



JAK WYGLĄDA ŻYCIE WE WŁOSZECH? OPOWIADA POLKA, KTÓRA MIESZKA W REGIONIE EMILIA ROMAGNA, ORAZ WŁOSI: HELENA I FELICIA Z MIASTECZKA GRAVINA. 16

PIĄTEK 20-22/03/2020

DZIENNIK ELBLĄSKI

cena 4 zł (w tym 8% VAT)



#NieKłamStrażaka

#NieKłamStrażaka

#ZOSTAŃWDOMU

NIE WSZYSCY MOGĄ PRACOWAĆ ZDALNIE. WIELE OSÓB MUSI WYKONYWAĆ SVOJE OBOWIĄZKI JAK DAWNIEJ. I JASNE, ŻE SĄ BARDZIEJ NARAŻENI NA ZAKAŻENIE KORONAWIRUSEM. DLATEGO APELUJĄ!



Drodzy Czytelnicy, nasza elbląska redakcja pracuje dla Was przez 24 godziny na dobę. W tych ciężkich czasach dostarczamy Wam ważne i sprawdzone informacje dotyczące koronawirusa i tego, co dzieje się w Elblągu i regionie elbląskim.

Wszyscy wiemy, w jakiej my wszyscy znaleźliśmy się sytuacji. Zmusza nas ona do zawieszenia papierowego wydania „Dziennika Elbląskiego” za wyjątkiem wydania piątkowego i sobotniego. Te wydania będą nadal dostępne w Elblągu i regionie elbląskim w wersji papierowej.

Zapraszamy wszystkich na dziennikelblaski.pl. Możecie też czytać nasze e-wydanie: kupgazete.pl. Jesteśmy z Wami i dla Was.

Igor Hrywna, redaktor naczelny „Gazety Olsztyńskiej” i „Dziennika Elbląskiego”

ISSN 0137-9127





Jeszcze w czwartek miała zostać uruchomiona specjalna aplikacja dla osób znajdujących się na kwarantannie, którą będzie można instalować na smartfonach i będzie pomagała w realizacji kwarantanny.

www.gazetaolsztynska.pl
www.dziennikelbaski.pl
portal regionalny www.wm.pl



REDAKTOR NACZELNY

Igor Hrywna

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO

Monika Nowakowska

Bartosz Orliński

MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

Bartosz Orliński

b.orlinski@gazetaolsztynska.pl

REDAKTORZY WYDANIA

Barbara Barczuk 89 539 75 02
Monika Nowakowska 89 539 75 02
Beata Brokowska 89 539 75 02
Artur Dryhynicz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE

tel. 89 539 74 83
internet@gazetaolsztynska.pl

GAZETA OLSZTYŃSKA.PL

redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

REDAKCJA MIEJSKA W OLSZTYNIE

tel. 89 539 75 00, 89 539 76 40
redakcja@gazetaolsztynska.pl

PRENUMERATA E-WYDAŃ

tel. 89 539 76 65
prenumerata@gazetaolsztynska.pl

PATRONATY

patronaty@wm.pl

DZIAŁ SPRZEDAŻY REKLAM W OLSZTYNIE

ul. Tracka 5, TEL. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ W OLSZTYNIE

ul. Partyzantów 28,
tel. 89 539 74 80, 81, 82

REDAKCJA W ELBLĄGU

ul. Rybacka 35, 82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelbaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU

ul. Rybacka 35
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelbaski.pl

WYDAWCA

Grupa WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5, 10-364 Olsztyn

PREZES

Jarostaw Tokarczyk

DRUK

Drukarnia Prasowa GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7, tel. 89 539 74 21

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w publikowanych listach i nadesłanych materiałach. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Wydawca zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia ogłoszenia sprzecznego z zasadami moralnymi lub prawem.

Jesteśmy bardzo dumni z sobotniego wydania „Gazety Olsztyńskiej. Bez Gorsetu”. Wydajemy też bezpłatny miesięcznik „Bez Gorsetu”, którego kolejne wydanie niedługo do Was trafi. Organizujemy również kobiece spotkania. To wszystko stanowi kobiecą twarz „Gazety Olsztyńskiej”.

Sytuacja jest wyjątkowa. Dlatego jednorazowo połączyliśmy piątkowe i sobotnie wydanie Gazety. „Bez Gorsetu” wróci jednak do Was w przyszłą sobotę.

Jesteśmy dla Was. Czytajcie nas w najwygodniejszy dla Was sposób: w papierze, w pdf (kupgazete.pl) lub na gazetaolsztynska.pl.

To zawsze jest „Gazeta Olsztyńska”, a w niej tylko ciekawe informacje.

Beata Tokarczyk,
pełnomocnik zarządu Grupy WM ds. operacyjnych
Igor Hrywna,
redaktor naczelny „Gazety Olsztyńskiej”

CZY TAKA TARCZA WYSTARCZY

JEST PLAN, ALE NIE ZACHWYCA — TAK OCENIAJĄ PRZEDSIĘBIORCY TO, CO RZĄD ZAOFEROWAŁ IM W PAKIECIE ANTYKRYZYSOWYM. BIZNES SPODZIEWAŁ SIĘ KONKRETNIEJ POMOCY PRZEDSIĘBIORSTWOM LICZONEJ W GOTÓWCĘ, A NIE W WIRTUALNYCH DZIAŁANIACH.



Fot. arch. 60

MARCIN BURZA,
PREZES
WARMIŃSKO-
MAZURSKIEGO
KLUBU BIZNESU:
TARCZA
ANTYKRYZYSOWA
JEST ZBYT MAŁA



Fot. arch. 60

WIESŁAW
ŁUBIŃSKI,
KANCLERZ
OLSZTYŃSKIEJ
ŁOŻY BCC:
SPODZIEWALIŚMY
SIĘ WIĘCEJ
KONKRETÓW

Premier Mateusz Morawiecki przedstawił pakiet działań antykryzysowych, na który polski złoty zareagował wczoraj rano... kolejnymi spadkami. Także sami przedsiębiorcy nie są zachwyceni propozycjami rządu. Słysząc głosy, że albo rząd nie docenia powagi sytuacji, albo nie ma pomysłu na ratowanie firm.

Pakiet antykryzysowy, który obejmuje pięć filarów, zakłada m.in. dopłaty do pensji, gwarancje kredytowe oraz inwestycje.

— Prezentujemy dzisiaj plan na najbliższych kilka miesięcy. Dwa, trzy, cztery krytyczne miesiące, w czasie których — mamy nadzieję — epidemia zacznie ustępować, zacznie zmniejszać swój zasięg, będziemy mogli wracać do normalności — zaznaczył premier. Jak powiedział, jest to być może najpoważniejsza próba, z jaką mierzy się Polska w XXI wieku.

Co proponuje rząd? Tarcza antykryzysowa, bo tak rząd nazywa plan, opiewa na 212 miliardów złotych, to 9,2

procent PKB Polski. W sumie więc są to spore pieniądze, ale diabeł tkwi w szczegółach, bo tylko 61,3 mld zł ma pochodzić z budżetu, a reszta środków będzie zbierana przez różne instytucje m.in. Bank Gospodarstwa Krajowego czy Grupy Polskiego Funduszu Rozwoju. Pakiet zawiera też działania Narodowego Banku Polskiego, które mają poprawić płynność na rynku finansowym.

I TAK NA BEZPOŚREDNIE WSPARCIE DLA PRACOWNIKÓW I PRZEDSIĘBIORCÓW RZĄD PLANUJE WYDAĆ TYLKO 24 MLD ZŁ Z PULI 212 MLD ZŁ PRZEZNACZONYCH NA TARCZĘ ANTYKRYZYSOWĄ.

I, jak zauważają eksperci, większość tych pieniędzy pochłonie wypłata świadczeń dla rodziców opiekujących się dziećmi w domu i wypłata nowych świadczeń w wysokości około 2 tys. zł dla 2,2 mln prowadzących działalność go-

spodarczą i zleceniobiorców, którzy ucierpieli na epidemii.

W firmach, które ucierpią w wyniku koronawirusa i kwarantanny, państwo wypłaci 40 proc. pensji do wysokości przeciętnego wynagrodzenia, drugie 40 proc. — pracodawca. Pensja zostanie więc obniżona o 20 proc. Oznacza to, że pracownicy tych firm mogą liczyć na pensję w wysokości maksymalnie 3,8 tys. zł brutto, czyli około 2,7 tys. zł netto.

Osoby na umowach cywilnoprawnych i samozatrudnione dostaną wspomniane 2 tys. zł brutto, czyli 80 proc. minimalnego wynagrodzenia.

Trudne czasy wymagają odważnych decyzji. Jednak tych — zdaniem przedsiębiorców, z którymi rozmawialiśmy — zabrakło, przynajmniej, jak na razie, w pakiecie pomocowym. Zdaniem przedsiębiorców z BCC, pakiet osłonowy jest dalece niewystarczający, aby firmy mogły funkcjonować w dobie koronawirusa.

Cieszy, że rząd wreszcie podjął jakieś działania, ale spodziewaliśmy się więcej konkretów, więcej gotówki, bo,

co to jest 5 tys. zł pożyczki dla mikroprzedsiębiorcy? — mówi Wiesław Łubiński, kanclerz olsztyńskiej Łoży BCC. — Przede wszystkim należało zawiesić obowiązek odprowadzania składek do ZUS przez przedsiębiorców, a nie tylko odłożyć go w czasie na trzy miesiące.

— Czy za trzy miesiące fryzjer ostrzyże więcej klientów i będzie miał trzy razy więcej pieniędzy, żeby zapłacić ZUS? Jak firma stoi, to z czego ma zapłacić nawet te 40 proc. wynagrodzenia swoim pracownikom?

— Przedsiębiorcy liczą na tanie kredyty, które pomogą im zachować płynność finansową w firm w tej trudnej sytuacji, czy odroczenie lub umorzenie opłat z tytułu najmu lokali. O epidemii wiedzieliśmy już wcześniej, można było przygotować odpowiednie rozporządzenia, a nie teraz czekać aż zostaną napisane. Na razie mamy dużo marketingu, mało konkretnych rozwiązań — dodaje kanclerz.

Zdaniem Marcina Burzy, prezesa Warmińsko-Mazurskiego Klubu Biznesu, tarcza

antykryzysowa jest zbyt mała i nie osłoni wielu firm.

— Na pewno to nie jest taka pomoc, na jaką liczyli przedsiębiorcy — uważa prezes Marcin Burza. — Oczekiwaliśmy bardziej pomocy bezzwrotnej, a nie odraczania ZUS czy podatków. Zdaję sobie sprawę, że pieniądze na drzewie nie rosną i rząd też ma zobowiązania, które musi pokrywać z podatków, ale proponowane w pakiecie instrumenty pomogą niewielu. Jako biznes nie jesteśmy zadowoleni z tych rozwiązań. To jest za mało. Mam nadzieję, że nie jest to ostatni ruch rządu. Myślę, że powinny zostać wprowadzone rozwiązania dla konkretnych branż, bo przecież nie każda branża tak samo cierpi. I tu powinny być twarde instrumenty wspomagające wypłatę wynagrodzeń czy spłatę kredytów.

Szef kancelarii premiera Michał Dworczyk zapowiedział, że do końca tygodnia powstaną projekty poszczególnych ustaw, które pozwolą wprowadzić koncepcję „tarczy antykryzysowej” w życie.

Andrzej Mielnicki

DBAJMY O SIEBIE NAWZAJEM

WPROWADZAMY
ROZWIĄZANIA,
KTÓRE
ZMNIEJSZAJĄ
NIEPEWNOŚĆ
I ZABEZPIECZAJĄ
ZDROWIE
MIESZKAŃCÓW
WARMII
I MAZUR – MÓWI
MARSZAŁEK
GUSTAW MAREK
BRZEZIN.



Marszałek Gustaw Marek Brzezina: Bądźmy odpowiedzialni za siebie, za naszych bliskich, miejmy na uwadze ludzi starszych i samotnych

— Jak bieżąca sytuacja epidemiologiczna wpływa na kształt życia na Warmii i Mazurach?

— Należy mieć świadomość, że jest to poważne zagrożenie dla wszystkich – nie mieliśmy jeszcze z czymś takim do czynienia. Funkcjonowanie społeczeństwa diametralnie się zmieniło, a najbliższe prognozy analityków nie napawają optymizmem. Priorytetem jest zdrowie i życie – chylę czoła przed wszystkimi pracownikami służby zdrowia w naszym województwie, którzy swoją tytaniczną pracą, z narażeniem siebie, codziennie walczą z koronawirusem i zapobiegają dalszemu pogłębianiu się kryzysu.

— Jaką rolę w tym procesie odgrywa samorząd województwa?

— Mamy pod pieczęcią aż czterdzieści jednostek służby zdrowia, w tym największe szpitale w regionie. Znam pracę ich wszystkich i niezwyczajnie ją cenię. Dostosowuję one systemy pracy do panujących warunków, a jeden z nich – szpital dziecięcy w Olsztynie – decyzją wojewódzkiego sztabu kryzysowego został (w wydzielonej części) wyznaczony

jako strategiczny obiekt do przyjmowania zarażonych pacjentów.

— Czy samorząd województwa bierze aktywny udział w walce z kryzysem?

— Zadania kryzysowe to domena rządu i administracji zespolonej, dlatego ściśle współpracujemy w regionie ze służbami wojewody. Ta kooperacja na Warmii i Mazurach układa się dobrze. My ze swojej strony na bieżąco zbieramy dane o potrzebach szpitali w zakresie sprzętu i środków ochrony. Jesteśmy przygotowani na uruchomienie funduszy z rezerwy kryzysowej z budżetu województwa – tu na bieżąco też przygotowujemy oszczędności związane z odwoływaniem wielu wydarzeń. W ramach regionalnego programu operacyjnego 2014-2020 na ochronę zdrowia mamy aktualnie do dyspozycji ok. 40 mln zł, analizujemy dalsze możliwości zwiększenia unijnego wsparcia.

— No właśnie, czy realizacja regionalnego programu nie jest zagrożona?

— Regionalny Program Operacyjny Województwa Warmińsko-Mazurskiego na

lata 2014-2020 w zasadzie już jest finalizowany, jednak reagujemy elastycznie i przedłużamy okres składania wniosków w ostatnich konkursach. Wprowadzamy rozwiązania, które zmniejszą niepewność naszych beneficjentów. Jesteśmy gotowi aneksować umowy, przy realizacji których mogą wystąpić opóźnienia związane z wprowadzeniem stanu zagrożenia epidemicznego. Wiem, że w szczególnej sytuacji są beneficjenci projektów współfinansowanych z Europejskiego Funduszu Społecznego. Odwołuje się lub odkłada w czasie staże, szkolenia, konferencje.

— Jak obecna sytuacja wpływa na naszą gospodarkę?

— Samorząd jest partnerem dla przedsiębiorców w procesie pozyskiwania środków na rozwój. Na razie nasze możliwości poszerzenia wsparcia, tak aby stanowiło ono odpowiedź na tę kryzysową sytuację, są ograniczone. Obecnie w tak szczególnych warunkach potrzebujemy rozwiązań systemowych, na stworzenie których samorządy nie mają wpływu. Zaproponowany w środę przez rząd pakiet antykryzysowy

to dobry kierunek, ale ma zdecydowanie niewystarczający wymiar. Trzeba się uważnie wsłuchiwać w potrzeby przedsiębiorców, aby zadbać o ich interesy, oraz pracowników. Na przykładzie naszego regionu, wybitnie turystycznego, widać, że czekają nas trudności. Każde odwołane wydarzenie, każda zaniechana rezerwacja to realne koszty, wymierne straty. Rząd musi zrobić wszystko, aby je niwelować. My ze swojej strony zdajemy wysiłki, aby fundusze UE dla naszego województwa, mimo tych trudności, nadal wspierały rozwój regionu.

— Czy wyjątkowe okoliczności nie zakłócają pracy samorządu województwa?

— Nasza instytucja to blisko tysiąc pracowników. Część z nich korzysta z wolnego ze względu na opiekę nad dziećmi, część pracuje zdalnie, dyrektorzy poszczególnych departamentów stale monitorują sytuację. Ci, którzy pozostali na stanowiskach, przejęli obowiązki nieobecnych kolegów. Nasze instytucje kultury zawiesiły działalność, podjęliśmy szereg decyzji zwiększających poziom bezpieczeństwa i ograniczających możliwość rozprzestrzeniania się wirusa. Jednak zadania samorządu muszą być wykonywane w sposób ciągły – dlatego zwołana na 31 marca sesja sejmiku odbędzie się w niezbędnym zakresie, bez udziału publiczności, ale z transmisją on-line. Jej głównym tematem będzie walka z epidemią; proponujemy rozwiązania wzmacniające instrumenty samorządu województwa w tych działaniach.

— Co możemy robić na co dzień?

— Postępujemy jak w sytuacji kryzysowej – bądźmy odpowiedzialni za siebie, za naszych bliskich, miejmy na uwadze dobro ludzi starszych i samotnych. Zadbajmy o środki ochrony, o dezynfekcję. I stosujemy się do zaleceń. Zauważmy, że społeczeństwo regionu poważnie reaguje na rekomendacje, a utrudnienia przyjmuje z wyrozumiałością. Dzięki takim postawom mamy znacznie większe szanse na skuteczną walkę z koronawirusem.

„Gazeta Olsztyńska” zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

Chcesz
być na
bieżąco...

...a nie
możesz
wyjść
z domu?

www.kupgazete.pl

E-WYDANIE

CODZIENNA
DAWKA WIADOMOŚCI!



URZĄD WOJEWÓDZKI PRZYPOMINA

TRWA WALKA Z EPIDEMIĄ COVID-19, CHOROBA, KTÓRĄ WYWOŁUJE SARS-COV-2 WIRUS. TERAZ KLUCZOWE, POZA LECZENIEM OSÓB ZAKAŻONYCH, JEST RESTRYKCYJNE PRZESTRZEGANIE ŚCIŚLE OKREŚLONYCH ZASAD, KTÓRE MOGĄ UCHRONIĆ PRZED DALSZYM ROZPRZESTRZENIEM SIĘ WIRUSA I CHOROBY. PRZED WSZYSTKIM PREWENCJA, OSTROŻNOŚĆ, OGRANICZONY KONTAKT I HIGIENA.

KWARANTANNA

Kwarantanna domowa nałożona jest na osoby zdrowe, które miały styczność z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem. Obowiązuje przez 14 dni od dnia styczności z ww. osobami. W tym czasie nie należy opuszczać miejsca kwarantanny. Nie powinno się również spotykać z innymi osobami, a jeśli to niemożliwe należy zachować bezpieczny odstęp wynoszący 1-1,5 metra. W czasie kwarantanny należy udzielać Państwowej Inspekcji Sanitarnej informacji na temat stanu zdrowia. W przypadku pogorszenia należy natychmiast poinformować telefonicznie Państwową Inspekcję Sanitarną i zgłosić się do oddziału zakaźnego. Oczywiście trzeba bezwzględnie zachowywać zasady higieny, a zatem często i dokładnie myć ręce, unikać dotykania oczu i ust, a podczas kaszlu i kichania zakrywać usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką. Należy myć lub dezynfekować dotykane powierzchnie. Sankcją za nieprzestrzeganie kwarantanny jest mandat karny w wysokości do 5000 zł.

SYTUACJA NA GRANICY

W związku z zagrożeniem w okresie od 15 marca br. do 24 marca br. została tymczasowo przywrócona kontrola graniczna na granicy wewnętrznej państwa. Granicę Polski z Niemcami, Litwą, Czechami i Słowacją można przekraczać tylko

Zasady kwarantanny w związku z koronawirusem



NA KOGO JEST NAKŁADANA?

Na osoby zdrowe, które miały styczność z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.



PRZES KOGO JEST NAKŁADANA?

Przez państwowego powiatowego lub granicznego inspektora sanitarnego jako decyzja administracyjna.



NA JAKI CZAS JEST NAKŁADANA?

Na 14 dni licząc od dnia styczności z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.



CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

- Nie opuszczaj miejsca kwarantanny.
- Nie spotykaj się z innymi osobami, a jeśli to niemożliwe – zachowaj bezpieczny odstęp wynoszący 1-1,5 m.



CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

- Udzielaj Państwowej Inspekcji Sanitarnej informacji na temat stanu zdrowia.
- W razie pogorszenia się stanu zdrowia, natychmiast poinformuj przez telefon Państwową Inspekcję Sanitarną i zgłoś się do oddziału zakaźnego.
- Zachowaj zasady higieny: często myj ręce, unikaj dotykania oczu i ust, myj lub dezynfekuj dotykane powierzchnie, podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką.

Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi mandat karny w wysokości 5000 zł.



w wyznaczonych miejscach. Kontrole będą również prowadzone w portach morskich i na lotniskach. Zakres kontroli dostosowany jest odpowiednio do stopnia zagrożenia po-

rządki publicznego lub bezpieczeństwa państwa w związku z wystąpieniem poważnego zagrożenia dla zdrowia publicznego wywołanego chorobą COVID-19.

Na mocy rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji od 15 marca br. do odwołania zawieszony został także ruch graniczny w części przejść granicznych z Federacją Rosyjską, Republiką Białorusi oraz Ukrainą. Chodzi o 7 przejść z Ukrainą, 5 przejść z Białorusią i 2 przejścia z Rosją.

POLSCY OBYWATELE, PRZEBYWAJĄCY AKTUALNIE POZA GRANICAMI PAŃSTWA, MOGĄ WRACAĆ DO KRAJU, ALE SĄ PODDAWANI 14-DNIOWEJ DOMOWEJ KWARANTANIE.

PRACA URZĘDU

W związku z ryzykiem zakażenia wprowadzone zostały zmiany w pracy Warmińsko-Mazurskiego Urzędu Wojewódzkiego. Pracownicy Urzędu pozostają do dyspozycji od poniedziałku do piątku, w godz. 7:00-15:00, w sprawach, które można załatwić za pośrednictwem telefonu lub poczty elektronicznej. Przy wejściu są skrzynki nadawcze na dokumenty w sprawach nie wymagających kontaktu z pracownikiem Urzędu.

W kontaktach z Urzędem zalecamy środki komunikacji elektronicznej:

- poprzez platformę ePUAP www.epuap.gov.pl, adres skrytki /WMURZADWOJ/skrytka

- poprzez platformę e-Obywatel <https://obywatel.gov.pl/>. Kontakty telefoniczne i e-mailowe do wszystkich wydziałów Urzędu znajdują się na stronie internetowej Urzędu, w zakładce Kontakt <https://www.gov.pl/web/uw-warminsko-mazurski/kontakt-z-urzedem>.

CO NALEŻY WIEDZIEĆ

BADANIA NAD NOWYM PATOGENEM CAŁY CZAS TRWAJĄ. SĄ TEŻ PIERWSZE PROPOZYCJE EKSPERYMENTALNEGO LECZENIA.

Wiadomo już, że dwutygodniowy okres kwarantanny jest optymalny, bo – jak wykazały badania – u około 97,5 proc. osób zakażonych wirus SARS-CoV-2 ujawnił się w ciągu 11,5 dnia od momentu ekspozycji. Mediana okresu inkubacji wynosi 5,1 dnia, co oznacza, że choroba daje o sobie znać najczęściej po pięciu dniach od zakażenia. Na każde 10 tys. poddanych 14-dniowej kwarantannie, u 101 zarażonych objawy wystąpiły dopiero po jej zakończeniu. Według chińskich badaczy wynika to z tego, że wirus znajduje się w skażonym powietrzu przez 30 minut. Na świecie wyzdrowiało ok. 78 tys. chorych.

„Gazeta Olsztyńska” zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

WARTO ZACHOWAĆ

Wykaz telefonów i adresów kontaktowych, czynnych całą dobę, w sprawie koronawirusa SARS-CoV-2:

1. WSSE w Olsztynie, ul. Żołnierska 16; tel.: 538 286 085, 603 131 846, 531 709 487
2. PSSE Bartoszyce, ul. Bohaterów W-wy 12; tel.: 883 366 906, 600 918 236
3. 14-500 Braniewo, tel.: 604 218 685, 502 250 764, 509 805 750
4. PSSE Działdowo, ul. Biedrawy 5; tel.: 504 157 458
5. PSSE Elbląg, ul. Królewiecka 195 tel.: 666 191 783
6. PSSE Ełk, ul. Toruńska 6A/1; tel.: 603 058 000

7. PSSE Giżycko, ul. Suwalska 3; tel.: 608 069 251
8. PSSE Gołdap, ul. Wolności 11; tel.: 609 480 506, 784 060 223
9. PSSE Iława, ul. Sienkiewicza 10; tel.: 661 121 311
10. PSSE Kętrzyn, ul. Plac Marsz. J. Piłsudskiego 5; tel.: 89 754 21 77
11. PSSE Lidzbark Warmiński, ul. Orła Białego 6; tel.: 602 243 880
12. PSSE Mrągowo, ul. Królewiecka 60B; tel.: 503 191 696, 518 576 412, 507 138 632

13. PSSE Nidzica, ul. Żeromskiego 8; tel.: 606 718 676
14. PSSE Nowe Miasto Lubawskie, ul. Grunwaldzka 3; tel.: 606 932 190, 666 368 939
15. PSSE Olecko, ul. Wojska Polskiego 13; tel.: 609 738 284, 513 054 322
16. PSSE Olsztyn, ul. Żołnierska 16; tel.: 601 203 001, 693 365 322, 607 753 872
17. PSSE Ostróda, ul. Kościuszki 2; od poniedziałku do piątku 7.30 do 15.00; tel.: 89 646 08 70, 89

646 08 77, 89 646 08 81, po godz. 15 oraz weekendy i święta: 601 895 096
18. PSSE Pisz, ul. Warszawska 5; tel.: 509 062 810, 509 556 220
19. PSSE Szczytno, ul. M. C. Skłodowskiej 8; tel.: 604 517 754
20. PSSE Węgorzewo, ul. 3-go Maja 17B; tel.: 604 242 619
21. GSSE Elbląg, ul. Bema 17; tel.: 601 159 979

Jak skutecznie myć ręce?



1. Zwilż ręce ciepłą wodą. Kąpiel mydło w płynie w zagięciu dłoni.



2. Namydł obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



3. Spłucz palce i namydł je.



4. Namydł kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



5. Namydł wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6. Namydł obydwie nadgarstki.



7. Spłucz starannie dłonie, żeby usunąć mydło. Wyszusz je starannie.



Całkowity czas: 30 sekund



Nie zapomnij umyć tych obszarów:

#ZOSTAŃW DOMU

CHOĆ RZĄD REKOMENDUJE PRACĘ ZDALNĄ, NIE WSZYSCY MAJĄ TAKĄ MOŻLIWOŚĆ. WIELE OSÓB NADAL WYKONUJE SVOJE OBOWIĄZKI JAK DAWNIEJ. I NIE MA CO SIĘ OSZUKIWAĆ: SĄ BARDZIEJ NARAŻENI NA ZAKAŻENIE KORONAWIRUSEM. DLATEGO APELUJĄ!

SŁUŻBA ZDROWIA

Na pierwszej linii frontu są, oczywiście, osoby wykonujące zawody medyczne. Oni nie dość, że boją się zakażenia koronawirusem z uwagi na zdrowie swoje czy swoich bliskich, to jeszcze mają świadomość, że objęcie ich już samą tylko kwarantanną to ogromna strata dla zapewnienia ciągłości opieki medycznej w kraju. Dlatego medycy apelują nie tylko o pomoc w zapewnieniu środków ochrony, ale i o to, żeby... nie kłamać. Justyna Podgórska-Duda, ratowniczka medyczna, na swoim profilu przestrzega i pisze, że kolejni polscy medycy są objęci kwarantanną.

— Medyków w Polsce mamy nie za dużo. Albo wręcz dramatycznie za mało. Tak, ci co mieli wyjechać, wyjechali. Ci, co mieli przejść na emeryturę, przeszli (albo jeszcze ciągną dodatkowe dyżury). Tak, brakuje u nas lekarzy, pielęgniarek, ratowników, diagnostów i wszystkich innych. Na czyje barki w dzisiejszych czasach spada ciężar „ogarniania” epidemii? Medyków. Tych samych, których w Polsce brakuje. Co się stanie, jak pacjenci (nadal) będą nas okłamywać? Tak, okłamywać w kwestii podróży zagranicznych i możliwości infekcji wirusem, który dziś elektryzuje



W gotowości są strażacy z OSP Gutkowo

wszystkich. Może dla niektórych to trudne do wyobrażenia, ale dbając o własne bezpieczeństwo i bezpieczeństwo wszystkich dookoła, zbieramy szczegółowy wywiad. Pytamy o podróże zagraniczne, kontakty z osobami chorymi... I tu pacjenci nas okłamują, negując jakkolwiek możliwość zainfekowania koronawirusem, wielokrotnie zarzekając się, że nie ma żadnego niebezpieczeństwa. Kłamią dyspozytorowi, kłamią załodze karetki, kłamią personelowi Izby Przyjęć i SOR-ów. Dopiero pod sporym naciskiem łamią się i przyznają do powrotu z krajów z ogromną ilością chorych na COVID-19. Efekt? Od kilku dni pojawia się coraz więcej postów kolejnych medyków, że zostali wyłączeni z pracy, objęci kwarantanną. Nie tylko nie mogą wrócić do domu, ale również nie mogą wykonywać swojej pracy. Przypominam - każdy medyk to około 2-3 etaty miesięcznie. Brak jednego medyka, to spory problem. Brak całego zespołu karetki czy zmiany na Izbie Przyjęć to już dramat. Coraz więcej osób mówi, że wychodząc na dyżur, bierze ze sobą torbę z rzeczami na ewentualną kwarantannę. Na kolejny dyżur ją spakują swoją. Coraz więcej osób mówi, że wychodząc na dyżur, uprzedza rodzinę, że może nie wrócić. Apel mój i całego środowiska medycznego: pacjencie, nie kłam! I szanuj medyka swego, bo możesz nie mieć żadnego.

— Aby maksymalnie zabezpieczyć siebie i sprzęt, przygotowaliśmy sobie podręczne, małe torby ze wszystkim, co

potrzebujemy, aby w razie zakażenia reszta sprzętu nie była do wyrzucenia. Do wezwania, najpierw wchodzi kierownik oddziału, ocenia sytuację, bada, przeprowadza wywiad, dopiero gdy mamy pewność, wchodzi reszta załogi. Wraz z zakażeniem tracimy na kwarantannę jedną osobę i odrobinę sprzętu. Pozostali pracują dalej — mówi Michał Ostrowski, lekarz ZRM z Nowego Miasta Lubawskiego.

SŁUŻBY MUNDUROWE

W podobnym tonie apelują policjanci, funkcjonariusze Straży Granicznej, Straży Pożarnej, Straży Miejskiej, Służby Więziennej.

„Przylączamy się do akcji! To dotyczy nie tylko personelu medycznego, ale wszystkich służb zaangażowanych na rzecz powstrzymania epidemii! Nie kłam medyka, policjanta, strażaka czy pogranicznika! Zarażeni nie będziemy mogli nikomu pomóc! Nieświadomi zarażenia możemy narażać życie osób, którym pomagamy! — piszą na FB policjanci. Natomiast na Twitterze: „Zawsze śpieszymy z pomocą, ale możemy też wyciągnąć konsekwencje, jeżeli wprowadzisz nas w błąd. Bezpodstawne wezwanie, to nie tylko zachowanie niezgodne z prawem, ale też brak szacunku dla pracy funkcjonariuszy.”

— Proszę się nie obawiać, pomożemy wszystkim, tak jak czyniliśmy to do tej pory. Prosimy poinformować o kwarantannie dyspozytora i dodatkowo strażaków przybyłych na miejsce zdarzenia. Informacja ta pozwoli nam

skutecznie przygotować się do akcji. Jeden zarażony strażak wyklucza czasowo całą jednostkę z dalszej służby — apelują strażacy ochotnicy z Gietrzwałdu.

SPRZEDAWCY

O niełatwej sytuacji pracowników drogerii poinformował nas mąż jednej z kobiet zatrudnionych w olsztyńskim sklepie. „Żona pracuje w drogerii. Wszyscy wokół są zamknięci, a drogerie zostały otwarte jako sklepy pierwszej potrzeby. Wszystko byłoby zrozumiałe, gdyby ludzie naprawdę przychodzili tam po mydło bądź pampersy... Ostatnio przed otwarciem sklepu przed witryną czekało 10 osób. Myślicie, że wszyscy naprawdę potrzebowali kupić mydło? Nie. Panie przychodzą po kosmetyki do makijażu i farby do włosów. Domagają się pomocy pracowników w celu doboru koloru podkładu i korektora. Nie ma żadnej bezpiecznej strefy, nie ma żadnych zabezpieczeń. Kiedy pracownicy proszą o odstęp 1,5 m, część ludzi wybucha śmiechem. Codziennie się boję, kiedy żona wychodzi do pracy. Boję się głupoty i nieodpowiedzialności ludzi. Przez takie zachowania pandemię nie opanujemy. My mamy niespełna 2-letnie dziecko, nie przysługuje nam zasiłek, bo dziecko nie chodziło do żłobka. Opiekowała się nim babcia. Teraz ją chronimy. Dodam też, że żona mówiła, że 80% klientów to seniorzy! Jeszcze się chwala, że teraz mają wreszcie czas na spokojne zakupy.”

zebrała mn

#zostanwdomu

E-WYDANIE
TO BEZPIECZNE
ROZWIĄZANIE

E-WYDANIE

www.kupgazete.pl



MUSIMY TO WSZYSTKO PRZECZKAĆ

TO MIAŁA BYĆ TYLKO „ZWYKŁA GRYPA”

Gravina in Puglia to włoska miejscowość i gmina w regionie Apulia, w prowincji Bari. Na moście Ponte Viadotto kręcono w ubiegłym roku sceny do najnowszej części przygód agenta 007, dzięki czemu Gravinę odwiedziło jeszcze więcej turystów z całego świata. Niestety, te przepiękne, tętniące dotychczas życiem, miasteczko nie zdołało uchronić się od wirusa.

Obecnie w Gravinie odnotowano 4 przypadki zarażenia, a 16 marca zarejestrowano pierwszą śmiertelną ofiarę Covid-19. To 87-latek. Najnowsze informacje z regionu podają, że w Apulii odnotowano 407 przypadków osób z dodatnim wynikiem koronawirusa, a 19 z nich zmarło.

Jak wygląda obecnie zrujnowane przez epidemię życie mieszkańców miasteczka?

– Od 3 lat planowałam swoje wesele, które miało odbyć się w lipcu tego roku. Lista gości liczy ponad 300 osób – mówi Helena, 30-letnia mieszkanka Gravinie. – Kiedy dowiedziałam się o tym, że wirus jest już we Włoszech, nie zmartwiłam się za bardzo, bo media mówiły o kolejnej odmianie grypy. Teraz, gdy patrzę na miasto, stojąc na balkonie, widzę tylko krążącą po ulicach policję, która karze wszystkich wychodzących z domu bez odpowiedniej zgody. To pokazuje, że stali-

We Włoszech zmarło

2978

osób

śmy się więźniami własnych domów. Jedyne, co teraz czuję, to bezradność. Nie wiem, jak sytuacja będzie wyglądała za kilka dni, a co dopiero do czasu mojego ślubu. Mówią, że wirus zniknie, gdy termometry pokażą 28 stopni. Nie zaryzykuję jednak i nie uwierzę kolejny raz w niepotwierdzone informacje, które ukazują się w mediach – dodaje zmarłona kobieta.



Helena: Miałam w lipcu wziąć ślub. Nie wiem, czy do niego dojdzie

Na pytanie, jak obecnie wygląda jej życie, odpowiada: – Jestem pracownikiem socjalnym, zajmuję się osobami niepełnosprawnymi. W związku z tym, że odporność przewlekłych chorych jest obniżona, trzy tygodnie temu zamknęto moją placówkę. Od tamtego czasu jest tylko gorzej. Najpierw zamknęli szkoły, a obecnie zamknięte jest wszystko poza sklepami spożywczymi i tytoniowymi. Wychodzić z domu można tylko z powodu ważnych przyczyn, a każde wyjście może skontrolować policja i ukarać, jeżeli poruszamy się po mieście bez określonego powodu. Mam nadzieję, że ten koszmar wkrótce się skończy. W moim mieście mieszka tylko 45 tysięcy osób, ale każdego wieczora większość z nich wychodziła na ulice. Spotkania z bliskimi i znajomymi są dla nas niczym powietrze. Może dlatego to zamknięcie stanowi taki dyskomfort. Ryzyko zarażenia i śmierci jest jednak gorsze, dlatego, mimo że nie jest to łatwe, przestrzegam panujących zasad. Mam tylko nadzieję, że już za kilka miesięcy, tak jak planowałam, będę mężatką. Jeżeli jednak los zdecyduje inaczej, to, nie zważając na finansowe straty, które przyjdzie nam ponieść – spróbujemy jeszcze raz za rok – podsumowuje zdeterminowana Włoszka.

– Mój mąż przeżył trzy zawały, ale wiem, że jeżeli dopadnie go ten wirus, stracę ukochane-



Felicia i jej mąż: Mój mąż przeżył trzy zawały, gdy dopadnie go ten wirus, stracę ukochanego na zawsze

go na zawsze – mówi 64-letnia Felicia. – Pracuję w administracji jednej ze szkół w Gravinie, która początkowo zamknięta była dla uczniów, ale nie dla pracowników. Wszyscy zostali podzieleni na pary i zamiast w jednym biurze, pracowali w pustych klasach. Zadawałam sobie pytanie, co jeżeli, któryś z moich współpracowników ma już koronawirusa i mnie zarazi? Co, jeżeli przyniosę go do domu i zarażę bliskich? Po tygodniu, kiedy okazało się, że nie mamy do czynienia z kolejną odmianą grypy, a liczba ofiar śmiertelnych rośnie, premier zdecydował, że każdy z nas powinien zostać w domu i jeżeli ma taką możliwość, pracować zdalnie. To jednak nie zakończyło tego koszmaru i nadal w głowie mam mnóstwo pytań typu „co jeżeli...” – kontynuuje kobieta. – Wiem, że w walce z niewidzialnym przeciwnikiem nie

mam już żadnych szans. Właściwie, tych niewidzialnych wrogów jest dwóch. Drugim, poza wirusem, jest nasz rząd, który zamiast powziąć zdecydowane działania, zbagatelizował problem i sprawił, że początkowo wierzyliśmy, że ta sytuacja nie wpłynie na nasze życie. Tak naprawdę skazali wielu z nas na śmierć – przyznaje. – Pamiętam słowa mojego ojca opisującego wojnę oraz towarzyszący jej strach i głąd. Wiem, że jeżeli sytuacja się pogorszy, dzisiejszemu społeczeństwu będzie trudno się z tym zmierzyć. Obecne pokolenie są przyzwyczajone do pełnych półek w sklepach, internetu i luksusowego życia.

Niektórym został tylko telefoniczny kontakt z bliskimi.

– KIEDY PIERWSZY RAZ USŁYSZAŁEM, ŻE WIRUS DOTARŁ DO WŁOCH, BYŁEM

PEWIEN, ŻE WYWOŁA LAWINĘ NEGATYWNYCH SKUTKÓW. OD RAZU ZŁAPAŁEM ZA TELEFON, BY ZADZWONIĆ DO RODZICÓW – MÓWI ANTONIO, KTÓRY OD KILKU LAT MIESZKA W POLSCE.

– Usłyszałem, że to tylko zwykła grypa i że nie mam się, czym martwić. Razem z liczbą odnotowanych zgonów, rosły jednak zmartwienia i telefony do bliskich we Włoszech. Dziś wiem, że jeżeli cokolwiek stanie się któremuś z nich, nie będę miał możliwości się pożegnać, czy uczestniczyć w pogrzebie. Nie ma słów, które są w stanie opisać poczucie bezradności, które towarzyszy mi od ponad miesiąca – zauważa mężczyzna. – Żyję w ogromnym strachu, bo w każdej chwili może zadzwonić telefon i usłyszę informację, która zmieni moje życie na zawsze. Niektórzy przez swoje nieodpowiedzialne zachowania doprowadzili do rozprzestrzenienia się wirusa – zaznacza mężczyzna. – Pochodzę z małego włoskiego miasteczka, w którym każdy się zna. Wiem, jak ważne są dla jego mieszkańców codzienne spotkania z bliskimi i może dlatego tak trudno przestrzegać im zakazów. Mam jednak nadzieję, że dla dobra swojego i innych pozostaną w domach, by w niedalekiej przyszłości znów mogli cieszyć się swoim towarzystwem i wnieść toast za to, że udało im się przeżyć ten niebezpieczny czas.

Kamila Kornacka

REKLAMA

7.30

8.30

14.00

18.30

21.30

15 LAT

TVP 3

OLSZTYN

aktualne INFORMACJE z Warmii i Mazur

olsztyn.tvp.pl

JAK TERAZ, W CZASIE EPIDEMII KORONAWIRUSA, WYGLĄDA ŻYCIE WE WŁOSZACH? OPOWIADAJĄ NAM O TYM POLKA, PANI KAROLINA, KTÓRA MIESZKA W REGIONIE EMILIA ROMAGNA, ORAZ WŁOSI: HELENA I FELICJA Z MIASTECZKA GRAVINA NA POŁUDNIU WŁOCH.

NIE MOŻEMY WYJŚĆ NA DWÓR

Pani Karolina opowiedziała nam, jak we Włoszech wygląda codzienne życie w czasach epidemii.

— Jak wygląda teraz sytuacja we Włoszech? Nadal panuje panika?

— Włosi są narodem wesołym i beztroskim, jednak teraz na ulicach widać przygnębienie. Epidemia koronawirusa paraliżuje Włochy. Przypadki zakażeń stwierdzono w większości regionów. Poza tym codziennie media bombardują nas informacjami o kolejnych zarażonych i o ofiarach śmiertelnych. Mieszkamy w Sassuolo, w naszym mieście nie widać paniki. Niektóre firmy nakazały pozostać swoim pracownikom w domu, w innych przypadkach mieszkańcy chodzą do pracy. Jestem z dziećmi już od

miesiąca w domu. Szkoły i placówki opiekuńcze są zamknięte. Wydaje mi się, że o panice mogliśmy mówić na początku, teraz jest znacznie spokojniej.

— Jakiś czas temu w mediach pojawiły się zdjęcia pustych półek w sklepach we Włoszech.

— W sklepach można kupić prawie wszystko. Najtrudniej dostać żele antybakteryjne rękawiczki gumowe i maseczki... Markety spożywcze są czynne. Kasjerzy noszą maseczki i rękawiczki. W sklepie jednak na raz może przebywać tylko ograniczona liczba osób, np. np. w Lidlu 10 osób na raz, a na poczcie 2 osoby. Pozostali muszą czekać, by wejść do środka. Na drzwiach są też umieszczone ostrzeżenia, żeby w kolejce klienci ustawiali się w odległości metra od siebie.

— A ceny? Czy produkty są droższe?

— Ceny są normalne. Nic nie zdrożało. Półki są pełne świeżych produktów. Kto zrobił w pierwszych dniach duże zapasy, ten teraz musi jeść to, co kupił. Teraz zamknięte są sklepy z odzieżą czy kosmetykami. Ograniczenia dotyczą też restauracji, wydawanie jedzenia w formie bufetów jest zakazane. Zakupy robi mąż, wracając z pracy. Ja z dziećmi nie wychodzę z domu, wolę nie ryzykować.

— Włoskie społeczeństwo nie było przygotowane na koronawirusa?

— Absolutnie nie. Nikt nie spodziewał takiej epidemii. Wydawało się wszystkim, że to, co się dzieje w Chinach i w innych krajach dotyczy tylko ich. Wkrótce czasie to

my staliśmy się krajem z największą liczbą zgonów i zachorowań w Europie. W regionie Emilia Romagna 1466 osób (rozmawialiśmy w pon.- red.) jest poddanych kwarantannie domowej, na intensywnej terapii szpitala przebywa 233 osoby, natomiast zarejestrowano już 396 zgonów.

— Czy większość się osób stosuje do wprowadzonych nakazów?

— Niektórzy nie robią sobie z tego nic, niektórzy się boją... Przez pierwsze 2 tygodnie mało kto stosował się do wytycznych. Teraz są one co irusz zastrzane. Inp. od poniedziałku zamknięto parki. Jednak wciąż niektórzy chodzą po parkach czy nad rzeką. Osoby, które nie stosują się do zakazu, karane są nawet mandatami.

— Odwołane są imprezy kulturalne, zamykane kościoły, muzea, bary, restauracje?

— Tak. Wszystkie imprezy kulturalne są odwołane.

Początkowo, gdy zamknięto szkoły, większość osób potraktowała to jako wolne. Ludzie zaczęli chodzić z dziećmi do McDonaldów, na zakupy itd. A w weekend, jak to Włosi, wszyscy ruszyli do centrum. Nikt na serio nie brał informacji o koronawirusie, wszyscy bawili się podczas karnawału, chodzili na zakupy, przemieszczali się. I mamy teraz tego skutki. To, co się dzieje, jest straszne.

— Czy media na bieżąco informują o koronawirusie?

— Cały czas podawane są wszystkie informacje na temat nowych zachorowań. Jest wiele programów o tym, w jaki sposób zachować higienę i jak dbać o siebie. Ludzie zachowują się rozsądnie. Wiele osób nie wychodzi z domu i w mediach społecznościowych apeluje do innych mieszkańców, by ci również nie wychodzili bez celu.

— Nie ma problemu z doświadczeniem się do lekarza czy szpitala?

— Szpital nie jest zamknięty, ale przed wejściem na pogotowie postawiono specjalny namiot, w którym najpierw przyjmują i mierzą temperaturę. Z umówieniem się do lekarza jest problem. Większość wizyt nie „urgente” (pilne) zostało odwołanych.

— A jak reagują pani dzieci na przymusowy pobyt w domu?

— Chyba się już przyzwyczaiły, bo jak wczoraj mieliśmy wideorozmowę z dziećmi ich przedszkola, to każdy mówił: „jest koronawirus i nie możemy iść na dwór”.

Moje dzieci widzą, że w parku jest pusto i nie ma tam ani jednej osoby. Musimy to wszystko przetrwać, przeczekać. Wiadomo boimy się, ale jedynie nie wychodząc z domu, jesteśmy bezpieczni.

Joanna Karzyńska

REKLAMA

By móc zostać w domu

Dzisiaj pozostanie w domu i unikanie większych skupisk ludzkich ma kolosalne znaczenie dla nas wszystkich. Co jednak, gdy trzeba załatwić sprawę w urzędzie czy wybrać się do przychodni po receptę? Z pomocą przychodzą usługi dostępne drogą elektroniczną, które powstały m.in. przy udziale Funduszy Europejskich (program Polska Cyfrowa). Dowiedz się, jak z nich skorzystać, by móc zostać w domu – dla bezpieczeństwa swojego i innych.

Jak szybko i bezpiecznie sprawdzić informację o stanie zdrowia swoim, dzieci czy osoby, która Cię do tego upoważniła? Skorzystaj z Internetowego Konta Pacjenta (IKP).

Znajdziesz na nim historię wizyt lekarskich, informacje o pomocy, jakiej udzielono Tobie czy Twoim bliskim, o wystawionych skierowaniach oraz receptach. Co szczególnie istotne – za pomocą IKP możesz załatwić online różne sprawy związane z opieką zdrowotną – przede wszystkim odebrać e-receptę. Możesz też upoważnić bliskich do zrobienia tego w Twoim imieniu.

e-recepta – jak z niej skorzystać?

Internetowe Konto Pacjenta to nie tylko natychmiastowy wgląd do informacji medycznych. To przede wszystkim e-recepta, czyli możliwość odbierania recept bez wizyt w gabinecie. Jeżeli np. chorujesz przewlekle lub przyjmujesz leki na stałe, możesz poprosić lekarza lub położną o wystawienie recepty zdalnie, np. w trakcie konsultacji telefonicznej.

Jak działa e-recepta w praktyce? Cztery cyfrowy kod zastępuje papierową receptę. Leki odbiera się w aptece po podaniu kodu (otrzymanego e-mailem lub SMS-em) oraz swojego numeru PESEL.

I już! W przypadku e-maila zamiast numeru PESEL można okazać farmaceutce (na ekranie smartfona) kod kreskowy, który także służy identyfikacji pacjenta.

Ponadto każda, również papierowa recepta ma teraz swoją postać elektroniczną na Internetowym Koncie Pacjenta. To duża wygoda. W przypadku zgubienia oryginału, można po prostu wydrukować kopię recepty i uniknąć odwiedzin w przychodni. Poza tym na swoim koncie w każdej chwili możesz sprawdzić chociażby dawki leku.

Co ważne, e-receptę możesz odebrać w imieniu bliskiej osoby, o ile Cię do tego upoważni. Stajesz się wówczas jej pełnomocnikiem w takim czasie i zakresie, w jakim ona to określi. Można to zrobić z domu, za pośrednictwem IKP. Jedynym warunkiem jest to, byście i Ty, i osoba, która Cię upoważnia, mieli założone konta.

Adresy stron internetowych – zawierających szczegóły tej i innych opisanych tu e-usług – wymienione są w tabeli pod tekstem.

Profil Zaufany – nie trzeba iść do urzędu

Można go założyć w uprawnionych placówkach albo przez Internet. Czym jest Profil Zaufany? To cyfrowy odpowiednik dowodu osobistego. Służy potwierdzeniu Twojej tożsamości, gdy korzystasz z internetowych usług podmiotów publicznych (jak np. e-recepta). Umożliwia sprawne załatwianie urzędowych spraw bez wychodzenia z domu.

Na przykład, korzystając z portalu PUE ZUS, możesz sprawdzić swoje zwolnienie lekarskie, informacje o stanie konta ubezpieczeniowego albo wysłać wniosek, np. o zasiłek opiekuńczy. Wszystko zdalnie.

Za pośrednictwem Profilu Zaufanego załatwisz wiele formalności, których, mimo trudnej sytuacji epidemiologicznej, nie można odkładać na później. Możesz np. zgłosić urodzenie się dziecka do urzędu stanu cywilnego, wystąpić z wnioskiem o wydanie nowego dowodu osobistego, gdy zgubisz stary, czy złożyć odwołanie od decyzji administracyjnej. Online wystawiane są odpowiednie pisma, wnioski, zgłoszenia czy odpisy aktów stanu cywilnego.

Sprawny, cyfrowy przepływ tego rodzaju dokumentów umożliwia niezwykle przydatną platforma ePUAP (elektroniczna Platforma Usług Administracji Publicznej).

Pismo ogólne – dla spraw nieobjętych osobnym formularzem

A co, jeśli kwestia, z którą chcesz zwrócić się do urzędu jest nietypowa i nie ma na nią specjalnie stworzonego, osobnego formularza? Do dyspozycji jest tak zwane Pismo ogólne. Usługa umożliwia złożenie przez Internet podania, wniosku, skargi czy zażalenia. Do wybranego

urzędu czy instytucji (mających elektroniczną skrzynkę podawczą na platformie ePUAP) można zwrócić się tą drogą także z pytaniem lub żądaniem. To nie jest trudne. Postępując zgodnie z zamieszczonymi na stronie wskazówkami, należy uzupełnić prosty formularz i wysłać go na elektroniczną skrzynkę podawczą. Możliwe jest też dodanie stosownych załączników w wersji elektronicznej. Po chwili, pocztą zwrotną, przychodzi urzędowe poświadczenie przedłożenia pisma. Pozostaje już tylko poczekać na odpowiedź. ■

UWAGA!

Elektronicznie rozliczyć możesz również PIT. Także i tę e-usługę wsparł program Polska Cyfrowa. Więcej informacji na: podatki.gov.pl

Więcej na temat e-usług znajdziesz na:

e-recepta: www.pacjent.gov.pl/internetowe-konto-pacjenta/erecepta

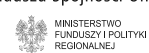
Profil Zaufany: www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany

PUE ZUS: www.zus.pl/portal/logowanie.npi

ePUAP: www.gov.pl/web/gov/zalatwiaj-sprawy-urzedowe-przez-internet-na-epuap

Pismo ogólne: www.gov.pl/web/gov/wysluj-pismo-ogolne

Jeżeli masz pytanie dotyczące Funduszy Europejskich, możesz również zadać je zdalnie. Skontaktuj się mailowo lub telefonicznie z Punktem Informacyjnym Funduszy Europejskich. Więcej informacji na: pife.gov.pl



MACIEJ NAWACKI: ŚLUBUJEMY

O TYM NA CZYM POLEGA SPÓR O USTRÓJ SĄDOWNICZY W POLSCE, CZY SĘDZIA JEST SĘDZIĄ POLSKIM, A NIE EUROPEJSKIM I O AKTYWIZMIE SĘDZIOWSKIM ROZMAWIAMY Z PREZESEM SĄDU REJONOWEGO W OLSZTYNIE, SĘDZIĄ MACIEJEM NAWACKIM.

— Panie sędzio, jest pan na kwarantannie...

— Jestem zdrowy.

— A jak to się stało, że trafił pan na kwarantannę?

— W niedzielę dowiedziałem się, że u kolegi z KRS wyszedł wynik potwierdzający obecność koronawirusa. W tej sytuacji, zgodnie z procedurą skontaktowałem się z sanepidem i natychmiast w niedzielę została wystawiona decyzja o objęciu mnie kwarantanną. To okres od czasu tak zwanej ekspozycji, czyli kontaktu z osobą chora w poprzedni czwartek, do tego czwartku.

— Na takiej kwarantannie, tylko bezterminowej i nie będącej związanej z koronawirusem, a ze sprawami zawodowymi jest pana podwładny w Sądzie Rejonowym w Olsztynie — sędzia Juszczyński...

— Muszę zaprotestować przeciw używaniu takiego określenia. Te sprawy epidemiologiczne, które tak bardzo w tej chwili wpływają na działanie całego państwa, kwestie zdrowotne i gospodarcze są na pierwszym planie. Sprawy zawodowe jednego z sędziów to zupełnie inna skala, która nie może być w żaden sposób porównywana z kwestiami zagrożeniami koronawirusem.

— Na czym polega spór o system sądowniczy w Polsce?

— To trudne pytanie.

TO SPÓR, KTÓRY PRZETACZA SIĘ PRZEZ KRAJE CYWILIZACJI ZACHODNIO-EUROPEJSKIEJ. CHODZI O TO, CO JEST NAZYWANE MIANEM AKTYWIZMU SĘDZIOWSKIEGO, BĄDŹ PRZYBIERA FORMĘ USTROJOWĄ, O KTÓREJ MÓWI SIĘ PO POLSKU SĘDZIOKRACJA, A INACZEJ DISKASTOSTRACJA.

Chodzi o to, czy dokonywana przez sąd interpretacja może mieć element prawotwórczy. O to, czy sąd może zastąpić ustawodawcę, negatywnym, kiedy stwierdza, że coś nie obowiązuje lub pozytywnym stwierdzając istnienie określonej luki aksjologicznej, by wypełnić ją w drodze wykładni.

Ten opisany przeze mnie spór dotarł w końcu do Polski. I dotyczy tak naprawdę



Prezes Sądu Rejonowego w Olsztynie, sędzia Maciej Nawacki

kwestii związanych z konstytucyjnymi organami Rzeczypospolitej Polskiej, prerogatywami prezydenta. Chodzi w skrócie, o to, czy sędzia, jako ten ustawodawca negatywny może uznać, że decyzje prezydenta nie obowiązują w zakresie nominacji sędziowskich, że nie obowiązują decyzje polskiego parlamentu odnośnie funkcjonowania Izby Dyscyplinarnej Sądu Najwyższego, że nie obowiązuje procedura wyborcza członków do Krajowej Rady Sądownictwa. Więcej nawet, czy może stwierdzić coś takiego nawet w sytuacji, kiedy nie zaistniał o te kwestie spór w sądzie.

To też podstawa sporu, który zaowocował zawieszeniem jednego z sędziów mojego sądu. Tam nie było sporu między stronami, żadna ze stron nie kwestionowała prawomocności wyboru KRS i nominacji sędziowskich. To są główne elementy tego sporu.

— Olsztyn był w pewnym momencie głównym episcopem tego sporu. Kiedy ten spór tak naprawdę się zaczął?

— Prapoczątków sporu można doszukiwać się w

momencie, którym nie udało się skonstruować sądu lustracyjnego. To był 1997 rok. Jeżeli chodzi o początek takiej zaostrzonej fazy sporu, to chwila, w której sędziowie Sądu Najwyższego nie podporządkowali się ustawie związanej z wiekiem emerytalnym i moment, w którym sędziowie Sądu Najwyższego, wbrew swoim uprawnieniom, zawiesili stosowanie prawa w Polsce. Była taka sytuacja w 2018 roku w której SN zawiesił stosowanie ustawy. Wiadomo, że jedynym sądem konstytucyjnym, sądem prawa w Polsce jest Trybunał Konstytucyjny.

Później to już tylko eskalowało.

NIKTÓRZY SĘDZIOWIE PRZESTALI STOSOWAĆ SIĘ DO OBOWIĄZUJĄCYCH REGUŁ PRAWNYCH. NAWOŁYWALI, ŻEBY NIE STOSOWAĆ SIĘ DO PRAWA, MIMO ŻE TO PRAWO W LEGALNYCH PROCEDURACH NIE ZOSTAŁO PODWAŻONE.

Jedną ze spraw jest kwestia przynależności do stowarzyszeń. Są nawoływania stwierdzające, że konieczność zgłoszeń takiej przynależności jest ograniczeniem wolności obywatelskiej sędziów. A przecież przeciwnie, takie unormowanie działa na korzyść obywateli, którzy mogą stwierdzić, będąc w sporze na przykład z kołem łowieckim, że sędzia też przynależy do koła łowieckiego i powinien z tej sprawy się wyłączyć.

— Tydzień temu „Gazeta Olsztyńska” rozmawiała z sędzią Tuleją, który uważa, że jest ofiarą sporu toczącego wokół tego, że wyroki powinny być kierowane do obywateli, a nie do petnomocników.

— Wracając do podstaw tego sporu, to aktywizm sędziowski w rzeczywistości skutkuje ograniczeniem demokracji. Według przeciwników zmian w ustroju sądowniczym, sędziowie mają prawo podważyć określone rozwiązania ustawowe i ustrojowe. W takiej sytuacji występuje unieważnienie procesów demokratycznych. W większości współczesnych państw, wybory mają charakter przedstawicielski. Jeśli

obywatele wybierają swoich przedstawicieli, żeby stanowili prawo, a nie wybierają sędziów, to mamy sytuację, w której osoby wybierane według kryteriów fachowości, kompetencji, wiedzy, a nie w wyborach powszechnych równych, bezpośrednich, czyli nie mają legitymacji demokratycznej, podważają wyniki i efekty procesów demokratycznych. W ten sposób, jeżeli uznamy aktywizm sędziowski za dopuszczalny i mieści się w ramach polskiego porządku konstytucyjnego, a przecież nie mieści się, sędziowie mogliby podważyć wszystko.

— Jak pan reaguje na widok pana kolegów sędziów w koszulkach KONSTYTUCJA, uczestniczących w manifestacjach organizowanych przez konkretne ugrupowania polityczne.

— Tak samo bym reagował, gdyby występowali w koszulkach jakiegokolwiek innego ugrupowania. Mamy różnego typu symbolikę odwołującą się do partii, do ruchów politycznych. To niedopuszczalne.

— Czy nie czuje się pan wyizolowany ze środowiska sędziowskiego? Jednak zdecydowana większość osób sprawujących godność sędziowską stoi po drugiej, przeciwnej do pana stronie.

— Należę do dość licznej grupy. Mam wielu znajomych, którzy są w tej sytuacji wyizolowani. Jest taka faktyczna sytuacja, że im bardziej na południowy-wschód, tym ta izolacja jest mniejsza. Im bardziej na północ plus wielki ośrodki miejskie, izolacja jest większa.

To prawda, że mamy tę aktywność sędziowską mobilizowaną przez dosyć nośne hasła o zagrożeniu. Powodują one, że osoby propagujące zdrowy rozsądek mogą czuć się izolowane. Prawda jest też taka, że te hasła mobilizujące, w żaden sposób się nie sprawdziły. W 2015 roku sędziów mobilizowano do form oporu, sprzeciwu hasłami, że dojdzie do weryfikacji wszystkich sędziów, że wszyscy sędziowie zostaną usunięci z zawodu, że radcy prawni zastąpią sędziów.

Minęło 5 lat i oczywiście kilku sędziów zostało usuniętych z zawodu. Za jazdę w stanie nietrzeźwości i za inne popełnione przestępstwa, ale żadnej weryfikacji nie było i nikt takich rzeczy nie planował. To takie

Tydzień temu opublikowaliśmy rozmowę z sędzią Igorem Tuleją, który ma inne zdanie o obecnej reformie sądownictwa

POLSCE, NIKOMU INNEMU

wprowadzanie poczucia zagrożenia. Przez to wśród sędziów narasta syndrom obłożonej twierdzy, bo za chwilę przyjdą po nas... to prowadzi do eskalacji. W swojej masie sędziowie czują się jednak bezpieczni. Potrafią artykułować swoje hasła, postulaty czy artykułować obraźliwe tezy wobec innych sędziów.

— Środowisko sędziowskie, ma rozbudowane poczucie własnej godności, czy kierowanie zespołem takich ludzi, to ciężkie zadanie?
— I tak, i nie.

SĘDZIOWIE PRACUJĄ W SPOSÓB INDYWIDUALNY. MAJĄ SVOJE WYLOSOWANE SPRAWNY, ZA KTÓRE ODPOWIADAJĄ. W ŻADEN SPOSÓB NIE TRZEBA NIMI ANI KIEROWAĆ, ANI NIE WOLNO WPŁYWAĆ NA ICH PRACĘ. PREZESOM SĄDÓW POZOSTAJE FUNKCJA ORGANIZACYJNA.

To na przykład przydział sal na rozprawy, żeby była właściwą ilość odpowiednich pomieszczeń, odpowiedniej kadry pomocniczej, żeby odpowiednią ilość sędziów zajmowała się sprawami przesuwającymi między wydziałami. Żeby wszyscy sędziowie mieli dostęp do szkoleń, żeby równomiernie brali urlopy. Prezesi sądów, w tym ja, pełnimy w pewnym sensie funkcję służebną. Mnie udało się zwiększyć obsadę aparatu pomocniczego, asystentów sędziów i równomiernie przydzielić we wszystkich wydziałach.

— Robi pan wrażenie osoby o silnym charakterze.
Nie ulega pan naciskom pochodzącym z własnego środowiska. Skąd u pana taki hart ducha?
— To chyba wynika z wiary. Z tego rodzi się określona konstrukcja.

JA ZDOBYWAŁEM DOŚWIADCZENIE W DUŻYM STOPNIU POZA ŚRODOWISKIEM SĘDZIOWSKIM, NIE BĘDĄC UZALEŻNIONYM OD JEGO NACISKÓW. ROZWIJAŁEM

SIĘ NAUKOWO, ZROBIŁEM DOKTORAT. SPOTKAŁEM NA SWOJEJ DRODZE BARDZO POMOCNE OSOBY.

Był nim mój promotor. Byłem prezesem Szkół Społecznych 101 prowadzącym najstarszą i dużą szkołę z dużym budżetem. To wszystko nauczyło mnie, żeby czerpać od ludzi mądrych, a nie ulegać presji tłumu.

— Jeszcze raz przywołam rozmowę „Gazety Olsztyńskiej” z sędzią Tuleją. Przedstawił on tezę, że sędzią jest sędzią polskim, ale i europejskim. Czy jest między tutaj jakiś konflikt lub gradacja?
— Zastępca rzecznika dyscyplinarnego ujął to bardzo ładnie.

PIERWSZA PODSTAWA, TO ŚLUBOWANIE RZECZPOSPOLITEJ POLSKIEJ. I PRAWO POLSKIE I POLSKA KONSTYTUCJĄ SĄ PIERWSZE. JEŚLI CHODZI O KWESTIE PRAWA EUROPEJSKIEGO, TO STOSUJĄC JE TRZEBA PAMIĘTAĆ, ŻE ROBIMY TO TYLKO W TYM ZAKRESIE, NA JAKI POZWALA PRAWO POLSKIE. EUROPA JEST OKREŚLONYM SOJUSZEM, W KTÓRYM UCZESTNICZYMY I CIESZYMY SIĘ Z TEGO UCZESTNICTWA. ŚLUBOWALIŚMY PAŃSTWU POLSKIEMU I JEMU SŁUŻYMY.

Takie stawianie sprawy, jak opisane przed chwilą przez pana, to szukanie suwerena zastępczego poza granicami Polski. Według mnie, próba wytłumaczenia i uzasadnienia tego aktywizmu sędziowskiego, o którym wspominałem. Uzasadnienie do kwestionowania zasad ustrojowych, byśmy byli ostatecznym, i tym pozytywnym i tym negatywnym ustawodawcą, jako sędziowie. Poszukiwanie usprawiedliwienia w stwierdzeniu, że jest się sędzią europejskim i to daje nam prawo do tego, żeby tak wiele kwestionować. A tak przecież nie jest.

Toczy się bój o Izbę Dyscyplinarną Sądu Najwyższego. Zawsze przy kwestiach związanych z prawem europejskim był łącznik, żeby zachować równość między każdym pracownikiem, przedmiotem, przedsiębiorcą, który pochodzi spoza danego państwa. W sprawach izby dyscyplinarnej nie ma takiego łącznika, bo jest to całkowicie nasza, polska, wewnętrzna sprawa.

— Co by pan powiedział tym sędziom, którzy otrzymali swoje funkcje dzięki nowej KRS, a których możliwość orzekania podważają ich koledzy sędziowie?
— Powiedziałbym im, żeby okazali cierpliwość, bo ten spór zakończy się. Żeby pamiętali, że są też sędziowie, którzy ich wspierają, by prawo do orzekania nie zostało im odebrane.

Wypadałoby tu zapytać tych sędziów uczestniczących w protestach o konkretne osoby. Dlaczego ta konkretna osoba ma nie orzekać. Dochodzi do takich absurdów, że sędzia, który ma ode mnie dłuższy staż o 15 lat, była zawsze szanowana powszechna sędzią i z rekomendacji KRS w obecnym składzie dostała nominację do sądu okręgowego, a teraz ktoś z tych młodszych sędziów kwestionuje jej prawo do orzekania. Tu często pojawia się orzeczenie Europejskiego Trybunału Sprawiedliwości, a tam jest mowa o kwestiach dopuszczalności badania, czy sędzia jest niezawisły. To dotyczy elementów nacisków, czy przestępstw.

— Można coś zrobić, żeby usprawnić system sądowniczy w Polsce?
— Można.

MOŻNA ZROBIĆ WIELE RZECZY. BOLĄCZKI LEŻĄCE U PODSTAW PEWNEGO BEZWŁADU SYSTEMU SĄDOWNICZEGO LEŻĄ W NIERÓWNOMIERNOŚCI PRZYDZIAŁU SPRAW, CZYLI REGIONALNE I WYSTĘPUJĄCE W OKREŚLONYCH POZIOMACH PRZECIĄŻENIE NIEKTÓRYCH Z SĘDZIÓW.

Jeden sędzia ma 900 spraw w referacie, drugi 300. Te przeciążenia

występowały w różnych wydziałach i tych samych sądach. System losowy, to wyrównał. Cały czas mamy do czynienia z przerostami między różnymi instancjami sądów. Pierwszą, która jest w sądzie rejonowym i drugą, która jest w sądzie okręgowym. I tak samo między sądem okręgowym, a sądem apelacyjnym.

DODATKOWO MAMY DO CZYNNIENIA Z PRAWNYM ROZCZŁONKOWANIEM

SPRAW, KTÓRE MAJĄ TEN SAM MATERIAŁ FAKTYCZNY. Z TEGO SAMEGO ZDARZENIA MOŻE TRAFIĆ SPRAWA DO KILKU RÓŻNYCH SĄDÓW W RÓŻNYCH MIASTACH, NA RÓŻNYCH POZIOMACH I W RÓŻNYCH INSTANCJACH.

Przez to może się okazać, że świadek musi w tej samej sprawie jeździć do kilku spraw. Te absurdy, które nadal istnieją mimo tego, że

wykonano dużo pracy, żeby usprawnić pracę sądów, jeśli chodzi o procedury karną i cywilną, można zlikwidować przez spłaszczenie struktury. Tych problemów jest oczywiście dużo więcej i systematycznie są znajdowane skuteczne metody ich rozwiązania. Stanisław Kryściński

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

REKLAMA



Miejskie Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej Sp. z o.o.
w Olsztynie

uprzejmie informuje, że **od 1 kwietnia 2020 roku** kasa w siedzibie firmy **zostaje zlikwidowana**. Od tego momentu wszelkich płatności należy dokonywać przelewem bankowym bądź kartą płatniczą.

Szczegółowych informacji udziela Dział Księgowości – tel. 89 524 12 00

201200TBS-A-G



HELIOS
tel. 89 535 20 30

231790tbs-a -O

komunikat

OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA ELBLĄG
o przystąpieniu do sporządzania miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 roku o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2020 r. poz. 293) oraz art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 roku o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2020 r. poz. 283; zm. Dz.U. z 2020 r. poz. 284) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Miejską w Elblągu: uchwały nr IX/285/2019 z dnia 30 grudnia 2019 r. w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego przy ulicy Polnej w Elblągu Uchwały Nr VIII/260/2019 z dnia 28 listopada 2019 r. w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego działki 5, 6, 7, 8 i 9, obręb 4 przy ulicy Ogólnej w Elblągu, uchwały nr VIII/259/2019 z dnia 28 listopada 2019 r. w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu w narożniku ulicy Świętego Ducha i bulwaru Zygmunta Augusta w Elblągu oraz o wszczęciu postępowania związanego z przeprowadzeniem strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, dotyczącej ww. planów. Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. miejscowych planów. Wnioski należy składać na piśmie w Departamencie Urbanistyki i Architektury Urzędu Miejskiego w Elblągu, ul. Łączności 1, 82-300 Elbląg, lub przesłać pocztą na podany wyżej adres w terminie 21 dni od dnia zamieszczenia niniejszego ogłoszenia. Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy. Zgodnie z art. 39 oraz art. 40 ustawy o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko wnioski można składać w formie pisemnej lub ustnie w siedzibie Urzędu Miejskiego w Elblągu lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym. Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Prezydent Miasta Elbląg.

Prezydent Miasta Elbląg

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych

Administratorem Państwa danych osobowych jest Gmina Miasto Elbląg z siedzibą przy ul. Łączności 1, 82-300 Elbląg, reprezentowana przez: Prezydenta Miasta Elbląg.

- Administrator wyznaczył inspektora ochrony danych, kontakt: tel. 55 239 33 28, e-mail iod@umelblag.pl.
- Dane osobowe przetwarzane są w celu przyjęcia wniosków do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, na podstawie ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.
- Dane osobowe mogą być przekazywane wyłącznie podmiotom uprawnionym na podstawie przepisów prawa.
- Dane osobowe będą przechowywane bezterminowo.
- Podanie danych osobowych jest wymogiem ustawowym.
- Posiadają Państwo prawo do: – dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania, – złożenia skargi do organu nadzorczego: Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.

PRZELEŻAŁ W LESIE 75 LAT

PIERWSI NA
ZNALEZISKO
NATRAFIŁI LOKALNI
POSZUKIWACZE
WOJENNYCH
PAMIĄTEK
I PRACOWNICY
ZAKŁADU USŁUG
LEŚNYCH.
POINFORMOWAŁO
O TYM
NADLEŚNICTWO
OLSZTYNEK:
NIEOPODAŁ WSI
KALBORNIA, W MAŁYM
KOMPLEKSIE
LEŚNYM NA TERENIE
NADLEŚNICTWA
POPRZECINANYM
ROWAMI PRZECIW-
-PANCERNYMI,
ZAUWAŻYLI
METALOWE
FRAGMENTY.

Mieszkam niedaleko, bo około półtora kilometra od tych umocnień z okresu drugiej wojny światowej — mówi Krzysztof Kurowski z Brzeźna Mazurskiego. — Często chodziłem tu na spacer. Są tu w lesie pozostałości rowów przeciwczołgowych z tamtego okresu i tam szukaliśmy takich wojennych „pamiątek”.

Znalezisko zgłosili miejscowemu leśniczemu, a ten przekazał sprawę dalej. Potem podczas wizji lokalnej najpierw znaleźli fragment gąsienicy i okazało się, że to czołg, chociaż pocięty na kawałki. Po uzyskaniu zgody od Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków w Olsztynie podjęto decyzję o wyciągnięciu z ziemi wszystkich fragmentów czołgu T-34-85.

— Wczesnym rankiem 11 marca ekipa realizująca serial historyczny Poszukiwacze Historii przystąpiła do wydobywania czołgu — relacjonowali leśnicy w mediach społecznościowych. — Prace odbywały się przy użyciu koparki, pod nadzorem saperkim i archeologicznym. Po kilku godzinach żmudnej roboty okazało się, że w ziemi

były koła, gąsienice i blacha z podwozia.

Ten radziecki czołg został prawdopodobnie zniszczony podczas walk w styczniu 1945 roku, a następnie jego wrak wykorzystano do sforsowania głębokiego rowu przeciwpancernego. Służył jako coś w rodzaju kładki, dla innych radzieckich pojazdów, które musiały tamtędy przejechać w drodze na Zachód. Jak relacjonują leśnicy, stan wraku wskazuje na to, że po wojnie został pocięty prawdopodobnie w ramach „akcji złom” podczas której w całej Polsce pozyskiwano surowce wtórne (złom i inne odpady użytkowe) na podstawie Zarządzenia Prezesa Centralnego Urzędu Gospodarki Materialowej z dnia 12 marca 1954 r.

— To bardzo cenne znalezisko z tamtego okresu, który wciąż kryje jeszcze przed nami wiele tajemnic — dodaje Krzysztof Kurowski. — Kawałek naszej wojennej historii.

Fragmenty czołgu zostały zabrane z lasu i złożone w bezpiecznym miejscu. Efekty działań leśników i Poszukiwaczy Historii będzie można obejrzeć w programie telewizyjnym na przełomie kwietnia i maja.

Co się wydarzyło w 1945 roku? W okolicach Dąbrówna przebiegała linia frontu.

— Transzeje zbudowali tu Niemcy na linii między miejscowościami Okragłe - Dąbrówno - Kalborka aż do Gardyn — mówi Piotr Zwaliński, wójt gminy Dąbrówno. — Tam były umocnienia, a przed natarciem Armii Czerwonej rzucono tu niemieckie wojsko wyposażone w karabiny i czołgi. 19 stycznia 1945 roku, kiedy wojska radzieckie nacierały, doszło do straszliwych walk, w wyniku których uszkodzono kilka czołgów. Pozostałość jednego z nich znaleziono właśnie po 75 latach od tych krwawych wydarzeń.

O tym trudnym okresie pisał na naszych łamach Ryszard Kowalski, regionalista i znawca historii regionu. 13 stycznia 1945 roku wojska 3. Frontu Białoruskiego pod dowództwem gen. armii Iwana Czerniachowskiego uderzyły od wschodu (na północ od Gąbina) i rozpoczęły marsz na Królewiec. Dzień później 2 Front Białoruski dowodzony przez marszałka Konstantego Rokossowskiego ruszył do natarcia od południa z okolic



Serocka i Różana. Tak rozpoczęła się Operacja Wschodniopruska. Sześć dni później ostródzki landrat (starosta) Carl Georg Wittich otrzymał rozkaz gauleitera Ericha Kocha dotyczący powszechnej ewakuacji ludności cywilnej i dóbr materialnych. Całkowitą ewakuację planowano na 5 dni. „19 stycznia 1945 - pisał Hermann Maraun, dyrektor Kaiser-Wilhelm-Gymnasium - był dla chłopów ostatnim dniem szkolnym...”

W relacji pt. „Ostatnie walki w powiecie ostródzkim w styczniu 1945” ówczesnego nauczyciela gimnazjum czytamy: „19 stycznia wieczorem pomiędzy Wansen i Gardienen (Wądzyn i Gardyn gm. Dąbrówno) zebrano ostródzką grupę bojową - bez żadnego zaopatrzenia, oprócz 1 bochenka chleba, bez lekarza i sanitariusza, ubrana w własne garnizonowe mundury, podczas gdy odzież zimowa pozostała w magazynach..., bez innej broni, jak karabiny z 30 nabojami na osobę, 3 karabiny maszynowe i 20 panzerfaustów - składającą się z 327 żołnierzy, w tym 5 oficerów. Całe to działanie było czystym mordem setek starych ojców rodzin, bez sensu i celu. Po południu 21 stycznia 3 kompania została zaatakowana na pozycjach pomiędzy Wądzynem, a Leszczem przez ponad 80 czołgów i została zniszczona do ostatniego żołnierza. Kompanię marszową zaatakowały czołgi z przodu i z flanki, pomiędzy Leszczem i Jankowicami. Oprócz mnie uratowało się 6 kolegów, z którymi dołączyłem do 1 kompanii, która poniósłszy tylko 30 procent strat mogła się wycofać, aż do lasu”.

Barbara Chadaj-Lamcho

O T-34-85

W czasie wojny w 1943 roku pojawił się problem niewystarczającego uzbrojenia głównego czołgu Armii Czerwonej - T-34. Niemcy wprowadzili w tym czasie do akcji nowe typy czołgów. Były to głównie wozy typu Panther i Tiger z nowymi armatami kal. 75 i 88 mm. Dowództwo radzieckie doszło do wniosku, że także T-34 należy wyposażyć w działo o większej sile ognia. Nowy czołg wszedł do produkcji seryjnej na początku 1944 roku. Od swojego poprzednika różnił się głównie działem o większym kalibrze i nową trzysobową wieżą.

REKLAMA

**Największa Hurtownia
Odzieży w Olsztynie**

Olsztyn, ul. Wyszyńskiego 7
tel. 89-534-63-52

www.gracjaolsztyn.pl



**Z tą reklamą
kupisz bez marży**
• oferta ważna
do 4 kwietnia 2020 r.

Hurtownia
wprowadziła na stałe

sprzedaż detaliczną

Serdecznie zapraszamy

- pon.-czw. 9.00-18.00
- piątek 9.00-19.00
- sobota 9.00-15.00



3200tr-f-m

tv

dodatek

TELEWIZYJNY DODATEK TWOJEJ GAZETY

Na Wspólnej

poniedziałek

TVN 20:15

20 - 26 marca 2020

Poniedziałek

21:00

TVP1

Zemsta
spektakl teatralny, Polska, 2020

Cześnik Raptusiewicz kłóci się z sąsiadem, Rejentem Milczkiem (Grzegorz Mielczarek), o mur graniczny. Tymczasem ich dzieci, Klara (Alicja Karluk) i Wacław (Marcin Stepniak), zakochują się w sobie. Postanawiają pogodzić zwaśnionych rodziców. O serce pięknej Klary walczy Papkin (Rafał Zawierucha). Klasyczna komedia na temat sąsiedzkiego sporu w nowej interpretacji. Redbad Klynstra-Komarnicki odchodzi od wiernego odzwierciedlenia realiów epoki, nawiązując do aktualnych problemów.

Piątek

21:30

TVP1

Sezon na zabijanie
thriller, Belgia, Bułgaria, USA, 2013

Były amerykański żołnierz Benjamin Ford od wielu lat prowadzi samotne życie w Appalachach. Unika ludzi, a kontakt utrzymuje jedynie z synem. Dobrowolna izolacja ma pomóc mu zapomnieć o tragicznych przeżyciach z czasów zaciętych walk w byłej Jugosławii i uporać się z traumą. Pewnego dnia do odludnej chaty Forda trafia Emil Kovac, europejski turysta. Gospodarz udziela mu schronienia. Z czasem jednak okazuje się, że ta wizyta nie jest przypadkowa.

Wtorek

20:10

POLSAT

Jack Reacher: Jednym strzałem
film sensacyjny, USA, 2012

W Pittsburghu snajper zabija pięć przypadkowych osób. Znalezione przez detektywa Emersona i jego współpracowników ślady prowadzą ich do byłego strzelca wyborowego armii amerykańskiej, Jamesa Barra. Wkrótce mężczyzna zostaje zatrzymany. Prokurator Alex Rodin proponuje mu układ: jeśli zgodzi się zeznać i przyzna do winy, to uniknie kary śmierci. Były żołnierz stanowczo odmawia jednak współpracy i chce, by zaaranżowano jego spotkanie z Jackiem Reacherem, byłym oficerem żandarmerii.

Sobota

00:10

POLSAT

Detonator
film sensacyjny, Rumunia, USA, 2006

Tajny agent CIA Sonni Griffith zostaje wysłany z misją do Rumunii. Ma tam zdemaskować handlarza bronią i zapobiec przygotowywanej transakcji. Gdy dociera na miejsce, zostaje zdradzony i trafia do więzienia. Amerykańscy współpracownicy szybko go jednak stamtąd uwalniają. Agencja ma bowiem wobec Sonniego konkretne plany. Dostaje on do wykonania kolejne zadanie. Tym razem agent ma eskortować do Stanów Zjednoczonych Nadie Cominski, wdowę po księgowym rumuńskiej mafii.

Środa

22:40

TVP2

Podróż na sto stóp
komediodramat, USA, Indie, 2014

Mallory kieruje restauracją. Sława jej potraw wykracza daleko poza region, a przyznana lokalowi prestiżowa gwiazdka w „Przewodniku Michelina” napawa dumą wszystkich mieszkańców. Restauracja jest całym życiem powściągliwej wdowy, która wyznaje zasadę, że liczących sobie setki lat przepisów nie należy zmieniać. Pewnego dnia do miasteczka przybywa rodzina emigrantów z Bombaju. Przybyśże otwierają skromny lokal Maison Mumbai tuż obok renomowanej restauracji.

Niedziela

20:00

TVP2

Hobbit: Pustkowie Smauga
film fantasy, Nowa Zelandia, USA, 2013

Hobbit Bilbo Baggins, Gandalf i krasnoludy pod wodzą Thorina kontynuują niebezpieczną podróż do legowiska Smauga. Celem ich wyprawy jest odzyskanie Ereboru - królestwa krasnoludów, które okupuje smok. Zanim jednak staną oko w oko z potworem, muszą pokonać szereg przeciwności. Członkowie kompanii uciekają przed podążającymi ich tropem orkami. Na szczęście na swojej drodze spotykają Beorna, pół człowieka, pół niedźwiedzia, który daje im konie i pomaga dostać się do Mrocznej Puszczy.

Czwartek

22:35

TVN

Jack Strong
film biograficzny, Polska, 2013

Rok 1968. Major Ryszard Kukliński odkrywa, że Związek Radziecki rozważa atak nuklearny na kraje NATO, który może wywołać wojnę zagrażającą także Polsce. Zdaje sobie sprawę, że w odpowiedzi USA w pierwszej kolejności skierują swoją agresję właśnie na nasz kraj. Nie wie, co powinien zrobić, ale ma pewność, że nie może tej informacji tak zostawić. Ambitny oficer szybko pnie się po kolejnych szczeblach kariery. Bryluje w towarzystwie, jest lubiany i cieszy się powodzeniem wśród kobiet.

piątek

20 marca

TVP 1

05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej

05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny

06:15 Przysięga - serial

07:05 Elif - serial, prod. Turcja

08:00 Wiadomości

08:10 Pogoda poranna

08:15 Kwadrans polityczny

08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP

09:15 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn

09:40 Okrasa łamie przepisy

10:15 Komisarz Alex - serial

11:05 Ojciec Mateusz - serial

12:00 Wiadomości

12:15 Agrobiznes

12:40 Agropogoda - magazyn

12:45 Magazyn Rolniczy

13:00 Natura w Jedynce - Leming

14:05 Skoki Narciarskie

17:00 Teleexpress

17:25 Jaka to melodia?

18:00 Klan - telenowela TVP

TVP 2

04:30 Koło fortuny - teleturniej

05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2014

06:05 Anna Dymna - spotkanie się - Aneta Boruta

06:35 Familiada - teleturniej

07:15 Przepis dnia

07:15 Pytanie na śniadanie

11:35 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP

12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP

12:30 Koło fortuny - teleturniej

13:05 Va Banque - teleturniej

13:30 Na sygnale - serial

14:00 Czerdziestolatek - serial TVP

15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2018

16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej

TVN

04:50 Uwaga! - magazyn

05:15 Mango - telezakupy

06:20 Na Wspólnej - serial

06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

07:50 Doradca smaku

08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn

11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy

12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy

13:15 Szpital - program obyczajowy

14:15 Detektywi - program kryminalny

15:25 Milionerzy

16:00 Szpital

17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

18:00 Ukryta prawda

19:00 Fakty

19:49 Raport smogowy

19:50 Uwaga! - magazyn

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News

09:00 Malanowski i Partnerzy

10:00 Sekrety rodziny

11:00 Dłaczego ja?

12:00 Gliniarze

13:00 Trudne sprawy

14:00 Pierwsza miłość

14:45 Dłaczego ja?

15:50 Wydarzenia

16:10 Pogoda

16:15 Interwencja

16:30 Na ratunek 112

17:00 Gliniarze

18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy

18:50 Wydarzenia

19:20 Sport

19:25 Pogoda

19:30 Świat według Kiepskich

20:05 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami

22:05 Tylko jeden. Droga do KSW

TVN 7

05:00 Szkoła

06:00 Mango

06:00 telezakupy

07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska

08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska

11:20 Idealna niania - program obyczajowy

12:10 Sąd rodzinny - program sądowy

13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska

14:15 Szkoła

15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy

16:15 19 + - obyczajowy

16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska

18:00 Szkoła

19:00 Projekt Lady

20:00 Hotel Paradise - Rajskie Rozzanie

21:00 Ślub od pierwszego wejrzenia

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu

08:00 Nasz Nowy Dom

09:00 Sekrety Sąsiadów

09:30 Demakijaż

10:00 Przez żołądek do serca

10:30 Demakijaż

11:00 Awantura o kasę

13:00 Magicy z ulicy

13:30 STOP Drogówka

14:30 Emil pogromca mandatów

15:00 Policjantki i Policjanci

16:00 Słoneczny patrol

18:00 Sekrety Sąsiadów

19:00 Policjantki i Policjanci

20:00 Gwiazdy Kabaretu

21:00 Sprawy i Wydziały

21:00 Kryminalny

23:05 4.3.2.1. Cztery dziewczyny w dwóch różnych miastach - na skutek przypadkowego spotkania złodziej diamentów - przeżywiają najbardziej niesamowite trzy dni w swoim życiu, których z pewnością nigdy nie zapomną.

01:30 STOP Drogówka - magazyn prod. Polska

02:30 Graffiti

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny

07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial

07:00 Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel kramu - mierz Bariski, jego rodzina i przyjaciele.

08:00 Reportaże. Życia wzięte

09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

10:00 Zaklinaczka duchów

12:00 Kobra - oddział specjalny

14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

16:00 Reporterzy. Życia wzięte

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska

20:00 Krzyżowy ogień

22:00 Uciec, ale dokąd?

23:55 Czas zbrodni

02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Niesamowite!

POLSAT Sport News

08:00 Polsat Sport News: flesh

08:07 Lyżwiarstwo figurowe: ISU Mistrzostwa Świata w łyżwiarstwie figurowym - retransmisja

09:00 Polsat Sport News: flesh

09:07 Lyżwiarstwo figurowe

10:00 Polsat Sport News: flesh

10:07 Piłka nożna: Puchar Polski - 1/4 finału Stal Mielec - Lech Poznań - retransmisja

11:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny

11:07 Piłka nożna

12:00 Polsat Sport News

12:07 Tenis

16:00 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu

19:00 Lyżwiarstwo figurowe: ISU Mistrzostwa Świata w łyżwiarstwie figurowym taniec na lodzie - live

23:00 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu

02:00 MMA: Babilon MMA - Babilon MMA 9 Międzyzdroje

TVP INFO

08:00 Jedziemy dalej

08:15 Serwis Info Poranek

08:18 Minęła 8

09:00 Serwis Info Poranek

09:11 Minęła 9

10:00 Serwis Info Poranek

10:21 Pogoda Info

10:29 Serwis Info Dzień

10:51 Pogoda Info

10:59 Serwis Info Dzień

13:59 Serwis Info

14:59 Dla niesłyszących - Serwis Info Dzień

15:29 Info Dzień

15:54 Pogoda Info

15:59 Info Dzień

17:00 Teleexpress

17:15 Teleexpress Extra

17:32 Dla niesłyszących - 0 co chodzi

18:00 Panorama

18:20 Panorama opinii - magazyn

18:37 O tym się mówi - magazyn

19:30 Wiadomości

19:58 Gość kukurydzy - horror.

20:13 Forum - program publicystyczny

21:00 Kasta - magazyn

21:40 Studio Lotto

21:49 W tle wizji

22:24 Serwis Info Wieczór

22:30 W tle wizji Extra

23:00 INFO Wieczór

Stopklatka TV

06:00 Ojciec Adnana - etiuda fabularna

06:35 Złotopolscy - komedia obyczajowa

07:35 Plebania - film obyczajowy

08:35 Apokalipsa: I wojna światowa - film dokumentalny

09:45 Apokalipsa: II wojna światowa - film dokumentalny

10:50 Stawka większa niż życie - wojenny

13:15 Katastrofy w przestworzach - film dokumentalny

15:25 Chicago Fire - dramat

17:15 Nowa Scena Śmiechu - kabaretowy

18:20 I tak, i nie - komedia

20:00 Miasto aniołów - dramat

22:30 Dzieci kukurydzy - horror.

Burt i Vicky docierają do ponurego miasteczka Gatlin, gdzie z przerażeniem stwierdzają, że żyją tam wyłącznie dzieci, które wymordowały dorosłych.

00:10 Mroczne nieba - thriller

02:10 Dług - thriller

04:15 Miłość Kropka.pl - rozrywkowy

eprasa.pl 2043345726

TVP 1

05:15 Klan - telenowela TVP
06:25 Sprawa dla reportera
07:20 Rok w ogrodzie
07:45 Rok w ogrodzie Extra
08:00 Pełnosprawni
08:25 Wojsko - polskie.pl
08:55 Studio Raban
09:25 Rodziny ekspres
- Mocne postanowienie poprawy - magazyn
09:55 Szlachetna rasa
- western, prod. USA, 1966, reż. Andrew V. McLaglen, wyk. James Stewart, David Brian, Don Galloway
11:40 Dziewczyny ze Lwowa
- serial obyczajowy TVP
12:40 Fascynujący świat
- Mózg w niebezpieczeństwie - film
13:50 Okrasa łamie przepisy
14:20 Z pamięci
14:25 Kulisy - Postaw na milion
14:35 Skolci Narciarskie
17:00 Teleexpress

TELETURNIEJ



17:25 Jaka to melodia?
- teleturniej muzyczny
18:25 Postaw na milion
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Komisarz Alex
- serial kryminalny TVP
21:35 Hit na sobotę - Creed: Narodziny legendy
- dramat, prod. USA, 2015, reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson
23:55 Pluton
- dramat wojenny, prod. USA, 1986, reż. Oliver Stone, wyk. Tom Berenger, Willem Dafoe, Charlie Sheen
02:00 Jaka to melodia?
02:50 Sezon na zabijanie

TVP 2

05:15 Barwy szczęścia
- serial obyczajowy TVP
06:20 Dla niesłyszących
- M jak miłość - serial TVP
07:15 Pytanie na śniadanie
11:25 To je Borowicz
Podróże ze smakiem - magazyn kulinarny
11:55 Star Voice. Gwiazdy Mają Głos! - program rozrywkowy
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko
16:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
16:55 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP
17:50 Dla niesłyszących
- Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:35 Echo serca - serial TVP
19:30 Lajk!
20:00 Dance Dance Dance

FILM SENSACYJNY



22:35 Prywatne śledztwo
- film sensacyjny, prod. Polska, 1987, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Roman Wilhelmi, Janusz Bukowski, Jan Jankowski, Andrzej Pieczyński, Jan Peszek, Piotr Dejmek, Mirosława Marcheluk, Jerzy Trela, Artur Barciś, Jacek Debski
00:25 Hobbit: Pustkowie Smauga
- film fantasy, prod. Nowa Zelandia, USA, 2013, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Richard Armitage, Evangeline Lilly
03:05 Zakochanie dnia

TVN

04:50 Uwaga!
- magazyn prod. Polska
05:15 Mango
- telezakupy
07:30 Efekt Domina
08:00 Dzień Dobry TVN
- magazyn
11:30 Na Wspólnej
- serial obyczajowy, Polska
13:20 MasterChef Junior
14:55 Ukryta prawda
- program obyczajowy prod. Polska
16:00 Dorota inspiruje
17:00 Kuchenne rewolucje
- program kulinarno-rozrywkowy
18:00 36, 6 - obyczajowy
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:44 Raport smogowy
19:45 Uwaga!
- magazyn

KOMEDIA



20:00 Notting Hill
- film komedia, Wielka Brytania, USA, 1999, reż. Roger Michell, wyk. Julia Roberts, Hugh Grant, Richard McCabe, Rhys Ifans, James Dreyfus, Dylan Moran
22:40 40-letni prawnik
- film komedia, USA, 2005, reż. Judd Apatow, wyk. Steve Carell, Catherine Keener, Paul Rudd, Romany Malco
01:00 Annabelle - film horror, USA, 2014, reż. John R. Leonetti, wyk. Annabelle Wallis, Ward Horton, Tony Amendola
03:05 Uwaga!
- magazyn
03:25 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Scooby-Doo: Mechaniczny pies
08:15 Pierwszy lot
08:30 Scooby-Doo! Pora Księżycowego Potwora
10:05 Ewa gotuje
10:35 Disco Polo - 25 lat później
11:40 Szalone wakacje na kółkach
13:45 The Four. Bitwa o Sławę
15:45 Kabaret na żywo. Przyszanek Radość
17:50 Chłopaki do wzięcia
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
20:05 The Four. Bitwa o Sławę
22:05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo

THRILLER



00:10 Detonator
- thriller, USA, Rumunia, 2006, reż. Leong Po-Chih
Tajny agent C.I.A. Sonni Griffith jedzie do Polski, by zdemaskować handlarza bronią i zapobiec przygotowywanej transakcji. Griffith pada ofiarą zdrady i trafia do więzienia, z którego jednak szybko uwalnia go C.I.A., lecz tylko po to, by natychmiast obarczyć go kolejną misją.
02:30 Tajemnice losu
04:55 Disco Gramy
- program rozrywkowy prod. Polska
05:40 Telezakupy
TV Okazje

TVN 7

04:55 Ukryta prawda
- program obyczajowy
05:55 Mango - telezakupy
08:00 Ukryta prawda
- program obyczajowy
11:00 Hotel Paradise
14:00 Dziewczyny ze Lwowa IV
- film komedia, USA, 2007, reż. Steve Rash, wyk. Ashley Benson, Cassie Scerbo, Noel Areizaga, Jennifer Tisdale, Kierstin Koppel
15:55 Naga broń 33 1/3 - film komedia, USA, 1994, reż. Peter Segal, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, George Kennedy, O.J. Simpson, Fred Ward, Kathleen Freeman
17:35 Wielki Adaline - film melodramat, USA, Kanada, 2015, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michiel Huisman, Harrison Ford

FILM PRZYGODOWY



20:00 Harry Potter i więzień Azkabanu
- film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane
23:00 Volta
- film komedia, Polska, 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Boładz, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska
01:20 Druga strona medalu
02:25 Noc magii

TV 4

06:00 Przygody Kota w butach
06:55 101 dalmatyńczyków
08:55 Galileo 11:00 Święty
13:00 Król Lew W Lwiej Krainie na świat przychodzi królewski potomek - małe lwiatko o imieniu Simba. Tylko jeden mieszkaniec, brat samego króla Mufasy, nie zjawia się na uroczystości. Wkrótce nieświadomy niczego Simba i jego odważny ojciec stają się ofiarami spisku, obmyślonego przez zagnętego władzę Skazę.
14:55 STOP Drogówka 16:00
Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
19:00 Galileo 20:00 Policjantki i Policjanci
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
00:05 Gallows Hill 01:55 Kobiety i mafia 02:55 Zagadkowe zgony 03:25 Interwencja
- magazyn
03:40 TOP 10
Lista Przebojów

TTV

07:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska 08:40 Gogglebox.
Przed Telewizorem
09:45 Express 10:00 Pogoda 10:05
Niszczycielskie żywioły - serial, USA
11:05 Defacto 11:35 Kto to kupi? 12:20
Królowe życia - serial, Polska
13:00 Orzeł czy Reszka 14:00
Pierwszy raz za granicą...
Express 16:00 Pogoda 16:05
Ostre cięcie
16:55 Gogglebox.
Przed Telewizorem
17:45 Express 18:00 Pogoda 18:05
Usterka poradnikowy
18:35 Dams i wieśniaczki. PL 19:45 Express 19:58 Pogoda 20:00
Patent na kasę - Flesz
20:15 Zamiana zon 21:15
Królowe życia - serial, Polska
22:00 Kanapowcy 22:55 Gog-
glebox.
Przed Telewizorem
00:40 Ostre cięcie 01:25
Meksykańskie dynastie - serial, USA
02:20 Włoskie zdrady 02:50
Czysty Geniusz - serial

TV Puls

05:50 Czynne całą dobę 07:00
Taki jest świat - program informacyjny
07:50 Biblioteka-rze 08:45 Przygody Merlina
Młody czarodziej przybywa do Camelotu i ukrywa swoje zdolności, gdyż bezwzględny król, Uther Pendragon, tępi wszelką magię.
09:40 13 Posterunek 2
Losy grupy policjantów, którzy pełnią służbę na trzynastym posterunku.
10:10 Reportery. Z życia wzięte
15:00 Lombard.
Życie pod zastaw - serial Powrodoenie lombardu to zajdzie ciekawe ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci.
20:00 Mocne sobotnie kino:
W obronie własnej
21:55 Triumf sprawiedliwości
23:30 Władcy ognia 01:50
Zobacz to! Blok powtórkowy

TVP INFO

07:59 Serwis Info Poranek
08:21 Pogoda Info
08:29 Serwis Info Poranek
08:52 Pogoda Info
09:09 Serwis Info Poranek
09:15 Pogoda Info
09:15 Salon dziennikarski
09:59 Serwis Info Dzień week-end
12:29 Serwis Info Dzień
13:29 Serwis Info Dzień week-end
14:22 Pogoda Info
14:29 Dla niesłyszących - Serwis Info Dzień week-end
14:53 Pogoda Info
15:00 Debaty TVP
15:29 Info Dzień
15:54 Pogoda Info
15:59 Info Dzień
17:00 Telexpress
17:15 Telexpress Extra
17:32 Studio Wschód
18:00 Panorama
18:20 Serwis Info Wieczór week-end
18:30 Kobiety okiem - magazyn
18:52 Serwis Info Wieczór week-end
19:30 Wiadomości
19:58 Gość Wiadomości
20:13 Minęła 20ta
21:00 Nie da się ukryć
21:28 Flesz Info Wieczór
21:40 Studio Lotto
21:50 Studio Polska

POLSAT Sport News

08:00 Polsat Sport News
08:07 Lżywiarstwo figurowe
09:00 Polsat Sport News
09:07 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu - Szwecja - Japonia - retransmisja
10:00 Polsat Sport News
10:07 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu - Szwecja - Japonia - retransmisja
12:00 Polsat Sport News: flesh
- serwis informacyjny
12:07 Tennis: ATP1000 Paribas Open - retransmisja
14:00 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu - premiera
17:00 Wyciągi: ME w wyciągach motocyklowych
20:00 Magazyn Magazyn snowboardowy - retransmisja
20:30 Lżywiarstwo figurowe
23:00 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu - I półfinał - live

Stopklatka TV

06:05 Scena Śmiechu - kabaretowy
07:55 Komisarz Rex - sensacyjny
10:55 Stawka większa niż życie - wojenny
13:15 Allo, Allo - komedia
13:50 Drużyna specjalnej troski - komedia. Morris Buttermaker, były profesjonalny baseballista, a obecnie alkoholik zawodowo zajmujący się dezynekcją, dostaje do prowadzenia najbardziej nieudolną drużyną jaką kiedykolwiek widziała Mała Liga Baseballowa.
16:05 Koszmarny lot - thriller
17:55 Penelope - romans
20:00 Predator 2 - science fiction. Policjant z Los Angeles próbuje odnaleźć mordercę, który urządza krwawe polowanie na ludzi.
22:10 Narcosis: Meksyk - kryminalny
00:45 Prawo ojca - sensacyjny
02:50 Krótki film o miłości - psychologiczny
04:35 Myślę, że się w tobie podkochuję - etiuda fabularna

niedziela

TVP 1

05:15 Klan - telenowela TVP
06:05 Słownik polsko@polski
- talk-show
06:35 Wojsko - polskie.pl
- reportaż
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia
08:00 Tydzień
08:30 Zakochaj się w Polsce
- magazyn
09:05 Ziarno - Wiara, nadzieja, miłość - magazyn
09:35 Las bliżej nas - magazyn
10:05 Skolci Narciarskie
- Mistrzostwa Świata w lotach - Planica
12:25 Między ziemią a niebem - magazyn
12:30 Anioł Pański
12:45 Między ziemią a niebem - magazyn
13:20 BBC w Jedyne
- Alpejskie opowieści
14:15 Z pamięci
14:25 Weterynarze z sercem

SERIAL KRYMINALNY



15:05 Komisarz Alex
- serial kryminalny prod. TVP
16:05 Postaw na milion - teleturniej
17:00 Teleexpress
17:30 Ośmiu wspaniałych
- reality show
18:30 Jaka to melodia?
19:30 Wiadomości
20:15 Stulecie Winnych
- serial TVP
21:15 To był rok!
22:20 Zakochana Jedyńska
- Jak ona to robi? - komedia, prod. USA
24:00 Creed: Narodziny legendy
- dramat
02:25 Jaka to melodia?
03:20 Miłość nad nioedem.
Koniec ery lodowcowej - film obyczajowy

TVP 2

03:55 Koło fortuny
- teleturniej
04:30 Dla niesłyszących
- Słowo na niedzielę
- Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu
04:40 Barwy szczęścia
- serial obyczajowy TVP
06:20 Dla niesłyszących
- M jak miłość - serial TVP
07:15 Pytanie na śniadanie
11:15 Dance Dance Dance
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko
16:20 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
16:50 Lepsza połowa - serial TVP
17:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:30 Na dobre i na złe - serial

SERIAL FABULARY ZOWANY



19:25 Na sygnale - serial fabularny zowany TVP
20:00 Hobbit: Pustkowie Smauga
- film fantasy, prod. Nowa Zelandia, USA, 2013, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom
22:45 Kino bez granic
- Bardzo poszukiwany człowiek - thriller
00:55 Opowieść Podręcznej
- dramat, prod. Niemcy, USA, 1990, reż. Volker Schlöndorff, wyk. Natasha Richardson, Robert Duvall, Faye Dunaway
02:50 Prywatne śledztwo
- film sensacyjny
04:25 Zakochanie dnia

TVN

04:50 Uwaga!
- magazyn
05:15 Mango
- telezakupy
07:25 Nowa Mają w ogrodzie
07:55 Akademia ogrodnika
08:00 Dzień Dobry TVN
- magazyn
11:30 Efekt Domina
12:05 Co za tydzień
- magazyn
12:40 Kod genetyczny
13:40 Ameryka Express
15:15 Sala samobójców. Hejter
- kulisy produkcji
15:50 Królewna Śnieżka
- film komedia, USA, Kanada, 2012, reż. Tarsem Singh, wyk. Julia Roberts, Lily Collins, Armie Hammer, Nathan Lane
18:00 Dorota inspiruje

PROGRAM INFORMACYJNY



19:00 Fakty
- program informacyjny
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:44 Raport smogowy
19:45 Uwaga!
- magazyn
20:00 MasterChef Junior
21:30 Na skraju jutra
- film S-F, USA, Kanada, 2014, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt, Brendan Gleeson, Bill Paxton, Jonas Armstrong
23:55 Motyw
- serial, Polska
00:55 Kuchenne rewolucje
- program kulinarno-rozrywkowy
01:55 Uwaga! - magazyn
02:15 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Przygody Kota w butach
09:10 Dawno, dawno temu w Idolu
09:25 Kłopsiki i inne zjawiska pogodowe - komedia
Flint Lockwood jest szalonym młodym naukowcem z małego miasteczka. Gdy jego najnowszy wynalazek niespodziewanie odlatuje w chmurę, mężczyzna jest przekonany, że po raz kolejny stworzył urządzenie, które nie działa.
11:15 Brzdąk w opałach
Trzej kidnaperzy postanawiają porwać dziecko zamożnego przemysłowca. Pod pretekstem sfotografowania chłopca pojawiają się w domu jego rodziców.

FILM ANIMOWANY



13:30 Smerfy 2
- film animowany, USA, 2013, reż. Raja Gosnell, wyk. Brendan Gleeson, Hank Azaria, Mays Jayma, Neil Patrick Harris
Gargamel po raz kolejny zagraża ich spokojnemu życiu. Tym razem okrutny czarownik tworzy podobne do śmierfów stworów.
15:45 Twoja Twarz Brzmi Znajomo
17:40 Nasz Nowy Dom
18:50 Wydarzenia
19:30 Państwo w Państwie
20:00 Kabaret na żywo. Przyszanek Radość
22:10 W rytmie serca
23:10 Ślad
00:10 Marsjanin

TVN 7

04:55 Ukryta prawda
- program obyczajowy
05:55 Mango - telezakupy
08:00 Sala samobójców. Hejter - kulisy produkcji
08:35 Ukryta prawda
- program obyczajowy
10:45 Hotel Paradise
11:45 Zakochani po uszy
- serial, Polska
15:00 Projekt Lady
16:00 Słub o pierwszego wierzni
17:00 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman

FILM PRZYGODOWY



20:00 Piraci z Karaibów: Kłątwa czarnej perły - film przygodowy, USA, 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Geoffrey Rush, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Jonathan Pryce
23:00 Looper: Pętla czasu - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt, Paul Dano, Noah Segan, Piper Perabo, Jeff Daniels
01:25 Druga strona medalu
- talk show
02:35 Noc magii
- program ezoteryczny

TV 4

06:00 Przygody Kota w butach
06:55 101 dalmatyńczyków
07:55 Dzienna Mysz 08:10
Poszukiwacze świętej włości
10:35 Galileo 12:40
Gwiazdy Kabaretu
14:50 Król Lew - film animowany, prod. USA, 1994, reż. Allers Roger W Lwiej Krainie na świat przychodzi królewski potomek - małe lwiatko o imieniu Simba. Tylko jeden mieszkaniec, brat samego króla Mufasy, nie zjawia się na uroczystości. Wkrótce nieświadomy niczego Simba i jego odważny ojciec stają się ofiarami spisku, obmyślonego przez zagnętego władzę Skazę.
16:45 Czerwony skorpion 19:00 Galileo 20:00
W otchłani - film akcji
22:20 Czas Apokalipsy 02:00
Kobiety i mafia
03:05 Interwencja 03:40
TOP 10
Lista Przebojów

TTV

07:05 Sędzia Anna Maria Wesołowska
07:55 Gogglebox.
Przed Telewizorem
08:35 Luksusowe hotele od kuchni - serial, Wielka Brytania
09:45 Express 10:00 Pogoda 10:05
Niszczycielskie żywioły - serial, USA
11:05 Defacto 11:35 Kto to kupi? 12:20
Królowe życia - serial, Polska
13:00 Orzeł czy Reszka 14:00
Pierwszy raz za granicą...
Express 16:00 Pogoda 16:05
Ostre cięcie
16:55 Gogglebox.
Przed Telewizorem
17:45 Express 17:58 Pogoda 18:00
Patent na kasę - Flesz
20:15 Zamiana zon 21:15
Królowe życia - serial, Polska
22:00 Kanapowcy 22:55 Gog-
glebox.
Przed Telewizorem
00:40 Ostre cięcie 01:25
Meksykańskie dynastie - serial, USA
02:20 Włoskie zdrady 02:50
Czysty Geniusz - serial

TV Puls

05:35 Tajemnice medyczne
07:35 Lombard.
Życie pod zastaw - serial obyczajowy
09:15 Rozbitkowie
na Pacyfiku
11:20 Góra Czarownic
Taksówkarz z Las Vegas pomaga dwójce pasażerów obdarzonych paranormalnymi zdolnościami w odkryciu sekretu tajemniczej góry.
13:30 Najpiękniejsze baśnie: Historia Kopciuszki
15:20 Pamiętnik księżniczki
17:40 Uciekająca panna młoda
20:00 Dziewczyny ze Lwowa
z gwiazdami: Bodyguard zawodowcy
22:15 Angielska robota
00:35 Ninja
02:10 Na wariackich papierach
03:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
04:55 Z archiwum policji - serial dokumentalny

TVP INFO

07:59 Serwis Info
08:29 Serwis Info Poranek
09:40 Pogoda Info
09:50 Woro-niczka
17 10:52 Kasta
11:32 Serwis Info Dzień week-end
11:50 Salon dziennikarski
12:30 Serwis Info Dzień
12:29 Serwis Info Dzień week-end
14:29 Serwis Info Dzień week-end
15:00 Debaty Senior
15:30 Okiem Wiary
15:59 Info Dzień
16:51 Pogoda Info
17:00 Telexpress
17:15 Telexpress Extra
17:32 Telexpress na deser
17:47 Serwis Info Dzień week-end
18:00 Panorama
18:18 Serwis Info Wieczór
18:30 Studio Zachód
19:00 Głębia ostrości
19:25 Serwis Info Wieczór week-end
19:30 Wiadomości
19:58 Gość Wiadomości
20:13 Minęła 20ta
21:00 W pełnym świetle
21:24 Flesz Info Wieczór
21:40 Studio Lotto
21:49 Strefa starca

POLSAT Sport News

08:00 Polsat Sport News
08:07 Lżywiarstwo figurowe
09:00 Polsat Sport News
09:07 Wyciągi
10:00 Polsat Sport News: flesh
- serwis informacyjny - premiera
10:07 Wyciągi
11:00 Polsat Sport News: flesh
- serwis informacyjny - premiera
11:07 Wyciągi
12:00 Polsat Sport News
12:07 Badminton
14:00 Biathlon: Puchar Świata w biathlonie, Holmenkollen - live
15:30 Badminton: Yonex Swiss Open 2020 Super 300 - finały - live
17:00 Badminton: Yonex Swiss Open 2020 Super 300 - live
18:00 Siatkówka
17:00 MMA UFC Fight Night
Woodley - Edwards
20:00 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu
22:30 Piłka nożna
01:00 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu - finał - live

Stopklatka TV

06:00 Wygrać, przegrać albo polec - serial dokumentalny
06:25 Nowa Scena Śmiechu - kabaretowy
07:20 Komisarz Rex - sensacyjny
10:10 Przygody Merlina - przygodowy. Młody czarodziej przybywa do Camelotu i ukrywa swoje zdolności, gdyż bezwzględny król, Uther Pendragon, tępi wszelką magię.
12:55 Silverado - dramat. Kilku rewolwerowców zostaje złapanych w pułapkę przez bandę morderców, której dowódcą jest skrupupowany szeryf.
15:40 Miasto aniołów - dramat
17:55 Poirot: Śmierć lorda Edgware'a - kryminalny
20:00 Gattaca - Szok przyszłości - dramat
22:05 Misja Afganistan - wojenny
23:10 Wampir w Brooklynie - komedia
01:15 W imię... - dramat
03:20 MiłośćKropka.pl - rozrywkowy

poniedziałek

23 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV 4	TV Puls	POLSAT Sport News
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:10 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - taka historia... - telenowela obyczajowy TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 To się opłaca - magazyn 12:55 BBC w Jedyne - Alpejskie opowieści	04:40 Koło fortuny - teleturniej 05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2016 06:10 Coś dla Ciebie - magazyn 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:35 Koło fortuny 13:10 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP 14:05 Coś dla Ciebie - magazyn 14:30 Operacja Zdrowie - Otyłość - magazyn medyczny 15:00 Koło Fortuny - extra - teleturniej 15:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 06:20 Nowa Maja w ogrodzie 06:50 Akademia ogrodnika 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 08:00 Dzień Dobry TVN 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - serial obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Efekt Domina 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy 19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dłaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:30 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial obyczajowy	05:00 Szkoła 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise 21:00 Porady na zdrady - film komedia, Polska, 2017	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez zółdę do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjanci i Policjanci 15:00 Policjanci z dwóch komend codziennie interweniują, pomagają im pijackich melin, a skończywszy na domowych kłótniach. 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sądów 18:30 Święty 19:00 Policjanci i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:40 Waleśa. Człowiek z nadziei 00:05 Conan niszczyciel 02:20 Galileo - popularno-naukowy prod. Polska 03:20 Graffiti 03:35 SuperLudzie 04:05 Magazyn Atleti Polsat	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zaginionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 16:00 Reporterzy. Życie pod zastaw - serial 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 20:00 Ninja 21:45 Krzyżowy ogień - thriller 13:45 Ochroniarz 01:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat 02:30 Niesamowite! 03:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji	08:00 Polsat Sport News 08:07 Biathlon 09:00 Polsat Sport News 09:07 Biathlon 10:00 Polsat Sport News 10:07 Siatkówka 11:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera 11:07 Siatkówka: Liga włoska - Vero Volley Monza - Tonnio Callipo Calabria Vibo Valentia - retransmisja 12:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera 12:07 Piłka nożna: MLS - Los Angeles - Portland Timbers - retransmisja 14:30 Tennis: ATP1000 Paribas Open - retransmisja 17:00 MMA UFC Fight Night Woodley - Edwards - retransmisja 20:30 Koszykówka: Energia Basket Liga - HydroTruck Radom - King Szczecin - live 23:00 Piłka nożna 01:00 MMA: FEN - retransmisja
SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	FILM PRZYGODOWY	TTV	TVP INFO	Stopklatka TV
14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 16:50 Zapowiedź Teleexpress 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Zemsta 22:50 Świat bez fikcji - Ślub za milion dolarów - film 23:55 Archiwista - serial TVP 00:50 To był rok!	15:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 17:20 Panorama 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial 19:00 Barwy szczęścia - serial 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 O mnie się nie martw 22:50 Trzy dni Kondora - serial, prod. USA, 2018 23:50 Birdman czyli - dramat 02:00 Głębocka woda - serial 02:55 Bardzo poszukiwany człowiek - thriller	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Kod genetyczny 22:35 Chłopak z sąsiedztwa - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Reynolds, Ian Nelson, John Corbett 23:40 Zdradźca - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Reynolds, Ian Nelson, John Corbett 00:20 Co za tydzień - magazyn 00:55 Wewnętrzny wróg - serial, USA 01:55 Uwaga! - magazyn 02:20 Noc magii	20:05 MEGA HIT - Marsjanin - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Scott Ridley, wyk. Jeff Bridges, Jessica Chastain, Kate Mara 23:15 Terminator 3: Jednym strzałem - film sensacyjny, USA, 2003, reż. James Cameron, wyk. Keanu Reeves, Nick Stahl, Jason Clarke, Bill Paxton 01:45 Jack Reacher: Jednym strzałem - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Christopher Nolan, wyk. Tom Cruise, Matt Smith, Gary Oldman, Emma Thompson, Julie Christie, Timothy Spall 04:35 Kabarety 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:40 Telezakupy TV Okazje	23:10 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Gary Oldman, Emma Thompson, Julie Christie, Timothy Spall 02:05 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii - program ezoteryczny	06:55 Damy i wieśniaczki. Ukraina 08:10 Królów życia - serial, Polska 08:50 Gogglebox. Przed Telewizorem 09:50 Gogglebox - magazyn 10:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska 12:25 Damy i wieśniaczki. Ukraina 13:35 Ukryta prawda 14:35 Królów życia - serial dokument, Polska 15:20 Uwaga! - magazyn 15:45 Express 16:00 Pogoda 16:05 Defacto. Bosacka 16:20 Przytłapani na zdraździe 17:25 Patent na kasę - Flesz 17:45 Express 17:58 Pogoda 18:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 19:45 Express 20:08 Raport smogowy 20:10 Uwaga! po Uwadze 21:05 Patent na kasę 21:45 Express 21:58 Pogoda 22:00 Gogglebox. Przed Telewizorem 23:45 Defacto 00:40 Największa restauracja świata 01:40 Uwaga! po Uwadze	08:00 Jedziemy dalej - program publicystyczny 08:15 Serwis Info Poranek 08:18 Minęła 8 09:00 Serwis Info Poranek 09:11 Minęła 9 10:00 Serwis Info Poranek 10:21 Pogoda Info 10:29 Serwis Info Dzień 10:51 Pogoda Info 10:59 Serwis Info 12:00 Info Raport 13:29 Serwis Info Dzień 13:51 Pogoda Info 13:59 Serwis Info Dzień 14:49 Pogoda Info 14:59 Dla niesłyszących - Serwis Info Dzień 15:29 Info Dzień 15:54 Pogoda Info 15:59 Info Dzień 17:00 Teleexpress 17:15 Teleexpress Extra 17:32 Dla niesłyszących - 0 co chodzi 18:00 Panorama 18:20 Panorama opinii - magazyn 18:37 O tym się mówi - magazyn 19:30 Wiadomości 19:58 Gość Wiadomości 20:13 Minęła 20:28 Warto rozmawiać 21:26 Kasta 21:40 Studio Lotto 21:49 W tle wizji	06:00 Niebieski Petar - etiuda fabularna 06:20 Złotopolscy - komedia obyczajowa 07:20 Plebania - obyczajowy 08:25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial dokumentalny 09:20 Fabryki od kuchni: czekolada - dokumentalny 10:25 Allo, Allo - komedia 11:30 Życie po zagładzie - film dokumentalny 12:25 Katastrofy w przestworzach - film dokumentalny 14:30 Szpital nadziei - obyczajowy 15:25 Chicago Fire - dramat 17:05 Scena Śmiechu - kabaretowy 18:00 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial dokumentalny 18:55 Allo, Allo - komedia 20:00 Wyniszczenie - sensacyjny 21:50 Predator 2 - science fiction 00:00 Mściciel z Wall Street - dramat 02:00 Sztuka kochania - komedia erotyczna 04:10 Ojciec Adnana - etiuda

wtorek

24 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV 4	TV Puls	POLSAT Sport News
05:05 Jeden z dziesięciu 05:35 Jaka to melodia? 06:15 Przysięga - serial 07:05 Elif - serial, prod. Turcja 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial kryminalny TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:35 Agropogoda - magazyn 12:50 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedynce - Atlantyckie olbrzymy 14:00 Elif - serial, prod. Turcja 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress	05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:10 Świąteczno nadziei 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:35 Koło fortuny 13:10 Va Banque - teleturniej 13:40 Na sygnale - serial fabularny TVP 14:15 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:00 Koło Fortuny 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 18:00 Panorama 18:25 Pogoda 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku - program kulinarny 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - serial obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi 15:25 Milionerzy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dłaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy	05:00 Szkoła 06:00 Mango - telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez zółdę do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjanci i Policjanci 15:00 Policjanci z dwóch komend codziennie interweniują, pomagają im pijackich melin, a skończywszy na domowych kłótniach. 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sądów 18:30 Święty 19:00 Policjanci i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:40 W ohtłani Scott i Marco budzą się w sasiadujących ze sobą celach na łodzi podwodnej, wyposażonej w głowice nuklearne. 23:50 Paragraf 78 02:35 SuperLudzie 03:05 Magazyn Atleti Polsat Sport 2020 03:40 Trans World Sport 2020	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 08:00 Reporterzy. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zaginionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 16:00 Reporterzy. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Redakcja niewielkiego portalu informacyjnego mieści się w Barczynie - niewielkiej miejscowości powiatowej, jednak kryjącej wiele tajemnic. 18:00 Lombard. Życie pod zastaw 20:00 Połączenie 21:55 W obronie własnej 23:55 Wiosła w dłoń 01:55 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne 02:55 Na jedwabnym szlaku	08:00 Polsat Sport News 08:07 Koszykówka 09:00 Polsat Sport News 09:07 Koszykówka 10:00 Polsat Sport News 10:07 Magazyn ATP World Tour Uncovered - retransmisja 11:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera 11:07 Curling Mistrzostwa świata kobiet w curlingu - finał - retransmisja 14:30 Tennis: ATP1000 Paribas Open - retransmisja 17:00 Tennis: ATP1000 Paribas Open - retransmisja 19:30 Siatkówka: Liga włoska - Leo Shoes Modena - Sir Safety Conad Perugia - retransmisja 22:00 Magazyn Magazyn koszykarski - premiera 22:40 Piłka nożna
TELETURNIJ	SERIAL OBYCZAJOWY	MAGAZYN	FILM SENSACYJNY	MELODRAMAT	TTV	TVP INFO	Stopklatka TV
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 20:55 Zniewolona. Kulisy 21:05 Zniewolona - serial 21:55 Magazyn Ekspresu Reporterów 23:00 Ocaleni - reality show 00:05 Głębia ostrości 00:35 Ostatni pociąg z Haserabadu - film przygodowy, prod. Wielka Brytania, 1959 02:55 Bez tożsamości - serial 03:45 Magazyn Ekspresu Reporterów	19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 Echo serca - serial TVP 22:45 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 22:55 Ludzkie historie - Bruce Lee i Hajduk - film 00:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 00:55 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP 01:55 Nowa - serial TVP 02:50 Straż wiejska 04:35 Brańsk - miasto Sprawiedliwych	19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Motywy - serial, Polska 22:30 Kuba Wojewódzki - talk show 23:30 Superwizjer - magazyn reporterów 00:05 36, 6 - obyczajowy 01:05 Zabójca broń - serial, USA 02:05 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:30 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	20:10 Jack Reacher: Jednym strzałem - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michael Huisman, Harrison Ford, Kathy Baker, Ellen Burstyn 22:55 Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2 01:20 Foxcatcher 04:15 Kabarety 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:40 Telezakupy TV Okazje	21:00 Wiek Adaline - film melodramat, USA, Kanada, 2015, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michael Huisman, Harrison Ford, Kathy Baker, Ellen Burstyn 23:30 Wrogowie publiczni - film sensacyjny, USA, Japonia, 2009, reż. Michael Mann, wyk. Christian Bale, John Depp, Marion Cotillard, Stephen Graham, David Wenham, Stephen Dorff	08:20 Królów życia - serial, Polska 09:00 Gogglebox. Przed Telewizorem 10:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 12:25 Damy i wieśniaczki. Ukraina 13:35 Ukryta prawda 14:35 Królów życia - serial dokument, Polska 15:20 Uwaga! 15:45 Express 16:00 Pogoda 16:05 Defacto. Bosacka 16:20 Przytłapani na zdraździe 17:25 Patent na kasę 17:45 Express 17:58 Pogoda 18:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 18:40 Gogglebox. Przed Telewizorem 19:45 Express 20:00 Pogoda 20:03 Raport smogowy 20:05 Usterka poradnikowy 20:35 Damy i wieśniaczki. PL 21:45 Express 21:58 Pogoda 22:00 Ostre pięty 22:40 Kto to kupi? 23:25 Down the road. Zespół w trasie 00:00 Usterka poradnikowy 01:00 Królów życia 01:50 Defacto	08:00 Jedziemy dalej 08:15 Serwis Info Poranek 08:18 Minęła 8 09:00 Serwis Info Poranek 09:11 Minęła 9 10:00 Serwis Info Poranek 10:21 Pogoda Info 10:29 Serwis Info Dzień 10:51 Pogoda Info 10:59 Serwis Info Dzień 11:50 Pogoda Info 14:59 Dla niesłyszących - Serwis Info Dzień 15:29 Info Dzień 15:54 Pogoda Info 15:59 Info Dzień 17:00 Teleexpress 17:15 Teleexpress Extra 17:32 Dla niesłyszących - 0 co chodzi - magazyn publicystyczny 18:00 Panorama 18:20 Panorama opinii - magazyn 18:37 O tym się mówi - magazyn 19:30 Wiadomości 19:58 Gość Wiadomości 20:13 Minęła 20:28 Warto rozmawiać 21:26 Kasta 21:40 Studio Lotto 21:50 W tle wizji 22:24 Serwis Info Wieczór	06:00 Za Garbo i Lenina - etiuda fabularna 06:20 Złotopolscy - komedia obyczajowa 07:20 Plebania - obyczajowy 08:25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial dokumentalny 09:15 Fabryki od kuchni: mleko - dokumentalny 10:25 Allo, Allo - komedia 11:30 Życie po zagładzie - film dokumentalny 12:25 Katastrofy w przestworzach - film dokumentalny 14:30 Szpital nadziei - obyczajowy 15:25 Chicago Fire - dramat 17:05 Nowa Scena Śmiechu - kabaretowy 18:00 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial dokumentalny 18:55 Allo, Allo - komedia 20:00 Prawo ojca - sensacyjny 22:05 Gattaca - Szkol przyszłości - dramat 00:15 Futro - komedia 02:25 MiłośćKropka.pl - rozrywkowy 04:30 Kolekcja - etiuda fabularna 04:45 TV Okazje - magazyn

TVP 1

05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019
07:10 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP
09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP
10:20 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:50 Natura w Jedynce - Peru

SERIAL OBYCZAJOWY



14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
18:00 Klan - telenowela TVP
18:30 Korona królów
18:55 Jeden z dziesięciu
20:10 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka
21:00 Wielki Test o Klimacie
22:30 Trzech kumpli - film
00:15 Ktoś chce mnie zabić - thriller
01:45 Wojsko - polskie.pl
02:10 Warto rozmawiać

TVP 2

05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial
06:05 Pozyteczni.pl
06:35 Familiada - teleturniej
07:05 Przepis dnia
07:15 Pytanie na śniadanie
11:35 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:30 Koło fortuny
13:05 Va Banque - teleturniej
13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP
14:10 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP
15:00 Koło Fortuny
15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:10 Wieźień miłości
18:20 Panorama
18:30 Va Banque - teleturniej
18:55 Rodzinka.pl - serial

SERIAL OBYCZAJOWY



19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP
20:00 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:45 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale - felieton
20:55 Na dobre i na złe - serial TVP
21:55 Na sygnale - serial fabularny TVP
22:40 Kino relaks - Podróż na sto stop - komedia
00:50 Geniusz: Picasso - serial, prod. USA, 2018
01:50 W zalewie reklamy - film dokumentalny
03:15 Oficerowie - serial kryminalny TVP
04:05 Zakończenie dnia

TVN

04:50 Uwaga! - magazyn
05:15 Mango - telezakupy
06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:50 Doradca smaku
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:15 Szpital - program obyczajowy
14:15 Detektywi
15:25 Milionerzy
16:00 Szpital
17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
18:00 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:49 Raport smogowy
19:50 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY



20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:30 Ameryka Express - program rozrywkowy
23:00 Kobieta sukcesu - film komedia, Polska, 2018, reż. Robert Wichrowski, wyk. Agnieszka Włodarczyk, Mikołaj Roznerski, Bartosz Gelner, Julia Wieniawa, Paulina Gałązka, Małgorzata Foremniak, Tomasz Karolak
01:10 Mentalista - serial, USA
02:10 Uwaga! - magazyn
02:35 Noc magii - program ezoteryczny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
09:00 Małanowski i Partnerzy
10:00 Sekrety rodziny
11:00 Dlaczego ja?
12:00 Gliniarze
13:00 Trudne sprawy
14:00 Pierwsza miłość - Marysia opuszcza rodzinną wieś i przenosi się do Wrocławia, by studiować medycynę. W nowym miejscu kobieta poznaje Pawła, który zdobywa jej serce.
14:45 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport, Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich

MAGAZYN



20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn
21:10 Zawsze warto
22:10 Żona na niby - Danny Macabee spotyka dziewczynę swoich marzeń. By zakamuflować powiedziane jej lekkomyślnie kłamstwo, mężczyzna zmusza swoją lojalną asystentkę Katherine do udawania jego wkrótce-bylej-zony. Kiedy pojawiają się kolejne kłamstwa, zatuszować je pomagają włączając do gry dzieci Katherine i wkrótce wszyscy trafiają na Hawaje.
00:45 Nasz Nowy Dom - magazyn
02:45 Tajemnice losu

TVN 7

05:00 Szkoła
06:00 Mango
07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska
08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:20 Idealna niania - program obyczajowy
12:10 Sąd rodzinny - program sądowy
13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
14:15 Szkoła
15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:15 19 + - obyczajowy
16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska
18:00 Szkoła
19:00 19 + - obyczajowy
19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska
20:00 Hotel Paradise

FILM SENSACYJNY



21:00 Looper: Pętla czasu - film sensacyjny, prod. USA, 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt, Paul Dano, Noah Segan, Piper Perabo, Jeff Daniels
23:30 Porady na zdrady - film komedia, Polska, 2017, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Magdalena Lamparska, Mikołaj Roznerski, Anna Dereszowska, Krzysztof Czebot, Weronika Rosati, Tomasz Karolak
01:35 Druga strona medalu - talk show
02:40 Noc magii

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu
08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Święty
09:30 Demakijaz
10:00 Przez żołądek do serca
10:30 Demakijaz
11:00 Awantura o kasę
13:00 Magicy z ulicy
13:30 STOP Drogówka
14:30 Emil pogromca mandatów
15:00 Policjantki i Policjanci
16:00 Słoneczny patrol - film przygodowy
18:00 Sekrety Sąsiadów
18:30 Święty
19:00 Policjantki i Policjanci
20:00 Święty
20:30 Sprawiedliwi
21:40 Wydział Kryminalny
Podróż z diabłem Transport kokainy przemycanej przez Stany Zjednoczone z Meksyku do Kanady znika gdzieś po drodze.
23:40 Zaginiony w akcji 2: Początek
01:40 STOP Drogówka - magazyn
02:45 Zagadkowe zgony
03:40 TOP 10 Lista Przebojów

TTV

08:15 Królowe życia - serial, Polska
08:55 Gogglebox. Przed Telewizorem
10:40 Sędzia Anna Maria Wesołowska
12:25 Damy i wieśniaczki. Ukraina
13:35 Ukryta prawda
14:35 Królowe życia - serial dokument, Polska
15:20 Uwaga! - magazyn
15:45 Express
16:00 Pogoda
16:05 Defacto. Bosacka
16:20 Przylapani na zdradzie
17:25 Patent na kasę - Flesz
17:45 Express
17:58 Pogoda
18:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska
18:40 Gogglebox. Przed Telewizorem
19:45 Express
20:00 Pogoda
20:03 Raport smogowy
20:05 Usterka poradnikowy
20:35 Damy i wieśniaczki. PL
21:45 Express
21:58 Pogoda
22:00 Defacto
22:30 Zamiana żon
23:30 Gogglebox. Przed Telewizorem
00:35 Defacto. Bosacka
01:20 Orzeł czy Reszka
02:20 Azja na ostro

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny
07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
08:00 Reportery. Życia wzięte
09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
10:00 Zaklinaczka duchów
12:00 Kobra - oddział specjalny Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę prowadzącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób.
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
16:00 Reportery. Życia wzięte
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Conan Barbarzyńca
22:15 Żelazny rycerz
00:30 Najlepsi z najlepszych
02:35 Zobacz! Blok powtórekowy:

POLSAT Sport News

08:00 Polsat Sport News
08:07 Koszykówka
09:00 Polsat Sport News
09:07 Koszykówka
10:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera
10:07 Siatkówka
11:00 Polsat Sport News
11:07 Siatkówka: Liga włoska - Vero Volley Monza - Tonno Callipo Calabria Vibo Valentia
12:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera
12:07 Piłka nożna: Liga czeska - MFK Karviná - AC Sparta Praha - retransmisja
14:30 Koszykówka: Energia Basket Liga - Polski Cukier Toruń - Trefl Sopot - retransmisja
17:00 Łyżwiarstwo figurowe
19:30 Piłka nożna
22:00 Piłka nożna
00:00 Siatkówka: Plusliga PGE Skra Belchatów - Indykpol AZS Olsztyn - retransmisja

TVP INFO

08:00 Jedziemy dalej
08:15 Serwis Info Poranek
08:18 Minęła
09:00 Serwis Info Poranek
09:11 Minęła
10:59 Serwis Info Dzień
11:50 Pogoda
12:00 Info Raport
13:29 Serwis Info Dzień
13:51 Pogoda
14:49 Pogoda
14:59 Dla niesłyszanych - Serwis Info Dzień
15:29 Info Dzień
15:54 Pogoda
15:59 Info Dzień
17:00 Teleexpress
17:15 Teleexpress Extra
17:32 Dla niesłyszanych - o co chodzi - magazyn publicystyczny
18:00 Panorama
18:20 Panorama opinii - magazyn
18:37 O tym się mówi - magazyn
19:30 Wiadomości
19:58 Gość Wiadomości
20:13 Minęła
20:21 Nie da się ukryć
21:19 Flesz Info
Wieżor
21:26 Kasta - magazyn
21:40 Studio Lotto
21:49 W tle wizji
22:24 Serwis Info Wieczór

Stopklatka TV

06:00 Magiczne Alpy - etiuda fabularna
06:20 Złotopolscy - komedia obyczajowa
07:20 Plebania - obyczajowy
08:25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial dokumentalny
09:15 Fabryki od kuchni: płatki śniadaniowe - dokumentalny
10:25 Allo, Allo - komedia
11:30 Życie po zagładzie - film dokumentalny
12:25 Katastrofy w przestworzach - film dokumentalny
14:30 Szpital nadziei - obyczajowy
15:25 Chicago Fire - dramat
17:05 Nowa Scena Śmiechu - kabaretowy
18:00 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial dokumentalny
18:55 Allo, Allo - komedia
20:00 Misja Afganistan - wojenny
21:00 Piłkarski poker - obyczajowy
23:10 Dług - thriller
01:15 Weekend - komedia sensacyjna
03:35 MiłośćKropka.pl - rozrywkowy

czwartek

TVP 1

05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
06:20 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019
07:10 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP
09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP
10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 To się oplaca - magazyn
12:50 Natura w Jedynce - Peru - kraina skrajności. Andy i Altiplano

SERIAL OBYCZAJOWY



14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia?
18:00 Klan - telenowela TVP
18:30 Korona królów
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Ojciec Mateusz - serial
21:30 Sprawa dla reportera
22:25 Magazyn śledczy
Anity Gargas - magazyn
23:00 Magazyn kryminalny 997 - magazyn
23:50 Magazyn Ekspresu Reporterów

TVP 2

04:30 Koło fortuny
05:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial
06:00 Operacja Zdrowie
06:35 Familiada - teleturniej
07:00 Przepis dnia
07:10 Pytanie na śniadanie
11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:30 Koło fortuny
13:05 Va Banque - teleturniej
13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP
14:05 Na dobre i na złe
15:00 Koło Fortuny
15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:10 Wieźień miłości
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:30 Va Banque - teleturniej
18:55 Rodzinka.pl - serial

SERIAL OBYCZAJOWY



19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP
19:55 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:40 Filmowe czwartki - Wiesław Kot - felieton
20:45 Filmowe czwartki - Fighter - film obyczajowy, prod. USA, 2010
22:55 Drive Hard - ostra jazda - film fabularny, prod. Kanada, Australia, USA, 2014
00:40 Moskwa nad rzeką - film fabularny
02:45 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny
03:45 Art Noc
04:35 Zakończenie dnia

TVN

04:50 Uwaga! - magazyn
05:15 Mango - telezakupy
06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:50 Doradca smaku
08:00 Dzień Dobry TVN
11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:15 Szpital - program obyczajowy
14:15 Detektywi
15:25 Milionerzy
16:00 Szpital
17:00 Kuchenne rewolucje
18:00 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:49 Raport smogowy
19:50 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY



20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:35 Jack Strong - film sensacyjny, prod. Polska, 2014, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Maja Ostaszewska, Patrick Wilson, Oleg Maslennikov, Dagmara Domińczyk, Mirosław Baka, Zbigniew Zamachowski
01:10 Tajemniczy - serial obyczajowy
04:00 Tajemnice losu
04:45 Disco Gram - program rozrywkowy prod. Polska
05:40 Telezakupy TV Okazje

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
09:00 Małanowski i Partnerzy
10:00 Sekrety rodziny
11:00 Dlaczego ja?
12:00 Gliniarze
13:00 Trudne sprawy
14:00 Pierwsza miłość
14:45 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn
21:10 Przyjaciółki - serial obyczajowy
22:10 Zdrady

DRAMAT



23:25 Erin Brockovich - dramat, USA, 2000, reż. Soderbergh Steven, wyk. Roberts Julia, Albert Finney, Eckhart Aaron, Coyote Peter
Erin Brockovich jest w sytuacji nie do pozazdrośczenia. Dwukrotnie rozwiedziona samotnie wychowuje trójkę dzieci, nie ma pieniędzy, wykształcenia ani widoków na pracę. Łatwo zraza do siebie innych.
02:05 Chirurgi - serial obyczajowy
04:00 Tajemnice losu
04:45 Disco Gram - program rozrywkowy prod. Polska
05:40 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

05:00 Szkoła
06:00 Mango
07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska
08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:20 Idealna niania - program obyczajowy
12:10 Sąd rodzinny - program sądowy
13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
14:15 Szkoła
15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:15 19 + - obyczajowy
16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska
18:00 Szkoła
19:00 19 + - obyczajowy
19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska
20:00 Hotel Paradise

KOMEDIA



21:00 Magic Mike XXL - film komedia, prod. USA, 2015, reż. Gregory Jacobs, wyk. Channing Tatum, Matt Bomer, Kevin Manganiello, Kevin Nash
Gotowi zakończyć karierę członkowie Kings of Tampa postanawiają dać z wielkim rozmachem ostatni występ.
23:25 Piraci z Karaimów: Kłątwa czarnej perły - film przygodowy, USA, 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Deep, Geoffrey Rush, Orlando Bloom, Keira Knightley
02:30 Noc magii - program rozrywkowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu
08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Święty
09:30 Demakijaz
10:00 Przez żołądek do serca
10:30 Demakijaz
11:00 Awantura o kasę
13:00 Magicy z ulicy
13:30 STOP Drogówka
14:30 Emil pogromca mandatów
15:00 Policjantki i Policjanci
16:00 Słoneczny patrol
18:00 Sekrety Sąsiadów
18:30 Święty
19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 Święty
20:30 Sprawiedliwi
21:40 Wydział Kryminalny - serial
21:40 Uciekający pociąg - thriller, USA, 1985, reż. Andrew Konchalovsky
23:55 Kobiety i mafia
01:55 Zagadkowe zgony
02:25 Interwencja
02:40 Disco Polo Life - program rozrywkowy prod. Polska
03:40 TOP 10 Lista Przebojów
05:45 Telezakupy TV Okazje

TTV

05:30 Sąd rodzinny
06:35 Express
06:50 Defacto - Flesz
07:00 Damy i wieśniaczki. Ukraina
08:15 Królowe życia - serial, Polska
09:00 Gogglebox. Przed Telewizorem
10:40 Sędzia Anna Maria Wesołowska
12:25 Damy i wieśniaczki. Ukraina
13:35 Ukryta prawda
14:30 Królowe życia
15:20 Uwaga!
15:45 Express
16:00 Pogoda
16:05 Defacto
16:20 Przylapani na zdradzie
17:25 Patent na kasę
17:45 Express
17:58 Pogoda
18:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
18:40 Gogglebox. Przed Telewizorem
19:45 Express
20:03 Raport smogowy
20:05 Kto to kupi?
20:55 Królowe życia
21:45 Express
22:00 Usterka
23:00 Kanapowcy
00:00 Ostre cięcie
00:40 Przylapani na zdradzie
01:45 Sędzia Anna Maria Wesołowska

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny
07:00 Serial opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco.
07:00 Lombard. Życie pod zastaw
08:00 Reportery. Życia wzięte
09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
10:00 Zaklinaczka duchów
12:00 Kobra - oddział specjalny
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
16:00 Reportery. Życia wzięte - serial obyczajowy prod. Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Trener bardzo osobisty
22:05 Wielki Stach
00:15 Wybuchowy duet
01:55 Ojciec Ted
02:55 Zobacz! Blok powtórekowy: Tajemnice medyczne
03:55 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
04:55 Z archiwum policji - serial dokumentalny

POLSAT Sport News

08:00 Polsat Sport News
08:07 Koszykówka
09:00 Polsat Sport News
09:07 Koszykówka
10:00 Polsat Sport News
10:07 Siatkówka
11:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera
11:07 Siatkówka: Liga włoska - Leo Shoes Modena - Sir Safety Conad Perugia - retransmisja
12:00 Polsat Sport News: flesh - serwis informacyjny - premiera
12:07 Tennis
14:30 Piłka nożna
17:00 Magazyn KOTV Weekly
17:30 Siatkówka: Krispol 1. Liga Mężczyzn - 1/4 finału
live 17:50 Piłka nożna: Eliminacje do ME - Nor

ZADZWONIŁ DO NIEJ PO 59 LATACH

JADWIGA MISZTAŁ
NA NASZYCH
ŁAMACH
POSTANOWIŁA
WRÓCIĆ DO
PRZESZŁOŚCI.
DO CZASÓW, KIEDY
PRACOWAŁA
W WARNIKAJMACH.
CHCIAŁA ODNALEŹĆ
ZNAJOMYCH
Z TAMTYCH LAT. PO
NASZYM ARTYKULE
TO SIĘ UDAŁO.
ODEZWAŁ SIĘ DO
NIEJ PAN PIOTR.

Pani Jadwiga 59 lat temu przez dwa lata pracowała w Warnikajmach niedaleko Korsza. Po naszym artykule odezwał się do niej pan Piotr, który doskonale ją pamięta.

— Nie od razu go skojarzyłam — mówi Jadwiga Misztal. — Ale gdy zaczął opowiadać, że przychodził do mojego brata z kolegą, zaczęło mi coś w głowie świtać. Kolegę pamiętałam doskonale. Na nazwisko miał Szczur. I piegowatego, rudawego chłopca, który z nim przychodził, też pamiętałam. Okazało się, że to właśnie pan Piotr! Zrobiło mi się bardzo miło, gdy zadzwonił. Zaprosił mnie do Kętrzyna, bo teraz mieszka tam z żoną. Chętnie bym przyjechała, ale to nie będzie takie proste. Przeszliśmy jednak na „ty” i zamierzamy raz na jakiś czas dzwonić do siebie. Za sobą mamy już dwie długie rozmowy telefo-

niczne. Piotr opowiedział mi, jak dzisiaj wszystko wygląda w Warnikajmach. Dużo się pozmieniało... Ale tego akurat mogłam się spodziewać. Telefonu z przeszłości jednak się nie spodziewałam! W ogóle do głowy mi nie przyszło się, że artykuł w gazecie może mieć taką moc. Teraz jestem szczęśliwa, że się udało. Bardzo dziękuję.

Przypomnijmy... Pani Jadwiga przyjechała do Warnikajm do pracy. To kawał drogi od jej rodzinnych stron, bo urodziła się i mieszkała w Borowicy, niedaleko Chelma.

— Było siedmioro dzieci w domu, nie byliśmy bogaci. Wtedy też inaczej patrzyło się na wykształcenie. Rodzice uważali, że wyjazd do szkoły wiąże się z dodatkowymi kosztami... — wspomina pani Jadwiga. — Gdy miałam 17 lat, wsiadłam w pociąg i pojechałam do dziadka, do PGR-u, do Warnikajm właśnie. Do pracy.



Pani Jadwiga w czasach młodości

To dziadek pani Jadwigi przyjechał tu do pracy pierwszy. Zostawił w Borowicy żonę z dziećmi. Tęsknił, ale utrzymanie rodziny — choć na odległość — było ważniejsze. Pracował jako rymarz w stadninie. Pani Jadwiga po przyjeździe zatrzymała się właśnie u niego. Potem ściągnęła jeszcze brata, bo brakowało rąk do pracy.

— Odpowiedzialna byłam za wszystko. Chociażby za 200 jałówek. Oporządzałam

im oborę. Młóciłam zboże na dworze nie tylko latem, ale i zimą. A wtedy temperatury były bardzo niskie. Ale ja nigdy się nie przeziębiałam. Nawet dzisiaj mam dobre zdrowie. Jedyne co, to zszarżałam sobie kręgosłup. Zrzuciłam worki ze zbożem z przyczepy. A potem wносиłam je do magazynów na pierwsze piętro. Każdy worek ważył ze dwadzieścia kilo — wspomina pani Jadwiga. — Jeździłam też traktorem, choć nikt mnie tego nie uczył. Rozsiewałam wapno na łąkach. Apóźniej siedziałam w biblioteczce i wypożyczałam książki. Tam było mi lżej.

Jak się okazało, pan Piotr mieszkał bardzo blisko pani Jadwigi. W tym samym domu.

— Tak się właśnie poznaliśmy — przypomina sobie pani Jadwiga. — Z dziadkiem i bratem mieszkaliśmy w pokoiku. Nad nami w tym samym domu mieszkała jakaś niemiecka ro-

dzina. Z jakiegoś powodu się wyprowadziła, a później tam zamieszkał Piotr z bliskimi. Odpowiedział nas. Ale że jak byłam w Warnikajmach tylko dwa lata i to jeszcze taki szmat czasu temu, więc trudno było mi na szybko sobie przypomnieć. Ale się udało!

Pani Jadwiga wypytała pana Piotra o innych znajomych z lat młodości.

— Okazało się, że kolega Szczur już nie żyje. Szkoda. Ale wspominałam też koleżankę Gizelę, z którą chciałabym nawiązać kontakt. Okazało się, że Piotr ją widuje. Pojawia się na cmentarzu w Kętrzynie na grobie matki. Spotykają się na 1 listopada — opowiada Jadwiga Misztal. — Obiecał mi, że jak tylko ją spotka, opowie jej o mnie i poprosi o numer telefonu i będzie mogła z nią powspominać stare dobre czasy. Ciekawa jestem, co uniej. Gizela podobno też mieszka w Kętrzynie. **ADA ROMANOWSKA**

REKLAMA

Prezydent Olsztyna



Dziękuję za rozsądek i zaangażowanie
Rozmowa z prezydentem Olsztyna
Piotrem Grzymowiczem

— Panie prezydencie, jest pan chyba pierwszym prezydentem Olsztyna, któremu przyszło kierować miastem w czasie pandemii.

— To bardzo dramatyczne doświadczenie. Pandemia koronawirusa to przede wszystkim zagrożenie życia i zdrowia mieszkańców, ale także potężne wyzwanie logistyczne. Jak miasto ma w tym czasie funkcjonować? To jednocześnie — dla nas wszystkich — sprawdzian sprawności, solidarności i roztropności. Uważam, że przechodzimy przez ten okres coraz lepiej. Cieszę się, że mieszkańcy Olsztyna wykazują rozsądek i zrozumienie dla tej wyjątkowej sytuacji. Widzę w ich postawach coraz więcej empatii. Dotyczy to także przedsiębiorców, którzy, jak właściciel firmy WIPASZ, doposażają placówki szpitalne w niezbędny sprzęt. Szczególnie dziękuję wszystkim, którzy pracują na pierwszej linii frontu — lekarzom, ratownikom medycznym, policjantom, pracownikom socjalnym, a także tym, bez których nie moglibyśmy życiowo funkcjonować — chociażby pracownikom sklepów, aptek czy służb miejskich. To oni są cichymi bohaterami tych dni!

— Jak miasto jest przygotowane na atak koronawirusa?

— Wiele decyzji zapada poza nami, na szczeblu rządowym, ale tam, gdzie zależą one od nas, staraliśmy się je niezwłocznie wdrażać. Pamiętajmy, że według wszelkich zapowiedzi jesteśmy dopiero na początku tej pandemicznej drogi. Jeszcze przed ogłoszeniem przez rząd konieczności kwarantan-

ny dla osób powracających z zagranicy, przygotowaliśmy stosowne obiekty oraz przeszkoliliśmy personel, który zajmować się będzie podopiecznymi. Pierwsze osoby już się w tych obiektach pojawiły. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, wykorzystując pracowników socjalnych, świadczy codzienne wsparcie osobom, które zgłaszają taką potrzebę, współpracuje przy tym z wolontariuszami z ZHP, ZHR czy Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej FENI. Głównie z myślą o seniorach uruchomiliśmy specjalne numery telefonów, pod którymi można zgłosić potrzeby dotyczące pomocy w zakupach, w uzyskaniu żywności, w dostarczeniu leków czy potrzeby w zakresie wsparcia psychologicznego.

— Jak wygląda sprawa środków ochrony osobistej?

— We wtorek (17 bm.) zadecydowałem o uruchomieniu z rezerwy kryzysowej budżetu Olsztyna 700 tys. zł na zakupy środków ochrony osobistej dla pracowników służb i placówek miejskich (m.in. przychodni i szpitala miejskiego), mających ciągły kontakt z osobami potencjalnie zakażonymi. Z tych pieniędzy zamówiliśmy już m.in. 4,1 tys. masek ochronnych, 400 gogli, 68 kombinezonów ochronnych, dwa namioty pneumatyczne i 1,2 tys. testów antywirusowych. W zależności od rozwoju sytuacji będziemy robić kolejne zakupy.

— ...czyli sytuacja jest dynamiczna.

— Oczywiście! W środę (18 bm.) podjąłem decyzję o wyłączeniu przycisków na przejściach dla pieszych oraz o zamknięciu placów zabaw. Od poniedziałku (23 bm.) będzie też czynny kolejny kryzysowy telefon kontaktowy, pomocny przy poruszaniu się w nowej, pandemicznej rzeczywistości.

Nawołujemy do pozostania w domu — i jest to jak najbardziej słuszne, bo to jedna z najskuteczniejszych metod uniknięcia zachorowania. Dlatego wszyscy ci, którzy gubią się w tym, co, gdzie i jak można z domu załatwić, będą mieli możliwość skorzystania z telefonicznej podpowiedzi. O wszystkim, co się dzieje, informujemy też na bieżąco na naszej stronie internetowej olsztyn.eu. Zachęcam do odwiedzania strony, bo to naprawdę szybkie i dobre źródło informacji.

Koronawirus

Telefony dla seniora

608 239 567; 506 359 557;
504 042 814; 89 533 31 21;
89 534 67 43; 89 534 65 59

#zostańwdomu

Masz problem, zadzwoń do urzędu

782 554 490

NIE WYBIERAJ MAMINSYNKA!

OBECNIE, W CZASACH IZOLACJI, SAMOTNOŚĆ BĘDZIE JESZCZE BARDZIEJ DOTKLIWA - MÓWI ANNA GUZIOR-RUTYNA, AUTORKA KSIĄŻKI „JAK ZNALEŹĆ FACETA I DOBRZE WYJŚĆ ZA MĄŻ”.

MÓWIĘ OSOBOM, KTÓRE DO MNIE DZWONIĄ - PRZECZEKAJCIE, ALE TA SAMOTNOŚĆ JEST TERAZ BARDZIEJ DOJMUJĄCA. POSTARAJMY SIĘ TO ZMIEŃĆ. ZADZWOŹMY DO KOLEŻANKI. POROZMAWIAJMY, NIEKONIECZNIE O KORONAWIRUSIE. BO KAŻDY KONTAKT TELEFONICZNY JEST OSOBOM, SZCZEGÓLNIE SAMOTNYM, POTRZEBNY.

— I teraz swatka działa też on-line.

— Od niedawna, i to jest nowość. Dotychczas wideorozmowa była zarezerwowana wyłącznie do osobistych konsultacji. Jednak otrzymywałam wiele sygnałów, że taka opcja zapisu jest potrzebna. Wielu samotnych zamieszkujących inne części świata, również pragnie skorzystać z moich usług, ale chcą pełniejszej obsługi, czyli standardowej wizyty i spotkania z swatką. I taka wizyta jest możliwa, tylko tym razem w wirtualnym biurze.

— Jednak jeszcze w Olsztynie, który odwiedziła pani niedawno, wspominała pani, że obecnie do swatki zgłasza się bardzo dużo osób.

W dobie Tindera wracamy do sprawdzonych metod poszukiwania drugiej połówki?

— Dziś koronawirus powoduje, że mniej, ale jeszcze kilka tygodni wcześniej miałam naprawdę dużo pracy. Coraz więcej ludzi rezygnuje z portali internetowych i zdaje się na pomoc swatki. Zresztą do swatki zgłaszają się zupełnie inne osoby.

— Te starsze?

— Są w bardzo różnym wieku, choć muszę przyznać, że najwięcej jest ich w wieku 35-55 lat.

Są to więc osoby, które już coś w życiu osiągnęły, mają pozycję zawodową. Są to lekarze czy prawnicy. Mam dużo nauczycielek. Są osoby, które prowadzą swój biznes. Jest dużo singielek. Mają po 35, 36 lat, zrobiły kariery, ale chcą szybko założyć rodzinę, mieć faceta, dziecko.



Fot. archiwum prywatne

Z usług swatki często korzystają kobiety wykształcone, o określonym statusie materialnym — mówi Anna Guzior-Rutyna

To takie osoby korzystają z moich usług najczęściej. Wykształcone, o określonym statusie materialnym. Dziś korzystanie z usług swatki traktują jako towar luksusowy. A przecież kiedyś to swatki kojarzyły ze sobą majątnych ludzi. Co zresztą powiedzieliśmy mi w Olsztynie.

— Pani klienci uważają, że usługi swatki zapewniają większą prywatność?

— Tak, oczywiście. Stawiają też na bezpieczeństwo. Na internetowym portalu randkowym tak naprawdę każdy może sobie napisać, co chce. Wspomniane singielki były już wcześniej na portalach internetowych i rozczarowały się. Przychodzą do mnie, bo nie chcą już tracić czasu. Swatka jest jak rentgen. Przeprowadza szczegółowy wywiad, sprawdza, zadaje pytania. Oczywiście muszę mieć standardowe dane, jak wzrost, waga czy wykształcenie. Ale pytam też, dlaczego ktoś jest sam. Do mnie raczej nie przyjdzie

oszust matrymonialny. Pokazuje przecież swoją twarz, dowód osobisty. Swatką jestem od siedmiu lat i mam doświadczenie, które pozwala mi wiele rzeczy wychwycić. Myślę, że oszuści matrymonialni raczej szukają ofiar na własną rękę.

— Swatka musi mieć w sobie coś z psychologą?

— Nie jestem psychologiem, a coachem relacji. Całe życie pracuję z ludźmi. Choć muszę przyznać, że współpracuję również z psychologiem, szczególnie w trudnych przypadkach.

— Swatce łatwiej opowiedzieć o swoich kłopotach?

— Oczywiście. Czasem moi klienci opowiadają o bardzo intymnych rzeczach. Nie ukrywam, że często przeżywam to wszystko razem z nimi. Zwłaszcza z kobietami, które doświadczyły przemocy, nękania, zostały zdradzone. To naprawdę smutne historie. Trzeba takie osoby wysłuchać i pomagać im pamiętać jednocześnie, że nie możemy zrobić im krzywdy.

— Czuje się pani za nich odpowiedzialna?

— Cięży na mnie ogromna odpowiedzialność, ale w pewnym momencie zdałam sobie sprawę z tego, że muszę chronić również siebie. Dlatego zostałam coachem. Zawsze martwię się, jak wypadnie randka, jak się potoczy znajomość. Trzeba tutaj też podkreślić, że nigdy nie umawiam randek w ciemno. Zawsze pokazuję zdjęcia.

— Naprawdę? Tak, jak w biurach matrymonialnych, gdzie przeglądało się zdjęcia i dopiero potem decydowało o spotkaniu?

— Bywa różnie. Jeśli ktoś przychodzi do biura osobiście, może rzeczywiście obejrzeć sobie takie zdjęcia. Są wydrukowane, z opisami, ale oczywiście bez danych osobowych. Ale swatka musi być też nowoczesna, bo mam klientów z całego kraju i zagranicy. Zdarza się więc, że zdjęcia przesyłam mailowo. Jednak żadnych nie zamieszczam na stronie. Wiąże nas umowa, że są to fotografie, które mogą zobaczyć jedynie konkretne osoby, nie ma możliwości udostępniać ich dalej. Wszystko jest bardzo dyskretne.

— Swatka łączy też pary zagraniczne?

— Zwykle są to Polacy, którzy od lat mieszkają za granicą. Choć mam na przykład pana Paula, Niemca, który wziął ślub z panią Ireną z Polski. Pani Irena znalazła u mnie piętego męża. Brali ślub w Belgii, ale przyjechali, przywieźli kwiaty. Teraz dużo Polaków, którzy od lat mieszkają w Niemczech, szuka Polek. Są cenione na całym świecie. Jesteśmy ładne, rodzinne, mamy wiele zalet, swój system wartości.

— Pani jednak napisała poradnik adresowany do kobiet — „Jak znaleźć faceta i dobrze wyjść za mąż”.

— To moja druga książka, pierwsza była poradnikiem randkowym, który napisałam i dla mężczyzn, i dla kobiet. Teraz tak, napisałam ściśle kobiecą książkę, dlatego, że jestem kobietą. Teraz pewnie powstanie jego męska wersja, ale to jeszcze trochę zajmie.

— I teraz dziewczyny nie kupią chłopca w worku, jak pisze pani w poradniku.

— To przecież bardzo ważne. Przestrzegam, że

ZANIM WEŹMIEMY ŚLUB MUSIMY SPRAWDZIĆ, CZY NASZ PARTNER NIE MA DŁUGÓW, CZY JEST WYPŁACALNY. TO NIE JEST TAK, ŻE KOBIETA MUSI OD RAZU ZREZYGNOWAĆ I NIE DECYDOWAĆ SIĘ NA MAŁŻEŃSTWO. CHODZI BARDZIEJ O TO, ŻEBY WIEDZIAŁA, JAKA BĘDZIE JEJ SYTUACJA. CO JĄ CZEKA? WARTO SPRAWDZIĆ, JAK MĘŻCZYZNA FUNKCJONUJE W RODZINIE,

czy nie jest maminsynkiem, bo wtedy będzie problem z mamusią. Trzeba też sprawdzić, czy jest nam dobrze w łóżku. Tak, wiem. Kościół może będzie miał z tym problem, ale uważam, że seksualne niedopasowanie często prowadzi do rozwodów. Oczywiście odradzam, by na pierwszej randce iść do łóżka, ale kiedyś ten seks wyjdzie. Większość uważa, że ten seks jest ważny.

— To rady zawodowej swatki. Spodziewała się pani kiedykolwiek, że nią zostanie?

— Absolutnie. Miałam swoją firmę z branży finansowej, prowadziłam cztery biura kredytowe. Choć już w dzieciństwie pisałam listy miłosne, za pieniądze (śmiech). Umawiałam koleżanki. Nigdy nie pomyślałam, że będę to robić zawodowo. Zawsze jednak pomagałam ludziom i lubiłam to robić. No i tak zostałam swatką. Wydaje mi się, że zeswatałam już chyba z 300 par.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Anna Guzior-Rutyna to znana w Polsce Swatka Anna. W dobie portali randkowych, klubów na singli i telewizyjnych reality-show dla samotnych, to jej starszowiecka metoda znajdowania drugiej połówki cieszy się największym powodzeniem. Prowadzi centrum zapoznawcze „Zolyty”, czyli tradycyjne biuro matrymonialne. Autorka „Zolytowego Poradnika Randkowego” oraz książki „Jak znaleźć faceta i dobrze wyjść za mąż”.

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl



ZBADAJ SIĘ, BO BĘDZIE ZA PÓŹNO!

JAKIŚ CZAS TEMU JANINA OCHOJSKA, EUROPOSŁANKA, PREZES POLSKIEJ AKCJI HUMANITARNEJ, KOBIETA OBDARZONA CHARYZMĄ I EMPATIA, NIESTRUDZONA W WALCE O LEPSZE WARUNKI ŻYCIA NAJBIEDNIEJSZYCH POINFORMOWAŁA, ŻE CIERPI NA RAKA PIERSI. — BO NIE BADAŁAM SIĘ 3 LATA — PRZYNAŁA.

Wprawdzie kilkanaście godzin po tym oświadczeniu dodała, że ciężko chora nie jest, bo to „tylko” rak piersi, a lekarze dają jej 100 proc. szans na wyleczenie, co sprawia, że jest nastawiona optymistycznie — nie zmienia to faktu, że przed Janiną Ochojską kolejna duża wojna do wygrania.

Cieszą mnie jednak powody, dla których Janina Ochojska zdecydowała się na taką otwartość. — Robię to i z uczciwości, ale przy okazji wiem, że mogę swoim przykładem dodać kobietom otuchy i namówić je do tego, żeby się badały.

NO WŁAŚNIE...

Oczywiście Janinę Ochojską natychmiast wsparłam na jej profilu społecznościowym, ale też pomyślałam sobie o kobietach, które cierpią na inne schorzenia, a ich cierpienie jakże często — za często! — wynika wyłącznie z unikania regularnych badań kontrolnych i w ogóle profilaktyki jako takiej. Choćby na raka szyjki macicy, w związku z którym statystyki w Polsce już na wstępie odzieraają ze złudzeń: ten rak zabija 5 Polek dziennie! Dodatkowo, co roku ponad 3 tys. kobiet w różnym wieku dowiaduje się, że ma raka — ale dla większości z nich jest już, niestety, za późno na przeżycie. Pod względem liczby zachorowań i zgonów z powodu raka szyjki macicy my, Polki wciąż zajmujemy pierwsze, niechlubne miejsce w Europie. Lekarze biją na alarm, bo w wielu przypadkach kobiety dowiadują się, że mają raka szyjki macicy na jego ostatnim etapie. Nie chodzą na badania, unikają profilaktyki i wiele z nich płaci za tę opieśczość najwyższą cenę...

A paradoksalnie najgorsze w tym wszystkim jest to, że rak szyjki macicy w początkowym, tzw. przedinwazyjnym stadium jest prawie całkowicie uleczalny.

PRZYCZYNY

Rak szyjki macicy jest drugim co do częstości występowania typowo kobiecym nowotworem na świecie i jednocześnie najczęstszym nowotworem narządu rodnych kobiet. Powstaje jako skutek zakażenia wirusem

brodawczaka ludzkiego HPV i należy do nowotworów złośliwych. Inwazyjne stadium raka szyjki macicy poprzedza śródnabłonkowa neoplazja szyjki macicy (CIN), która nie ma charakterystycznych objawów i jeszcze nie stanowi zagrożenia dla zdrowia kobiety. Sek jednak w tym, że niewykryta iniepczona neoplazja może przeobrazić się w raka inwazyjnego — a ten już zagraża zdrowiu, i życiu kobiety. Taki przednowotworowy stan może trwać od 3 do 10 lat. I to dlatego tak ważne są profilaktyczne badania cytologiczne.

Ciężko wskazać jedną, konkretną przyczynę zachorowania na raka szyjki macicy. Lekarze jako czynnik zwiększający ryzyko zakażenia wskazują wczesne rozpoczęcie życia seksualnego lub częstą zmianę partnerów seksualnych. Kobiety po licznych porodach, te stosujące doustną antykoncepcję hormonalną i palące papierosy także znajdują się w grupie zwiększonego ryzyka. Rakowi sprzyja też zakażenie wirusem HIV lub innym, który osłabia układ odpornościowy kobiety. Aczasem przyczyną jest po prostu uboga w witaminy dieta lub brak właściwej higieny osobistej...

OBJAWY

Na początku rak szyjki macicy nie powoduje żadnych objawów i to jest nieszczęście, bo kobiety wizyty u ginekologa bardzo często traktują jak zło konieczne lub zgola torturę...! Krwawienie międzymiesiączkowe, po stosunku czy badaniu ginekologicznym, krwawienie po menopauzie — to jedne z pierwszych objawów raka szyjki macicy. Czasem pojawiają się także krwiste upławy o nieprzyjemnym zapachu. Kiedy rak przechodzi do kolejnego stadium, aguz rozrósł się już dość znacznie — w dół brzucha oraz okolicy łędźwiowo-krzyżowej mogą pojawić się bóle. Czasem rak objawia się też obrzękiem nóg lub trudnościami przy oddawaniu moczu.

LECZENIE

W początkowym stadium choroby stosuje się chirurgiczne usunięcie stożka szyjki macicy. W kolejnym stadium może być już niezbędna histerektomia częściowa lub całkowita, czyli usunięcie macicy, górnej części pochwy oraz przyległych węzłów chłonnych. W najwyż-



Rzeczpospolita
Polska



Zdrowe życie, czysty zysk

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Jakie mogą być objawy raka szyjki macicy?

- Nieregularne miesiączki
- Krwawienia międzymiesiączkowe
- Upławy o nieprzyjemnym zapachu
- Dyskomfort w dole brzucha
- Bóle okolicy krzyżowo-łędźwiowej
- Krwawienia w trakcie i po stosunku seksualnym

Co mam zrobić, by nie zachorować?

- Wykonywać regularnie badania kontrolne u ginekologa
- Minimum raz na 3 lata wykonywać cytologię
- Zaszczepić się przeciwko wirusowi HPV (dla kobiet przed rozpoczęciem życia seksualnego)

Czy powinnam się badać?

- Każda kobieta w wieku 25-59 lat powinna wykonywać cytologię minimum raz na 3 lata

Jak przygotować się do badania?

- Badanie najlepiej wykonać 4 dni po miesiączce i nie później niż 4 dni przed miesiączką
- Na 4 dni przed badaniem nie należy stosować preparatów dopochwowych
- 24 godziny przed badaniem cytologicznym nie powinno wykonywać się jakiegokolwiek badań ginekologicznych
- Przed wizytą należy znać swój cykl ostatniego krwawienia

Czy badanie boli?

- Badanie jest bezpieczne i bezbolesne. Pozwala na zdiagnozowanie wczesnych postaci raka szyjki macicy. We wczesnym stadium rak jest prawie całkowicie uleczalny

Jakie są czynniki ryzyka rozwoju RSM?

- Zakażenie onkogennym wirusem HPV
- Wczesne rozpoczęcie współżycia seksualnego
- Duża liczba partnerów seksualnych
- Duża liczba porodów
- Palenie papierosów

Jak wygląda badanie?

- Lekarz lub położna za pomocą specjalnej szpatułki pobiera wymaz z pochwy

Gdzie mogę wykonać badanie?

Gabinet w powiecie olsztyńskim
■ NZOZ SPECJALISTYCZNE ŚWIADCZENIA MEDYCZNE „JAMA” SP. Z O.O. ul. Sybiraków 36, 10-230 Olsztyn | Telefon do rejestracji: 89 539 27 90
■ WOJEWÓDZKI SZPITAL SPECJALISTYCZNY W OLSZTYNIE | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POKOŹNICZA | GINEKOLOGII ONKOLOGICZNEJ | ul. Żołnierska 18, 10-561 Olsztyn | Telefon do rejestracji: 89 544 42 00 | www.wos.olsztyn.pl

Gabinet w powiecie lidzbarskim
■ LIDZBARSKIE CENTRUM MEDYCZNE ESKAP EWA STECKIEWICZ | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POKOŹNICZA | ul. ALEKSANDRA ŚWIĘTOCHOWSKIEGO 78, 11-100 Lidzbarsk Warmiński | Telefon do rejestracji: 89 767 02 05

Gabinet w powiecie mrągowskim
■ SZPITAL MRĄGOWSKI IM. MICHAŁA KAJKI SPOŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ | SZPITAL - PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POKOŹNICZA | ul. Wolności 12, 11-700 Mrągowo | Telefon do rejestracji: 89 741 94 54 | Telefon: 89 741 94 89 | www.szpital-mragowo.pl

Gabinet w powiecie szczycieńskim
■ ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ W SZCZYNIE | PORADNIA POKOŹNICZO-GINEKOLOGICZNA | ul. M.C. SKŁODOWSKIEJ 12, 12-100 Szczytno | Telefon do rejestracji: 89 623 21 59 | Telefon: 89 623 21 59

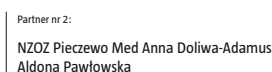
Gabinet w powiecie kętrzyńskim
■ USŁUGI MEDYCZNE I INNE MARZENA SUJSKO I PAWEŁ ZAJĄC PORADNIA DLA KOBIET SPOŁKA JAWNA | PORADNIA DLA KOBIET RESZEL ul. KOLEJOWA 2, 11-440 Reszel | Telefon do rejestracji: 89 755 53 40 | Telefon: 89 755 53 40

Gabinet w powiecie nidzińskim
■ SZPITAL POWIATOWY IM. JANA PRAWA II W BARTOSZCZYKACH | PORADNIA POKOŹNICZO-GINEKOLOGICZNA | ul. Wyszyńskiego 11, 11-200 Bartoszcze | Telefon do rejestracji: 89 764 30 17 | www.szpital-bartoszczec.pl

Fundacja Instytut Badań i Edukacji Społecznej w Olsztynie w partnerstwie z Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie oraz w partnerstwie z NZOZ Pieczero Med Anna Doliwa-Adamus Aldona, Pawłowska realizuje projekt pod nazwą:

Wdrażanie działań edukacyjnych i informacyjnych zwiększających zgłaszalność na badania profilaktyczne raka szyjki macicy – subregion olsztyński.

RPWM.10.07.00-28-0005/16



szych stadiach rak szyjki macicy wymaga leczenia radio- lub chemioterapią. We wszystkich przypadkach lekarze mogą też stosować leczenie skojarzone: chirurgiczne z radio- lub chemioterapią oraz chemioterapię z radioterapią.

PROFILAKTYKA

Wykryty w przedinwazyjnym stadium rak szyjki macicy jest prawie całkowicie wyleczalny. Sedno sprawy stanowią jednak systematyczne wizyty kontrolne u lekarza ginekologa i profilaktyczne badania cytologiczne, które pozwalają wykryć neoplazję szyjki macicy. Gdy nowotwór jest już w II stadium, leczenie daje tylko 50 proc. szansy na powodzenie terapii. Im wyższe jest stadium, na którym nowotwór został wykryty — tym bardziej te szanse maleją.

Acytologia trwa zaledwie kilka minut i polega na pobraniu wymazu cytologicznego. Jest bezpieczna, bezbolesna, a — co najważniejsze — bardzo skuteczna w walce z rakiem szyjki macicy.

W profilaktykę raka szyjki macicy jakiś czas temu włączyły się także samorządy wojewódzkie, które przy pomocy środków unijnych i pod nadzorem Ministerstwa Zdrowia walczą o zwiększenie wykrywalności raka szyjki macicy u aktywnych zawodowo kobiet. Program profilaktyczny skierowany jest do kobiet w wieku od 25 do 59 lat. W ramach całego projektu unijnego także w województwie warmińsko-mazurskim odbywają się spotkania edukacyjno-informacyjne, tzw. białe niedziele, organizowane są mobilne punkty edukacyjne i przeprowadzane właśnie badania cytologiczne.

W Olsztynie realizacją takiego programu profilaktycznego zajmuje się Instytut Badań i Edukacji Społecznej. Pod numerem telefonu 89 539 76 01 lub 692 436 903 można dopytać się o szczegóły programu, dowiedzieć, które z placówek w Olsztynie i województwie zajmują się profilaktyką, a nawet zapisać na badanie.

Warto z tych badań skorzystać i badać się profilaktycznie. Jeśli nie z myślą o sobie samej — to choćby o najbliższych. Jak przyznaje Janina Ochojska — rak to przecież rewolucja. I w życiu chorej, i całej rodziny...

Magdalena Maria Bukowiecka

CHCESZ SCHUDNĄĆ NA WIOSNĘ?

POLACY CHĘTNIE KORZYSTAJĄ Z CATERINGU DIETETYCZNEGO. SPRAWDZILIŚMY, JAKI JEST KOSZT DIET PUDEŁKOWYCH.

Coraz cieplejsze dni oznaczają nadchodzącą wiosnę - w wielu z nas budzi się nowa energia i chęć wprowadzenia zmian w swoim życiu. Często to moment, w którym zaczynamy myśleć o sposobach na zrzucenie nadprogramowych kilogramów. Jednym z popularnych rozwiązań w kwestii odchudzania jest tzw. dieta pudełkowa. Eksperti Lendo Polska sprawdzili, ile taka dieta kosztuje i czy warto się na nią zdecydować. Polacy chętnie korzystają z cateringu dietetycznego, o czym świadczy rosnąca z roku na rok liczba firm oferujących tego typu produkty. Najwięksi gracze w szczytowych momentach dostarczają nawet 2500-3000 pudełek dziennie. Jeszcze kilka lat temu dosta-



Fot. mat. prasowy

wy były dostępne wyłącznie w największych miastach. Obecnie pudełka z posiłkami kupimy nawet w mniejszych

mięscowościach na terenie całej Polski, dzięki czemu może z nich skorzystać niemal każdy. Promowane przez celebrytów i influencerów rozwiązanie nie należy jednak do najtańszych.

Z pewnością dla większości z nas dużym wyzwaniem byłoby przejście na dietę liczącą zaledwie 1500 kcal dziennie. Pięć posiłków o takiej łącznej wartości to w jednej z najpopularniejszych firm koszt 63

zł za całonocny zestaw. Za 4 tygodnie diety zapłacimy więc 1764 zł. Średnio ceny dziennych cateringów utrzymują się w przedziale 50-76 zł w zależności od firmy, abonamentu i kaloryczności diety. Miesięcznie może to być wydatek od 1400 do nawet 2200 zł. Co otrzymujemy w zamian? Producenci obiecują zbilansowane i urozmaicone posiłki, które pozwalają prowadzić aktywny tryb życia

SZACUNKOWY KOSZT CATERINGU DIETETYCZNEGO

Popularny dostawca

Dieta 1500 kcal	1 dzień - 63 zł,	28 dni - 1764 zł
Dieta 2500 kcal	1 dzień - 71 zł,	28 dni - 1988 zł

Tani catering dietetyczny

Dieta 1400 kcal	1 dzień - 55 zł,	28 dni - 1650 zł
Dieta 2500 kcal	1 dzień - 66 zł,	28 dni - 1764 zł

*dane zebrane przez Lendo Polska na podstawie ofert rynkowych.

i dbać o dobrą formę. Pudełka z posiłkami dostarczane są pod nasze drzwi każdego dnia wcześniej rano, dzięki czemu możemy zupełnie zapomnieć o codziennych zakupach i traceniu czasu na gotowanie.

Największą grupę odbiorców cateringu dietetycznego stanowią kobiety, dla których często dieta pudełkowa jest substytutem diety odchudzającej. To rozwiązanie sprawdzi się również u osób, które żyją aktywnie, dużo pracują, nie mają czasu na zakupy i nie lubią gotować. Dzięki temu mają gwarancję, że to, co trafia na talerz, jest pełnowartościowym posiłkiem dostosowanym do indywidualnych potrzeb ich organizmu.

Statystyczny Polak wydaje na żywność i napoje bezalkoholowe niecałe 25 proc. swojej pensji. Przy założeniu, że zarabia średnią krajową, czyli 5604 zł, wydatki na produkty spożywcze wynoszą około 1400 zł miesięcznie. Zatem dieta pudełkowa jest nieco wyższym wydatkiem niż przeciętna kwota przeznaczana na wyżywienie i musimy przekalkulować ten pomysł, planując nasz miesięczny budżet. Mimo to rosnąca popularność diet pudełkowych jest dowodem na ważne zjawisko naszych czasów - dla coraz większego grona Polaków czas staje się droższy od pieniędzy.

mat. prasowy

REKLAMA

WZROK

OLSZTYN
UL. ŻOŁNIERSKA 41B
(naprzeciw Szpitala Dziecięcego)
tel. 89 533 29 32

OPTOMETRYSTA
mgr Jacek Dąbrowski
SPECJALISTA DIAGNOSTYKI
I KOREKCJI WAD
UKŁADU WZROKOWEGO
KONTAKTOLOG

43220otr-a-P

Anita Jabłonska-Kosek

Dermatologia estetyczna
i laserowa
szeroki zakres zabiegów

www.abmedical.pl

Olsztyn, ul. Grunwaldzka 4/2
tel. 502-110-212, 89 527-32-32

43820otr-a-M

Moda Optyk E.R. Wójcik
OKULARY W DOBRYM STYLU I DOBREJ CENIE
NOWE KOLEKCJE OPRAW
www.modaoptyk.pl
ul. Warmińska 17, tel. 89 527 02 01
ul. Mickiewicza 4, tel. 89 542 43 17
pl. Konstytucji 3 Maja 3, tel. 89 533 42 39
wielozwiazek vis a vis dworca

43420otr-a-M

Gabinet Urologiczny
USG układu moczowego
(pełny zakres badań urologicznych)

lek. med.
RYSZARD MAREK
Olsztyn, ul. Żytnia 74
pon. 16.00-18.00
tel. 89 527-81-48
tel. 604 552 518

43620otr-a-M

Roman Łesiów
UROLOG

- leczenie zachowawcze i operacyjne
- USG układu moczowego
- cystoskopia, zabiegi operacyjne
- urofimetria

rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39

43920otr-a-M

STOMATOLOG
LEK. EWA MICKIEWICZ
specjalista protetyki stomatologicznej
Olsztyn, ul. Barcza 48/1
tel. 89 542 67 40
tel. 512 506 756

- pełny zakres stomatologii zachowawczej • protetyka
- RTG zębów • laseroterapia • wybielanie zębów
- licówki porcelanowe

43520otr-a-M

MILLER DENTAL
PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

lek. stom. Katarzyna Miller
specjalista periodontolog
lek. stom. Adam Miller
lek. stom. Anna Miller

- leczenie w ramach NFZ i prywatnie • pełen zakres usług stomatologicznych • RTG

Olsztyn, ul. Piotrowskiego 16 lok. C
tel. 502-071-870, 89 539 96 38

43320otr-a-M

Lecznica Chirurgiczno-Ortopedyczna
„ESKULAP”
10-177 Olsztyn, ul. Brzozowa 14
tel. 89 523 91 31, tel./fax 89 523 52 44

Lekarze specjaliści:
Witold Kołtun
Robert Surus
Andrzej Wencław
Danuta Orłowska-Kołtun
Damian Deresiewicz
Krystian Kaźmierczak
Artur Makowski

Poradnie:
• urazowo-ortopedyczna
• preluksacyjna z USG
• zabiegi artroskopowe

Zabiegi operacyjne w ramach „chirurgii jednego dnia”

Rejestracja telefoniczna
pn.-czw. 10.00-16.00

Umowa z NFZ

43220otr-a-M

Lek. med.
Artur ZALEWSKI
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna

LANCET, Olsztyn
ul. Wojska Polskiego 39
środa 17⁰⁰-19⁰⁰
tel. rej. 89 535-72-80
po 13⁰⁰ codziennie

42520otr-a-M

dr n. med. **MACIEJ BIERNACKI**
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ

- chirurgia ogólna • chirurgia onkologiczna
- żylaki • przepukliny • usuwanie drobnych zmian skórnych • leczenie chorób piersi
- leczenie nowotworów przewodu pokarmowego

Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52

42620otr-a-M

SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
dr n. med. Grażyna KUCIEL-LISIESKA

- diagnostyka i leczenie nowotworów (zabiegi chirurgiczne)

Olsztyn, ul. Zamenhofa 1
przyjęcia: pon., śr., godz. 15-17

- domowy 89/542 58 29
- komórka 502 056 459

42820otr-a-M

dr n. med.
Sylvia Lisieska-Żołnierczyk
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej

- zabiegi chirurgiczne • wizyty domowe
- poradnictwo żywieniowe chorych nowotworowych i ogólnych (certyfikat POLSPEN)

Olsztyn, ul. Zamenhofa 1, czw. 15.00-17.00
(pozostałe terminy po uzgodnieniu telefonicznym)
Rejestracja telefoniczna codziennie:
506 116 994

42920otr-a-M

DERMATOLOG
lekarz Ewa Kibiłda
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (I piętro, pok. 2)
czwartki od 14.30

Rej. tel. 502 656 345
w godz. 19.00-20.00
Rejestracja internetowa
www.dermatolog.biz.pl

43720otr-a-M

NZOZ „ARTERIA” PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHOROBY NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65

CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC

- diagnostyka • leczenie zachowawcze
- skleroterapia żyłaków
- laserowe leczenie żyłaków!!!
- leczenie operacyjne żyłaków

Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski

Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl

42720otr-a-M

Dr n. med. **Piotr Malinowski** Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Dr n. med. **Dariusz Michalik** Specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
Dr n. med. **Jacek Nowak** Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej

Prywatna poradnia Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej oraz Chorób Naczyń

pn.-pt. 16.30-18.30
Rejestracja telefoniczna: 89-534 23 33 w godz. 10.00-18.00
Adres: Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6 „PANTAMED”

43020otr-a-M

LSZTYŃSKY
EKAŻE
PECJALISCI

rej. codziennie w godz. 8⁰⁰-18⁰⁰
89 535 25 48
502 323 935

NEUROCHIRURG
dr n. med. **Mirosław Smółka**
Olsztyn, ul. Kopernika 1
poniedziałki 15.00-18.00

43120otr-a-P

eprasa.pl 2043345726

W trosce o Klientów i Pracowników Biura Ogłoszeń „Gazety Olsztyńskiej”

informujemy, że od 16 marca 2020 r. do odwołania,

**Biuro Ogłoszeń przy ul. Partyzantów 28 w Olsztynie
będzie czynne od godz. 8.00 do godz. 15.00.**

Jednocześnie dbając o Państwa bezpieczeństwo i komfort,
zachęcamy do nadawania ogłoszeń, kondolencji i nekrologów drogą mailową lub telefoniczną.
Odpowiemy na każde pytanie dotyczące sposobu nadania ogłoszenia.

Kontakt: b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl, tel. 89 539-74-80, 89 539-74-81, 89 539-74-82

418200tr-a-M

ZWIERZĘTA

sprzedam

NARYBEK- zarybienia tel.600-460-777.

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

DZIAŁKA rolna nad jeziorem 45ha, Ogródek K/Elku, 608-452-972

DZIAŁKI budowlane uzbrojone Trękusek, 601-806-430

**sprzedam
wynajmę
zamienię**



**SZUKAJ na
dom**wm.pl

mp-otr-7090-A

DZIAŁKI pod budowę blisko Olsztyna Tania. 696-141-074

KAWALERKĘ, 510-330-820

MARCINKOWO 12km od Olsztyna, działka 3300m2, budynek 300m2, 725-954-022

MIESZKANIE 36,7m2 sprzedam- zamienię 502-753-260

MIESZKANIE pilnie sprzedam 39m2 Jaroty. Do zamieszkania od zaraz. Bez pośredników. 574-347-134

PASŁĘK, MIESZKANIE 2-pok, 41,27m2, 170000zł, ul. Mickiewicza, 789-431-381.

SPRZEDAM działkę rekreacyjną w Bażantarni w Elblągu, 662-498-458.

SPRZEDAM: TRZY mieszkania (dwa wymagają kapitalnego remontu) z dużym budynkiem gospodarczo-garażowym. Mingajny, nr 77, gm. Orneta. Cena za całość 77tys.zł. TEL.733-485-945

WIERCINY.SPRZEDAM tania wyposażone mieszkanie pow. 64m2, 2-pok tel.791-923-872

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

kupię

2-POKOJOWE, 515-680-820

DOM, mieszkanie lub zamienię AS 603-584-180

DWUPOKOJOWE bez pośrednika. 505-669-918

NIEDUŻE mieszkanie, 510-256-954

zamienię

WWW.ZAMIANY.OLSZTYN.PL mieszkań, domów, 603-584-180

do wynajęcia

DOM w Naterkach, 731-597-197

DWUPOKOJOWE, 511-145-975

DWUPOKOJOWE, 534-040-422

MAŁY domek Wójtowo, 889-253-288

POKÓJ 1-osobowy bez dodatkowych opłat. Jaroty 696-784-018

STANCJA, 511-145-975

PRACA

dam pracę

CIEŚLA, dekarz, pomocnik, 601-680-820

DLA mężczyzny w gospodarstwie rolnym tel. 797580971

GAZOWNIKA, Dorotowo 503103703

MECHANIKA do naprawy maszyn rolniczych, okolice Elku z możliwością zamieszkania, 600-015-254.

MONTAŻYSTÓW płyt GK, 608-545-251

OPERATOR koparki kołowej i koparkoładowarki 606-104-108

PANIĄ do pracy dorywczej na działce. tel.699120492

POSZUKUJĘ na stałe mężczyzn z Mrągowa lub okolic, do opieki nad osobą na wózku inwalidzkim (lat 50). Osoba sprawna umysłowo. Możliwość zamieszkania. Do dyspozycji piętro domu jednorodzinnego 502-568-898, 89-741-22-53

PRACA w gospodarstwie rolnym. 695-616-300

PRACA w gospodarstwie rolnym. Wysokie wynagrodzenie, zakwaterowanie, posiłki. 695-522-200

PRACOWNIKA w gospodarstwie rolnym do hodowli bydła, okolice Elku z możliwością zamieszkania, 608-452-972.

W gospodarstwie mlecznym, 510-135-912

ZATRUDNIĘ agronoma lub doradcę do upraw roślinnych na cały lub 1/2 etatu, okolice Elku, 608-452-972

ZATRUDNIĘ kierowcę kat D. Tel.663929609

ZATRUDNIĘ tokarzy, ślusarzy, spawaczy, Olsztyn 607-37-25-35

**GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów**

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż **GRATIS**
Dogodne **RATY**
89-650-30-43 85-733-60-26
29-642-34-61 55-621-23-38
512-853-323
www.konstal-garaze.pl

157200tr-b-M

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 601-772-124

szukam pracy

KOBIETA pilnie poszukuje pracy na nocy sprzątanie lub produkcja tel.609958044

AUTO-MOTO

sprzedam

PRZYZCZEPKA nierejestrowana, 600-140-473

SAMOCHÓD VW Sharan 7-osobowy rok prod.2006, 698-428-334

SKODA Superb, 2013r., stan bardzo dobry, TDI 2.0, 140 KM, czarna perła, przebieg 180 tys. km, 518-486-494

kupię

MERCEDES Kaczka diesel -benzyna, 694-608-942

SAMOCHODY. 502-180-869

USŁUGI

budowa | remont

GAZOWE 510-330-820

GLAZURA, terakota, malowanie, hydrauliczne, panele, 50-20-60-413

GLAZURNIK, hydraulik, elektryk, malowanie, remonty. Kompleksowo. 511-115-173

HYDRAULICY, 501-209-794

HYDRAULICZNE, 664-733-204

MONTAŻ ogrodzeń 607-776-067

POLBRUK, 602-401-309

TRANSPORT wywrotka 1T, 5T, 20T, 25T, żwir, czarnoziem, piasek, beton, kamień płukany, kamień polny, usługi budowlane, polbruk, granit, mycie elewacji, dachu, polbruku, ogrodzenia kompleksowe. Usługi minikoparką, koparkoładowarką, odśnieżanie. Wypożyczalnia sprzętu budowlanego, ogrodniczego. 534-949-376

USŁUGI hydrauliczne, klimatyzacja. Solidnie. 570-924-550, www.sanitartechnik.pl

USŁUGI koparko-ładowarką 694-488-478

transport

TRANSPORT do 1 tony.797-211-672

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

naprawa

TAPICERSKIE, 880-917-878

BIZNES

CHWILÓWKI (89)535-30-78

LOMBARD 601-61-48-96

POŻYCZKA. (89)527-72-04

NAUKA

JĘZYK niemiecki dla każdego, 694-262-418

MATEMATYKA, fizyka, chemia (dojazd) 607-056-387

RÓŻNE

sprzedam

DOBRE okna, 513-159-810, (89)642-02-82

DREWNO opałowe, kominkowe tel. 605-048-075, 89-513-15-60

DYWANY 5szt, 603-251-239

DZIAŁKA ogrodnicza, 692-041-734

GARAŻE blaszane, kojce, www.partnerstal.pl., 698-230-205

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

TOKARKĘ do metalu.Tel.601-68-68-27

WIĘKSZĄ ilość drewna opałowego, 75zł/mp, 608-452-972

kupię

DYMA 8 lub części, 663-736-110

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

POROŻE jelenia, bursztyn, 601-68-47-54

ZŁOM 502-512-454

ZDROWIE I URODA

DOM opieki zaprasza na pobyty stałe i urlopowe, (89)512-22-81.

UWAGA, policjanci i funkcjonariusze innych służb mundurowych! Poradnia psychologiczna prowadzi terapię zgodną z Rozporządzeniem MSWiA z dnia 11.10.2018r. Ciągły nabór pod nr tel. 514-815-222

HOBBY

kupię

SKUPUJEMY znaczki polskie i zagraniczne, zbiory-kolekcje. Możliwy dojazd do sprzedającego oraz wycena na miejscu, 48-696-024-773, +48-600-652-928.



Głęboko zasmuceni żegnamy

ś. † p.

Jana Połuboka

współzałożyciela, wieloletniego członka zarządu,
Dobrego Kolegę i cenionego eksperta.

Rodzinie i Bliskim

składamy
wyrazy głębokiego współczucia.

Rada Nadzorcza, Zarząd i pracownicy
PRIBO-EPB sp. z o.o. w Ełku

*Gdy Bóg zobaczył, że drogi zbyt długie,
wzgórza zbyt strome, a oddech zbyt ciężki się robi,
objął Go swym ramieniem i powiedział:
Pokój niech będzie z Tobą*

Koleżance

Edycie Tadaż

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają
Dyrektor i pracownicy
Przedszkola Miejskiego nr 17 w Olsztynie

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

! F.H.U. skup i transport knurów, macior, bydła-waga, faktura, tel.721-040-072.

KUPIĘ prosiętą, 508-395-127

KURKI MŁODE ODCHOWANE, szczepione, różnokolorowe, dowóz GRATIS tel.791-348-180.

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

SPRZEDAM byki Limousine 100% do rozrodu, 608-452-972.

SPRZEDAM jałówki Limousine zacielone, 608-452-972.

SPRZEDAŻ kur, kurcząt -dostawa gratis, 503-508-148

maszyny rolnicze

AIKOSIARKI, zgrabiarki, przewracalki, prasy rolujące, pługi Kverneland,Overum, agregaty uprawowo-siewne, siewniki, ciągniki, przyczepy, wywrotki, beczkowoz, rozsiewacze, wały posiewne. KIWITY 17.Tel.606-87-20-67

KUPIĘ czyszczalnie wialnie petkus, 883-945-511

KUPIĘ maszyny rolnicze, 883-945-511

SPRZEDAM beczkowóz, owi-jarka bez samozaladowcza „maskara” 2015r., Zetor8145 z turem, 501-240-380

SPRZEDAM kombajn Bizon. Wyka jara tel. 668811629

SPRZEDAM TANIO! Prasę belującą Famaroli FF20, 2007r. Tel.601-502-500

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 18 marca 2020 r. odeszła od nas w wieku 94 lat
do Pana nasza Kochana i Najlepsza Mamusia

ś. † p.

Janina Kępista

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
21 marca o godz. 9.00 Mszą Świętą
w bazylice konkatedralnej św. Jakuba w Olsztynie,
po której nastąpi wyprowadzenie
na cmentarz komunalny w Dywitach.

Pograżeni w żalobie
mąż i córka z rodziną

Wyrazy szczerzego współczucia
Basi Kubelskiej oraz córkom Beacie i Agnieszce
z powodu śmierci

Męża i Taty

składają
koleżanki z Wydziału Finansów KWP w Olsztynie

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

Walter Flex

SPRZEDAM: MASZYNY ROLNICZE UŻYWANE 200SZT. Kiwity tel.605-429-486, Ostróda tel.601-612-068, Węgorzewo tel.539-448-102

SPRZEDAM: OPONY ROLNICZE DO KOMBAJNÓW,CIĄGNIKÓW,PRZYZCZEP,SPRZĘTU BUDOWLANEGO.TEL.505-212-810

SPRZEDAM: SŁOMĘ (baloty), opryskiwacz PILMET 2000, przyczepkę BUKMAN. TEL.666-716-126

SPRZEDAM: URSUS C-360, 1983r.Tel.601-502-500

TRAKTOR T-25 609-396-131

ciągniki

SKUP ciągników i przyczep, 502-646-575

produkty rolne

KUPIĘ facelię, grykę, inne nasiona, 883-945-511

KUPIĘ:ZBOŻA paszowe, konsumpcyjne. FHU ANIMAR. Tel.694-508-207

KUPIJĘ zboża 602-114-212

ŁUBIN, grykę, groch, 608-558-755

PSZENICA jara oścista, 695-731-421.

SKUP ZBÓŻ KUPI:zboża paszowe, konsumpcyjne.TEL.606-505-511

SPRZEDAM koniczynę, 662-474-200

ZIEMNIAKI Vineta, 695-731-421.

inne

MONTAŻ dożarek 504-93-64-90

ORKA, uprawa, siew, 724-744-684

SIEW kukurydzy, 724-744-684

SPRZEDAM odsadki Limousine 100%, 608-452-972.

ZIEMNIAKI Vineta, 695-731-421.

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

Zbigniew Jarmużewski Joanna Kamińska Andrzej Domasiewicz
kom. 602 514 880 kom. 691 410 360 kom. 602 514 888

Gwarantujemy godną i kulturalną posługę

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN, Zatorze
ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
tel. 89 534 72 42, kom. 605 635 908

OLSZTYN, Jaroty, ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)
tel. 89 526 66 01, kom. 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl Całodobowe przewozy zmarłych

Farmański
ZAKŁAD POGRZEBOWY

Pomożemy Ci godnie pożegnać

dawniej **market**

OLSZTYN
ul. Lengowskiego 18-20, tel. 89 535-53-00

BISKUPIEC
ul. Armii Krajowej 4, tel. 89 715-20-93

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09

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

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 17.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek – dnia poprzedniego w godz. 9.00-17.00
• na sobotę – do czwartku do godz. 17.00
* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, ul. Partyzantów 28

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

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN, ul. Partyzantów 28**
czynne w godz. 9.00-17.00, soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, 89-539-74-82

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBŁĄG, ul. Rybacka 35**
tel./fax 55-236-16-99, tel. centrala 55-611-46-00 w. 22
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

WIRUS POWALIŁ JUDO NA ŁOPATKI

JUDO \\ W maju miały się zakończyć kwalifikacje do igrzysk w Tokio, ale z powodu koronawirusa zostały przedłużone o miesiąc. Poza tym odwołane zostały mistrzostwa Polski, eliminacje do Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży i zawody Pucharu Polski.

W styczniu kadra województwa młodzików, juniorów młodszych i juniorów pojechała na zgrupowanie do Chłapowa, w którym udział wzięli młodzi zawodnicy sześciu warmińsko-mazurskich klubów - Shamo Elk, Gwardia Szczytno, Nippon Olsztyn, Gwardia Olsztyn, Truso Elbląg i Tomita Elbląg. Razem z nimi nad morze pojechała także grupa olsztyńskich mastersów. W sumie było to około 50 osób, które przygotowywały się m.in. do mistrzostw Polski, eliminacji do Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży oraz do zawodów Pucharu Polski. Poza tym najlepsi mogli myśleć o Pucharze Europy juniorów w Poznaniu i Pucharze Europy juniorów młodszych w Bielsku-Białej.

- DO CHŁAPOWA JEŹDZIMY CO ROKU, BO BARDZO ODPOWIADA NAM ZIMOWY NADMORSKI KLIMAT - WYJAŚNIA ANDRZEJ GRUDZIŃSKI, TRENER ORAZ PREZES OLSZTYŃSKIEJ GWARDII. - W POPRZEDNICH LATACH BYWAŁO WIETRZNIE I ZIMNO, ALE TO NAS NIE ODSTRASZAŁO, BO TAKIE WARUNKI TYLKO Kształtują CHARAKTER MŁODYCH SPORTOWCÓW.

Tym razem była jednak piękna pogoda, więc na plaży nie było lodu, dzięki czemu zawodnikom dobrze się po niej biegało. A biegania było sporo, bo albo biegaliśmy do portu we Władysławowie, albo do przylądka Rozewie. Zawsze na zgrupowaniu podczas pierwszej zbiórki proszę, by wystąpili medaliści mistrzostw Polski oraz Pucharu Polski - dodaje trener Grudziński. - W ten sposób pokazujemy pozostałym naszym młodym zawodnikom, że jeśli będą ciężko pracować, wtedy w przyszłości oni też mogą się w tym gronie znaleźć.

Judocy mieszkali w Chłapowie, natomiast ćwiczyli w Ośrodku Przygotowań Olimpijskich w Cetniewie. - Na Cetniewo nas po prostu nie stać, a Chłapowo jest o jedną trzecią tańsze, na dodatek mamy tam naprawdę znakomite warunki i bardzo smaczne jedzenie - przyznaje Andrzej Grudziński. - Warto było więc codziennie zaliczyć 15-minutowy spacer do Cetniewa, gdzie z kolei mieliśmy znakomite warunki do treningu, bo tamtejszy ośrodek jest jednym z lepszych dla sportów walki.

Ekipa z Warmii i Mazur musiała jednak dzielić matę z kadrą narodową zapasników, ale nie był to żaden problem. - Musieliśmy tylko ćwiczyć na innym podłożu, bo mata do zapasów jest bardziej miękka, natomiast nasza jest twarda niczym podłoga - wyjaśnia trener Grudziński,



Ekipa z Warmii i Mazur w Cetniewie, które słynie ze znakomitych warunków do treningu

który podczas zgrupowania wspólnie z Wacławem Najmowiczem (też Gwardia Olsztyn) zajmował się młodzikami, natomiast juniorów i juniorów młodszych szkolil Zbigniew Wołoszyn z Tomity.

Zgrupowanie w Cetniewie było elementem przygotowań do sezonu, ale koronawirus storpedował plany. - Wszystkie imprezy zostały odwołane - przyznaje Grudziński. - Nowych terminów jeszcze nie znamy, mam tylko nadzieję, że za kilka miesięcy sytuacja się uspokoi i te zawody zostaną ostatecznie rozegrane. Obawiam się tylko, że wtedy nastąpi kumulacja terminów.

Obecnie trening judoków zostały zawieszone, bowiem zamknięte zostały sale sportowe, w których mieli zajęcia.

- ALE NAWET GDYBYŚMY MIELI JAKĄS SALĘ DO DYSPOZYCJI, TO RACZEJ W OBECNEJ SYTUACJI NIE ODWAŻYŁBYM SIĘ NA PROWADZENIE TRENINGÓW - PRZYNAJE ANDRZEJ GRUDZIŃSKI. - DLATEGO ZAWODNICY SAMI ĆWICZĄ W DOMACH ORAZ ORGANIZUJĄ SOBIE TRENINGI BIEGOWE. MYŚLĘ, ŻE DOPIERO ZA JAKIŚ CZAS SPOTKAMY SIĘ NA WSPÓLNYM TRENINGU BIEGOWYM.

Judo jest w naszym kraju - wbrew pozorom - popularnym sportem, bowiem oficjalnie jest zarejestrowanych około 300 klubów. W związku z tym rywalizacja jest bardzo mocna, niestety, Warmia i Mazury nie zaliczają się do krajowej czołówki: w rywalizacji chłopców nasze województwo zajmuje 10-11. miejsce, natomiast wśród dziewcząt 12-13.

- Z powodu dużej liczby zawodników dotarcie do medalowej czołówki jest niezmiernie trudne, dlatego tym bardziej doceniamy tych naszych judoków, którym się to udaje - przyznaje olsztyński szkoleniowiec. - Na przykład w ubiegłym roku Jakub Kolos z mojego klubu zdobył brązowy medal mistrzostw Polski młodzików, chociaż w jego wadze rywalizowało około 50 judoków.

Obecnie w Gwardii Olsztyn trenuje około 60 osób: od młodzików po mastersów. Jednak najbardziej znanym zawodnikiem jest Maciej Sarnacki, który ma olbrzymią szansę na udział w igrzyskach olimpijskich w Tokio. - Niestety, ludzie

z Polskiego Związku Judo Maćkowi w tym nie pomagają, a niekiedy wręcz rzucają mu kłody pod nogi, jakby nie zależało im na sukcesach. Przypomnę, że w niedawnych mistrzostwach świata Maćka nie było, natomiast pojechali na tę ważną imprezę zawodnicy, którzy nawet na podium mistrzostw Polski jeszcze nie stali - przypomina wzburzony Andrzej Grudziński. - A przecież to Sarnacki jest najwyższe sklasyfikowanym polskim judoką w światowym rankingu. I chociaż wyjazd na większość zawodów finansuje mu klub, to osiąga większe sukcesy niż zawodnicy, których w całości finansuje związek. Ale jeśli nasz judoka nie będzie mógł uczestniczyć w kolejnych imprezach, a co za tym idzie, nie będzie zdobywał punktów, wtedy spadnie w rankingu i do Tokio nie pociągnie. Całe szczęście w ministerstwie sportu chyba ktoś to w końcu dostrzegł, w efekcie związek w większym stopniu sfinansuje tegoroczne starty Maćka. W tej chwili najlepszy judoka Gwardii trenuje sam, m.in. biega po lasach oraz ćwiczy w siłowni.

GDYBY Z POWODU KORONAWIRUSA ODWOŁANE ZOSTAŁY POZOSTAŁE OLIMPIJSKIE TURNIEJE KWALIFIKACYJNE, WTEDY SARNACKI NA PEWNO OTRZYMA PRZEPUSTKĘ DO TOKIO.

Kwalifikacje miały trwać do końca maja, ale zostały - decyzją władz światowego judo - przedłużone o miesiąc.

Jeśli Sarnacki ostatecznie pojechał do Japonii, będzie to jego druga olimpiada, bo cztery lata temu był w Rio de Janeiro. - A mógł być już w 2012 roku w Londynie, ale wtedy ludzie ze związku uznali, że jest za młody. Jako ciekawostkę dodam, że przed Rio mówili z kolei, że jest już za stary - kończy Andrzej Grudziński.

* Gwardię Olsztyn wspierają władze stolicy regionu, natomiast urząd marszałkowski - wspólnie z ministerstwem sportu - finansuje szkolenie kadry województwa.

ARTUR DRYHNYCZ

REKLAMA

PROMEDICA24

BONUS WIOSENNY
do 1000 zł*

CZeka NA CIEBIE PRACĄ OPIEKUNA SENIORÓW W NIEMCZECH

DOŁĄCZ DO NAS

* Szczegóły promocji w oddziale.

Olsztyn, ul. Partyzantów 1/2, tel. 502 913 360
www.promedica24.pl

4020tba-b-M

KATALOG PROJEKTÓW WARMII I MAZUR

pantel

www.pantel.olsztyn.pl • tel. 89 527 56 60

192119otr-b - O

Granity - Marmury ZENON SOWIŃSKI

- schody zewnętrzne i wewnętrzne
- blaty kuchenne i łazienkowe
- parapety

NAGROBKI

e-mail: zenonsowinski@gmail.com
kom. 602-268-149, 505 062 508

Olsztyn, ul. M. Zientary-Malewskiej 47
Otwarte od 7.00 do 18.00

41220otr-a-M

REKLAMA

ROZWODY ALIMENTY SPADKI

600 434 434
(89) 535 55 77

188019otr-b - O

SĄ RZECZY WAŻNE I WAŻNIEJSZE

SIATKÓWKA \\ Czas na to, żeby dokończyć sezon, może się znaleźć, ale nic na siłę – mówi Maciej Dobrowolski, trener siatkarek UKS Chemik SMS, który wraz z Piotrem Stasiewiczem wprowadził olsztyńskie juniorki do finału, a kadetki do półfinału MP.

– Co u ciebie słychać?

– Dziękuję, odpukać, wszyscy zdrowi. Słucham zaleceń, siedzę w domu.

– „Przetrawiłeś” już to, że z dokończeniem tego sezonu może być różnie?

– W tej chwili zdrowie jest ważniejsze. Oczywiście, jak w każdym sporcie, ileś tam pracy zostało włożone, a może się to różnie zakończyć, ale ja jestem dobrej myśli. Przede wszystkim liczę, że wszyscy będą zdrowi, a jak uda się dokończyć sezon, to będzie super. No, ale jak mówię: nic na siłę. Na pewno nie kosztem zdrowia dzieci i młodzieży.

– Pewnie zapamiętasz ten sezon na długo, zwłaszcza że to najlepszy sezon w historii żeńskiej siatkówki w UKS Chemik.

– Na pewno. Co prawda, mieliśmy finały mistrzostw Polski juniorek dwa lata temu (Chemik zajął ósme miejsce – red.), ale teraz znów był awans do finałów naszych juniorek, a przed dużą szansą stały też kadetki (rozgrywki zawieszono tuż przed półfinałami MP – red.). Tak naprawdę, sezon może trwać aż do czerwca, więc na to, żeby dokończyć rozgrywki, czas się może znaleźć. No, ale na pewno to nie będzie jednak najważniejsza rzecz. Bo ważniejsze jest zdrowie.

– Trenerzy mają teraz arcytrudne zadanie, bo jak tu trenować, skoro nie można się spotykać?

– Jedyne pozytyw jest taki, że w tej samej sytuacji są wszyscy, natomiast rzeczywistość: to są niełatwe historie. U nas już wśród wieczorem, po zarządzeniu Ministerstwa Edukacji Narodowej, wszystkie uczennice i nasze zawodniczki wyjechały do domów. Na szczęście, wiem – bo jesteśmy w stałym kontakcie – że wszystkie są zdrowe. I to jest najważniejsze. Dziewczyny dostały plany treningowe i – na tyle, na ile są w stanie wykonać to bez opuszczania miejsca zamieszkania – realizują je w domach. Staramy się, żeby choć odrobinę utrzymać ich organizmy w zdrowiu i kondycji. Oczywiście, to nie ma nic wspólnego z grą zespołową i wspólnymi zająciami

w sali, ale w tej chwili to nie jest najważniejsze. Zwłaszcza, że one wykonały tyle pracy przez te siedem czy osiem miesięcy od sierpnia... To też nie jest tak, że jak się okaże, że wracamy do treningów, to zaraz za trzy dni będziemy grali mecze.

JEŻELI W OGÓLE UDA SIĘ WRÓCIĆ DO ROZGRYWEK, TO NA PEWNO BĘDZIE TO DLA MŁODZIEŻY PRZYJEMNA ODSKOCZNA PO TYCH WSZYSTKICH ZAWIROWANIACH. CHOĆ ZE SPORTEM PEWNIEMO ZA WIELE TO NIE BĘDZIE MIAŁO WSPÓLNEGO, PRZYNAJMNIEJ W TEJ POCZĄTKOWEJ FAZIE.

Ale dla mnie ważne jest to, żeby wszystkie dziewczyny pozostały zdrowe, no i żeby wykonywały te polecenia, które codziennie dostają w formie elektronicznej. A wiem, że je wykonują.

– Z wielu ośrodków macie zawodniczki w Chemiku?

– Mamy w klubie gdzieś tak z 60 dziewcząt, i to nie tylko z Warmińsko-mazurskiego, ale i z Podlaskiego, więc tak naprawdę rozjechały nam się po dwóch województwach. Jednak w dzisiejszej dobie, kiedy są tak różne możliwości komunikacji elektronicznej, możemy być i jesteśmy w codziennym kontakcie, więc tu nie ma żadnego problemu. Mam nadzieję, że nic niepokojącego nie będzie się z nikim działo. Na pewno nie są to ferie, a że sytuacja tego wymagała, żeby rozśłać młodzież do domów, więc bez dyskusji trzeba było to zrobić.

– Na co byłoby stać wasze juniorki i kadetki, gdyby nie zawieszono rozgrywek?

– Liczyłem, że kadetki wejdą do finału, czyli że wprowadzimy do czołowej ósemki swój drugi zespół. Tym bardziej, że osiem czy dziewięć dziewcząt z drużyny kadetek było też w tej czternastce juniorek, która wcześniej awansowała do finału. Co do samych finałów, to nieco większa szansa na sprawie-



– Zasłużenie jesteście tu, gdzie jesteście, bo i juniorki, i kadetki przegrały w tym sezonie tylko po jednym meczu – podkreśla Maciej Dobrowolski, trener Chemika SMS

nie jakiejś niespodzianki była chyba w tej młodszej kategorii. Juniorki to już są 19-letnie kobiety i tu różnica wieku ma większe znaczenie, a u nas – jak mówię – dziewięć kadetek w drużynie i tylko dwie zawodniczki z docelowego rocznika 2001, więc bardzo młodziutki zespół. W juniorkach dużą niespodzianką jest już to, że w tych finałach jesteśmy. W pełni zasłużenie, bo ten zespół przegrał przez cały sezon tylko jeden mecz, zresztą tak jak i kadetki.

– Czyli większą część drużyny, która awansowała niedawno do finałowej ósemki MP, będzie mogła grać w juniorkach także za rok?

– I za rok, i za dwa lata, co nieźle rokuje na przyszłość. Choć, oczywiście, trzeba pamiętać, że nasze dwie podstawowe zawodniczki – rozgrywająca Patrycja Komenda i skrzydłowa Weronika Wrzesińska – kończą wiek juniorki. Dwa filary tej drużyny opuszcza więc kategorię młodzieżową i wejdą w wiek seniorski, natomiast

może nawet otrzeć się o podium. Może, bo wierzę, że te rozgrywki da się dokończyć, zwłaszcza że turniej finałowy to są cztery, pięć dni... Większy problem jest w tych młodszych kategoriach: w kadetkach trzeba rozegrać półfinały i finały, a w młodzikach nie było nawet ćwierćfinałów, więc tu tych terminów może zabraknąć. Natomiast wydaje mi się, że jeśli tylko sytuacja się unormuje, to Polski Związek Piłki Siatkowej zrobi wszystko, żeby jeszcze przed wakacjami, czyli gdzieś w czerwcu, te najważniejsze kategorie, czyli juniorki i juniorów, jeszcze dograć. Dla tej młodzieży to jest ważne przed podjęciem decyzji po maturze na temat studiów, tego, kto z nich pójdzie w profesjonalny sport, kto będzie łączył granie w siatkówkę ze studiami... To ważne sprawy, bo na przykład taki występ w finałach MP wiąże się na niektórych uczelniach z dodatkowymi punktami. Tak że myślę, że jeśli tylko sytuacja zdrowotna pozwoli – a mam nadzieję, że pozwoli – to te finały jeszcze się odbędą.

– A masz jakiś pomysł na to, co zrobić z niedokończonymi rozgrywkami PlusLigi?

– Powiem tak: jeżeli w miarę szybko sytuacja się nie unormuje, to ja nie widzę szans na dokończenie rozgrywek. Bo pamiętajmy, że w profesjonalnej lidze gra sporo obcokrajowców, którzy albo już wyjechali, albo się do tego szykują, więc drużyny zostają bez nich. I teraz co: ściągać ich z powrotem? Może być ciężko. Na miesiąc, czy dwa przed planowanym końcem rozgrywek część z nich pewnie będzie chciała rozwiązywać kontrakty za porozumieniem stron. Bo jak się nie ma wiedzy, do kiedy to będzie trwało, to jest to obciążenie finansowe dla klubów. No i przede wszystkim zawodnicy chcą być z rodzinami. Ciężko mi powiedzieć, w jakiej formie można by dokończyć te rozgrywki, ale – jak mówię – ja nie sądzę, żeby miały zostać dokończone. A to rodzi kolejne pytania: czy zostanie zachowana kolejność po rundzie zasadniczej, która też

nie została dograna do końca, co z awansami i spadkami, czy nikt nie spada, a liga zostanie powiększona?

TO BĘDĄ TRUDNE DECYZJE DLA DZIAŁACZY, ALE JAKIE BY NIE ZOSTAŁY PODJĘTE, TO I TAK CZĘŚĆ KLUBÓW BĘDZIE ZADOWOLONA, A CZĘŚĆ – NIEZADOWOLONA. BO JEŚLI TERAZ ZAMKNIĘ SIĘ ROZGRYWKI, TO CI, KTÓRZY SĄ NA SZCZYCIE, BĘDĄ ZADOWOLENI, ŻE ZOSTALI MISTRZAMI POLSKI.

Choć sportowo nie do końca odpowiadałoby to rzeczywistości. A drugi, trzeci i czwarty zespół będą pewnie niepokieszone... To wszystko wiąże się też z przyszłym sezonem i europejskimi pucharami.

– Niemcy czy Belgowie uznali swoje ligi za nierozegrane, nie przyznając medali mistrzostw kraju...

– To prawda, ale u nas siatkówka ma zupełnie inną pozycję niż w takich Niemczech czy Belgii. Wydaje mi się, że wizerunkowo dużo nie stracimy na tym, że mistrz kraju zostanie wyłoniony w „trybie awaryjnym”. Cały świat zdaje sobie sprawę z tego, jaki jest teraz kryzys i z czego on wynika. Na razie wszyscy czekamy na to, aż sytuacja się unormuje, a ile jeszcze potrwa ta przerwa, nie wiadomo... W tej chwili inne sprawy są ważniejsze, choć ja zdaję sobie sprawę, że w tej młodzieżowej siatkówce będzie szkoda sezonu. Pracować całe swoje siatkarskie życie, a mówię tu o maturzystach kończących wiek juniorki, i nie zagrać w najważniejszej imprezie – na pewno będzie im przykro...

Piotr Sucharzewski

**wielkie
wiosenne
meblowanie**
UPUSTY DO 25%

szynakameble
zawsze blisko ludzi

www.szynaka.pl



PROMOCJA
TYLKO DO
06.04
2020

lub do wyczerpania
stanów magazynowych



Więcej mebli w promocyjnych cenach znajdziesz w salonach meblowych:

BARTOSZYCE, ul. Młynarska 9 – Salon Meblowy M9 | **BRANIEWO**, ul. Armii Krajowej 2 – Salon Meblowy TERESA SEKUŁA | **DZIAŁDOWO**, ul. Grunwaldzka 40 – MEBLOLUX
ELBLĄG, ul. Grunwaldzka 2 – Salon Mebli SWALEN | **ELBLĄG**, ul. Grunwaldzka 60-66 – Salon Meblowy SONIK
ŁĘK, ul. Targowa 2 – Centrum Handlowe ATU | **ŁĘK**, ul. Kilińskiego 11 – FASTER Meble | **GIŻYCKO**, ul. Aleja Pierwszego Maja 17, Salon - MEBLE +
ŁAWA/NOWA WIEŚ, ul. Platynowa 3 – Salon Meblowy TELMAR | **KURZĘTNIK**, ul. Sienkiewicza 3 – Salon Meblowy TELMAR | **LIDZBARK WARMIŃSKI/MARKAJMY**, ul. Bartoszycka 30 – MEBLE+
LUBAWA, ul. 19 Stycznia 25 – Salon Firmowy SZYNAKA MEBLE | **MRAĞOWO**, Salon Meblowy ANTEX, ul. Lubelska 44N | **OLSZTYN**, ul. Wincentego Pstrowskiego 26 – MEBLOLUX
OLSZTYN, ul. Artyleryjska 3W – MEBLOSTACJA | **OSTRÓDA**, ul. Przemysłowa 3A – Centrum Meblowe CONCEPT | **OSTRÓDA**, ul. Czarnieckiego 12 – Centrum Meblowe CONCEPT
PISZ, ul. Dworcowa 6A – Szypczyński Mariusz PHU DEKOR Bis | **SZCZYTNO**, ul. Pasymka 22 – Sklep Meblowy MEDŹWIEDZKA

Zapraszamy do Outletu Firmowego w Ławie. Duży wybór mebli taniej nawet do 90%. Ława ul. Ostródzka 54, tel. 89 644 92 06
 Uwaga wejście od strony Szynaka Logistic