8 (9) 22.00 Kanapowcy 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 12 00.00 Gogglebox. Przed telewizorem 7	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Nasza klasa 07.30 Nasza klasa 08.00 Jaś Fasola (11) 08.30 Gwiazdy Kabaretu 09.40 Pres na wagę diamentów - film familijny, USA 2008 11.55 Wymarzony luzer - komedia, USA 2011 13.55 Columbo (2) 16.00 Detektyw Monk (16) 16.55 Detektyw Monk (1) 17.55 Hero - dramat przygodowy, Hongkong/Chiny 2002 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (103) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (104) 23.00 Admirał - dramat biograf., Hol. 2015 01.40 Spadkobiercy 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje	06.00 Boks 08.00 Największe mecze polskiej siatkówki - magazyn siatkarski 10.30 Największe mecze polskiej siatkówki - magazyn siatkarski 12.30 Największe mecze polskiej piłki - magazyn piłkarski 14.45 Największe mecze polskiej siatkówki: Mistrzostwa Świata w Bułgarii i we Włoszech - mecz: Polska - Serbia 23.09.2018 17.30 Największe mecze polskiej piłki - magazyn piłkarski 20.00 Eddie zwany Orłem - film biograficzny, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2016 22.30 Piłka nożna z archiwum: Liga włoska: Juventus FC - AS Roma 15.03.1997 - magazyn piłkarski 01.00 Boks 03.00 Sporty walki: UFC Fight Night

26 KWIETNIA
NIEDZIELA

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.30 Słownik polsko@polski 06.05 Audyencje komitetów wyborczych 06.35 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży 07.00 Transmisja mszy świętej 08.00 Audyencje komitetów wyborczych 08.30 Zakochaj się w Polsce - magazyn 09.00 Ziarno - program dla dzieci 09.30 Las bliziej nas (19) - serial, Polska 09.55 Noce i dnie (7/12) - serial, Polska 10.55 Msza święta z Jasnej Góry 11.50 Między ziemią a niebem - magazyn 12.00 Regina Coeli - program religijny 12.15 Między ziemią a niebem - magazyn 12.45 ZostanowidmowBogiem 12.50 Misja w Afryce: O powołaniu misjonarza - reportaż, Polska 2018 13.10 Wielkie rzeki świata (2/3) - dok. 14.15 Z pamięci - cykl felietonów 14.25 Weterynarze z sercem - magazyn 15.00 Komisarz Alex 12 (145) - serial 15.50 Postaw na milion - teleturniej, Pol. 16.45 Audyencje komitetów wyborczych 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.35 Ośmiu wspaniałych - reality show 18.30 Jaka to melodia? 19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda 20.20 Stulecie Winnych 2 (21) - serial 21.15 To był rok! - rozr. Polska 2020 22.20 A psa bierz ja - komedia, USA 2016 00.00 Skyfall - film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2012	05.00 Słowo na niedzielę: Szybki kurs patrzenia - program religijny 05.10 Barwy szczęścia (2242-2244) 06.40 Audyencje komitetów wyborczych 07.05 M jak miłość (512) - serial, Polska 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.50 Pytanie na śniadanie 12.15 Dance Dance Dance 2: Finał. Część 1 - program rozrywkowy, Pol. 2020 13.25 Dance Dance Dance 2: Finał. Część 2 - program rozrywkowy, Pol. 2020 14.00 Familiada - teleturniej 14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 16.20 Rodzinka.pl (206): Kocham Cię 16.50 Lepsza polowa (15/16) - serial 17.25 Audyencje komitetów wyborczych 17.50 Zainwestuj w marzenia 2 (27): Bank centralny - serial obcy, Pol. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Na dobre i na złe (777): Czeski film - serial obyczajowy, Polska 19.25 Na sygnale (268): Kac w wielkim mieście - serial fab-dok., Polska 20.00 Eskort - dramat obyczajowy, USA/Francja 2014 22.10 Cmy - dramat obcy, Ukraina 2014 00.20 Nicholas Nickleby - dramat, USA/Wlk. Brytania/Niemcy/Holandia 2002 02.30 Jeziorak - thriller, Polska 2014 04.10 Zakochanie w programie	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 09.00 Przygody Kota w Butach (56) 09.30 Kung Fu Panda: Sekrety mistrzów - film animowany, USA 2011 10.00 Potwory kontra obcy - film anim., USA 2009 12.00 Doktor Dolittle: W pogoni za blaskami - film familijny, Kanada/USA 2009, reż. Alex Zamm, wyk. Kyla Pratt, Tegan Moss, Jason Bryden, Doron Bell, Curtis Caravaggio 13.50 Madagaskar 2 - film anim., USA 2008, reż. Eric Darnell, Tom McGrath 15.35 Galimatias, czyli kogel-mogel 2 - komedia obyczajowa, Polska 1989, reż. Roman Zaluski, wyk. Grazyna Blecka-Kolska, Dariusz Siadkowski 17.35 Nasz nowy dom - reality show 18.40 Domowe rozrywki (3) - serial 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Państwo w państwie - public. 20.00 Kabaret na żywo: Kabaretowy Koncert Życzeń - rozr. Pol. 2019 22.05 W rytmie serca (78) - serial, Polska 23.05 Ślad (107) - serial krym., Polska 00.15 Bez litości - film sensacyjny, USA 2014, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Marlon Coles 03.00 Tajemnice losu - program rozr.	04.50 Uwaga! - magazyn reporterów 05.05 Kuchenne rewolucje: Bielsko-Biala, Kuźnia Smaków - program rozr. 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Wszystkie jej blizny - film dok., Polska 2012, reż. Marek Kłosowicz 12.25 Kod genetyczny (7) - serial, Polska 13.30 Ameryka Express - reality show, Polska 2020, wyk. Paweł Deląg 15.05 Transformers - film SF, USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson, Rachael Taylor 18.00 Dorota inspirowa - reality show 19.00 Fakty - program informacyjny 19.20 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.30 Sport, Pogoda 19.45 Uwaga! - magazyn reporterów 20.00 MasterChef Junior - rozr. 21.30 Sherlock Holmes: Gra cieni - film kryminalny, USA 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace, Jared Harris, Rachel McAdams 00.05 Motyw (8) - serial krym., Polska 01.00 Kuchenne rewolucje: Zamość, Karczna Ordynat - rozr. Pol. 2018 01.55 Uwaga! - magazyn reporterów 02.15 NOC Magii - interaktywny program rozrywkowy	06.00 Przygody Kota w Butach (47) 06.35 Przygody Kota w Butach (48) 07.05 Kacze opowieści (15) - serial, USA 07.35 Kacze opowieści (16) - serial, USA 08.00 Program ochrony księżniczki - film familijny, USA 2009, reż. Allison Liddi, wyk. Selena Gomez, Demi Lovato, Jamie Chung, Nicholas Braun 09.55 Galileo - pr. popularnonaukowy 11.55 Gwiazdy Kabaretu - program rozr. 14.00 Czego pragną kobiety - komedia, USA 2000, reż. Nancy Meyers, wyk. Mel Gibson, Helen Hunt 16.45 Biały Tygrys - film wojenny, Rosja 2012, reż. Karen Schachnazarow, wyk. Karen Schachnazarow, Aleksiej Wiertkow, Władimir Iljin 19.00 Galileo - pr. popularnonaukowy 20.00 Straszny film 3 - horror komediowy, USA 2003, reż. David Zucker, wyk. Anna Faris, Pamela Anderson 21.50 Szkoła uwodzenia - film obyczajowy, USA 1999, reż. Roger Kumble, wyk. Sarah Michelle Gellar 23.55 Śmierć na talerzu (7) - serial 00.55 Śmierć na talerzu (8) - serial 01.55 Zagadkowe zgony (4) - serial 02.25 Interwencja - mag. reporterów 02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019 03.40 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Ukryta prawda (708) - serial, Pol. 06.00 Mango - telezakupy 08.05 Ukryta prawda (705) - serial, Pol. 09.05 Ukryta prawda (712) - serial, Polska 10.05 Ukryta prawda (714) - serial, Polska 11.00 Zakochani po uszy 3 (196) 11.35 Zakochani po uszy 3 (197-199) 13.20 Projekt Lady 3 - reality show 14.20 Ślub od pierwszego wejrzenia 4 15.20 Przyjaciele (11/24) - serial, USA 15.50 Przyjaciele (12/24) - serial, USA 16.20 Przyjaciele (13/24) - serial, USA 16.50 Przyjaciele (14/24) - serial, USA 17.20 Harry Potter i Insygnia Śmierci: część 2 - film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, reż. David Yates, wyk. Ralph Fiennes, Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson 20.00 Iron Man - film SF, USA 2008, reż. Jon Favreau, wyk. Robert Downey Jr., Terrence Howard, Jeff Bridges 22.40 60 sekund - film sensacyjny, USA 2000, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Angelina Jolie, Giovanni Ribisi, Christopher Eccleston 01.05 Kryzys to nasz pomysł - komedia-dramat, USA 2015, reż. David Gordon Green, wyk. Sandra Bullock, Billy Bob Thornton, Anthony Mackie 02.55 NOC Magii 04.55 Zakochanie w programie

TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
05.30 Tajemnice medyczne (19) 06.10 Lombard. Życie pod zastaw (6, 7) 07.55 Kapuśniaczek - komedia, Fr. 1988 09.50 Zandarm i kosmici - komedia, Fr. 1979 11.35 Pies wampir - film familijny, Kanada 2012 13.10 Błękitny ogień - baśń film., Niem. 2010 14.20 Król Drodobrodzi - baśń film., Niem. 2008 15.30 7 krasnoludków: Historia prawdziwa - komedia, Niem. 2004 17.15 Robin Hood: Książę złodziei - film przyg., USA 1991 20.00 Cudzoziemiec - film sens., Wlk. Brytania/Chiny/USA 2017 22.05 Terrorysta - dramat, USA 2001 23.50 Wściekły pies - film sensacyjny, USA 2017 01.40 Na wariackich papierach 4 (42)	06.00 Ale numer! 3 06.25 Wojciech Czerkowski. Boso - Karaby (1) 07.10 Bolek i Lolek wyruszają w świat (16) 07.15 Reksio (52) 07.35 Blaze i megamaszyny 2 (7, 8) 08.35 Klinika dla pluszaków (21, 22) 09.30 Tomek i przyjaciele. Wyprawa poza wyspę Sodor - film anim., Wlk. Brytania 2017 10.55 Pinokio - film anim., USA 1940 12.35 Wielka bitwa Asterixa - film anim., Fr./RFN 1989 14.00 Zandarm i policjantki - komedia, Fr. 1982 16.00 Wielka zabawa TV Puls w Dolinie Charlotte 17.00 Wielka zabawa TV Puls w Dolinie Charlotte 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (289-291) 22.20 Agenci NCIS 12 (13, 14) 00.00 Lekarze na start (33)	06.00 Nowa Scena Śmiechu: Andrzej Grabowski - SPA 06.10 Nowa Scena Śmiechu 07.05 Klara i wszystko jasne (4) 08.05 Komisarz Rex 10 (133, 134, 135) Nie ma jak u mamy, Modelka: Ostatni zakład 11.05 Przygody Merlinia 4 (6, 7, 8) 13.55 Gry wojenne - film sens., USA 1983 16.20 Pokaż, kotku, co masz w środku - komedia Pol. 2011 18.00 Poirot: Zerwane zarczyni - film krym., Wlk. Brytania 2008 20.00 Skazany na bluesa - dramat, Pol. 2005 22.00 Misja Afganistan (9) 22.55 Wojna imperiów - film przyg., Chiny/Hongkong 2015 01.30 Misja: Niewykonalna - komedia, USA 2016 03.10 Miłośnicy Kropki (13, 11) 04.55 TV Okazje	09.00 Poza kontrolą 2 (5) 10.05 Down the road. Zespół w trasie (10) 10.35 Defacto 8 - fiesz 10.50 Defacto 9 11.20 Królowe życia 6 (6) 12.05 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (4) 13.10 Ostre cięcie 10 13.50 Dami i wieśniaczki. PL (10-ost.) 14.55 Gogglebox. Przed telewizorem 12 16.00 Rto to kupi? 16.40 Kanapowcy 17.45 Express, Pogoda 18.00 Królowe życia 8 (9) 18.40 Królowe życia 3 (10) 19.30 Patent na kasę - fiesz 19.45 Express, Pogoda 20.00 Gogglebox. Przed telewizorem 12 21.05 Orzeł czy reszka? 22.05 Down the road. Zespół w trasie (11) 22.30 Królowe życia 8 (9) 23.20 Dami i wieśniaczki. Ukraina 6 (6)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Detektyw Monk (16, 1) 08.55 Galileo 09.55 Galileo 10.55 Wymarzony luzer - komedia, USA 2011 13.00 Columbo (2) Niebezpieczna gra 15.00 Policjanci i Policjanci (465, 466, 467) 18.00 Policjanci i Policjanci (468) 19.00 Policjanci i Policjanci (469) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (105) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (106) 23.00 Underworld 2: Ewolucja - thriller SF, USA 2006 01.15 Spadkobiercy 02.15 Włatyw się mój (52) 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 04.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje	07.00 Największe mecze polskiej siatkówki - magazyn siatkarski 09.00 Największe mecze polskiej siatkówki - magazyn siatkarski 11.00 Cafe Futbol - magazyn piłkarski 12.30 Piłka nożna z archiwum - magazyn piłkarski 13.00 Złota strzela - magazyn siatkarski, Polska 14.45 Złoty z archiwum 17.30 Największe mecze polskiej piłki - magazyn piłkarski 20.00 Największe mecze polskiej siatkówki: Mistrzostwa Świata w Bułgarii i we Włoszech - mecz: Polska - Serbia 27.09.2018 22.30 Największe mecze polskiej piłki - magazyn piłkarski 01.00 Sporty walki: KSW 03.00 Sporty walki: KSW

27 KWIETNIA
PONIEDZIAŁEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.35 E! (715) - serial obyczajowy, Turcja 06.25 Audycje komitetów wyborczych 07.00 Transmisja mszy świętej 07.40 Francuskie wybrzeże z lotu ptaka - serial dokumentalny, Francja 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwaterans polityczny - public. 08.40 Bądźmy razem w domu - edukac. 09.20 Ranczo (4) - serial obyczajowy, Polska 10.15 Komisarz Alex 5 (54) - serial, Pol. 11.05 Ojciec Mateusz 3 (36) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 To się opłaca - magazyn 12.55 Wielkie rzeki świata (2/3) - film dok., Wielka Brytania/USA 2019 14.00 E! (716) - serial obyczajowy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.45 Przysięga (159) - telenowela, Tur. 16.35 Audycje komitetów wyborczych 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.30 Jaka to melodia? 18.30 Korona królów (372) - telen. hist. 18.55 Jeden z dziesięciu - telenowela 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (223) - telen., Polska 21.00 Teatr Telewizji Bezkrolowie - sztuka Wojciecha Tomczyka, Polska 2020 22.30 Świat bez fikcji: Dark Web - walka z przestępczością w sieci - film dokumentalny Niemcy 2018 23.20 To był rok! - rozr., Polska 2020	06.00 Audycje komitetów wyborczych 06.20 „Ja to mam szczęście!” - ulubione skecze - program rozrywkowy Polska 06.25 Familiada - telenowela 06.55 Przepis dnia 2 - magazyn 07.05 Wesoła nauka. Wielkie dzieła małych rąk - edukac., Polska 2020 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.40 Wesoła nauka - edukac., Polska 2020 12.35 Kolo fortuny - telenowela, Polska 13.10 Va banque - telenowela, Polska 13.40 Na sygnale (244) - serial, Polska 14.10 Coś dla ciebie - magazyn 14.35 Audycje komitetów wyborczych 15.05 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (21) - serial 15.50 Zainwestuj w marzenia 2 (20) 16.00 Kolo fortuny - telenowela, Polska 16.35 Familiada - telenowela 17.10 Węzłowiec miłości (290) - telen., Tur. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - telenowela, Polska 18.55 Będzie dobrze, kochanie (1, 2) 19.30 Barwy szczęścia (2244) - serial 19.55 Przepis dnia 2 - magazyn 20.10 Barwy szczęścia (2245) - serial 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20.55 M jak miłość (1513) - serial, Polska 21.50 O mnie się nie martw 12 (10/13) 22.50 Trzy dni Kondora (8/10) - serial 23.50 Święte powietrze - komedia	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (462) 09.15 Malanowski i partnerzy (465) 09.45 Sekrety rodziny (40) - serial, Pol. 10.45 Dlaczego ja? (867) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (418) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - mag. reporterów 13.45 Trudne sprawy (927) - serial, Pol. 14.45 Dlaczego ja? (997) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.25 Pogoda - program informacyjny 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (450) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (7) - serial, Pol. 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.45 Polska wybiera - debata - public. 20.05 Bez litości - film sensacyjny USA 2014, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Martin Ciolek, Chloë Grace Moretz, David Harbour 22.45 Szklana pułapka 2 - film sensacyjny USA 1990, reż. Renny Harlin, wyk. Bruce Willis, William Sadler, Bonnie Bedelia, William Atherton 01.20 Plan ucieczki - thriller USA 2013, reż. Mikael Hafström, wyk. Sylvester Stallone, Arnold Schwarzenegger, James Caviezel, Faran Tahir, Amy Ryan	04.15 Uwaga! - magazyn reporterów 04.30 Kuchenne rewolucje - rozr. 05.25 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn 05.55 Akademia ogrodnika - magazyn 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Afera Iryzjera - rozr., Polska 2016 12.15 Ukryta prawda (788) - serial, Pol. 13.15 Szpital (523) - serial paradok., Pol. 14.15 Detektyw (476): Ucieczka Rafała 14.50 Detektyw (477): Szósta klasa 15.25 Detektyw (478): Klucz - serial 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje - program rozr. 18.00 Ukryta prawda (789) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.49 Raport: alergiczny - inf., Pol. 2020 19.50 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku - magazyn 20.15 Na Wspólnej (306) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - telenowela, Pol. 2019 21.30 Kod genetyczny (8-ost.) - serial 22.30 Kryptonim: U.N.C.L.E. - komedia sensac., USA/Wielka Brytania 2015 00.50 Wszystkie jej blizny - film dokumentalny, Polska 2017 01.35 Wewnętrzny wróg (9) - serial 02.30 Uwaga! - magazyn reporterów 02.45 NOC Magii	06.00 Strażnik Teksasu (1) - serial, USA 07.00 Strażnik Teksasu (2) - serial, USA 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjanci i Policjanci (379-380) 12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Emil, pogromca mandatów - rozr. 13.30 Emil, pogromca mandatów - rozr. 14.00 Septagion (19, 20) - serial krym., Pol. 16.00 Skoneczny patrol (12) - serial 17.00 Skoneczny patrol (13) - serial, USA 18.00 Policjanci i Policjanci (386) 19.00 Policjanci i Policjanci (387) 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (226) - serial krym., Polska 21.00 Obcy - decydujące starcie - horror SE USA/Wielka Brytania 1988, reż. James Cameron, wyk. Sigourney Weaver, Michael Biehn, Carrie Henn, Janelle Goldstein, Bill Paxton 23.55 Pokój grozy - thriller, USA 2016, reż. D.J. Caruso, wyk. Mel Rado, Kate Beckinsale, Duncan Jones, Lucas Till, Michael Conlin 01.50 Walczył mój (8): Higieniczny blues - serial, Polska 02.20 Galileo - program popularnonaukowy 03.20 Interwencja - mag. reporterów 03.35 SuperLudzie (29) - serial dok., Pol. 04.05 Atleci - magazyn sportowy 04.40 Trans World Sport - magazyn 05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Szkoła (228) - serial paradok., Polska 06.00 Mango - telezakupy 07.35 Mała piękność (1/8) - serial, USA 08.40 Ukryta prawda (717) - serial, Polska 09.40 Ukryta prawda (718) - serial, Polska 10.40 Ukryta prawda (719) - serial, Polska 11.40 Szpital (449) - serial paradok., Pol. 12.40 Sąd rodzinny (97) - serial, Polska 13.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska (407) - serial fab-dok., Polska 14.45 Ukryta prawda (532) - serial, Polska 15.50 Szkoła (380) - serial paradok., Pol. 16.50 19+ (513) - serial paradok., Polska 17.25 Brzydula (234) - serial kom., Polska 18.00 Brzydula (235) - serial kom., Polska 18.30 Przyjacieł (15/24) - serial, USA 19.00 Przyjacieł (16/24) - serial, USA 19.30 Przyjacieł (17/24) - serial, USA 20.00 Złoty pas - thriller, Polska 2015, reż. Borys Lankosz, wyk. Robert Więcławicz, Jerzy Jędrzejko 22.20 Harry Potter i Insygnia Śmierci: część 2 - film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2011, reż. David Yates, wyk. Ralph Fiennes, Daniel Radcliffe 01.00 Kości (6/22) - serial krym., USA 01.50 Druga strona medalu 3: Maja Włoszczyńska - talk-show 02.15 Druga strona medalu 3 02.40 NOC Magii 04.55 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKŁATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
05.30 Rodzinny interes (5) 06.10 Nash Bridges (81, 82) 08.00 Kobra - oddział specjalny (1) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (206) 09.50 Napisana: Morderstwo (18) 10.50 Zaklinaczka duchów 3 (62) 12.25 Kobra - oddział specjalny (1, 2) 14.10 Lombard. Życie pod zastaw (33, 34) 16.00 Rodzinny interes (5, 6) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (205, 206) 20.00 Eliminatory - film sensacyjny, Wlk. Brytania/USA 20.16 21.50 Cudzoziemiec - film sensac., Wlk. Brytania/Chiny/USA 2012 21.55 Champion - dramat, USA/Niem. 2002 01.45 Zobacz to! Tak jest świat 5 02.30 Niesamowite (4, 5) 03.25 Najbardziej niebezpieczny szlak (1)	11.05 Grizzly i lemingi (19) 11.20 Kot-ciało 2 (11, 12) 11.30 Bing (64, 65) 11.45 Nowe przygody Kubusia Puchatka (37, 38) 12.45 Top Wing: Ptasia Akademia (21) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 3 (9, 10, 11, 13) 14.10 Mustang: Duch Wolności (22, 23) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (20, 21) 16.00 Jeźdźcy smoków (4, 5) 16.50 Fineasz i Ferb 3 (21, 22) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru (9) 18.15 Blaze i megamaszyny 2 (12) 18.35 Psi Patrol 3 (7) 19.00 Śmierć (34, 35) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw (28, 29) 21.45 Zabójcze umysły: Poza granicami (4) 22.35 Rinko za kratami (12) 23.30 Wzylidne choroby 3 (10, 11)	06.00 Nowa Scena Śmiechu 06.50 Złoty polski (327) 07.20 Plebania (304) 07.50 Kłara i wszystko jasne (2) 08.50 Człowiek przyszłości - film SF, USA/Niem. 1999 11.15 Przyjacieł z Wondertand (12) 12.10 Chicago Fire (4) 13.00 Katastrofy w przestworzach (3, 4) 15.10 Znaki destrukcji - film SF, USA/Kanada 2014 16.55 Wojna o tron (4) 17.50 Chicago Fire (5) 18.40 Allo, Allo (9, 10) 20.00 Lowcy głów - thriller Norw./Niem./Szwecja/Dania 2011 22.00 Złecenie na śmierć - dramat, Kanada 2010 00.05 1. zapadła ciemność - thriller USA/Arg./Fr. 2010 02.00 Fotograf - film krym., Pol. 2014 04.20 Miłość Kropka! (7) 04.55 TV okazje	10.20 Gogolebox. Przed telewizorem 4 11.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska (6, 7) 13.00 Zony Hollywood 2 14.00 Przypadki na drodze 2 (10) 15.05 Królowe życia 5 (3) 15.50 Uwaga! 16.10 Dany i wiewiórki Ukraina 6 (1) 17.15 Człowiek kontra jedzenie 17.45 Express, Pogoda 17.59 Raport: alergiczny 18.00 Ciepłarówka przez Stany 2 18.40 Gogolebox. Przed telewizorem 11 19.45 Express, Pogoda 20.00 Królowe życia 8 (1) 20.40 Królowe życia 7 (2) 21.30 Królowe życia. Po godzinach (5) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Gogolebox. Przed telewizorem 12 23.00 Gogolebox. Przed telewizorem 3 23.45 Defacto 10	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (132, 133) 08.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (134, 135) 12.00 Miodowe lata (106, 108) Zjazd absolwentów, Wielka szmal (14) Bumerang (13) 14.15 Buffy, potwory, wampiry i wilkołaki (11, 12) 16.15 Medicopter 117 (40, 41) 18.15 Miodowe lata (120, 144) Męski ideał, Baza 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (30) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (31) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (192) 00.00 Papiarasi - dramat, USA 2004 01.50 Benny Hill 02.30 SuperLudzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje	05.00 Cafe Futbol 07.00 Poranek z Polsatem Sport - Pol. 09.00 Boks z archiwum 10.00 7. strzała 11.30 Piłka nożna z archiwum 12.30 Siatkówka z archiwum - mag. siatkarski 15.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 17.00 Piłka nożna z archiwum - mag. piłkarski 17.30 Boks z archiwum - mag. bokserki 18.00 Największe mecze polskiej siatkówki. Mistrzostwa Świata w Bułgarii i we Włoszech - mecz półfinałowy: Polska - USA 29.09.2018 20.30 Największe mecze polskiej piłki - mag. piłkarski 23.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 01.00 Sporty walki: KSW 03.00 Sporty walki: KSW

28 KWIETNIA
WTOREK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.35 E! (716) - serial obyczajowy, Turcja 06.25 Audycje komitetów wyborczych 07.00 Transmisja mszy świętej 07.40 Francuskie wybrzeże z lotu ptaka - serial dokumentalny, Francja 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwaterans polityczny - public. 08.40 Bądźmy razem w domu - edukac. 09.20 Ranczo (5) - serial obyczajowy, Polska 10.15 Komisarz Alex 5 (55) - serial, Polska 11.05 Ojciec Mateusz 3 (37) - serial, Pol. 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy 12.55 Wielkie koty w domu (1/3) - dok. 14.00 E! (717) - serial obyczajowy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.40 Przysięga (160) - telenowela, Tur. 16.35 Audycje komitetów wyborczych 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.30 Jaka to melodia? 18.30 Korona królów (373) - telen. hist. 18.55 Jeden z dziesięciu - telenowela 19.25 Sport, Wiadomości, Alarm! 20.15 Pogoda - program informacyjny 20.30 Leśniczówka (224) - telen., Polska 20.55 „Złewolona” - Kulisy 21.05 Złewolona (21/49) - serial, Ukr. 21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów 23.00 Ocaleni - reality show 23.55 Chwała - film hist., USA 1989 02.00 Film fabularny - film obyczajowy	06.20 „Ja to mam szczęście!” - ulubione skecze - program rozr., Polska 06.30 Familiada - telenowela 06.55 Przepis dnia 2 - magazyn 07.05 Wesoła nauka. Wielkie dzieła małych rąk - edukac., Polska 2020 08.00 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.40 Wesoła nauka - edukac., Pol. 2020 12.30 Kolo fortuny - telenowela, Polska 13.10 Va banque - telenowela, Polska 13.40 M jak miłość (1513) - serial, Polska 14.35 Audycje komitetów wyborczych 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (22) - serial 16.00 Kolo fortuny - telenowela, Polska 16.35 Familiada - telenowela 17.10 Węzłowiec miłości (291) - telen., Tur. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - telenowela, Polska 18.55 Będzie dobrze, kochanie (3) 19.05 Będzie dobrze, kochanie (4) 19.30 Barwy szczęścia (2245) - serial 19.55 Przepis dnia 2 - magazyn 20.10 Barwy szczęścia (2246) - serial 20.45 Kulisy serialu „M jak miłość” 20.55 M jak miłość (1514) - serial, Polska 21.50 Serial - serial obyczajowy 22.45 Zainwestuj w marzenia 2 (28) 22.55 Wielkie historie: Kraina miodu - film dokumentalny, Macedonia 2019 00.30 Rodzinka.pl (286) - serial, Polska	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (466, 467) 09.45 Sekrety rodziny (41) - serial, Pol. 10.45 Dlaczego ja? (868) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (419) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - mag. reporterów 13.45 Trudne sprawy (928) - serial, Pol. 14.45 Dlaczego ja? (998) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia, Pogoda 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (451) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (8) - serial, Pol. 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Świat według Kiepskich (310) 20.05 Plan ucieczki - thriller USA 2013, reż. Mikael Hafström, wyk. Sylvester Stallone, Arnold Schwarzenegger, James Caviezel, Faran Tahir 22.40 Metro strachu - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. John Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta, Luis Guzmán, Víctor Gócal, John Turturro 00.40 W rytmie hip-hopu 2 - film muzyczny, USA 2006, reż. David Petrarca, wyk. Izabella Miko, Columbus Short, Jacqueline Bisset 02.30 Tajemnice losu - program rozr.	04.45 Uwaga! - magazyn reporterów 05.05 Kuchenne rewolucje: Tymbark, Zająz pod Jodłową Górą - rozr. 06.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.25 Doradca smaku: Pieczony schab z jabłkami - magazyn, Polska 2020 11.35 Afera Iryzjera - rozr., Polska 2016 12.20 Ukryta prawda (789) - serial, Pol. 13.15 Szpital (524) - serial paradok., Pol. 14.15 Detektyw (479, 480) - serial fabularno-dokumentalny, Polska 15.25 Milionerzy - telenowela, Pol. 2019 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje: Jasko, restauracja Perla - rozr., Polska 2013 18.00 Ukryta prawda (790) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.50 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku - magazyn 20.15 Na Wspólnej (3062) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - telenowela, Polska 2019 21.30 Motyw (9) - serial krym., Polska 22.30 Saga „Złemierz”: Przed świtem. Część 2 - film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon 00.50 Zabójcza broń 2 (9) - serial, USA 01.45 Uwaga! - magazyn reporterów 02.05 NOC Magii	06.00 Strażnik Teksasu (3) - serial, USA 07.00 Strażnik Teksasu (4) - serial, USA 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjanci i Policjanci (382-384) 12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Emil, pogromca mandatów - rozr. 14.00 Septagion (21) - serial krym., Pol. 15.00 Septagion (22) - serial krym., Pol. 16.00 Skoneczny patrol (14) - serial 17.00 Skoneczny patrol (15) - serial 18.00 Policjanci i Policjanci (388) 19.00 Policjanci i Policjanci (389) 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (227) - serial krym., Polska 21.00 Na linii - dramat sensacyjny, USA 2015, reż. Amanah Olson, Obin Olson, wyk. Ving Rhames, Luke Goss, Michael Barton, Michael Paré 22.50 Poltrazak - thriller, USA 2012, reż. Gabe Korres, wyk. Stephen Dorff, Chyler Leigh, JR Bourne 00.50 Walczył mój (9): Pranie mózgu - serial, Polska 01.20 Galileo - program popularnonaukowy 02.20 Graffiti - program publicystyczny 02.35 SuperLudzie (30) - serial dok., Pol. 03.05 Atleci - magazyn sportowy 03.40 Trans World Sport - magazyn 04.40 SuperLudzie (31) - serial dok., Pol. 05.10 SuperLudzie (1) - serial dok., Pol. 05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Szkoła (229) - serial paradok., Pol. 06.00 Mango - telezakupy 07.35 Mała piękność (2/8) - serial, USA 08.40 Ukryta prawda (720) - serial, Pol. 09.40 Ukryta prawda (721) - serial, Pol. 10.40 Ukryta prawda (722) - serial, Pol. 11.40 Szpital (450) - serial paradok., Pol. 12.40 Sąd rodzinny (98) - serial, Polska 13.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska (408) - serial fab-dok., Polska 14.45 Ukryta prawda (533) - serial, Pol. 15.50 Szkoła (381) - serial paradok., Polska 16.50 19+ (180) - serial paradok., Polska 17.30 Szpital (449) - serial paradok., Pol. 18.30 Przyjacieł (18/24) - serial, USA 19.00 Przyjacieł (19/24) - serial, USA 19.30 Przyjacieł (20/24) - serial kome-dowy, USA 20.00 Larry Crowne: Uśmiech losu - komedia romantyczna, USA 2011, reż. Tom Hanks, wyk. Tom Hanks, Julia Roberts, Gugu Mbatha-Raw, Sarah Mahoney, Roxana Ortega 22.10 Kod dostępu - film sensacyjny, USA 2001, reż. Dominik Sena, wyk. John Travolta, Halle Berry, Hugh Jackman, Sam Shepard, Don Cheadle 00.10 Kości (7/22) - serial krym., USA 01.05 Druga strona medalu 3 02.05 NOC Magii 04.55 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKŁATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
05.30 Rodzinny interes (6) 06.10 Nash Bridges (82, 83) 08.00 Kobra - oddział specjalny (2) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (206) 09.50 Napisana: Morderstwo (9) 10.50 Zaklinaczka duchów 3 (62) 11.35 Zaklinaczka duchów 4 (63) 12.25 Kobra - oddział specjalny (2, 3) 14.10 Lombard. Życie pod zastaw (34, 35) 16.00 Rodzinny interes (6, 7) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (206, 207) 20.00 Tajemnicza przesyłka - film sensacyjny, USA 2012 21.33 Wściekły pies - film sensac., USA 2017 23.35 Kult - thriller, Niemcy/USA/Kanada 2006 01.20 Zobacz to! Tajemnice medyczne (26) 02.30 Na jedwabnym szlaku (2, 3, 4)	11.05 Grizzly i lemingi (20) 11.20 Kot-ciało 2 (12, 13) 11.30 Bing (65, 66) 11.45 Nowe przygody Kubusia Puchatka (38, 39) 12.45 Top Wing: Ptasia Akademia (22) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 3 (9, 10, 11, 13) 14.10 Mustang: Duch Wolności (23, 24) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (21, 22) 16.00 Jeźdźcy smoków (5, 6) 16.50 Fineasz i Ferb 3 (22, 23) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru (20) 18.15 Blaze i megamaszyny 2 (14) 18.35 Psi Patrol 3 (8) 19.00 Śmierć (36, 37) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw (30, 31) 21.45 Zabójcze umysły: Poza granicami (5) 22.35 Rinko za kratami (13) 23.35 Wzylidne choroby 3 (12)	06.10 Nowa Scena Śmiechu 07.05 Złoty polski (328) 07.35 Plebania (305) 08.05 Kłara i wszystko jasne (3) 09.05 Nasze zwyczajowe angielskie wakacje - komedia, Wlk. Brytania 2014 11.00 Przyjacieł z Wondertand (13) 12.00 Chicago Fire (5) 12.55 Katastrofy w przestworzach (5) 15.05 Burzowy armagedon - film SF, USA 2015 16.50 Wojna o tron (5) 17.50 Chicago Fire (6) 18.45 Allo, Allo (11, 12) 20.00 Winch 2: Spisek - film przyg., Fr./Belg./Niem. 2011 22.25 Czarny labędy - dramat, USA 2010 00.30 Hannibal. Po drugiej stronie maski - thriller, Wlk. Brytania/Czechy/Fr./Włochy 2007 02.45 Miłość Kropka! (8) 03.30 18	11.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (30-ost.) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (8) 13.00 Zony Hollywood 2 14.00 Przypadki na drodze 2 (11) 15.05 Królowe życia 5 (4) 15.50 Uwaga! 16.10 Dany i wiewiórki Ukraina 6 (12) 17.15 Człowiek kontra jedzenie 17.45 Express, Pogoda 18.00 Ciepłarówka przez Stany 2 18.40 Gogolebox. Przed telewizorem 11 19.45 Express, Pogoda 20.00 Królowe życia 8 (2) 20.40 Królowe życia 7 (3) 21.30 Królowe życia. Po godzinach (9) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Ostre cięcie 10 22.50 Kto to kupił? 23.30 Down the road. Zespół w trasie (10) 00.00 Usterka 12 (9, 11)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (134, 135) 08.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (136, 137) 12.00 Miodowe lata (114, 120) Baza, Męski ideał 13.40 Bumerang (14) 14.15 Buffy, potwory, wampiry i wilkołaki (13, 14) 16.15 Medicopter 117 (42, 43) 18.15 Miodowe lata (100) Koh-i-noor 19.05 Miodowe lata (103) Nowa twarz 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (32) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (33) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (193) 00.00 Złotopiel - film sensac., Bułg./Wlk. Brytania 2005 02.05 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje	04.30 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport - Pol. 09.00 Boks z archiwum 10.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 12.30 Siatkówka z archiwum - mag. siatkarski 15.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 17.30 Boks z archiwum - mag. bokserki 18.00 Największe mecze polskiej siatkówki. Mistrzostwa Świata w Bułgarii i we Włoszech - mecz finałowy: Brazylia - Polska 30.09.2018 20.30 Największe mecze polskiej piłki - mag. piłkarski 23.00 Największe mecze polskiej siatkówki - mag. siatkarski 01.00 Sporty walki: KSW 03.00 Sporty walki: KSW



HUMOR

RYBY - Zadowolony i szczęśliwy z wydarzeń ostatnich dni chcesz, żeby ten czas trwał wiecznie. Przypomnij sobie, że to tylko od Ciebie zależy. Jeśli będziesz się starać, to możliwe, że Twoje życzenie się spełni. Teraz jesteś z ciebie zadowolony.

Nieoficjalnie: Piłka najpewniej nie wróci

Z kuluarowych informacji wynika, że z powodu epidemii prawdopodobnie amatorskie rozgrywki piłkarskie w tym sezonie nie zostaną już wznowione. Na ostateczną decyzję wojewódzkie związki piłki nożnej dały sobie czas do 11 maja

W środę prezesi wojewódzkich związków wzięli udział w wideokonferencji z prezesem PZPN Zbigniewem Bońkiem. „Obrady miały charakter konsultacyjny – czytamy w informacji po konferencji. - Omawiano między innymi aktualną sytuację epidemiologiczną w kraju i jej wpływ na rozgrywki piłkarskie prowadzone przez wojewódzkie związki, a zwłaszcza dla seniorskich III ligi i klasy niższe, a także rozgrywki kobiece, młodzieżowe i mecze pucharu Polski”.

Związkowcy piszą, że decyzję o kontynuacji albo zakończeniu sezonu 2019/2020 podejmą najpóźniej 11 maja. „Po tym terminie określone zostaną szczegółowe rozwiązania dotyczące

rundy wiosennej” – informują prezesi wojewódzkich związków. Ich stanowisko ma być wspólne dla wszystkich regionalnych związków. Później te ustalenia będą rekomendowane zarządowi PZPN.

Według naszych informacji najbardziej realnym scenariuszem jest to, że w ligach amatorskich nie będzie żadnych spadków. Jednocześnie zespoły, które zajmują teraz miejsca premiowane awansem, w nowym sezonie będą grały wyżej. Zatem ligi się powiększą.

Jeśli ten scenariusz się ziści, Arka Nowa Sól jako obecny lider okręgówki awansuje do IV ligi.

- Można wam już gratulować? - pytam Jacka Kaźmierczaka, prezesa Arki.

- Zobaczymy, czy ten scenariusz się ziści – odpowiada. - Powiem szczerze, że chłopaki byli bardzo dobrze przygotowani i cieszyłem się z tego, że zaraz liga ma ruszyć. Widziałem, że byli w gazie. Chciałem, żeby po prostu grali. Myślę, że zobaczylibyśmy, jaka jest różnica na plus w ich grze porównując jesień i wiosnę. Pomimo tego, że drużyna była w rozsypce, jesienią trener Sobczak ją scalał i zajęliśmy pierwsze miejsce po poprzedniej rundzie.

- Czyli jak potwierdzą się przypuszczenia o końcu sezonu, będzie żal, że to nie jest awans wywalczony po całej kampanii?

- Na pewno. Szkoda tym bardziej, że nasi piłkarze włożyli teraz dużo pracy w treningi.

Frekwencja była praktycznie stuprocentowa. Zresztą cały czas trenują indywidualnie, a co tydzień kierownik zespołu zdaje z tego raport. Ale meczów brakuje. Nie ma to jak zielona trawa, piłka, zawodnicy i mecz.

Piotr Michalewicz, wiceprezes Odry Bytom Odrzański, też słyszał o scenariuszu, w którym ligi amatorskie już nie wrócą i będą awanse bez spadków. - O ile na samym początku wydawało mi się, że to głupie rozwiązanie, o tyle teraz myślę, że jest optymalne – mówi Michalewicz. - Bo nie wyobrażam sobie, żebyśmy mieli grać ligę np. w środę i w weekend. W środy byłoby trudno się zebrać, bo piłkarze pracują, mają obowiązki. To nie miałoby sensu w lidze

amatorskiej. Zresztą w momencie, kiedy ludzie boją się o swoje biznesy, myślenie o tym, czy dokończymy naszą okręgówkę, jest drugorzędną sprawą.

Wiceprezesowi Odry też brakuje rozgrywek. - Chętnie pojechałbym na jakiś mecz B-klasy, wziął słonecznik, posiedział i pooglądał – uśmiecha się. - Piłka, teraz to stwierdzam, była dla mnie zawsze takim fajnym czynnikiem odświeżającym. Szedłem na trening i wracałem z wyczyszczoną głową.

W kuluarach mówi się też o innym scenariuszu, mniej prawdopodobnym. W nim ligi miałyby zostać podzielone na grupy mistrzowskie i spadkowe. Ale jak będzie – zobaczymy.

Mateusz Pojnar

Pełna mobilizacja CNS!

Codziennie docierają informacje, że w polskich szpitalach w czasie epidemii koronawirusa brakuje środków ochronnych. Członkowie grupy CNS wykazali się wspaniałą inicjatywą i w sobotę przekazali do nowosolskiego szpitala aż 1500 maseczek!

To była naprawdę szybka akcja. Zbiórka funduszy na maseczki trwała dosłownie kilka dni.

Cała inicjatywa wyszła od firmy Camino, z którą grupa crossfitowców z CNS współpracuje. - Padło hasło, że mają dostęp do maseczek, a my jako klub chcieliśmy złożyć się pieniężnie i kupić je – tłumaczy Marcin Reus, lider CNS. - Dostaliśmy informację, że mamy

możliwość i błyskawicznie ją wykorzystaliśmy.

Wszystko potoczyło się bardzo szybko. Klubowicze ustalili szczegóły akcji na swojej wewnętrznej grupie na Facebooku. Otworzyli specjalne konto i tam wpłacali dość nietypowe kwoty, np. 13,13 zł albo 45,45 zł.

Każdy przelał tyle, ile chciał. - Udało nam się zebrać pewną sumę, a firma Camino dołożyła,

żeby było ciut więcej – zdradza Marcin Reus.

Za zebrane pieniądze CNS-owi udało się kupić aż 1500 maseczek. W sobotę oficjalnie przekazali je nowosolskiemu szpitalowi.

- To nie było nasze ostatnie zdanie, mamy nowe pomysły i myślimy kreatywnie. Dopiero się rozpędzamy! – zapewnia lider CNS.

Aleksandra Gembiak



Grupa CNS przekazała szpitalowi 1500 maseczek ochronnych

300 masek. Jak karatecy pomogli strażakom

To była szybka akcja na Facebooku, a efekt jest imponujący! Nowosolski Klub Karate Kyokushin ogłosił w sieci zbiórkę kasy na zakup środków ochronnych dla straży pożarnej. Dzięki dobrym ludziom zebrali 1300 zł i kupili strażakom 300 maseczek

O pomysły karateków z Nowej Soli napisaliśmy na łamach „Tygodnika Krąg” przed dwoma tygodniami.

„Codziennie jesteśmy bombardowani informacjami związanymi z epidemią, ilością kolejnych zachorowań czy też sposobami postępowania mającymi ograniczyć rozprzestrzenianie się wirusa – podkreślali na Facebooku nowosolscy karatecy. - Wiele miejsc w mediach poświęcono służbie zdrowia, bo to na niej spoczywa główny ciężar działań, ale w walce z epidemią uczestniczą też inne służby. (...) W tych trudnych dla wszystkich czasach możemy zawsze liczyć na Państwową Straż Pożarną. Nowosolski Klub Karate Kyokushin, chcąc wesprzeć strażaków zaangażowanych w pomoc w zwalczaniu epidemii koronawirusa, organizuje zbiórkę pieniędzy, za które zostaną zakupione maseczki ochronne dla funkcjonariuszy Komendy Po-



Wśród Waldemar Leśniewski i Andrzej Czarnecki przekazali strażakom maseczki ochronne

wiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Nowej Soli”.

Kasę można było wpłacać na konto NKKK.

Akcja przyniosła świetne efekty! „Dzięki Waszej pomocy zebraliśmy 1300 zł!” – ogłosili nasi zawodnicy w sieci w ub. wtorek.

A już dzień później rozpoczęli zakupy. - Dzięki inicjatywie „Maseczka dla strażaka” za pieniądze zebrane dzięki pomocy człon-

ków i przyjaciół klubu w środę na ręce komendanta i zastępcy komendanta naszej Państwowej Straży Pożarnej w Nowej Soli przekazaliśmy 300 sztuk masek ochronnych – cieszy się Andrzej Czarnecki, trener NKKK. - Strażacy jako służba mundurowa są w grupie tych najbardziej narażonych na zachorowanie podczas pandemii. Dlatego w czasie zagrożenia koronawirusem muszą zachować szczególną ostrożność, w czym pomagają wyjątkowe środki ostrożności.

Gest NKKK doceniają strażacy. - Serdecznie dziękujemy zarządowi klubu za tak wspaniałą inicjatywę, ale przede wszystkim ogromne podziękowania należą się wszystkim darczyńcom – zaznacza Tomasz Duber, wiceszef komendy PSP w Nowej Soli.

Karatecy również dziękują wszystkim darczyńcom za okazaną pomoc. Bravo!

Mateusz Pojnar

Każde zdjęcie to mała opowieść

W internecie trwa nowe wyzwanie – zawodnicy wrzucają ważne dla nich zdjęcia z okresu piłkarskiej przygody i zapraszają do zabawy innych. Brakuje im piłki z powodu epidemii koronawirusa. - Każda fotka to taka nasza mała historia – mówi Sebastian Grochowski, wieloletni piłkarz zespołu z Kozuchowa



W facebookowej zabawie wziął udział m.in. Tomasz Skrzypczak z Mieszka Konotop



Pod koniec marca pisaliśmy o internetowym wyzwaniu, które wypełniali piłkarze. Polegało na podbijaniu (kapkowaniu) rolki papieru toaletowego. Na Facebooku, Instagramie czy Twitterze tego zadania podjęło się mnóstwo piłkarzy. Jednym z pierwszych był zawodnik Juventusu Turyn Matthijs de Ligt. Reprezentant Holandii był objęty kwarantanną po tym, jak u jego kolegi z Juve Daniele Ruganiego wykryto koronawirusa. Czelendź podjęli też piłkarze z powiatu nowosolskiego.

Ale ile można kapkować rolkę papieru? Sportowcy wymyślili więc coś nowego! Tym razem wrzucają na FB ważne dla nich zdjęcia z meczów czy treningów. A potem zapraszają kolejnych kolegów do wspólnej zabawy.

Zapytaliśmy 11 ludzi futbolu o to, dlaczego wzięli udział w wyzwaniu i czemu wrzucili

akurat takie a nie inne zdjęcia. Czy dobrze im się kojarzą? Co pamiętają z tamtych momentów? Jak bardzo tęsknią za piłką?

Mirosław Baranowski, Arka Nowa Sól:

Zdjęcia, którymi podzieliłem się na Facebooku, przedstawiają moją piłkarską przygodę z lat młodości. Dawno, dawno temu [uśmiech] mieszkalem niedaleko stadionu Legii Warszawa i tak jako 11-latek trafiłem do tego klubu i spędziłem w nim 13 lat. To miłe wspomnienia.

Najstarsze zdjęcie pochodzi z 1987 r. Przedstawia drużynę juniorów Legii, która wyjechała na turniej do Włoch i... dostała srogą lekcję futbolu. Te nowsze to z drużyny rezerw z sezonu 1994/1995, w której grałem już jako senior.

Akurat te fotografie miałem pod ręką. Zresztą mam niewiele zdjęć z tego okresu, jakoś nie przykładałem do tego wagi.

Tomasz Skrzypczak, Mieszko Konotop:

Czemu podjąłem wyzwanie? Myślę, że to supersprawa wspominać pewne wydarzenia sportowe, pamiętne mecze itd. Ale też zobaczyć zawodników, którzy kiedyś ubierali trykot Mieszka, a teraz grają np. w IV lidze. To też pewne wypełnienie luki braku rozgrywek ligowych.

Wrzuciłem zdjęcie z meczu aktualnego sezonu, graliśmy z Promieniem Żary. To fajna sprawa, że taka wioska jak Konotop może walczyć w jednej lidze z klubem, który kiedyś grał dużo wyżej. A dziś rywalizujemy w tej samej klasie rozgrywkowej.

Pamiętam, że ten mecz wysoko wygrał Promień i w sumie nic więcej. Jechaliśmy okrojonym

składem, jak zresztą przez prawie całą rundę jesienną. I mimo naszego zaangażowania nie li-



Daniel Bebrys i ekipa Pogoni Przyborów

czyliśmy na to, że uda nam się wywieźć trzy punkty z tego trudnego terenu.

Kacper Konsewicz, Odra Bytom Odrzański:

Wybrałem te fotki, bo to był chyba mój najlepszy indywidualnie mecz, może tuż za meczem z Arką [uśmiech]. Wygraliśmy 1:0 z Koroną Kozuchów i strzeliłem zwycięską bramkę. Bardzo fajne wspomnienie.

Przez epidemię trochę już nie grałem i przyznam, że brakuje mi tego...

Bartosz Tkacz, Błękitni Lublin:

Wstawiłem to zdjęcie, bo to jest dla mnie praktycznie pierwsza pamiątka z meczu w seniorskiej piłce. Jedno z pierwszych moich spotkań w IV lidze, grałem wtedy w Arce Nowa Sól, a mecz odbył się w Bytomiu Odrzańskim. Czyli to były derby – nie jakiś zwykły mecz, tylko piłkarskie piekiełko. Od razu zostałem wypuszczony na głęboką wodę, lekko nie było [uśmiech]. Jak zagrałem? Dostatecznie. Dużo strachu, mało luzu, po prostu początki seniorskiej piłki. Miałem wtedy 17-18 lat.

Sebastian Grochowski, Ko-

rona Kozuchów:

To zdjęcie z pucharem zostało zrobione na wygranym przez nas turnieju oldbojów w Zielonej Górze. Grałem w barwach Korony, wygraliśmy z takimi ekipami jak Arcobaleno Zielona Góra czy tamtejszy KP.

Grzegorz Romański:

Takie wyzwanie wydaje mi się fajną inicjatywą. Szczególnie teraz, kiedy nie można trenować, nie wspominając już o rozgrywaniu meczów.

Jak się całe życie trenuje, to trudno się przystosować do całej tej sytuacji.

A grupówka pochodzi z meczu oldbojów Korony z pierwszą drużyną w ramach obchodów 70-lecia klubu.

Jak się ogląda różne zdjęcia kolegów z meczów, to się myśli: „ten był silny”, „ten zawsze faulował” albo „tego sędziego parę razy szukałem na karnego”

[śmiej].

Każda fotka to taka nasza mała historia.

Daniel Bebrys, Pogoń Przyborów:

Do czelendzu wywołał mnie Mariusz Pojnar. Te zdjęcia kojarzą mi się z fajnym okresem kopania w piłkę, poprzedzonym awansem. Nie mogłoby to się udać, gdyby nie superludzie, z którymi miałem przyjemność współpracować.

Teraz tęskni się za sportem. Ćwiczę w domu, ale to nie to samo co na Pogoni czy w sali CNS.

Mam nadzieję, że to zaraz się skończy.

Grzegorz Romański, GKS Siedlisko:

Takie wyzwanie wydaje mi się fajną inicjatywą. Szczególnie teraz, kiedy nie można trenować, nie wspominając już o rozgrywaniu meczów. Jak się całe życie trenuje, to trudno się przystosować do całej tej sytuacji.

Mega mi brakuje piłki, a dzięki zdjęciom można sobie chociaż wspominać czasy, kiedy było się w formie i strzelało bramki. Co do fotek, żona pomagała mi je wybrać. Pokazują radość ze



Bartosz Tkacz wrzucił zdjęcie z meczu Odra - Arka



Sebastian Grochowski

strzelonych bramek i z wygranych.

Pierwsza fotka jest twojego autorstwa, nie pamiętam już z jakiego meczu. A drugą zrobił Marek Grzelka, to był mecz Arki z Promieniem Żary i strzeliłem wtedy na 1:0.

Arkadiusz Gallewicz, Arka:
Samymi wspomnieniami człowiek nie może żyć, bo ważne jest, żeby w tej nostalgii utrzymać się w ryzach, w aktywności treningowej. Bo jak wszystko wróci do normalności, to trzeba być przygotowanym.

Radosław Leńczuk, Czarni Rudno:

Wybrałem akurat te zdjęcia, bo przypominają mi, że „kiedyś byłem w dobrej formie” [śmiech]. No i to, jak kiedyś wchodziłem do poważniejszej seniorskiej piłki.

Każde z tych zdjęć dobrze mi się kojarzy, mimo że wyniki nie zawsze były na korzyść drużyny, w której wtedy grałem. Pierwsza fotografia to mój inauguracyjny sezon w Czarnych Rudno i wygrany mecz z Drzonkowią Racula, chyba 3:0. Na drugiej gramy z będącym wtedy na fali Falubazem – wtedy szli jak burza i awansowali na kolejne szczeble rozgrywek. Niestety, przegraliśmy 0:2, ale pamiętam, że daliśmy z siebie dużo w tamtym spotkaniu.



Kacper Konsewicz cieszy się z gola w meczu z Koroną

Ostatnia fotografia pochodzi z okresu największego wyzwania w mojej przygodzie z piłką, jak grałem w IV lidze w Zamecie Przemków. Nie pamiętam, z kim graliśmy. Ale każdy mecz był wtedy wyzwaniem.

Bartosz Krzywniak, MKS Nowe Miasteczko:

Zdjęcia z okresu niesamowitej przygody w Nowej Soli, jeździliśmy w ramach Centralnej Ligi Juniorów po najlepszych zespołach w Polsce. A resztę fotografii wrzuciłem, bo po prostu chyba dobrze się na tych zdjęciach prezentuję [śmiech].

Paweł Zwolski, Korona Koźuchów:

Do udziału w zabawie zaprosił mnie Andrzej Dorniak. Przeglądając Facebooka widziałem, że akcja się rozkręca i to jest fajna okazja do wspomnień.

Jako że od kilku lat już nie gram, musiałem odświeżyć archiwum ze zdjęciami z piłkarskich boisk. To zdjęcie, które wrzuciłem, jest z meczu ze Spójnią Ośno Lubuskie w IV lidze. Tam zawsze dla nas był trudny teren, jeśli chodzi o jakąś zdobycz punktową. W tamtym spotkaniu również polegliśmy.

Czemu akurat ta fotografia? Z tego meczu była obszerna relacja. To był czas, który dobrze wspominam, kiedy do Korony dołączył Marcin Szulik. Anegdota „Szula” i gra z nim to była fajna sprawa. Miło to się wspomina.

Arkadiusz Gallewicz, Arka

Nowa Sól:

Wrzuciłem te zdjęcia, bo nie miałem za bardzo większego manewru – reszta jest na innym dysku, a czasu mam mało mimo koronawirusa. Pracuję dużo w ogrodzie [uśmiech].

Ale to są naprawdę fajne wspomnienia. Jedno z tych zdjęć jest z meczu w III lidze z Odrą Opole. Z tego, co pamiętam, przegraliśmy chyba 1:2, ale mocno powalczyliśmy i wyszedł nam dobry mecz. Drugie to spotkanie z Gawinem Królewska Wola, też dobry mecz. Najbardziej aktualne jest ze sparingu w Głogowie z zimy. Czwarte zdjęcie to nasz mecz z GKS Katowice – u siebie wygraliśmy 1:0. Wtedy odeszli trenerzy Mieczysław Sobczak i Mirosław Zelisko.

Jak wrzucałem te zdjęcia, wywołały u mnie emocje. Łezkę może nie, ale melancholię tak. Tak sobie pomyślałem: fajnie byłoby, gdyby taki poziom rozgrywkowy kiedyś do Nowej Soli wrócił, gdybyśmy to wszystko odbudowali organizacyjnie i sportowo. Żeby kibice licznie przychodzili na stadion, bo w tamtym czasie było ich o wiele więcej niż dziś. Trzeba pracować i dążyć do tego, by tak się stało.

Samymi wspomnieniami człowiek nie może żyć, bo ważne jest, żeby w tej nostalgii utrzymać się w ryzach, w aktywności treningowej. Bo jak wszystko wróci do normalności, to trzeba być przygotowanym.

Mateusz Pojnar



W środku Radosław Leńczuk



Paweł Zwolski z czasów gry z Marcinem Szulikiem



Mirosław Baranowski (z lewej) w barwach Legii



Arkadiusz Gallewicz dobrze wspomina III ligę



Radosław Leńczuk z czasów gry w Arce



Z prawej Bartosz Krzywniak z MKS Nowe Miasteczko

Agnieszka Ławniczek: Jeszcze będzie przepięknie!

W czasie epidemii koronawirusa i izolacji Agnieszka Ławniczek prowadzi zajęcia sportowe w internecie. Są różnorodne, każdy może znaleźć coś dla siebie. - Teraz mamy taką rzeczywistość i staramy się jakoś sobie w niej radzić. Ale jeszcze będzie przepięknie, jeszcze będzie normalnie – uśmiecha się pani Agnieszka



Agnieszka Ławniczek prowadzi zajęcia od poniedziałku do czwartku i w sobotę

Agnieszka Ławniczek to nauczycielka wychowania fizycznego i fitnessu, wybitna zawodniczka nordic walking i biegaczka. Bez sportu nie potrafi żyć.

Dlatego w czasie pandemii COVID-19 nie daje wirusowi za wygraną i organizuje w internecie treningi. Całkowicie darmowe. - Jak ktoś chce się trochę zmęczyć, wystarczy mnie znaleźć na Facebooku o godz. 19.00 od poniedziałku do czwartku i w sobotę – zachęca pani Agnieszka.

Trenują z nią kobiety nie tylko z powiatu nowosolskiego, ale i ze Świebodzina, Sławy czy Ośna Lubuskiego.

Mateusz Pojnar: Dlaczego zdecydowała się pani prowadzić takie zajęcia w internecie? Tak bardzo brakowało pani sportu?

Agnieszka Ławniczek: Dziewczyny, które ze mną wcześniej ćwiczyły, bardzo ubolewa-



Treningi sprawiają paniom dużo frajdy

ły, że nie mogą trenować. Mocno im tego brakowało. A mi jeszcze bardziej, więc postanowiłam ćwiczyć na żywo w internecie, żeby przy okazji korzystały z tego również chętne osoby.

Reakcje internautów?

Bardzo mnie cieszą, wystarczy poczytać komentarze [uśmiech]. Odbiór jest bardzo pozytywny. To napawa optymizmem, że robi się coś dla kogoś i ten ktoś z tego czerpie.

W każdym odcinku szykuje pani coś innego, żeby było

różnorodnie?

Staram się przeplatać treningi. Np. raz zrobię trening cardio, a na drugi dzień ćwiczenia z hantlami, tabatę [intensywny trening interwałowy – red.], żeby zajęcia były urozmaicone.

Skąd pani czerpie pomysły i inspiracje na te zajęcia?

Czasem podglądam w internecie treningi innych osób i jak jakieś ćwiczenie mi odpowiada, to je wykorzystuję na naszych zajęciach. Ale generalnie treningi są spontaniczne. Już 18 lat pro-

wadzę fitness, więc mogę każdy trening poprowadzić z biegu.

Na pewno brakuje już pani takich zajęć w realu?

Bardzo mi brakuje moich fitnessów! Spotkań z nimi, tych normalnych treningów, tej tony energii i endorfin unoszących się w sali. I w ogóle ludzi, spotkań towarzyskich...

Cóż, teraz taką mamy rzeczywistość i staramy się jakoś sobie w niej poradzić. Ale jeszcze będzie przepięknie, jeszcze będzie normalnie.

Jedynka z klubowymi maseczkami

- Chcieliśmy zabezpieczyć naszych zawodników przed koronawirusem – mówi Magdalena Ogórek, prezeska UKS Jedynka Nowa Sól. Klub przygotował maseczki dla swoich judoków, ich rodziców i sympatyków

W mediach pojawiły się informacje, że takie kluby jak Lech Poznań czy Vive Kielce przygotowały maseczki ze swoimi logotypami, które cieszą się dużym zainteresowaniem.

Nowosolski UKS Jedynka, który szkoli judoków, również poszedł tym tropem. - Na pomysł uszycia maseczek klubowych wpadł nasz trener Rafał Stachowiak. Chcieliśmy zabezpieczyć naszych zawodników przed koronawirusem – mówi Magdalena Ogórek, prezeska Jedynki. - Nasz klub współpracuje z nowosolską firmą szwalniczą produkującą odzież sportową

High Type, która zaprojektowała klubowe maseczki dla naszych zawodników, ich rodziców i sympatyków.

Przygotowane maseczki są trójwarstwowe i mają filtr. - Są zrobione z najwyższej jakości materiału oddychającego, który jest przeznaczony dla sportowców – podkreśla prezeska Jedynki. - W trosce o naszych zawodników zależało nam, żeby maseczki można było później prać i dezynfekować, dlatego są wielokrotnego użytku.

Judocy Jedynki dostali maseczki w ub. poniedziałek.

Mateusz Pojnar



Nikodem Napieralski tęskni już za treningami

eprasa.pl 1875472660

Andrzej Krzyśko drugim trenerem Astry

Obok Wiktora Zasowskiego na ławce trenerskiej Koliberków usiądzie drugi trener Andrzej Krzyśko, który w roli asystenta zastąpi Aleksandra Karimowa. W rozmowie z nami mówi o wyzwaniu, jakie przed nim stoi

Monika Owczarek: Od wielu lat zajmuje się pan nowosolską siatkówką. Wejście do pierwszej drużyny Astry to kolejny krok?

Andrzej Krzyśko: Jestem nowosolaninem. Tutaj chodziłem do podstawówki, gimnazjum, później do „Elektryka”. W szkole średniej zacząłem grać w siatkówkę u trenera Edwarda Szweca. Trafiłem do III ligi.

Później poszedłem na studia na gorzowską AWF. Wybrałem specjalizację z siatkówki. Grę w siatkówkę kontynuowałem już bardziej amatorsko. Po studiach zacząłem pracować w gimnazjum nr 3. Trafiłem też jako trener do Astry i zajmowałem się młodszymi grupami dzieci, następnie trenowałem młodzików, kadetów, juniorów.

Rola drugiego trenera w seniorach będzie wypełnieniem wachlarza moich trenerskich doświadczeń w Astrze. Przyznam, że byłem zaskoczony. Zaproszono mnie do współpracy przy dużym i bardzo ważnym projekcie. Wyszło to w trakcie klubowej rozmowy o nowym sezonie. Cieszę się, choć mam zakończyć trenowanie swojej grupy. A mam superzespół w juniorach. Trenujemy razem od pięciu lat i jesteśmy do siebie przywiązani. Trudno mi zostawić chłopaków. Mają serce do siatkówki i talent, dlatego wiem, że z niektórymi za chwilę się spotkam w seniorach.

Z drugiej strony czasami zmiana trenera ma dobry wpływ na młodzież. To wszystko musi się poukładać.

Największe sukcesy osiągał pan z kadetami?

Tak, z kadetami i młodzikami. Stawaliśmy na podium mi-

strzostw województwa. Wygraliśmy lubuską gimnazjadę. Nowosolscy siatkarze mają potencjał i serce do siatkówki. Nasi wychowankowie tworzą dzisiaj seniorski zespół: Alan Goltz, Dawid Witkiewicz, bracia Zakrzewscy. Po drodze przewinął się też Przemek Jeton, którego zauważyłem na zajęciach z wychowania fizycznego u kolegi. Nowosolska siatkówka towarzyszy mi przez całe życie.

Czym dla pana jest rola drugiego trenera Astry?

Z pewnością to coś więcej niż dotychczas. W siatkówce seniorskiej nie gra się już tylko dla siebie. Gra się dla kibiców, realizuje się założenia, plan. Na temat młodzieżowych rozgrywek nie mówi się tak dużo jak o seniorskich meczach. Owszem, kiedy dzieci coś spektakularnie wygrają, to jest to odnotowane. W tzw. dużej siatkówce nie ma zmiłuj się.

Mecze są analizowane. Kibice z trybun wszystko widzą, mają swoje zdanie, analizują pozycje sportowców na boisku. Do tego mecze są relacjonowane przez media. Spotkania Koliberków to już wielkie widowiska sportowe i te mecze dostarczają wiele emocji.

Siatkarzom nie wolno odpuszczać, nie mogą sobie pozwalać na słabsze dni. To słuszna postawa, bo na tym poziomie trzeba dawać z siebie wszystko i gra się, żeby wygrać. Wszystkie strategiczne decyzje będzie podejmował pierwszy trener. Drugi trener to robota w cieniu, czyli przygotowanie taktyczne, rozpoznanie przeciwnika, praca z systemem statystycznym. Będziemy się starali tak pracować, żeby to przyniosło sukces.



Andrzej Krzyśko: - Drugi trener to robota w cieniu, czyli przygotowanie taktyczne, rozpoznanie przeciwnika, praca z systemem statystycznym

Wszystkim nam o to chodzi.

Przed nami duże wyzwania. Czekamy na rozpoczęcie nowego sezonu.

Sytuacja epidemiologiczna w kraju mocno zaburza życie sportowców, przygotowanie do sezonu, rozgrywki. Wiedług pana da się to ogarnąć, nadrobić stracony czas?

Czeka nas naprawdę trudny okres. Nie wiadomo, kiedy wrócą treningi. Nie wiadomo, co z obozami sportowymi naszych

młodszych siatkarzy. Trudno coś zaplanować, a w sporcie to bardzo ważne, bo plan działania jest zawsze kluczowy.

Siatkarze, tak jak wszyscy, siedzą w domach i tylko od nich zależy, jak ten czas wykorzystają i będą dbać o formę, to szybko wskoczą na wysoki poziom sprawności fizycznej. Wszystko okaże się w wakacje, kiedy to – mam nadzieję – wrócimy do treningów.

Trzon drużyny pozostaje bez zmian. Chłopaki w II lidze grają do lat, wiedzą, na czym to polega i ile pracy trzeba włożyć w przygotowanie do rozgrywek. Bardzo ważna jest dobra atmosfera i jedność w zespole. Jestem przekonany, że tak właśnie jest w Astrze. Dlatego jak tylko się spotkamy, ruszymy do pracy.

Czekamy jeszcze na ostateczny skład naszej grupy. Jak tylko go poznamy będziemy mogli zacząć coś więcej planować.

LOKALNA GRUPA SPONSORÓW



PARTNERZY



Sponsorzy strategiczni

KARTON > PAK



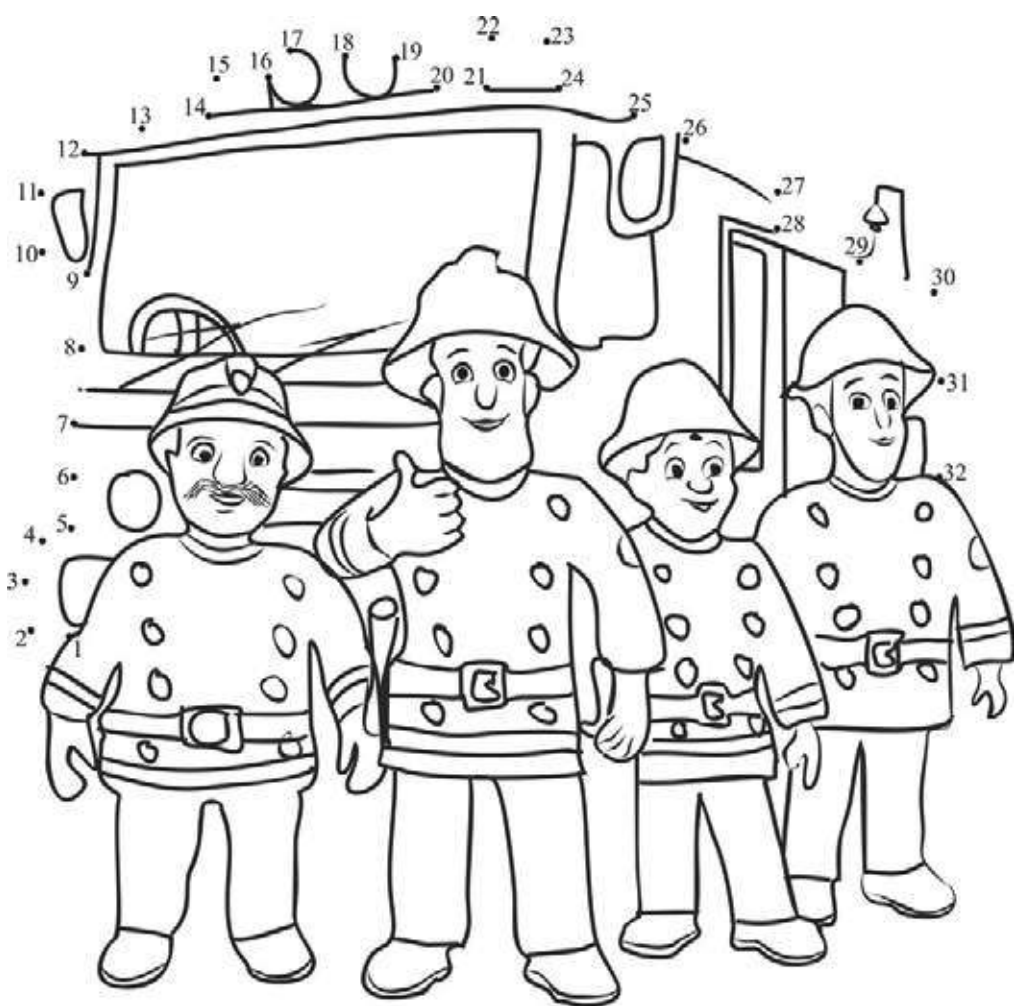
PARTNERZY



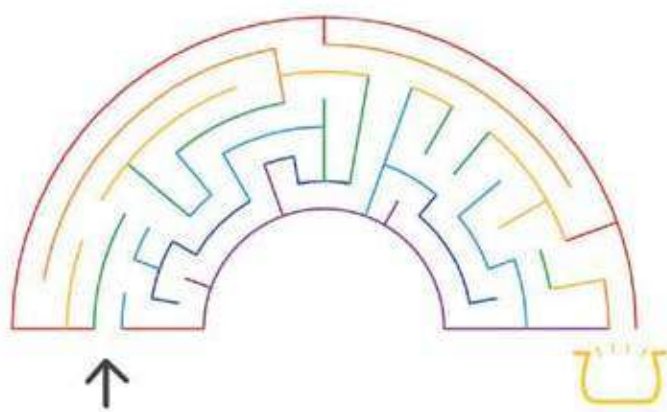
Sponsorzy wiodący



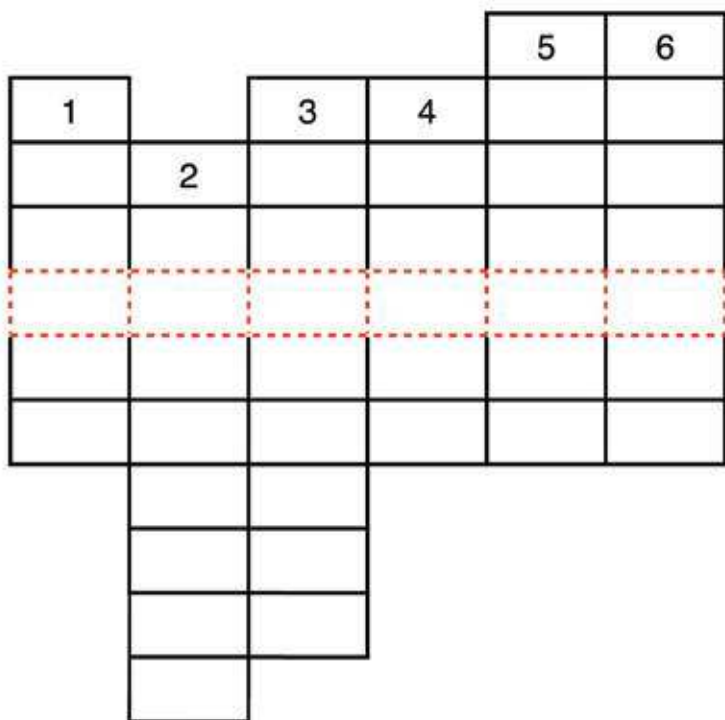
POŁĄCZ KROPKI



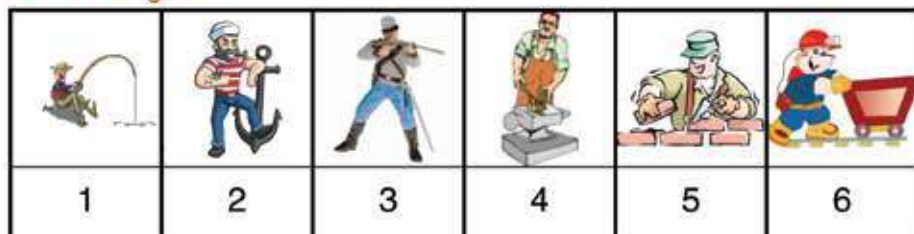
LABIRYNT



KRZYŻÓWKA



Profesja:



„Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. informuję że:
1. Administratorem Pana/i danych osobowych jest „Tygodnik Krag” Sp.

z o.o. w Nowej Soli (ul. Parafialna 2b, 67-100 Nowa Sól) w imieniu, którego działa i reprezentuje go na zewnątrz Prezes Zarządu.
2. Inspektorem Ochrony Danych w „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli jest Ewelina Majerska, adres do korespondencji: e.majerska@tygodnikkrag.pl
3. Pana/i dane osobowe przetwarzane są w celu realizacji obowiązków

wynikających z przepisów prawa prasowego, realizacji zadań podmiotu, rekrutacji, pełnienia funkcji pracodawcy – na podstawie art. 6 ust. 1 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.
4. Dane osobowe mogą być przekazywane innym organom i podmiotom wyłącznie na podstawie obowiązujących przepisów prawa.
5. Pana/i dane osobo-

we będą przetwarzane przez okres niezbędny, wynikający z obowiązujących przepisów prawa prasowego, realizacji zadań podmiotu, rekrutacji, pełnienia funkcji pracodawcy.
6. Posiada Pan/i prawo do: dostępu do treści swoich danych i ich poprawiania, sprostowania oraz prawo do usunięcia i cofnięcia zgody w dowolnym momencie (art 13 ust 2 pkt b i c).

7. Ma Pan/i prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy przetwarzanie danych osobowych Pana/ią dotyczących naruszałoby przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.
8. Podanie przez Pana/ią danych osobowych jest niezbędne ze względu na cele, jakie realizuje „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli”.

LOKALE

SPRZEDAM

- Sprzedam mieszkanie 42,7 m2, 2 pokoje z kuchnią, łazienką, blisko centrum. Tel. 693 232 637
- Sprzedam mieszkanie 50m2 w centrum Nowej Soli. Tel. 604 797 824
- Kawalerka w Stypułowie po remoncie, parter, szopka i ogródek-sprzedam. Tel. 888 678 492
- Duży, komfortowy i atrakcyjny dom, wszystkie media, doskonała lokalizacja, pomieszczenia na wszelką działalność, w Nowej Soli okazjnie sprzedam. Tel. 664 764 855
- Sprzedam nowo wybudowany dom w stanie surowym zamkniętym w Nowym Żabnie (wg projektu „Dom w Arize Mach”) działka 1000m2; media: woda-własne ujęcie, szambo, prąd. Tel. 724 557 555 e-mail: wlasny.dom.ns@gmail.com
- Dom dwupokoleniowy, 240 m2, piętrowy, spokojna okolica. Tel. 793 808 131
- Sprzedam pół domu 120m2 wraz z ogrodem 500m2 w Kozuchowie, dobra lokalizacja, cena 140 tys zł. Tel. 512

726 469

- Sprzedam dom wraz ze sklepem na wsi. Tel. 791 729 766
- Sprzedam dom na wsi gm. Bytom Odrzański, 5 garaży, 13 ar. Tel. 609 273 229
- Sprzedam kiosk, ocieplony. Tel. 503 668 808
- Sprzedam lokal użytkowy w kamienicy na parterze 133m2 nadający się pod każdą działalność gospodarczą, wszystkie media, parter, dwie witryny wystawowe duże, bdb lokalizacja przy centrum. Tel. 604 983 295
- Sprzedam lokal w Kozuchowie ul. Kościelna na sklep, fryzjer, biuro itp./tanio/, 27m2 Tel. 603 877 942
- Sprzedam lub wynajmę lokal na parterze 120m2 w centrum, nadający się na każdą działalność. Tel. 601 652 363 lub 603 401 140
- Sprzedam budynek o pow. 70m2, działka 7 ar, całość ogrodzona, można prowadzić działalność gospodarczą lub przerobić na budynek mieszkalny, posiadam pozwolenie UM i decyzję, Nowa Sól ul. Grobla 2C. Tel. 699 809 336

- Lokal użytkowy/ działalność gospodarczą 133m2, centrum miasta, Nowa Sól. Tel. 604 983 295
- Hala produkcyjna 300m2-wszystkie media. Tel. 609 192 766
- Sprzedam atrakcyjny pawilon handlowy 200m2 na działce 600m2 aktualnie sklep, przy trasie Kozuchów-Nowa Sól. Tel. 603 877 942
- Sprzedam działki budowlane w Rudnie k. Nowej Soli. Tel. 571 348 442
- Sprzedam działkę o pow. 74 arów częściowo zalesioną nad jeziorem w Lginiu powiat Wschowa. Tel. 698 805 051
- Sprzedam działkę budowlaną w Otyniu na nowym osiedlu jednorodzinnym o powierzchni 30 arów. Tel. 698 805 051
- Działka przemysłowo-budowlana 0,6 ha w Kiełczu. Tel. 601 773 432
- Działka przemysłowo-budowlana 0,6 ha w Kiełczu. Tel. 601 773 432
- Sprzedam działkę budowlaną w Siedlisku 17ar, graniczącą z lasem, z projektem. Tel. 519 822 832
- Sprzedam działkę ogrodową 5,5 ara, altana murowana,

budynek gospodarczy. Tel. 882 069 267

ZAMIENIĘ

- Zamienię kawalerkę własnościową (Nowa Sól, ul. Kosaka) na większe. Tel. 575 560 660
- Zamienię mieszkanie własnościowe 50,27m2 na mniejsze do 40m2, duży salon, sypialnia, kuchnia, prywatne wc na korytarzu, zamienię na mieszkanie nawet z zadłużeniem. Tel. 784 700 391

WYNAJMĘ

- Ładne dwupokojowe, umeblowane, całkowicie wyposażone mieszkanie na parterze do wynajęcia. Tel. 664 764 855
- Do wynajęcia mieszkanie 50m2 w centrum Nowej Soli. Tel. 604 797 824
- Nowy właściciel wynajmie lokal w ścisłym centrum Nowej Soli róg ul. Piłsudskiego i Głowackiego, ok 50m2, atrakcyjna lokalizacja. Tel. 795 978 353
- Wynajmę mieszkanie 2 pokoje IV p., na Zatorzu, częściowo umeblowane. Tel. 608 612 918
- Wynajmę mieszkanie 70m2 ścisłe centrum w kamienicy, I piętro. Tel. 795

978 353

- Lokal do wynajęcia w centrum Nowej Soli, wszystkie media, duża witryna, od już!. Tel. 604 983 292
- Wynajmę Lokal dwa poziomy 140m2 ścisłe centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Wynajmę od grudnia mieszkanie dwupokojowe w centrum. Tel. 601 161 422
- Do wynajęcia duży garaż ul. Kupiecka. Tel. 880 275 071
- Wynajmę lokal na biuro, sala wykładowa, kuchnia i łazienka. Tel. 604 280 520
- Wynajmę lokal usługowy 40m2 w Nowej Soli na ul. Pocztowej przy promenadzie. Tel. 601 768 360
- Mieszkanie do wynajęcia 2 pokoje 34m2, IV p. przy ul. Piłsudskiego 60. Tel. 514 831 330
- Wynajmę pomieszczenia sklepowe 134m2 z zapleczem 32m2 w centrum Kozuchowa przy Ratuszu ul. Rynek 7. Tel. 601 161 388 lub 601 794 648
- Wynajmę lokal usługowy 70m2, parter, duża witryna, ścisłe centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Powierzchnia re-

klamowa przy ul. Kościuszki 120cmx200cm do wynajęcia, płatne za rok z góry. Tel. 889 711 666

• Wezmę w dzierżawę grunty rolne, łąki, ugory oraz nieużytki. Tel. 795 681 247

• Wynajmę w ścisłym centrum Nowej Soli na apartament, kancelarie lub dwa oddzielne biura I p. 70m², podliczniki. Tel. 795 978 353

• Do wynajęcia sklep przy ul. Muzealnej. Tel. 535 970 255

KUPIĘ

• Kupię mieszkanie (może być zadłużone d, do remontu), dom, działkę, pole. Gotówka od ręki. Tel. 668 233 622 lub 888 159 739

• Kupię lokal użytkowy w Nowej Soli. Tel. 600 560 097

• Kupię mieszkanie lub dom może być do remontu lub zadłużony, Nowa Sól i okolice, gotówka od ręki. Tel. 668 233 622 lub 888 159 739

• Kupię lokal na parterze w ścisłym centrum Nowe Soli. Tel. 795 978 353

• Działkę, pole, ogród, od 6 ar. w Przyborowie. Tel. 603 897 962

• Kupię plac, pole, łąkę i stary dom. Tel. 880 162 222

SPRZEDAŻ

• Touran VW rok prod. 2005, silnik 1,9TDI automat, 7-osobowy, hak, klimatyzacja, felgi-16". Tel. 607 611 577

• Sprzedam Jacht kabinowy Typ ODEY 22, silnik 15KM JAMACHA, 4 koje, kingston, kuchnia, żagle nowe w pokrowcach, 2 pagaje, nowy akumulator, cena 17.000 zł. Tel. 602 511 451

• Sprzedam Skuter Kymco Super rok prod. 2008, stan idealny. Tel. 68 4186289

• Opel Meriva 2004r 1,7 DTI autentyczny przebieg 160tys KM, bezwypadkowy, zarejestrowany, ubezpieczony, stan bdb bez wkładu finansowego, cena-4900zł.; drzwi do szafy z lustrami-100zł. Tel. 664 134 748

• Sprzedam Busa 2000r. 3 osobowy. Tel. 788 845 189

• Sprzedam przyczepę wywrotkę D-47 na wysokich kołach, metalowe burty. Tel. 669 711 646

• Sprzedam minikoparkę Yanmar z ławetą oraz rozdzielnię budowlaną. Tel. 603 651 649

• Sprzedam BMW 520i e39 2001 lift 2.0 benzyna pierwszy właściciel w PL, ładny, zadbane egzemplarz, ważne ubezpieczenie i przegląd. Cena 8500zł. Tel. 513 468 815

• Sprzedam Renault Laguna, rok 2002, poj. 1870 cm³, ubezpieczony, przegląd aktualny, w dobrym stanie, hak. Tel. 735 133 973

• Seat Cordoba 2004r 1,9 TDI czarna perła, super silnik, bogate wypo-

sażenie Oryginalny przebieg. Tel. 604 797 824

• Sprzedam AUDI 80 1,9 TDI 1994r., cena 2500 zł. Tel. 661 022 717

• Hulajnoga, Radioodtwarzacz samochodowy CD Sony, reflektory przednie Ford KA 2000r, podnośnik samochodowy, felgi stalowe z oponami 14 cali, deska snowboardowa,. Tanio. Tel. 604 678 082

• Części do aut używane, WV, Audi, Seat, Skoda, różne modele i roczniki mechaniczne i blacharskie. Tel. 509 046 253

• Sprzedam kompletne koła-alufelgi do Mercedes, stan bdb, komplet. Tel. 602 511 451

• Sprzedam łubin. Tel. 505 097 270

• Sprzedam kostkę granitową 15 x 20 cm. Tel. 602 511 451

• Ladę chłodniczą i wagę sklepową. Tel. 601 059 384

• Sprzedam drewno kominkowe i opałowe. Tel. 884 205 000

• Sprzedam: wieszak sklepowy(okrągły), monitor 18" rzutnik lata 70, ławostół, biurko, biurko pod komputer, stół szklany, szafę wnękową, kanapę dziecięcą (rozkładaną), prasownicę elektryczną (Sonta) niemiecka, silnik do automatów pralniczych. Tel. 698 898 448

• Sprzedam kom-

puter -Windows XP profesjonal z monitorem ACER. Tel. 513 289 367

• Sprzedam:2 ławy rozkładane, fotel bujany z wikliny. Tel. 668 602 075

• Sprzedam butlę 40 litrową i 2 butle 5 litrowe z menzurkami. Tel. 668 602 075

• Sprzedam: tuja szmaragd 40cm-3,50zł.; szmaragd 60cm-6,50zł.; szmaragd 120x140cm-26zł w jucie; bukszpan 30cm-3zł. Tel. 698 834 544

• Sprzedam: wózek dziecięcy+spacerówka+nosik, telewizor Samsung 32 cale. Tel. 788 469 524

• Sprzedam beczki plastikowe 100 litrów, klatki wystawowe kur, królików, gołębi. Tel. 517 770 307

• Sprzedam nożyce do blachy, pompa paliwa, hydrofor zbiornik 100l, styczniki SLA-7, naczynie przeponowe do CO, przekładnik R-15, czasówki RTS-61, lampy oświetleniowe, kanistry 20 litrowe, siekiery do rąbania drewna, felgi 13. Tel. 607 475 223

• Sprzedam ogrodzenie używane ramy wypełnione siatką, ażurami+słupki, 40szt, cena-150zł./szt. Tel. 602 511 451

Sprzedam wózek dziecięcy Anex Sport wielofunkcyjny (gondola, spacerówka, fotelik samochodowy) kolor foxy, stan bdb. Tel. 605 244 033

• Sprzedam łóżecz-

ko dziecięce Klups(sówki) białe z materacykiem, stan bardzo dobry. Tel. 605 244 033

• Sprzedam siatkę ogrodzeniową ocynkowaną powlekana plastikiem, różnej wielkości. Tel. 697 638 521

• Wózek inwalidzki, materace do masażu z pilotem, duży czarny skórzany obraz, kasety, dużego psa i panterę śnieżno białą z żywicy. Tel. 694 528 958

• Opalarka, monitor 19", fotelik samochodowy, podnośnik samochodowy i spacerówka, podkaszarkę do żywopłoty elektryczną, piła tarczowa ręczna elektryczna, dmuchawa do zbierania liści. tanio. Tel. 604 678 082

• Sprzedam 20 tomową encyklopedię. Tel. 68 4582399 po14-tej godz.

• Ladę chłodniczą 2 szt, wagę elektryczną sklepową 2 szt. Tel. 667 765 806

• Sprzedam figury: krasnale, zwierzęta od 20 do 200cm, formy, maszyny i urządzenia do produkcji. Tel. 788 845 189

• Junkers nowy Lam-borgini, belki stopowe betonowe 6,3m, granit łupki na ogniomurki i posadzki, wyciągarka budowlana, drzwi zewnętrzne, nowe. Tel. 788 845 189

• Sprzedam tanio regały sklepowe, ciemna wiśnia 5szt-100zł/szt wys.

180cm, szer 90cm, gł 34cm, piec polek w regale; biurka sklepowe ciemna wiśnia 5szt 100zł/szt dł160cm szer 65cm; urządzenia wielofunkcyjne Canon laser color i sensy MF 9220 Cdn, mało używane-600zł. Tel. 792 062 152

• Wózek firmy Jane model Epic z roku 2015, stan bdb. Tel. 661 180 026

• Łóżka z pilotem, wózki akumulatorowe, wózki inwalidzkie, balkoniki, kule, ortezy i skutery inwalidzkie. Tel. 500 409 997

• Meble antyczne- różne. Tel. 505 097 270

• Telewizor LCD 43,32,14 cali z DVD, monitor 19" płaski, laptop Toshiba bardzo tanio, fotelik samochodowy, piła łańcuchowa elektryczna, pralka francuska. Bardzo tanio. Tel. 604 678 082

• Szlifierka kątowa wyrzynarka, piła tarczowa ręczna elektryczna, odkurzacz, fotelik dziecięcy samochodowy i spacerówka, farelka. Tanio. Tel. 604 678 082

• Sprzedam drewno opałowe i kominowe. Tel. 884 205 000

• Sprzedam: wentylatory wyciągowe różne-5szt, turbinę wentylatora, silniki od 2 do 15 KM, imadło(uchwyt) tokarski duży, łóżka polowe-kilka szt, szlifierkę uniwersalną do noży, dużą, meble stalowe, sto-

liki, krzesła zydle, kute itp. rury betonowe 2,5m x 0,50 cm-30 szt. Tel. 602 511 451

• Sprzedam ziemniaki wielkości sadzeniaka odmiany Wineta rok p[rocent] centrali i odpadowe. Możliwość dowozu. Tel. 669 610 263

• Sprzedam-stal budowlaną dwuteownik 7m długi 18cm wysoki cena 1000zł; betoniarkę 250 litrów cena-1200zł. Tel. 602 759 136

• Sprzedam-20 litrowe kanistry metalowe na paliwo cena-20zł.; lampa błyskowa do aparatu fotograficznego cena-100zł. Zlewozmywak dwukomorowy cena-80zł. Tel. 602 759 136

• Sprzedam króliki młode do dalszego chowu, rasa mięsna, Nowa Sól. Tel. 698 639 831

• Sprzedam słomę w małych kostkach cena 3zł. Tel: 68 355 34 58 lub 787 830 885

KUPNO

Kupię każde auto, całe i uszkodzone, dokumentacja i gotówka od ręki. Własny transport. Tel. 509 046 253

Skup aut, całych, uszkodzonych, niesprawnych, fachowa i uczciwa wycena, legalna umowa na firmę. Tel. 518 943 212

Kupię każde auto: Volkswagen i Audi, całe oraz uszkodzone. Tel. 511 847 685

Skup aut do 5000 zł uczciwa wycena aut całe lub uszkodzone Tel. 739 468 484

• Stare radia, gramofony, mebel, obrazy, lustra kupię. Tel. 601 397 208

• Kupię stare kolumny Unitra Tonsil, Diora, Radmar oraz

sprzęt audio tych firm. Tel. 663 396 271

• Kupię stare motocykle typ WSK, Simson, Komar, MZ, SHL, Junak, DKW, WFFM, NSU itp. Tel. 731 594 957

• Kupię każde auto. Tel. 500 029 081, 537 824 348

• Kupię telewizory, wiertarki, szlifierki kątowe, wyrzynarki do 10 lat mogą być do naprawy, deko-der do telewizji naziemnej-może być do naprawy. Tel. 604 678 082

• Skupuję stare auta kempingi, przyczepki, motocykle i motorowery. Tel. 607 316 969

PRACA

• Ogłoszenia płatne

• Malowanie, szpachlowanie, tapetowanie. Tel. 696 943 711

• Remonty mieszkań, łazienki, wolny termin. Tel. 502 812 649

• ANTENY-montaż, ustawienia anten satelitarnych i naziemnych DVB-T. Cały powiat dojazd do klienta. Tel. 503 837 598

• Hydraulika WODKAN, biały montaż, remonty mieszkań, malowanie, montaż drzwi itp. szybko, tanio i solidnie. Tel. 533 639 312

• Wymiana filtra, wiercenie studni, naprawa hydroforów oraz pomp. Tel. 699 432 641

• Remonty łazienek-płytki, szpachlowanie, malowanie,

montaż okien, drzwi, stelaże, regipsy, elewacje domów, panele podłogowe, ścienne, murowanie, tynkowanie. Tel. 537 397 917

• Posiadam 20 letni staż (10 lat w Norwegii) w branży budowlano-remontowej, wykona szpachlowanie, malowanie, regipsy, płytki oraz ogólne prace wykończeniowe. Jesteś zainteresowany zadzwoń. Tel. 602 397 590

• Wykonam prace dachów papą termozgrzewalną i obróbki blacharskie. Tel. 669 898 904

• Kompleksowe wykończenia, remonty mieszkań i łazienek, hydraulika wod-kan i co, inst elektryczne upr (SEP) i inne prace ogólnobudowlane. Tel. 696 894 134

Usługi

Naprawa komputerów sieci, www i poczta 503 839 846

Pranie tapicerek w domu i samochodzie, wszelkie pojazdy. Pranie dywanów, wykładzin. Czyszczenie płytek. Mycie okien. Wystawiamy faktury VAT. Jesteśmy skuteczni już od 10 Lat. Parowe-mycie.pl 517331808

• Wykonam łazienki kompleksowo: płytki, hydraulika, biały montaż. Tel. 693

288 850

• Usługi Remontowo-Budowlane: budowa domów- stan surowy; wykończenie wnętrz; układanie glazury. Tel. 782 330 667

• Rehabilitacja- masaż, kriolipoliza. Tel. 508 538 235

RÓŻNE

• Odbiorę stare meble, telewizory, pralki, lodówki, gazówki, zmywarki, kaloryfery, złom, wywiozę zbędne rzeczy. Tel. 723 753 196

• Przyjmę ziemię z wykopu Otyń. Tel. 721 042 009

Oddam

• Oddam okna drewniane z demontażem o wym 146x146 z szybami. Tel. 609 709 913

• Gruz budowlany 11m2 oddam za darmo. Tel. 601 788 531

• Oddam za darmo wersalkę dwuosobową. Tel. 695 906 487

ZAPRASZAMY

www.tygodnikkrag.pl

OGŁOSZENIE DROBNE KUPON nr 17

Ogłoszenia do 15 słów!

Kupony ważne tylko z 3 ostatnich tygodni ogłoszenia na najbliższe wydanie przyjmujemy do czwartku do godz. 16⁰⁰

PUBLIKOWANE BĘDĄ WYŁĄCZNIE OGŁOSZENIA NIEZAWIERAJĄCE DANYCH OSOBOWYCH.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TEL.

ZAKŁAD POGRZEBOWY S.C.

Jarostaw Nowak

Administrator Cmentarzy Komunalnych w Nowej Soli

POGOTOWIE CAŁODOBOWE: TEL. 603-367-176

ul. Szarych Szeregów 23, tel. 68 432 70 15

www.uslpogrzebowe.pl

WĘGLOTRANS

- piasek, żwir
- ziemia, torf
- kamień ozdobny

tel. 608 352 482

Ziemia ogrodowa

(przesiewana)

Tel. 608 352 482

TŁUMACZENIA

PRZYSIĘGŁE, RÓŻNE JĘZYKI
DOKUMENTY SAMOCHODOWE
URZĘDOWE I INNE

TransLingua Parafialna 1, Nowa Sól
tel. 881 738 201, 698 838 201

Produkcja okien z ciepłych profili

Szerokość ramy 90 mm Pakiet szybowy 24, 36, 45 mm NOWY DESIGN

Atrakcyjne ceny producenta

BRAMY • ROLETY • ŻALUZJE • MOSKITIERY

Nowa Sól, ul. Piłsudskiego 40, tel.: 683563474, 604848248
e-mail: sklep@lamgi.pl, mirekPZHGP@wp.pl, www.lamgi.pl



STACJA DEMONTAŻU - RECYKLING

ZŁOMOWANIE samochodów osobowych, ciężarowych,
motocykli, przyczep

ZA DARMO transport gratis

Rolnicza Spółdzielnia Produkcyjna „PRZYSZŁOŚĆ” w Rejowie
67-124 Nowe Miasteczko; tel. 068/ 388-83-62; kom. 666 946 495
pn.-pt. w godz. 7.00-15.00

Fizjoterapia uroginiekologiczna
www.fizjoterapia-chodziak.com.pl
Tel. 600 245 831

Instalacje elektryczne.
Pomiary elektryczne.
Tel. 603 651 649

CYKLINOWANIE BEZPYŁOWE

✓ układanie parkietów,
podłóg, paneli

✓ renowacja schodów

Tel. **790 584 982**

• **PODNOŚNIK KOSZOWY
WYNAJEM**

• **WYCINKA DRZEW**

Tel. 693 844 743

www.wer-lift.pl

TRANSTOL DREWNO OPAŁOWE / KOMINKOWE

Transport 4mp do 30 km GRATIS

Facebook: fb.me/transtolpphu

Tel.: 600 056 867, 665 996 815

USŁUGI KOPARKO- ŁADOWARKĄ i FADROMĄ

Tel. 607 390 044

**Miał 500 zł
601 962 796**

Serwis AGD

ul. Zielonogórska 22

Nowa Sól

Tel. 697 798 850

NAPRAWA RTV telewizory
monitory, LCD
SPRZĘTU FOTO aparaty analogowe
cyfrowe, itp.
SERWIS elektronika różna

Nowa Sól, ul. Młynarska 11
tel. 68/ 387-93-00; 600 257 355

Usługi minikoparką.
Wykrywanie kabli pod ziemią.
Tel. 603 651 649

Rehabilitacja

mgr Aneta Januszka

67-124 Nowe Miasteczko

ul. 22 lipca 18

Tel.: 606 640 219

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

WĘGIEL

PELLET - LAVA

ZUT - Sawicz

SIEDLIKO

tel. 68/ 388-30-37

606 675 315

AUTOELEKTRYK

Usługi mobilne, faktury VAT

Tel. 607 050 330

WYWÓZ GRUZU

WYBURZENIA

Tel. 607 390 044

Sprzedaż drzewa

601 962 796

Sage KASY FISKALNE

Nowa Sól • Wojska Polskiego 10

KASY ONLINE

obowiązkowo w gastronomii
i hotelach od 1 lipca 2020r.

www.sage.net.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY Ω OMEGA

Nowa Sól
ul. Chałubińskiego 6

POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h

TEL: 68 387 85 70 lub 601 768 145

www.zakladpogrzebowy-omega.pl



Godziny otwarcia:

poniedziałek-piątek 8.00-16.00

sobota 8.00-12.00

Sprzedaż RATALNA

PROMOCJA

Skład opału

orzech - kostka - ekogroszek - pellet - miał wysokokaloryczny

Od wtorku 16-03 sprzedaż węgla na telefon!!!

Zadzwoń do nas, a przywieziemy Ci węgiel

601 96 27 96

Tel.: **601 96 27 96** lub **68 458 98 13**

ul. **Składowa 2** Nowa Sól

ZAKŁAD POGRZEBOWY „HEDEN”

M. Z. PODGÓRNI

NAJTAŃSZE USŁUGI POGRZEBOWE W REGIONIE

POGOTOWIE POGRZEBOWE!

(24h) 606 467 658; 792 846 804

Nowe Miasteczko, ul. Akcyjowa 2; www.heden.com.pl

PW KAZMAR Marcin Krempa

✧ piasek, żwir, ziemia

✧ torf, kora, szlaka

✧ wywóz gruzu

✧ transport 1-25 t

Tel. 607 390 044

POLBRUK

WSZYSTKIE

WZORY I KOLORY

UKŁADAMY

PROFESJONALNIE

Tel. 607 390 044

Zapraszamy
na naszą stronę
internetową
www.tygodnikkrag.pl
oraz na nasz profil
na Facebooku

