

20 lat na stanowisku i będzie kolejnych pięć

Z nowym rokiem szkolnym Mariusz Grzelak rozpoczyna 21. rok pracy w I LO w Rykach jako dyrektor

STR. 5



Mieszkańcy gminy Ułęż licznie przybyli na doroczne Święto Plonów

STR. 27

ZŁOTA JESIEŃ TUŻ-TUŻ. PORADNIK I KALENDARZ WAŻNYCH SPRAW DLA SENIORA

STR. 8

Nr 35 (1176)
31 sierpnia 2026 r.
cena 4,00 zł (VAT 5%)
www.twojglos.pl
rok XXVII

Jesteśmy na Facebooku TWÓJ GŁOS - gazeta i portal powiatu ryckiego

Numer w sprzedaży do 6 września 2026 r.

TWÓJ Głos

GAZETA I PORTAL POWIATU RYCKIEGO

W NUMERZE:

POWIAT
Spadek płac uderza w dorabiających emerytów. Nowe progi już od 1 września STR. 2

DĘBLIN
Prokuratura Okręgowa w Gdańsku umorzyła śledztwo dotyczące katastrofy samolotu M-346 Bielik. Zginął w niej pilot Robert Jeł STR. 4

GM. RYKI
12 nauczycieli uzyskało stopień nauczyciela mianowanego STR. 6

POWIAT
Złota jesień tuż-tuż. Poradnik i kalendarz ważnych spraw dla seniora STR. 8

DĘBLIN
Miasto pamięta o „Wilkach” STR. 26



12-LETNI MARKUS ŻUŻLOWYM MISTRZEM POLSKI

Markus Marciniak z Ryk łączy żużel, motocross i szkołę. W tym sezonie wraz z Motorem Lublin wygrał drużynową klasyfikację Pucharu Ekstraligi

STR. 30-31



Magdalena Kornacka chce wybudować szkołę w Afryce

Po miesiącu wolontariatu na Madagaskarze ma kolejny plan. W Soberace chce wybudować szkołę dla około 70 dzieci. Potrzeba na to 80 tys. zł

STR. 9



Kampol-Fruit ma dzierżawcę

STR. 3

REKLAMA

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

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

ISSN 1641-7038 nr indeksu 27805X

eprasa.pl 2dd34b52f1

Spadek płac uderza w dorabiających emerytów. Nowe progi już od 1 września

Od 1 września zmieniają się progi przychodu, po przekroczeniu których ZUS zmniejsza lub zawiesza wypłatę renty czy wcześniejszej emerytury. Powodem jest spadek przeciętnych wynagrodzeń w kraju

Osoby pobierające rentę lub wcześniejszą emeryturę z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych mogą dorabiać, ale w ograniczonym zakresie. - *Obowiązujące limity zmieniają się co kwartał, ponieważ ich wysokość jest bezpośrednio powiązana z przeciętnym wynagrodzeniem w kraju za poprzedni kwartał* - informuje **Małgorzata Korba**, rzecznik ZUS w województwie lubelskim. Płace Polaków w drugim kwartale spadły, dlatego od 1 września limity dla pracujących świadczeniobiorców również są nieco niższe.

ILE MOŻNA ZAROBIĆ BEZ UTRATY ŚWIADCZENIA

Od września obowiązują dwa progi przychodu. Pierwszy próg odpowiada 70 proc. przeciętnego wynagrodzenia i wyniesie 6 463,20 zł brutto - to około 230 zł mniej niż w sierpniu. Zarobki nieprzekraczające tej kwoty nie mają żadnego wpływu na wysokość wypłacanego świadczenia. Dopiero przychód wyższy od tego progu powoduje, że ZUS zmniejsza wypłatę renty lub emerytury za miesiąc, w którym doszło do przekroczenia.

Drugi próg to 130 proc. przeciętnego wynagrodzenia, czyli 12 003,10 zł. Przekroczenie tej kwoty oznacza już nie zmniejszenie, a całkowite zawieszenie wypłaty świadczenia za dany miesiąc.

Nowe kwoty graniczne będą obowiązywać przez wrzesień, październik i listopad. Kolejna aktualizacja limitów nastąpi 1 grudnia.

KTO MOŻE DORABIAĆ BEZ OGRANICZEŃ

Limity przychodu nie dotyczą emerytów, którzy osiągnęli powszechny wiek emerytalny - 60 lat w przypadku kobiet i 65 lat w przypadku mężczyzn. Ta grupa świadczeniobiorców może dorabiać do emerytury bez żadnych ograniczeń kwotowych.

- *Wyjątkiem są osoby, którym ZUS podwyższył świadczenie do wysokości emerytury minimalnej (obecnie 1 978,49 zł brutto). Jeśli przychód takiej osoby z tytułu pracy przekroczy kwotę tego wyrównania, dopłata do minimalnej emerytury za dany miesiąc nie zostanie wypłacona* - oznajmia rzeczniczka ZUS. W praktyce oznacza to, że ZUS wypłaci wówczas świadczenie wyłącznie w wysokości wynikającej z odprowadzonych składek.

zj

AWANTURA PRZELAŁA CZARĘ GORYCZY

Miał od około roku znęcać się fizycznie i psychicznie nad bliskimi. Według ustaleń policji wszczynał awantury, wyzywał domowników, uderzał ich i kopał oraz groził pozbawieniem życia



Agresywny mężczyzna został zatrzymany. Jak ustaliła policja, 34-latek od około roku znęcał się fizycznie i psychicznie nad swoimi bliskimi. Został tymczasowo aresztowany (fot. KPP Ryki)

Podczas ostatniej interwencji agresję skierował również przeciwko policjantom. Decyzją Sądu Rejonowego w Rykach 34-latek został tymczasowo aresztowany na trzy miesiące.

Sprawa wyszła na jaw, gdy mieszkanka powiatu ryckiego zawiadomiła policję o przemocy domowej. Na miejsce skierowano funkcjonariuszy Komisariatu Policji w Dęblinie.

Jeszcze przed ich przyjazdem 34-latek miał wszcząć kolejną awanturę, tym razem z własną matką. Według policji uderzył kobietę i groził jej pozbawieniem życia.

Pojawienie się patrolu nie zakończyło agresywnego zachowania.

- *Zachowywał się agresywnie, wyzywał policjantów, naruszył ich nietykalność cielesną, a także kierował groźby karalne pod adresem ich samych i ich rodzin* - relacjonuje st. asp. **Łukasz Filipek**, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Rykach.

Mężczyzna został zatrzymany.

POLICJA: PRZEMOC TRWAŁA OKOŁO ROKU

Zebrany w sprawie materiał wskazywał, że interwencja nie była pojedynczym incydentem. Jak ustalili policjanci, 34-latek miał od około roku znęcać się fizycznie i psychicznie nad członkami rodziny.

Według śledczych wszczynał awantury domowe, wyzywał bliskich, zakłócał im nocny odpoczynek i wynosił z domu sprzęty. Miał również kopać i uderzać domowników. Policja ustaliła ponadto, że groził członkom rodziny pozbawieniem życia, także przy użyciu niebezpiecznego narzędzia.

W prokuraturze w Rykach 34-latkowi przedstawiono zarzut znęcania się nad rodziną. Odpowie również za czyny popełnione wobec funkcjonariuszy: znieważenie, naruszenie nietykalności cielesnej oraz zmuszanie policjantów do odstąpienia od czynności służbowych.

Na wniosek prokuratora Sąd Rejonowy w Rykach zdecydował o tymczasowym aresztowaniu podejrzanego na trzy miesiące.

Za znęcanie się nad rodziną grozi kara od trzech miesięcy do pięciu lat pozbawienia wolności. Za przestępstwa zarzucane 34-latkowi w związku z interwencją policjantów może mu grozić do trzech lat więzienia.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Policja przypomina, że osoby doświadczające przemocy domowej mogą zwrócić się o pomoc nie tylko do funkcjonariuszy, ale również do ośrodków pomocy społecznej i Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie. W sytuacji bezpośredniego zagrożenia należy dzwonić pod numer alarmowy 112. Pomoc można uzyskać również telefonicznie. Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia" działa pod numerem 800 120 002, natomiast Linia Pomocy Pokrzywdzonym - pod numerem 222 309 900.

Rusza Lubelski Czek Turystyczny - 300 zł do wykorzystania

REGION Od 2 września będzie można ubiegać się o Lubelski Czek Turystyczny - uczestnicy programu otrzymają elektroniczny kod o wartości 300 zł do wykorzystania podczas pobytu na Lubelszczyźnie. Program ma zachęcić mieszkańców innych części Polski do przyjazdu w ten region, a jednocześnie zwiększyć ruch w lokalnych obiektach turystycznych. Tworzona jest baza miejsc uczestniczących w programie, m.in. hoteli, gospodarstw agroturystycznych, restauracji, atrakcji turystycznych i innych firm korzystających z ruchu turystycznego - od liczby zgłoszeń będzie zależał wybór miejsc dostępnych dla posiadaczy czeków. Szczegóły oraz formularze dla uczestników programu będą publikowane na stronie lubelskiczekturystyczny.pl.

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

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

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

eprasa.pl 2dd34b52f1

KAMPOL-FRUIT MA DZIERŻAWCĘ

Dla pracowników i dostawców to szansa na pracę i możliwość dalszej kontraktacji, a dla spółki - większa stabilność finansowa. Znalazł się chętny do wydzierżawienia ryckiej przetwórni



Firma Kampol Fruit swoją działalność w Rykach rozpoczęła z początkiem lipca 2020 roku

Po ponad dwóch latach postępowania upadłościowego w sprawie „Kampol-Fruit" pojawiła się istotna zmiana. Syndyk podpisał umowę dzierżawy przedsiębiorstwa, a wydanie zakładu nowemu podmiotowi ma nastąpić najpóźniej 7 września. - *Tak naprawdę jesteśmy w trakcie wydawania przedsiębiorstwa dzierżawcy. Samą umowę dzierżawy zawarto kilka tygodni temu. Została zawarta pod warunkiem uzyskania zgody sędziego komisarza* - mówi **Tomasz Noga**, syndyk „Kampol-Fruit", który kilka miesięcy temu objął masę upadłości zakładu po rezygnacji dotychczasowej syndyk **Agnieszki Białej**.

ZAŁOGA MA CZUĆ SIĘ BEZPIECZNIE

Dla pracowników najważniejsza jest informacja, że wraz z przedsiębiorstwem do dzierżawcy przejdzie także zakład pracy. Jak mówi syndyk, nikt nie powinien się martwić o zatrudnienie. - *Wszystkie umowy o pracę, które są zawarte, zostaną zachowane i będzie je kontynuował dzierżawca* - zapewnia Tomasz Noga.
Podkreśla, że przy poszukiwaniu dzierżawcy zależało mu na znalezieniu firmy zainteresowanej dalszym prowadzeniem działalności, a nie jedynie przejęciem majątku.
Umowę dzierżawy zawarto na 12 miesięcy. Dzierżawca ma też prawo pierwokupu przedsiębiorstwa. Jak mówi syndyk, inwestor jest zainteresowany jego docelowym nabyciem, choć dotychczas nie złożył skutecznej oferty w żadnym z konkursów sprzedażowych.
Według informacji przekazanych podczas rozmowy za projektem stoi inwestor zagraniczny, związany z Wielką Brytanią, natomiast stroną umowy jest polska spółka. Syndyk zapowiada, że dzierżawca będzie prowadził zakład pod własną marką.

KOSZTY PRZEJDĄ NA DZIERŻAWCĘ

Umowa ma przede wszystkim rozwiązać jeden z największych problemów postępowania upadłościowego - wysokie koszty utrzymywania zakładu w okresie, gdy produkcja nie przynosi wystarczających wpływów. - *Wszelkie koszty związane z utrzymaniem i prowadzeniem zakładu będą obciążały dzierżawcę. A dodatkowo będzie płacił czynsz dzierżawny do masy upadłości, co dla zakładu będzie dużą korzyścią* - wyjaśnia Tomasz Noga.
Do tej pory syndyk musiał utrzymywać przedsiębiorstwo w ruchu z pieniędzy znajdujących się w masie upadłości. Szczególnie trudny był okres poza sezonem, kiedy zakład generował stałe koszty, ale możliwości uzyskiwania przychodów były ograniczone. Dzierżawa ma ten problem przynajmniej czasowo zdjąć z masy upadłości. Czynsz będzie natomiast zasilał środki przeznaczone m.in. na koszty samego postępowania.

CENA SPADŁA DO 50 MLN ZŁ

Dzierżawa nie oznacza rezygnacji ze sprzedaży zakładu. 25 sierpnia odbyło się posiedzenie Rady Wierzycieli, podczas którego zmieniono warunki kolejnego konkursu. Najistotniejszą zmianą jest minimalna cena przedsiębiorstwa. Została obniżona do kwoty 50 mln zł netto. W poprzednim konkursie wartość przedsiębiorstwa wyceniano na 55 mln zł, a jeszcze wcześniej oferta opiewała na około 76 mln zł. - *Myślę, że z końcem września będę przeprowadzał kolejny konkurs. Miejmy nadzieję, że zakończy się korzystnie, czyli wpłynie jakaś oferta* - mówi syndyk.
Według jego obecnych założeń konkurs powinien zostać ogłoszony w drugiej połowie września, a rozstrzygnięcia można spodziewać się pod koniec października. Dzierżawca będzie mógł przystąpić do procedury sprzedażowej. Dzięki prawu pierwokupu zyska możliwość nabycia przedsiębiorstwa na warunkach wynikających z przyszłej procedury.

ZAINTERESOWANIE ZAKŁADEM JEST

Co ciekawe, dzierżawca nie jest jedynym podmiotem zainteresowanym rycką przetwórnią. Według Tomasza Nogi, w ostatnim czasie przedsiębiorstwo oglądało pięciu potencjalnych inwestorów. Wśród nich był m.in. przedsiębiorca z Turcji, działający w branży przetwórczej. Ten akurat inwestor kupuje obecnie surowiec w Polsce i rozważa przeniesienie części produkcji bliżej miejsca jego pozyskiwania. Byłby to jego pierwszy zakład w naszym kraju. - *Jesteśmy na etapie badania przedsiębiorstwa przez tego inwestora. Mamy zawartą nową umowę NDA, następuje wymiana informacji i dokumentów* - mówi Noga.
Syndyk zastrzega jednak, że zainteresowanie nie jest równoznaczne ze złożeniem oferty.

NA RAZIE BEZ SWOJEGO SUROWCA

Mimo upadłości zakład w Rykach nie przerwał produkcji. Zmienił jednak sposób działania. - *W tej chwili pracujemy głównie świadcząc usługi mrożenia owoców i warzyw dla naszych kontrahentów. Dobrze sobie radzimy* - mówi **Katarzyna Alicka**, kierownik produkcji „Kampol-Fruit" w Rykach. Oznacza to, że surowiec nie był kupowany przez przedsiębiorstwo. Dostarczały go firmy zlecające usługę przetworzenia lub zamrożenia. - *Stan funduszów masy upadłości nie pozwolił w tym roku na zakup surowca. To był pierwszy rok, kiedy nie było takiej możliwości* - przyznaje syndyk.
Zakład rozpoczął usługowe mrożenie w maju. Jak mówi Katarzyna Alicka, kolejno przerabiano rabarbar, porzeczki i wiśnie, a później ponownie rabarbar. Dzięki temu przez znaczną część sezonu udało się zachować ciągłość pracy.
Dzierżawca ma przygotowywać się do zmiany tego modelu. - *Mamy nadzieję, że od września będziemy już kupować surowiec na nową firmę i pod swoje potrzeby* - mówi Alicka. Według syndyka, nowy podmiot rozpoczął rozmowy dotyczące kontraktacji i ma możliwość korzystania z własnego finansowania, czego syndyk nie mógł robić na podobną skalę.

SŁABE WIEŚCI DLA ROLNIKÓW

Nowy dzierżawca i kontynuowanie działalności nie oznaczają automatycznej spłaty dawnych zobowiązań „Kampolu". Rolnicy i inni wierzyciele, którzy nie otrzymali pieniędzy za dostarczony przed upadłością surowiec, muszą czekać na podział pieniędzy uzyskanych w postępowaniu. - S*płata postępować w chwili obecnej nie może, bo blokują nam to rygory postępowania upadłościowego* - tłumaczy Tomasz Noga. Pieniądze mogą być wypłacane zgodnie z zasadami wynikającymi z prawa upadłościowego i zatwierdzoną listą wierzytelności.
Problemem jest też struktura zabezpieczeń na majątku spółki. Nieruchomości, maszyny, ruchomości i zapasy przetwórni były w dużej części objęte zabezpieczeniami rzeczowymi. Oznacza to, że wierzyciele posiadający takie zabezpieczenia mają pierwszeństwo w zaspokojeniu ze sprzedaży określonych składników majątku. - *Niestety należy zakładać, że większość tych środków, jeżeli nie prawie wszystkie, zostaną przeznaczone na pokrycie kosztów postępowania i zaspokojenie wierzycieli zabezpieczonych rzeczowo* - mówi syndyk.
Co więcej, jego zdaniem nawet wierzyciele posiadający zabezpieczenia nie odzyskają wszystkich pieniędzy. Powodem jest skala zadłużenia w stosunku do możliwej do uzyskania ceny majątku.

MIMO UPADŁOŚCI ZAKŁAD DZIAŁA

Upadłość „Kampol-Fruit" została ogłoszona w 2024 roku. Był to finał problemów przedsiębiorstwa, które wcześniej przestało regulować część należności wobec dostawców owoców i warzyw. Sprawa wywołała protesty rolników, a równolegle postępowanie dotyczące działalności spółki prowadziła prokuratura.
W kolejnych miesiącach syndyk prowadził zakłady w Rykach i Milejowie, jednocześnie próbując znaleźć dla nich nabywcę. Zakład w Milejowie został już sprzedany. Rycka część przedsiębiorstwa pozostaje w masie upadłości.
Teraz ciężar bieżącego prowadzenia zakładu ma przejąć zewnętrzny dzierżawca. Najbliższe dwa miesiące powinny pokazać, czy któryś z zainteresowanych inwestorów zdecyduje się zrobić kolejny krok.

Tomasz Kępka

eprasa.pl 2dd34b52f1

Fałszywa platforma kryptowalutowa. Stracił 124 tys. zł

POWIAT Mieszkaniec powiatu ryckiego padł ofiarą fałszywych inwestycji kryptowalutowych. Wszystko zaczęło się od internetowego ogłoszenia obiecującego wysokie zyski z inwestowania w kryptowaluty - mężczyzna zadzwonił pod wskazany numer, gdzie rzekomy „manager" instruował go krok po kroku, jak zacząć inwestować. Na polecenie rozmówcy zainstalował aplikację do obrotu kryptowalutami i zaczął kupować cyfrowe waluty, przelewając je na konto wskazanej platformy - łączna wartość transakcji sięgnęła niemal 124 tys. zł.

Przez pewien czas rzekomy makler pokazywał pokrzywdzonemu ekrany z rosnącymi zyskami, jednak gdy mężczyzna chciał wypłacić środki, otrzymał odnośnik do fałszywej zakładki wypłat i stracił dostęp do „konta inwestycyjnego", a kontakt z firmą i „doradcą" urwał się bez śladu. Policja podkreśla, że przestępcy tworzą fałszywe strony i profile w mediach społecznościowych wyglądające jak prawdziwe platformy inwestycyjne, często bezprawnie wykorzystując wizerunki znanych osób.

- *Nie ufajmy ofertom gwarantującym szybki i pewny zysk, zanim zainwestujemy pieniądze, dokładnie sprawdźmy firmę i platformę - jej historię, opinie, wpisy w rejestrach nadzoru finansowego, nie instalujmy aplikacji polecanych przez nieznane osoby i nie udostępniajmy nikomu danych do bankowości elektronicznej* - wylicza st. asp. Łukasz Filipek z ryckiej policji.



UMORZONO ŚLEDZTWO W SPRAWIE KATASTROFY M-346 BIELIK

Prokuratura Okręgowa w Gdańsku umorzyła śledztwo dotyczące katastrofy samolotu M-346 Bielik, do której doszło 12 lipca 2024 roku na lotnisku w Gdyni-Babich Dołach



Mjr Robert Jeł jako pierwszy polski pilot przekroczył granicę tysiąca godzin nalotu na M-346 Bielik (fot. Mateusz Chodelski)

W wypadku zginął mjr pil. **Robert „Killer" Jeł**, pilot i instruktor związany z 41. Bazą Lotnictwa Szkolnego w Dęblinie.

Do katastrofy doszło podczas lotu treningowego przed pokazami przygotowywanymi z okazji 30-lecia Gdyńskiej Brygady Lotnictwa Marynarki Wojennej. M-346 Bielik o numerze bocznym 7714 uderzył w płytę lotniska 43. Bazy Lotnictwa Morskiego. Pilot zginął na miejscu.

ŚLEDZTWO ZAKOŃCZONE PO DWÓCH LATACH

Postępowanie prowadził Wydział do Spraw Wojskowych Prokuratury Okręgowej w Gdańsku. Śledztwo dotyczyło nieumyślnego spowodowania katastrofy w ruchu powietrznym.

Jak przekazała PAP prokurator **Wioleta Noch**, postępowanie zostało umorzone 27 lipca 2026 roku. Informacja o tej decyzji została podana publicznie pod koniec sierpnia.

TRAGICZNY LOT PRZED POKAZEM

Do wypadku doszło około godz. 13. Robert Jeł przygotowywał się do pokazu zaplanowanego na następny dzień. Po katastrofie uroczystości zostały odwołane, a loty M-346 czasowo wstrzymano.

Na miejscu pracowali prokuratorzy, Żandarmeria Wojskowa oraz służby badające wypadki lotnicze. Zabezpieczono m.in. rejestratory samolotu. Po tragedii informowano również, że pilot nie zgłaszał wcześniej problemów z maszyną i nie katapultował się.

PONAD TYSIĄC GODZIN NA BIELIKU

Robert Jeł był pilotem i instruktorem 41. Bazy Lotnictwa Szkolnego w Dęblinie oraz członkiem M-346 Demo Team. Zajmował się także szkoleniem przyszłych pilotów samolotów odrzutowych.

W październiku 2023 roku jako pierwszy polski pilot przekroczył granicę tysiąca godzin nalotu na M-346 Bielik. Łącznie miał około 2 tys. godzin spędzonych w powietrzu na różnych typach samolotów. Latał m.in. na Cessnie 172, PZL-130 Orlik i TS-11 Iskra, a podczas szkolenia również na amerykańskich T-6 i T-38. Zdobywał też doświadczenie na Su-22 i F-16.

Zanim rozpoczął naukę w ówczesnej Wyższej Szkole Oficerskiej Sił Powietrznych w Dęblinie, studiował lotnictwo i kosmonautykę na Politechnice Rzeszowskiej. Później ukończył dęblińską „Szkołę Orląt".

POŚMIERTNY AWANS

W chwili katastrofy Robert Jeł miał 41 lat. Po śmierci został pośmiertnie awansowany do stopnia podpułkownika.

Umorzenie zamyka ponad dwuletnie postępowanie prowadzone po katastrofie w Gdyni-Babich Dołach.

Policjanci z Ryk oddali krew. Wspólna akcja przyniosła 34,5 litra

Policjanci i pracownicy cywilni komend w Rykach i Puławach włączyli się w akcję honorowego krwiodawstwa

Do udziału zgłosiły się 83 osoby, z których 76 mogło oddać krew. W sumie zebrano 34,5 litra. Dla pięciu uczestników była to pierwsza donacja.

Akcja odbyła się w czwartek, 27 sierpnia. Zorganizował ją Klub Honorowych Dawców Krwi „Dar Życia", działający przy Grupie Azoty Zakłady Azotowe Puławy S.A. Na jego czele stoi **Tomasz Ogrodnik**.

Do zbiórki przyłączyli się funkcjonariusze oraz pracownicy cywilni Komendy Powiatowej Policji w Rykach i Komendy Powiatowej Policji w Puławach.

76 DAWCÓW, W TYM PIĘCIU PO RAZ PIERWSZY

Podczas akcji zarejestrowano 83 osoby. Po przejściu wymaganej kwalifikacji do oddania krwi dopuszczono 76 z nich. Pięć osób zdecydowało się na donację po raz pierwszy.

Łącznie udało się zebrać 34,5 litra krwi. Jest ona wykorzystywana m.in. podczas operacji, leczenia osób poszkodowanych w wypadkach oraz pacjentów wymagających transfuzji.

Krew i jej składniki mają ograniczony okres przechowywania, dlatego zapasy muszą być systematycznie uzupełniane. Nie można ich również zastąpić produkowanym przemysłowo odpowiednikiem.

Dla policjantów i pracowników ryckiej komendy udział w zbiórce był kolejną okazją do włączenia się w honorowe krwiodawstwo. Organizatorzy zachęcają mieszkańców powiatów ryckiego i puławskiego, którzy mogą zostać dawcami, do udziału w następnych akcjach.



Dla policjantów i pracowników ryckiej komendy udział w zbiórce był kolejną okazją do włączenia się w honorowe krwiodawstwo (fot. KPP Puławy)

eprasa.pl 2dd34b52f1

20 LAT NA STANOWISKU I BĘDZIE KOLEJNYCH PIĘĆ

Z nowym rokiem szkolnym Mariusz Grzelak rozpoczyna 21. rok pracy w I Liceum Ogólnokształcącym w Rykach jako dyrektor. Funkcję będzie sprawował przynajmniej do 31 sierpnia 2031 roku

Zarząd starostwa, który jako organ prowadzący sprawuje nadzór nad szkołą, zdecydował o kontynuacji dotychczasowego kierunku zarządzania placówką. Dwudziestoletni staż Mariusza Grzelaka plasuje go jako jedną z najdłużej urzędujących osób zarządzających szkołami w powiecie ryckim. W tym czasie liceum przechodziło przez kolejne reformy systemu edukacji, zmiany podstaw programowych i kolejne pokolenia uczniów.

W konkursie na stanowisko dyrektora nie zgłosili się inni kandydaci. - *Jak widać, nie jest to aż takie atrakcyjne zajęcie, czy to w aspekcie zawodowym, czy finansowym, ale z perspektywy czasu muszę przyznać, że daje satysfakcję…* - mówi z uśmiechem Mariusz Grzelak.

82 LATA HISTORII SZKOŁY

I LO w Rykach założył **ks. Władysław Frelek** tuż po zakończeniu okupacji, w bardzo trudnych warunkach. Brakowało lokalu i nauczycieli, a wojna zdziesiątkowała wykształconych ludzi - przed wojną w Rykach nie było żadnej szkoły średniej. Ks. Frelek osobiście prowadził zapisy do nowo powstałej szkoły, a mieszkańcy z entuzjazmem przyjęli wiadomość o jej utworzeniu. Na potrzeby liceum przeznaczono opuszczony pałac Marchwickich, zniszczony i wymagający gruntownego remontu.

Ks. Frelek był, jak podkreślają historycy szkoły, świetnym organizatorem i cieszył się szacunkiem zarówno uczniów, jak i grona pedagogicznego. Jego czas na stanowisku dyrektora był jednak krótki - ówczesne władze nie akceptowały faktu, że funkcję tę pełni katolicki ksiądz.

JEST 14. DYREKTOREM

W historii istnienia ryckiego LO Mariusz Grzelak jest 14 dyrektorem. - *Wspominam rok 2006, kiedy obejmowałem stanowisko dyrektora i wiedziałem, że będę miał przyjemność pracować z osobami, które nie boją się wyzwań, i na których wsparcie będę mógł liczyć. Nie zawiodłem się. Działaniom naszym towarzyszy szacunek do tradycji, utrzymanie wysokiej jakości kształcenia oraz nowoczesność. Możemy poszczycić się wysokim poziomem nauczania, sukcesami naszych uczniów i nauczycieli* - podkreśla dyrektor Grzelak.

Przez ponad 80 lat szkoła wykształciła ponad 5,5 tysiąca absolwentów - naukowców, prawników, lekarzy, nauczycieli, inżynierów, polityków, duchownych i przedsiębiorców. To oni swoją pracą i osiągnięciami rozsławiali liceum nie tylko w mieście, ale i poza jego granicami.

FORMALNOŚCI DO PRZEJŚCIA

Powołanie dyrektora szkoły to procedura wieloetapowa. O przebiegu i wynikach postępowania konkursowego przewodniczący komisji informuje zarząd powiatu. Po przyjęciu rozstrzygnięcia zarząd wysyła pismo do Kuratorium Oświaty z prośbą o opinię w sprawie powołania wybranego kandydata. Dopiero po otrzymaniu pozytywnej opinii kuratorium zarząd podejmuje uchwałę o powołaniu dyrektora na kolejną kadencję.

ROZMOWA Z MARIUSZEM GRZELAKIEM, DYREKTOREM I LO W RYKACH

TO SZKOŁA, UKOŃCZENIA KTÓREJ NIGDY NIE BĘDZIESZ SIĘ WSTYDZIŁ

Pełni Pan funkcję dyrektora ryckiego liceum od 20 lat - co uważa Pan za największy sukces tego okresu?

Myślę, że największym sukcesem tego okresu jest ponad 2 tys. absolwentów, którzy ukończyli szkołę, zdali egzamin dojrzałości, podjęli studia i później pracę, pozakładali rodziny - na szkołę zawsze patrzę przez pryzmat zadowolonych absolwentów.

Jak zmieniła się szkoła i jej uczniowie na przestrzeni tych dwóch dekad?

Kolejne pokolenia uczniów są nieporównywalne: pokolenia Y, Z, Alfa charakteryzują się innymi cechami i dążeniami - Y stawiają na rozwój i elastyczność, Z dążą do równowagi między pracą zawodową a życiem osobistym i na koniec najmłodsi przedstawiciele pokolenia Alfa są zachłyśnięci nowoczesnymi technologiami i sztuczną inteligencją. Inni uczniowie wymagają innych metod i innego podejścia do przekazywania wiedzy. Współczesna szkoła to szkoła oferująca nowoczesne i aktywizujące metody nauczania. Monitory, tablice interaktywne, projektory, sprzęt komputerowy, drukarki 3D, gogle VR - to nie luksus, ale sprzęt wykorzystywany na co dzień. To co było kilka lat temu jakimś „novum", teraz jest normą.

Jaka decyzja lub zmiana wprowadzona w szkole była dla Pana najtrudniejsza?

Chyba największym wyzwaniem dla mnie, jak i dla większości dyrektorów, była organizacja nauki zdalnej w okresie pandemii Coronawirusa. Przestawienie się na zajęcia on-line bez fizycznego kontaktu z uczniami, wymyślane wtedy metody prowadzenia zajęć, sprawdzanie opanowania wiedzy i umiejętności różnymi metodami, pozostawiły na każdym z nas, nie tylko dyrektorach, niezatarty ślad.

Myślał Pan o tym, żeby już nie być dyrektorem w nowej kadencji?

Przychodziły mi takie myśli do głowy, ale wsparcie świetnego grona pedagogicznego, z którym współpracuję i zdanie rodziców, którzy deklarowali chęć dalszej współpracy, pomogły te myśli pozostawić gdzieś poza sobą. Takim decydującym czynnikiem, który utwierdził mnie w decyzji, aby dalej prowadzić ten „okręt", było zdanie moich kolegów klasowych, z którymi spotkałem się w 40. rocznicę naszego egzaminu dojrzałości, a których kilkanaścioro dzieci kończyło nasze liceum i na tej bazie osiągnęło zarówno sukcesy osobiste, jak i zawodowe.

Co Pan poczuł, gdy dowiedział się o decyzji zarządu starostwa powiatowego w Rykach o powierzeniu Panu kolejnej kadencji?

Radość, ale i lekką tremę, że na kolejne 5 lat przyjmuję odpowiedzialność za kilkudziesięciu pracowników i kilkanaście setek uczniów. Zawsze jest obawa czy sprostam wymaganiom rodziców, uczniów, współpracowników, czy organów nadzoru. No ale przecież całe życie składa się z wyzwań...

Jakie są priorytety na najbliższe pięć lat?

Przede wszystkim właściwe wykorzystanie szans, jakie daje nowoczesne wyposażenie pozyskane z projektu „Powiat rycki stawia na kształcenie ogólne" oraz z KPO. Poza tym dalsza poprawa wyników egzaminów zewnętrznych oraz angażowanie uczniów i rodziców we współtworzenie historii tej szkoły.

Czy szkołę czekają inwestycje - remonty, nowy sprzęt, zmiany w infrastrukturze?

Nowy sprzęt cały czas spływa do szkoły - aktualnie oczekujemy na 2 pracownie językowe i jesteśmy na etapie przygotowań do rewitalizacji sieci internetowej. Biorąc pod uwagę uwarunkowania demograficzne, planowane już kilkanaście lat temu dobudowywanie nowego skrzydła, nie dojdzie do skutku, ale dokończenie szkolnego kompleksu sportowego czy budowa parkingu szkolnego, są realnymi zadaniami, które można będzie wykonać przy przychylności organu prowadzącego. Poza tym 50-letni budynek wymaga ciągłego nadzoru i nakładów, od dachu po piwnice.

Co powiedziałby Pan rodzicom, którzy zastanawiają się nad wyborem tego liceum dla swojego dziecka?

Proszę przyjechać, zobaczyć, porozmawiać z uczniami i rodzicami - po co szukać daleko, kiedy na miejscu masz to, czego szukasz.

Gdyby miał Pan opisać w jednym zdaniu, czym dziś jest ryckie liceum, co by to było zdanie?

Szkoła pokoleniowa, na miarę XXI wieku, ukończenia której nigdy nie będziesz się wstydził.

Co lubi Pan robić po pracy?

Bardzo lubię majsterkować, ale ruch na świeżym powietrzu, turystyka rowerowa, pływanie, czy górskie wędrówki są taką moją odskocznią od pracy.

Zbigniew Jończyk



2 lata temu z okazji 80-lecia I LO w Rykach w dowód wdzięczności i uznania za nieoceniony wkład w działania wspierające rozwój regionu i utwierdzanie jego tożsamości historycznej oraz kulturowej dyrektor Mariusz Grzelak odebrał medal z okazji 550-lecia województwa lubelskiego przyznany szkole przez marszałka Jarosława Stawiarskiego

eprasa.pl 2dd34b52f1

Oszukali go na 76 tys. zł

POWIAT 61-letni mieszkaniec powiatu ryckiego padł ofiarą oszustów. Skontaktowała się z nim przez komunikator kobieta podająca się za przedstawicielkę firmy zajmującej się odzyskiwaniem pieniędzy utraconych na inwestycjach giełdowych. Mężczyzna przelał jej blisko 5 tys. zł, a gdy nie odzyskał wcześniej utraconych pieniędzy, zrezygnował ze współpracy.
Później skontaktował się z nim mężczyzna podający się za brokera platformy inwestycyjnej, który nakłonił go do dalszych wpłat - 61-latek wpłacił blisko 9 tys. zł, a po otrzymaniu drobnej kwoty jako „uwiarygodnienia" zaciągnął kredyt w wysokości 63 tys. zł i przekazał pieniądze „kurierowi", który przyjechał pod jego dom. Dopiero wtedy zorientował się, że padł ofiarą oszustwa i zawiadomił policję.

Po miesiącach ukrywania się zatrzymany w Słupsku

Ryccy kryminalni ustalili, że poszukiwany listem gończym oraz nakazem doprowadzenia wydanym przez Sąd Okręgowy w Słupsku 56-letni mieszkaniec powiatu ryckiego może przebywać w Słupsku, w województwie pomorskim. Mężczyzna miał na koncie prawomocny wyrok za udział w zorganizowanej grupie przestępczej o charakterze zbrojnym oraz za przestępstwo narkotykowe i konsekwentnie unikał odbycia kary ponad 2 lat pozbawienia wolności, ukrywając się poza terenem powiatu ryckiego. W poniedziałek funkcjonariusze z Ryk wspólnie z policjantami Komendy Wojewódzkiej Policji w Lublinie pojechali na Pomorze, by zweryfikować te ustalenia - podczas wizyty w jednym z słupskich lokali zastali w nim poszukiwanego, który był zaskoczony pojawieniem się policjantów. Mężczyzna został zatrzymany i doprowadzony do zakładu karnego, gdzie odbędzie zasądzoną karę.

NAUCZYCIELE PODNIEŚLI SWOJE KWALIFIKACJE



Podczas uroczystości nauczyciele złożyli ślubowanie związane z nadaniem stopnia nauczyciela mianowanego. Burmistrz Jarosław Żaczek oraz przewodniczący rady miejskiej Tomasz Kujda przekazali pedagogom gratulacje oraz życzenia dalszych sukcesów zawodowych

Dwunastu nauczycieli z placówek oświatowych na terenie gminy Ryki uzyskało stopień nauczyciela mianowanego

Awans na stopień nauczyciela mianowanego otrzymali pedagodzy pracujący w szkołach, przedszkolach i innych placówkach oświatowych prowadzonych na terenie gminy. Są wśród nich nauczyciele wychowania przedszkolnego, języka polskiego, oligofrenopedagog oraz nauczyciele współorganizujący kształcenie.
Uroczystość w Urzędzie Miejskim w Rykach była podsumowaniem postępowania związanego z uzyskaniem kolejnego stopnia awansu zawodowego.
Na liście awansowanych znalazło się 12 osób:
Agnieszka Szulc - nauczyciel współorganizujący kształcenie w Publicznej Szkole Podstawowej nr 2 im. Jana Pawła II w Rykach,
Magdalena Szklarczyk - nauczyciel oligofrenopedagog w Ośrodku Rewalidacyjno-Wychowawczym w Rykach,
Katarzyna Bryzek - nauczyciel przedszkola w Zespole Placówek Oświatowych w Owni,
Aneta Tomaszek - nauczyciel przedszkola w Zespole Placówek Oświatowych w Moszczance,
Ewelina Wojtachnio - nauczyciel przedszkola w Zespole Placówek Oświatowych w Rososzy,
Jakub Kuchnio - nauczyciel języka polskiego w Zespole Placówek Oświatowych w Rososzy,
Anita Boryń - nauczyciel przedszkola w Publicznej Szkole Podstawowej w Starej Dąbi,
Katarzyna Rodak - nauczyciel współorganizujący kształcenie w Zespole Placówek Oświatowych w Starym Bazanowie,
Magdalena Okunowska - nauczyciel przedszkola w Zespole Placówek Oświatowych w Starym Bazanowie,
Sylwia Pajdowska - nauczyciel współorganizujący kształcenie w Publicznej Szkole Podstawowej nr 1 im. Mariana Osińskiego w Rykach,
Karolina Sych - nauczyciel współorganizujący kształcenie w Publicznej Szkole Podstawowej nr 1 im. Mariana Osińskiego w Rykach.

Odeszli od nas

21 sierpnia 2026 r. zmarła
Teodozja GOLUCH
z Rososzy
przeżyła 88 lat

22 sierpnia 2026 r. zmarł
Adam BIADUŃ
z Zawitały
przeżył 74 lata

23 sierpnia 2026 r. zmarł
Kazimierz WAROWNY
z Ryk
przeżył 86 lat

25 sierpnia 2026 r. zmarła
Zofia FILIPEK
z Dęblina
przeżyła 83 lata

26 sierpnia 2026 r. zmarł
Henryk KOZAK
z Rososzy
przeżył 71 lat

27 sierpnia 2026 r. zmarł
Andrzej BERNACIAK
z Czernica
przeżył 64 lata

27 sierpnia 2026 r. zmarł
Ryszard ŚWITKIEWICZ
z Dęblina
przeżył 67 lat

28 sierpnia 2026 r. zmarł
Jerzy PRZĄDKA
z Jakubówki
przeżył 75 lat

eprasa.pl 2dd34b52f1

FIAT 125P OBOK KIA EV6. CO RADNI Z KŁOCZEWA WPISALI W OŚWIADCZENIACH MAJĄTKOWYCH

Piętnastu radnych Rady Gminy Kłoczew ujawniło majątki i dochody. Jedno oświadczenie wyróżnia się od razu

Sylwester Rodak, piekarz w GS „Samopomoc Chłopska", zadeklarował 398 tys. zł z pracy na etacie - najwyższy dochód z zatrudnienia w całym zestawieniu, przy mieszkaniu wartym 650 tys. zł i kredycie hipotecznym na 370 tys. zł.

Najbardziej różnorodny majątek ma Mariusz Kasprzak, kierownik Wydziału Geodezji w Starostwie Powiatowym w Puławach: oszczędności w czterech walutach (złotówki, korony czeskie, dolary, euro), fundusze inwestycyjne, a w garażu obok siebie polski fiat 125p z 1977 roku i kia ev6 z 2024 roku - plus sprzęt geodezyjny GPS GNSS wpisany jako mienie ruchome.

Wśród przedsiębiorców najwyższy przychód firmy zgłosił Dominik Błażejczyk - ponad 802 tys. zł, przy dochodzie 62 tys. zł, do tego dywidendy i sprzedaż akcji. Mariusz Kłusek prowadzi działalność z przychodem 625,6 tys. zł i ma wpisany w mienie ruchome ciągnik siodłowy DAF.

Marek Cąkała, nauczyciel, ma w oświadczeniu nietypową pozycję: 160 tys. zł darowizny od rodziny, obok 280 tys. zł oszczędności - i najwyższą dietę radnego w tym zestawieniu, 17,55 tys. zł.

Poniżej publikujemy pełne oświadczenia wszystkich piętnastu radnych.

Dariusz Stoń (l. 36)

PKP Intercity Zakład Centralny Warszawa

Nieruchomości:
» dom 120 m2 warty 400 tys. zł (małżeńska wspólnota majątkowa)
» budynek gospodarczy 156 m2 warty 150 tys. zł (małżeńska wspólnota majątkowa)
» działka 0,4 ha warta 40 tys. zł (małżeńska wspólnota majątkowa)

Dochody:
» 127.199 zł - umowa o pracę
» 188 zł - umowa zlecenie
» 10.700 zł - dieta radnego

Mienie ruchome:
» citroen berlingo z 2009 r.

Wojciech Rygielski (l. 41)

specjalista ds. budowy sieci

Oszczędności:
» 17.500 zł (majątek własny)

Nieruchomości:
» dom 215 m2 warty 500 tys. zł (współwłasność)
» gospodarstwo zagrodowe 1,9217 ha warte 50.000 zł

Dochody:
» 9.000 zł z gospodarstwa (1.000 zł przychód)
» 179.939,75 zł - z tytułu zatrudnienia
» 9.200 zł - dieta radnego

Mienie ruchome:
» peugeot 5008 z 2016 r. (współwłasność małżeńska)

Zobowiązania:
» 233.596,30 zł - kredyt hipoteczny

Sylwester Rodak (l. 52)

- piekarz - GS „Samopomoc Chłopska" Kłoczew

Nieruchomości:
» mieszkanie 60 m2 warte 650 tys. zł (własność)

Dochody:
» 398.000 zł - praca na etacie
» 200 zł - dieta sołtysa
» 640,20 zł - inkaso podatku
» 9.440 zł - dieta radnego

Mienie ruchome:
» mazda CX7 z 2010 r.

Zobowiązania:
» 370 tys. zł - kredyt hipoteczny

Adam Polak (l. 37)

rolnik

Nieruchomości:
» dom 180 m2 warty 100 tys. zł (własność)
» gospodarstwo rolne 13,2793 ha warte 300 tys. zł

Dochody:
» 15.000 zł - z gospodarstwa (przychód: 70.000 zł)
» 10.710 zł - dieta radnego
» 5.600 zł - działalność niereje-strowana

Mienie ruchome:
» ciągnik zetor proxima 90 plus z 2012 r.
» ciągnik ursus C-360-3P z 1985 r.
» audi A4 z 2010 r.

Karolina Kucharczyk (l. 39)

pomoc nauczyciela

Oszczędności:
» 32.500 zł

Dochody:
» 10.710 zł - dieta radnej
» 36.989,21 zł - z tytułu pracy

Mariusz Kłusek (l. 41)

własna działalność gospodarcza

Oszczędności:
» 15.000 zł (współwłasność małżeńska)

Nieruchomości:
» dom 148 m2 warty 600 tys. zł (współwłasność małżeńska)

Dochody:
» 135.479,59 zł - z działalności gospodarczej (625.584,97 zł przychód)
» 9.720 zł - dieta radnego i sołtysa
» 2.873,77 zł – prowizja inkaso
» 4.941,96 zł- umowa zlecenie

Mienie ruchome:
» opel insignia z 2009 r.
» daf XF105 z 2012 r.

Zobowiązania:
» 149.768,70 zł - pożyczka hipoteczna
» 35.710,35 zł leasing

Mariusz Kasprzak (l. 47)

kierownik Wydziału Geodezji - Starostwo Powiatowe w Puławach

Oszczędności:
» 345.000 zł (współwłasność małżeńska)
» 3.190 CZK (współwłasność małżeńska)
» 12.327,16 USD (współwłasność małżeńska)
» 800 EUR (współwłasność małżeńska)
» 16.000 zł - fundusze inwestycyjne (współwłasność małżeńska)

Nieruchomości:
» dom 128 m2 warty 350 tys. zł (własność)
» gospodarstwo rolne i leśne 8,8105 ha warte 306 tys. zł (współwłasność małżeńska)
» nieruchomość 0,305 ha zabudowana domem (j.w.) warta 60 tys. zł (własność)

Dochody:
» 25.500 zł - z gospodarstwa (przychód: 31.000 zł) (współwłasność małżeńska)
» 181.872,99 zł - z tytułu zatrudnienia
» 713,07 zł - inne źródła
» 9.360 zł - dieta radnego

Mienie ruchome:
» - kia ceed z 2014 r.
» citroen C5 z 2011 r.
» polski fiat 125 p z 1977 r.
» kia ev6 z 2024 r.
» ciągnik ursus 4011 z 1976 r.
» GPS GNSS Sirius Proe600T
» kosiarka samojezdna stihl

Michał Filipek (l. 39)

kierownik logistyki - Sciteex Sp. z o.o.

Oszczędności:
» 20.000 zł

Nieruchomości:
» dom 220 m2 warty 650 tys. zł (własność)
» grunty orne 1,95 ha warte 170 tys. zł (własność)

Dochody:
» 168.544,95 zł - umowa o pracę
» 11.600 zł - dieta radnego

Mienie ruchome:
» toyota corolla z 2008 r. (współwłasność)

Zobowiązania:
» 77.406,78 zł - kredyt hipoteczny

Waldemar Filiks (l. 59)

Nieruchomości:
» dom 120 m2 warty 150 tys. zł (własność)
» gospodarstwo rolne 18,14 ha warte 300 tys. zł (współwłasność)

Dochody:
» 20.000 zł - z gospodarstwa (70.000 zł przychód)
» 9.480 zł - dieta radnego
» 3.882,08 zł - prowizja sołtysa
» 23.356,53 zł - umowa dzierżawy Orange

Mienie ruchome:
» citroen C5 z 2008 r.
» zetor z 1981 r.

Paweł Długaszek (l. 41)

rolnik

Oszczędności:
» 10.000 zł

Nieruchomości:
» dom 170 m2 warty 480 tys. zł (właściciel)
» gospodarstwo rolne 12,29 ha warte 400 tys. zł (właściciel)

Dochody:
» 60.000 zł - z gospodarstwa (przychód: 117.516 zł)
» 9.360 zł – dieta radnego

Mienie ruchome:
» massey ferguson 235 z 1991 r.
» kubota M5091 z 2020 r.

Zobowiązania:
» 51.932,01 zł - pożyczka na zakup ciągnika

Dominik Błażejczyk (l. 35)

przedsiębiorca

Oszczędności:
» 16.500 zł (współwłasność małżeńska)
» 110 USD (współwłasność małżeńska)
» 75,425 zł – papiery wartościowe (współwłasność małżeńska)

Nieruchomości:
» dom 200 m2 wart 400 tys. zł (własność)
» gospodarstwo rolne, las 9,7464 ha warte 250 tys. zł (własność)

Dochody:
» 30.200 zł - z gospodarstwa (35.800 zł przychód)
» 62.062,40 zł - z działalności gospodarczej (przychód: 802.804,15 zł)
» 11.495 zł - dieta radnego
» 366 zł – dywidenda
» 271 zł – dywidenda
» 64 zł – sprzedaż akcji

Mienie ruchome:
» ford smax z 2017 r.
» ciągnik ursus C-330 z 1978 r.
» pilarka formatowa z 2020 r.
» okleinarka z 2020 r.

Zobowiązania:
» 27.359 zł - leasing operacyjny

Roman Babik (l. 70)

emeryt

Dochody:
» 12.000 zł - dieta radnego
» 46.391,41 zł - emerytura
» 3.246 zł - MSWiA
» 1.259,85 zł - dieta Poltramet
» 250 zł - dieta bank spółdzielczy

Mienie ruchome:
» opel corsa z 2010 r.

Marek Cąkała (l. 66)

nauczyciel - Szkoła Podstawowa w Kłoczewie

Oszczędności:
» 280.000 zł (wspólnota małżeńska)
» 5.000 zł - obligacje skarbowe (wspólnota małżeńska)

Nieruchomości:
» dom 160 m2 warty 200 tys. zł (wspólnota małżeńska)
» działka 28 a warta 100 tys. zł (wspólnota małżeńska)
» budynek gospodarczy 70 m2 warty 25 tys. zł (wspólnota małżeńska)
» las 0,27 ha warty 20 tys. zł (wspólnota małżeńska)

Dochody:
» 111.725,33 zł - ze stosunku pracy
» 17.550 zł - dieta radnego
» 160.000 zł – darowizna od rodziny

Mienie ruchome:
» opel astra z 2010 r. (wspólnota małżeńska)
» peugeot 107 z 2010 r.(wspólnota małżeńska)

Witold Łukasiak (l. 59)

nauczyciel - Szkoła Podstawowa w Goździe

Oszczędności:
» 30.000 zł (małżeńska wspólnota majątkowa)

Nieruchomości:
» dom 90 m2 warty 200 tys. zł (własność)
» gospodarstwo indywidualne 2,61 ha warte 80 tys. zł (własność)

Dochody:
» 8.000 zł - z gospodarstwa
» 107.848,06 zł - z stosunek pracy
» 10.880 zł - dieta radnego
» 14.440 zł - działalność wykony-wana osobiście
» 182,29 zł - inne źródła

Mienie ruchome:
» vw polo z 2003 r.
» opel meriva z 2007 r.

Marian Kryczka (l. 68)

emeryt

Nieruchomości:
» dom 100 m2 warty 150 tys. zł (współwłasność)
» gospodarstwo rolne 2,7 ha warte 60.000 zł (współwłasność)

Dochody:
» 67.644 zł - emerytura
» 823,38 zł - prowizje od podatku
» 11.531,16 zł - dieta radnego
» 4.221,32 zł - KRUS
» 136 zł - Rejonowy Związek Spółek Wodnych
» 5.803,70 – Kampol Fruit

Mienie ruchome:
» renault scenic z 2010 r.

eprasa.pl 2dd34b52f1

ZŁOTA JESIEŃ TUŻ-TUŻ. PORADNIK I KALENDARZ WAŻNYCH SPRAW DLA SENIORA

Kończące się wakacje sprzyjają aktywnościom turystycznym seniorów oraz rodzinnym spotkaniom, ale nadchodzący wrzesień wymaga też przygotowania portfela i organizmu na chłodniejsze miesiące



Kończące się wakacje sprzyjają aktywnościom turystycznym seniorów oraz rodzinnym spotkaniom, ale nadchodzący wrzesień wymaga też przygotowania portfela i organizmu na chłodniejsze miesiące (fot. UTW Ryki)

Poniżej przedstawiamy przegląd najważniejszych tematów, które powinny znaleźć się w kalendarzu każdego seniora w najbliższych tygodniach.

FINANSE: 14. EMERYTURA JUŻ WE WRZEŚNIU

Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) podał oficjalny harmonogram wypłat kolejnego dodatkowego rocznego świadczenia pieniężnego. Pieniądze trafią na konta emerytów i rencistów automatycznie - oznacza to, że nie trzeba składać żadnych wniosków.

Środki będą przekazywane wraz z regularną, wrześniową emeryturą lub rentą w standardowych terminach płatności: 1, 6, 10, 15, 20 oraz 25 września. Jedynie osoby pobierające świadczenia przedemerytalne otrzymają przelew 1 października.

ILE WYNOSI CZTERNASTKA?

Pełna kwota to 1978,49 zł brutto (równowartość minimalnej emerytury). Kto otrzyma pełną kwotę? Seniorzy, których podstawowe świadczenie miesięczne nie przekracza 2900 zł brutto.

Zasada „złotówka za złotówkę": Jeśli pobierasz wyższą emeryturę, czternastka zostanie pomniejszona o kwotę tego przekroczenia. Pieniądze nie zostaną wypłacone, jeśli kwota świadczenia miałaby wynosić mniej niż 50 zł brutto (próg odcięcia to emerytura na poziomie 4828,49 zł brutto).

ZDROWIE: ZADBAJ O ODPORNOŚĆ PRZED SEZONEM INFEKCJI

Wrzesień to ostatni moment na korzystanie ze słońca, jednak ten miesiąc przynosi gwałtowne zmiany aury, które mogą negatywnie wpływać na organizm. Lekarze rodzinni apelują, aby wykorzystać ten okres na profilaktykę zdrowotną przed zbliżającym się sezonem grypowym.

- *Często powtarzam pacjentom, że łatwiej zapobiegać chorobom niż później leczyć ich powikłania. Z wiekiem rośnie ryzyko ciężkiego przebiegu infekcji. Z pozoru zwykła grypa czy zapalenie płuc u osoby po 65. roku życia może znacznie obciążyć organizm, zaostrzyć choroby przewlekłe, a nawet zakończyć się hospitalizacją* - mówi Hanna Czerska, lekarz rodzinny NZOZ Stężyca. Szczepienia ochronne i odpowiedni poziom witaminy D to dwa elementy, o które warto zadbać szczególnie w starszym wieku.

- *Seniorzy powinni regularnie sprawdzać, czy ich szczepienia są aktualne* - przypomina doktor Czerska. W szczególności warto porozmawiać z lekarzem o grypie (szczepienie zalecane jest co roku i zmniejsza ryzyko ciężkiego przebiegu oraz powikłań), pneumokokach (szczepienia chronią przed m.in. ciężkim zapaleniem płuc i inwazyjną chorobą pneumokokową), RSV i półpaścu (szczepienia mogą znacząco zmniejszyć ryzyko ciężkich zachorowań i powikłań), szczepieniu przeciw błonicy, tężcowi i krztuścowi - u dorosłych zaleca się dawki przypominające zwykle co 10 lat. Warto sprawdzić, czy szczepienie COVID 19 jest aktualne zgodnie z obowiązującymi zaleceniami. - *Nie każdy senior potrzebuje dokładnie tego samego zestawu szczepień. Znacznie mają m.in. wiek, choroby przewlekłe i wcześniejsze szczepienia* - zaznacza Hanna Czerska.

Z wiekiem skóra słabiej wytwarza witaminę D pod wpływem słońca, dlatego polskie zalecenia przewidują u seniorów suplementację przez cały rok. Orientacyjna dawka to 2000 4000 j.m. (IU) dziennie. - Dawkę warto ustalić indywidualnie, szczególnie w przypadku otyłości, chorób przewlekłych lub innych czynników ryzyka niedoboru - doradza pani doktor. Witaminę D najlepiej przyjmować podczas posiłku zawierającego tłuszcz, (np. nabiał, jaja, awokado), co sprzyja jej wchłanianiu.

- *Szczepienia i odpowiednia podaż witaminy D to ważne elementy profilaktyki, ale równie istotne są ruch, zdrowa dieta, kontrola chorób przewlekłych i regularne badania* - podkreśla Hanna Czerska.

AKTYWIZACJA: NOWY ROK NA UNIWERSYTETACH TRZECIEGO WIEKU

Wrzesień to tradycyjny czas rekrutacji i zapisów na Uniwersytety Trzeciego Wieku (UTW) oraz do lokalnych klubów seniora, które wznawiają działalność po przerwie wakacyjnej. To doskonała okazja, aby wyjść z domu, zdobyć nowe umiejętności i przełamać rutynę.

- *Słuchaczem UTW może zostać każdy mieszkaniec Ryk i okolic, który ukończył 60 lat życia* - oznajmia Zofia Polak, prezes UTW w Rykach. Zapisy nowych kandydatów polegają na wypełnieniu deklaracji uczestnika, po którą należy zgłosić się do biura UTW w siedzibie OPS przy ul. Poniatowskiego 12. Jest ono czynne w każdy czwartek w godz. od 10:00 do 12:00 i wpłacie wpisowego 10 zł.

Słuchacze zostaną powiadomieni o terminie i miejscu inauguracji nowego roku akademickiego. - *Nie ma limitu miejsc. Poza złożeniem deklaracji nie żądamy żadnych załączników* - podkreśla Zofia Polak. Wszystkich uczestników obowiązuje natomiast zapłacenie składki członkowskiej w wysokości 100 zł rocznie. - *Natomiast chętni na organizowane wycieczki krajoznawcze lub wyjazdy do teatru czy na koncerty wnoszą ustaloną odpłatność* - informuje pani prezes.

W trakcie roku uczestnicy biorą udział w wielu przedsięwzięciach. Które zajęcia cieszyły się największym uznaniem w ubiegłym roku? - *Największe zainteresowanie było na zajęciach z lokalnej historii, ale również wykłady dotyczące zdrowia seniorów* - odpowiada nasza rozmówczyni.

W tym roku planowana jest nowa sekcja - gimnastyczna. - *Będziemy również kontynuować już istniejące tj. kółko teatralne, hafciarskie oraz sekcję rowerową* - oznajmia pani Zofia.

Przed UTW jeszcze jedno wyzwanie. - *W 2027 r. będziemy obchodzić jubileusz 20-lecia powstania UTW w Rykach. Myślę, że zorganizowanie obchodów będzie naszym największym wyzwaniem* - przyznaje pani prezes.

BEZPIECZEŃSTWO: UWAGA NA SEZONOWYCH OSZUSTÓW!

Wraz z końcem wakacji i powrotem dzieci oraz wnuków do szkół, policja ponownie ostrzega przed oszustami działającymi metodami „na wnuczka", „na policjanta" czy „na urzędnika ZUS". Przestępcy często wykorzystują fakt, że we wrześniu seniorzy dysponują dodatkowymi środkami z czternastej emerytury.

Pamiętaj! Pracownicy ZUS, banków ani policjanci nigdy telefonicznie nie żądają wypłaty gotówki, nie pytają o loginy do bankowości elektronicznej ani nie wysyłają kurierów po odbiór pieniędzy. W razie jakichkolwiek podejrzeń natychmiast rozłącz się i skontaktuj z kimś bliskim lub zadzwoń pod numer alarmowy 112.

Oszuści stale modyfikują swoje metody, żerując na empatii, strachu i zaufaniu starszych osób. Komenda Powiatowa Policji w Rykach przypomina, że wystarczy znać kilka podstawowych zasad, aby skutecznie zatrzymać przestępców. Apeluje też o ostrożność wobec obcych osób, które pod różnymi pretekstami próbują dostać się do naszego domu.

- *Sprawcy często wykorzystują życzliwość i chęć pomocy, licząc zwłaszcza na zaufanie osób starszych. Prośba o szklankę wody, pytanie o sąsiada czy chęć skorzystania z telefonu mogą być tylko pretekstem, by odwrócić uwagę domowników i dokonać kradzieży* - przestrzega st. asp. Łukasz Filipek.

Zbigniew Jończyk

eprasa.pl 2dd34b52f1

Z MADAGASKARU PRZYWIOZŁA MARZENIE. CHCE WYBUDOWAĆ SZKOŁĘ

Miesiąc wolontariatu na Madagaskarze był doświadczeniem, które po powrocie nie zostało tylko wspomnieniem. Dla Magdaleny Kornackiej ze Stężycy stało się początkiem kolejnego planu. W Soberace chce wybudować szkołę dla około 70 dzieci. Potrzeba na to około 80 tys. zł



Magdalena Kornacka w Soberace chce wybudować szkołę dla około 70 dzieci

O pobycie Magdaleny Kornackiej na Madagaskarze pisaliśmy na naszych łamach. Przez miesiąc jako wolontariuszka Fundacji Betel pomagała w domu, w którym mieszkają dzieci wymagające opieki i wsparcia. Odwiedzała również rodziny żyjące w bardzo trudnych warunkach. Szczególnie mocno zapamiętała wizyty w kamieniołomach, gdzie pracują także dzieci.

Jeszcze przed powrotem do Polski pojechała tam ponownie, zabierając ze sobą paczki z żywnością.

- *Widok dzieci pracujących w tak ciężkich warunkach, zamiast być w szkole i bawić się jak dzieci w Polsce, bardzo mocno we mnie został. Wróciłam tam z paczkami żywnościowymi. Chciałam choć na chwilę sprawić, żeby te dzieci poczuły trochę szczęścia i bezpieczeństwa. To było dla mnie dopełnienie całego wyjazdu* - mówiła po powrocie.

Dziś chce zrobić krok dalej. W miejscowości Soberaka planuje budowę szkoły, która ma służyć dzieciom przez lata.

TRZY SALE DLA OKOŁO 70 DZIECI

Magdalena podkreśla, że nie chodzi o dużą inwestycję, ale o stworzenie bezpiecznego i funkcjonalnego miejsca, odpowiadającego potrzebom lokalnej społeczności.

- *W Soberace na Madagaskarze chcemy wybudować prostą, ale przede wszystkim bezpieczną i funkcjonalną szkołę dla lokalnych dzieci. Ma to być miejsce, w którym będą mogły się uczyć, rozwijać i mieć szansę na lepszą przyszłość. Plan zakłada budowę trzech sal, przeznaczonych łącznie dla około 70 dzieci. Chodzi nam o stworzenie szkoły dopasowanej do realnych potrzeb tej społeczności* - tłumaczy.

W Soberace działa już szkoła publiczna, jednak – jak wyjaśnia Magdalena - jest ona płatna, a jej poziom nie daje dzieciom odpowiednich możliwości dalszej edukacji. Opłaty stanowią też barierę dla rodzin, szczególnie jeśli w jednej rodzinie jest więcej niż jedno dziecko w wieku szkolnym.

Planowana placówka ma być tańsza i jednocześnie zapewniać dzieciom możliwość zdobycia wykształcenia, które pozwoli im kontynuować naukę.

NIE TYLKO BUDYNEK

Szkoła ma być częścią szerszego programu edukacyjnego Międzynarodowego Ruchu Betel - edukacja.zsercem. Zakłada on możliwość objęcia dzieci z ubogich rodzin stałą pomocą w formie stypendialnej.

Wsparcie ma obejmować nie tylko czesne, ale również przybory szkolne, ubrania i wyżywienie. Dzięki temu pomoc nie będzie ograniczała się do samego zapewnienia miejsca w szkolnej ławce.

- *Zależy nam na tym, aby nie była to jedynie inwestycja w budynek, ale przede wszystkim długofalowa pomoc dla dzieci i mieszkańców Soberaki* - mówi Magdalena.

Po wybudowaniu szkoła ma być prowadzona na miejscu przez osoby i organizację zaangażowane w pomoc lokalnej społeczności.

NAJPIERW TRZEBA ZEBRAĆ PIENIĄDZE

Na razie projekt znajduje się na etapie organizowania środków. Całkowity koszt inwestycji szacowany jest na około 80 tys. zł. Budowa miałaby rozpocząć się w przyszłym roku, podczas kolejnego pobytu Magdaleny na Madagaskarze. Warunkiem jest jednak zebranie pieniędzy potrzebnych do rozpoczęcia pierwszego etapu prac. Jeśli uda się zapewnić finansowanie, szkoła mogłaby rozpocząć działalność w kolejnym roku.

- *Dużo zależy jednak od tempa zbiórki oraz warunków i możliwości organizacyjnych na miejscu* - zaznacza.

Zbiórka dopiero się rozpoczęła, ale pojawiły się już pierwsze wpłaty. Wesprzeć ją można za pośrednictwem serwisu Pomagam.pl.

Magdalena liczy nie tylko na wpłaty. Równie ważne jest dla niej dotarcie z informacją o projekcie do kolejnych osób, firm, szkół czy organizacji, które mogłyby zostać jego partnerami.

- *Potrzebujemy przede wszystkim ludzi, którzy uwierzą w ten projekt i pomogą nam dotrzeć z jego historią do jak największej liczby osób. Oczywiście bardzo ważne są wpłaty, bo bez nich nie uda się wybudować szkoły, ale równie cenne jest udostępnianie zbiórki, przekazywanie informacji dalej, kontakt z firmami, szkołami, fundacjami czy osobami, które chciałyby zostać naszymi partnerami.*

„NIE CHCIAŁAM, ŻEBY TA PODRÓŻ BYŁA TYLKO PIĘKNYM WSPOMNIENIEM"

Decyzja o budowie szkoły nie pojawiła się przypadkowo. Podczas miesięcznego pobytu Magdalena zobaczyła, jak różne może być dzieciństwo w zależności od miejsca urodzenia. Wcześniej mówiła, że szczególnie poruszyło ją to, jak niewiele dzieci potrzebują do szczęścia, a jednocześnie jak wiele podstawowych rzeczy pozostaje poza ich zasięgiem.

- *Najbardziej zapamiętałam ich uśmiechy, spojrzenia i ogromną wdzięczność za rzeczy, które dla nas są czymś zupełnie zwyczajnym. Pamiętam dzieci, które mimo bardzo trudnych warunków potrafiły cieszyć się najmniejszymi rzeczami. Pamiętam również wizyty w miejscach, gdzie dzieci pracują i żyją w warunkach, których trudno doświadczyć w Polsce. To właśnie te spotkania sprawiły, że po powrocie wiedziałam, że chcę zrobić coś więcej. Nie chciałam, żeby ta podróż była tylko pięknym wspomnieniem. Chciałam, żeby pozostawiła po sobie coś trwałego.*

Wcześniej Magdalena mówiła również, że po powrocie z Madagaskaru zwykłe czynności zaczęła postrzegać inaczej. Dostęp do wody, prądu czy możliwość zrobienia zakupów przestały być dla niej oczywistością. Jak podkreślała, wyjazd nauczył ją przede wszystkim wdzięczności.

Teraz chce, by doświadczenie z Madagaskaru przełożyło się na konkretną zmianę.

- *Wolontariat zmienił moje spojrzenie na wiele rzeczy, a przede wszystkim pokazał mi, że nawet mała pomoc może mieć ogromne znaczenie. Budowa szkoły stała się moim marzeniem i kontynuacją tego, co zaczęło się podczas mojego pobytu na Madagaskarze.*

„WIELE OSÓB RAZEM MOŻE ZBUDOWAĆ SZKOŁĘ"

Magdalena zdaje sobie sprawę, że sama nie jest w stanie sfinansować takiego przedsięwzięcia. Dlatego prosi nie tylko o pieniądze, ale przede wszystkim o pomoc w dotarciu z informacją do kolejnych osób.

- *Wierzę, że jedna osoba może rozpocząć zmianę, ale dopiero wiele osób razem może zbudować szkołę. Moim marzeniem jest, aby dzieci w Soberace dostały nie tylko budynek, ale przede wszystkim szansę - na naukę, rozwój i lepszą przyszłość.*

mg

Zbiórkę można wesprzeć na stronie Pomagam.pl: pomagam.pl/wtkycc.

eprasa.pl 2dd34b52f1

Twój Głos nr 35(1176) | 31 sierpnia 2026 | www.twojglos.pl

FELIETON

Przecież byłam dobra



Karol Gałkowski

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

Gdybyś potrzebował wsparcia, napisz: karolgalkowski02@gmail.com

Uczę religii w szkole średniej. Trafiają do niej również młodzi ludzie z domów rozbitych przez alkohol, przemoc i zwyczajną bezradność dorosłych. Niektórzy mają już za sobą własne uzależnienie, ucieczki z domu, kłopoty, o których wolą nie mówić. Siedzą w ławkach obok rówieśników, którym życie ułożyło się zwyczajnie. Mają piętnaście, siedemnaście lat i noszą w sobie więcej, niż niejeden z nas doświadczył przez całe życie.

Była kiedyś taka lekcja. Zaczęła się zwyczajnie, ktoś rysował w zeszycie, ktoś odwrócił się do kolegi. Rękę podniosła dziewczyna z ostatniej ławki i zapytała: „Dlaczego to mi się przytrafiło? Przecież byłam dobra. Dlaczego tata poszedł siedzieć, a mama na odwyk? Dlaczego ja trafiłam tutaj? Nic złego nie zrobiłam. Tak się starałam. Dlaczego to jest takie niesprawiedliwe?”

W klasie zrobiło się cicho. Nawet ci, którzy zwykle huśtali się na krzesłach, znieruchomieli. Miałem przygotowaną lekcję. Zamknąłem podręcznik. Nie odpowiedziałem od razu. Widziałem, ile ją kosztowało to podniesienie ręki. Pod jej pytaniem był ból, którego nie kwituje się gotową formułką. Na takie pytania nie odpowiada się szybko.

Ona nie pytała o teologię. Pytała o umowę, którą wielu z nas nosi w sercu, chociaż nikt jej z nami nie podpisał. Będę grzeczna, to w domu będzie spokój. Będę porządny, to nieszczęście nas ominie. Dzieci trzymają się tej umowy najmocniej, bo własna grzeczność bywa jedynym, co mają.

Znam ją zresztą nie tylko z ośrodka. Też kiedyś liczyłem po cichu, że jeśli będę wystarczająco dobry, pewne rzeczy mnie ominą, że życie będzie proste. Ta umowa nie bierze się ze złej woli. Daje poczucie, że wiele od nas zależy. Łatwiej wierzyć, że trzeba się bardziej starać, niż przyznać, że wielu rzeczy nie da się upilnować.

Przyszło mi wtedy do głowy jedno zdanie z Kazania na Górze. Jezus mówi w nim o Ojcu, który sprawia, że słońce wschodzi nad złymi i nad dobrymi, a deszcz pada na sprawiedliwych i niesprawiedliwych. Twarde zdanie, ale jest w nim ulga. Nie ma osobnej pogody dla porządnych i osobnej dla łajdaków. Choroba nie jest karą. Cudzy nałóg nie jest wyrokiem na dziecko.

Hiob był człowiekiem prawym i stracił wszystko. Pobożni przyjaciele tłumaczyli mu, że widocznie na to zasłużył. Mylili się. A potem jest jeszcze krzyż, który nie ominął nawet Tego, kto był dobry bez reszty. Po czymś takim nikt nie ma prawa mówić dziecku, że nieszczęście jest rachunkiem za grzechy.

Dlaczego więc dobrym ludziom dzieje się krzywda? Nie wiem i nie będę udawał, że wiem. Wiem tylko, czym ta krzywda nie jest. Nie jest karą. Nie jest zapłatą za zbyt małą dobroć. Nie jest znakiem, że Bóg odwrócił wzrok. I na pewno nie jest winą dziecka, że dorośli sobie nie poradzili.

Tyle jej wtedy powiedziałem. Że to nie była jej wina. Że nie miała władzy nad butelką matki ani nad wyrokiem sądu. Że żadna grzeczność tego nie zatrzymała, bo dobroć nie jest kierownicą. Że wolno jej płakać i wolno się złościć, nawet na Pana Boga, bo Hiob też się złościł, a to jego, nie gładkich doradców, Bóg pochwalił na końcu.

Jest taka stara modlitwa, którą odmawiają ludzie wychodzący z nałogu. Prosi się w niej o odwagę wobec tego, co można zmienić, o zgodę na to, czego zmienić się nie da, i o mądrość, żeby jedno odróżnić od drugiego. Pomyślałem wtedy, że może gdzieś, w innym budynku, odmawia ją teraz jej mama.

Zadzwonił dzwonek. Klasa wybiegła na korytarz, ona wyszła ostatnia i cicho powiedziała „dziękuję”. Nie wiem, za co. Jej pytanie zostało ze mną na lata, bo dorosłe życie prędzej czy później zadaje je każdemu. Cudzy nałóg. Choroba. Telefon, który milczy.

Dziś oddaję je Tobie, tylko trochę inaczej. Czy na wszystko w swoim życiu masz wpływ? I czy umiesz przyjąć to, na co wpływu nie masz? I pogodzić się z tym?

O ZDROWIU

O roli śmiechu dla zdrowia



Leszek Marek Krześniak

Specjalista chorób wewnętrznych,

www.drkrzesniak.pl

Popularne powiedzenie „Śmiech to zdrowie” znajduje potwierdzenie w badaniach naukowych, a także w codziennych obserwacjach. Niestety z upływem lat coraz rzadziej się śmiejemy. Są badania, i to z roku 2020, które potwierdzają, że prawie co trzeci Polak rzadziej się uśmiecha, a nawet powstrzymuje od śmiechu. Z wiekiem u wielu osób rozwija się też wiele chorób przewlekłych czy pojawia wręcz wielochorobowość.

Pod wpływem śmiechu zmienia się wiele mierzalnych parametrów zdrowia: podwyższa się we krwi frakcja HDL, tzw. dobrego cholesterolu, zmniejszają się wskaźniki zapalenia, obniża się podwyższone ciśnienie krwi i poprawia nastrój. Śmiech może też opóźniać procesy starzenia się organizmu.

Nauka o śmiechu to gelotologia.

Śmiech jest jednym ze skuteczniejszych sposobów zwalczania skutków stresu, bo obniża poziom hormonów stresu, takich jak adrenalina i kortyzol. Minuta śmiechu daje takie efekty zdrowotne jak 45 minut relaksu lub 20 minut biegu. Śmiech stymuluje układ odpornościowy i pobudza wytwarzanie przeciwciał do walki z wirusami. Korzystnie wpływa na funkcjonowanie układu oddechowego, bo rozluźnia mięśnie, pogłębia oddech i zwiększa pobieranie tlenu przez płuca. Jest szczególnie ważny dla osób z astmą i obturacyjnymi chorobami płuc. Głębokie oddechy w czasie śmiechu sprzyjają poprawie pamięci i lepszej pracy mózgu. Śmiech działa przeciwdepresyjnie, bo zwiększa wytwarzanie hormonów szczęścia - serotoniny i endorfin - które nie tylko poprawiają nastrój, ale mają też efekt przeciwbólowy. To dlatego śmiejąc się, mniej odczuwamy różnego rodzaju dolegliwości bólowe. Ludzie, którzy często się śmieją, są bardziej kreatywni i łatwiej potrafią rozwiązywać nawet trudne problemy lub tworzyć nowe rozwiązania. Pod wpływem śmiechu lepiej funkcjonuje układ krążenia i poprawia się praca przewodu pokarmowego.

Śmiech może wspomagać odchudzanie - 1 minuta głośnego śmiechu to strata 10-12 kilokalorii.

Śmiech może być wykorzystywany do wspomagania leczenia wielu rodzajów chorób. Warto wykorzystywać jego pozytywne efekty w terapii schorzeń nowotworowych, kardiologicznych, neurologicznych i wszelkiego rodzaju treningach rehabilitacyjnych.

Ostatnio zyskuje na popularności tzw. joga śmiechu.

Śmiech ma cechy uniwersalnego języka komunikacji między ludźmi i nie wymaga znajomości języków obcych.

Potwierdzono, że małe dziecko śmieje się około 400 razy dziennie, podczas gdy u dorosłych liczba ta spada do 30. Upraszczając: powiedz mi, ile razy dziennie się uśmiechasz, a powiem ci, ile masz lat, a nawet jak długo będziesz żył.

Śmiech należy do najtańszych sposobów zapobiegania rozwojowi chorób, zwłaszcza przewlekłych. Trzeba go tylko praktykować. Warto cenić osoby, które - opowiadając dowcipy czy przesyłając memy internetem lub telefonem - potrafią nas rozbawić. Dla zdrowia warto oglądać komedie filmowe, sztuki teatralne, występy kabaretowe czy czytać czasopisma i wesołe książki. Warto też po prostu organizować spotkania, na których będziemy się śmiać. Pozytywnie działa także śmiech wymuszony, a sam śmiech jest przecież zaraźliwy.

eprasa.pl 2dd34b52f1

MECENAS OŚKO MÓWI, JAK JEST

„Przecież czułem się trzeźwy”. Alkohol za kierownicą i kilka granic, których lepiej nie sprawdzać



Mecenas Tomasz Ośko

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

Sobota wieczór. Grill, urodziny albo wesele. Człowiek wypił kilka kieliszków, ale zachował rozsądek: samochód został pod domem, wrócił taksówką albo poszedł spać na miejscu. Rano kawa, prysznic, śniadanie. Głowa nie boli, człowiek czuje się zupełnie normalnie. Wsiada więc do samochodu i jedzie. Kilkaset metrów dalej policjant podaje alkomat.

I właśnie wtedy może się okazać, że sobotnia impreza skończy się dopiero w sądzie.

W sprawach o prowadzenie po alkoholu pierwszym problemem jest bowiem przekonanie, że skoro czuję się trzeźwy, to jestem trzeźwy. Niestety organizm nie zna tej zasady. Alkohol usuwa się z niego w swoim tempie, a samopoczucie kierowcy nie jest żadnym urządzeniem pomiarowym. Dlatego „dzień po” potrafi być równie niebezpieczny prawnie jak nocny powrót z imprezy.

Polskie prawo wyznacza dwie zasadnicze granice. Od 0,2 do 0,5 promila alkoholu we krwi mamy stan po użyciu alkoholu. Prowadzenie samochodu w takim stanie jest wykroczeniem. Powyżej 0,5 promila zaczyna się stan nietrzeźwości, a kierowanie pojazdem mechanicznym staje się przestępstwem.

Różnica jednego wyniku na alkomacie może więc oznaczać przejście z Kodeksu wykroczeń do Kodeksu karnego. A to już nie jest różnica kosmetyczna.

Przy wykroczeniu kierowca musi liczyć się m.in. z grzywną nie niższą niż 2500 zł oraz zakazem prowadzenia pojazdów. Przy przestępstwie konsekwencje są znacznie poważniejsze. Art. 178a Kodeksu karnego przewiduje karę do 3 lat pozbawienia wolności, a do tego dochodzą środki karne, świadczenie pieniężne i zakaz prowadzenia pojazdów. W określonych sytuacjach pojawia się również kwestia przepadku pojazdu.

Dla wielu ludzi najbardziej dotkliwy nie jest zresztą sam wyrok, lecz utrata prawa jazdy. W dużym mieście można jeszcze próbować zastąpić samochód komunikacją publiczną. W powiecie takim jak garwoliński czy rycki wygląda to zupełnie inaczej. Dla mieszkańca wsi samochód często oznacza możliwość dojazdu do pracy, lekarza, szkoły czy urzędu. Dla kierowcy zawodowego utrata uprawnień może oznaczać natomiast utratę źródła utrzymania.

Dlatego jedna z najgorszych rzeczy, jakie można zrobić po zatrzymaniu, to uznać: „wynik jest, więc nic już nie da się zrobić”.

Da się. Co oczywiście nie oznacza, że każdy nietrzeźwy kierowca może uniknąć odpowiedzialności.

Znaczenie może mieć dokładny wynik kolejnych badań, czas ich przeprowadzenia, rodzaj urządzenia, jego prawidłowość i dokumentacja pomiaru, a także to, czy stężenie alkoholu rosło, czy malało. Szczególnie istotne bywają wyniki znajdujące się blisko ustawowej granicy. W prawie karnym kilka setnych części wyniku nie jest drobiazgiem, jeżeli od nich zależy, czy mamy jeszcze wykroczenie, czy już przestępstwo.

Nie każda sprawa musi również skończyć się klasycznym wyrokiem skazującym. W odpowiednich okolicznościach można rozważać warunkowe umorzenie postępowania. Sąd bierze wtedy pod uwagę nie tylko liczbę wyświetloną przez alkomat, ale cały obraz zdarzenia: wcześniejszą niekaralność, sposób życia sprawcy, okoliczności jazdy, stopień zagrożenia i zachowanie po zdarzeniu. Nie jest to jednak automat ani „prawo każdego kierowcy do pierwszego błędu”.

Zupełnie inna sytuacja powstaje, gdy ktoś już wcześniej był prawomocnie skazany za prowadzenie w stanie nietrzeźwości albo wsiada za kierownicę mimo obowiązującego zakazu. Wtedy wchodzimy na znacznie poważniejszy poziom odpowiedzialności. Kodeks karny przewiduje w takich przypadkach karę od 3 miesięcy do 5 lat pozbawienia wolności, a zasadą staje się dożywotni zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Tu naprawdę kończy się przestrzeń na myślenie, że „jakoś to będzie”.

Jest jeszcze rozwiązanie, o którym kierowcy dowiadują się zwykle dopiero długo po wyroku. Po wykonaniu odpowiedniej części zakazu można wystąpić do sądu o zgodę na prowadzenie pojazdów wyposażonych w blokadę alkoholową. Urządzenie bada kierowcę przed uruchomieniem samochodu i uniemożliwia jazdę po alkoholu. Nie kasuje wyroku, ale w niektórych przypadkach pozwala wcześniej wrócić za kierownicę na ściśle określonych zasadach.

Z tych wszystkich przepisów wynika jednak jedna rada znacznie prostsza niż cały Kodeks karny.

Jeżeli rano po imprezie zastanawiasz się, czy możesz już prowadzić, to samo pojawienie się tego pytania powinno zapalić lampkę ostrzegawczą. Porządny alkomat kosztuje mniej niż prawnik, grzywna, utracone prawo jazdy i kilka miesięcy tłumaczenia rodzinie oraz pracodawcy, dlaczego nie można już prowadzić samochodu.

A zdanie „przecież czułem się trzeźwy” brzmi całkiem rozsądnie tylko do chwili, w której policjant powie: „proszę dmuchać”.

REKLAMA



eprasa.pl 2dd34b52f1

Współtwórca „Zielonego Balonika” urodził się pod Rykami (część pierwsza)

Był malarzem i grafikiem, współtworzył słynny krakowski kabaret „Zielony Balonik”, działał społecznie i angażował się w sprawy publiczne. Przez przypadek przyczynił się nawet do uwolnienia aresztowanego Włodzimierza Uljanowa - późniejszego Lenina.



Urodzony w Bobrownikach Jan Skotnicki był uznanym malarzem i grafikiem przełomy XIX i XX wieku. Wniósł duży wkład w życie ówczesnej krakowskiej cyganerii (fot. Narodowe Archiwum Cyfrowe)

Jan Skotnicki urodził się 150 lat temu w Bobrownikach, niedaleko Ryk i Dęblina. Według metryki chrztu jako miejsce urodzenia zapisano Podwierzbie. Pochodził z rodziny ziemiańskiej Jana i Cecylii z Sestié.

Jego młodość przypadła na okres, gdy ziemie polskie pozostawały pod zaborami. Jeszcze jako uczeń warszawskich gimnazjów angażował się w działalność samokształceniową. Organizował tajne biblioteki szkolne i prowadził kółka dla młodzieży. Należał również do centralnego zarządu kierującego tą działalnością.

SAM POPROSIŁ O ZESŁANIE

W 1893 roku, po udziale w obchodach rocznicy Konstytucji 3 Maja w warszawskim Ogrodzie Botanicznym, Skotnicki znalazł się w policyjnych protokołach. Dwa lata później jego działalność przyniosła poważniejsze konsekwencje. Władze rosyjskie wydaliły go z Warszawy.

Skotnicki sam zgłosił się na policję. Nie chciał udzielić informacji na temat prowadzonej działalności, a obawiając się, że konsekwencje mogą dotknąć również jego matkę, sam poprosił władze o zesłanie.

Podczas podróży pod eskortą na wschód poznał rodzinę Ordów. Dzięki jej pomocy wysiadł w Pińsku, znacznie bliżej miejsca, do którego miał trafić. Uczył się tam w szkole skupiającej m.in. nauczycieli zesłanych z Rosji oraz polską młodzież pozbawioną opieki. W 1897 roku zdał maturę. Po latach bardzo dobrze wspominał swoich ówczesnych nauczycieli.

- *Profesorowie zesłani tutaj byli to przeważnie ludzie wyjątkowo światli, przy tym dusze buntujące się, rogate, niepłaszczące się przed władzami* - pisał we wspomnieniach.

Z PETERSBURGA DO KRAKOWA

Po maturze zdecydował, że zajmie się malarstwem. Jako zesłaniec nie mógł jednak wrócić do Królestwa Polskiego, dlatego wybrał Petersburg. Tam zetknął się z rosyjską szkołą malarską, której sposób kształcenia szybko go rozczarował. Do decyzji o wyjeździe przyczynił się również jego udział w demonstracji przeciw władzom petersburskiej Akademii.

Skotnicki przeniósł się do Krakowa. W latach 1900-1903 studiował w Akademii Sztuk Pięknych pod kierunkiem Jacka Malczewskiego, Józefa Mehoffera i Teodora Axentowicza. Jako wolny słuchacz chodził również na wykłady z historii sztuki na Uniwersytecie Jagiellońskim.

W Krakowie znalazł się w samym środku środowiska artystycznego Młodej Polski. Przyjaźnił się z Włodzimierzem Tetmajerem i uczestniczył w weselu Lucjana Rydla w Bronowicach - tym samym wydarzeniu, które stało się inspiracją dla dramatu Stanisława Wyspiańskiego.

W środowisku krakowskiej bohemy poznał również przyszłą żonę Teodorę z Trenklerów, pasierbicę przemysłowca i mecenasa sztuki Henryka Grohmanna.

WSPÓŁTWORZYŁ „ZIELONY BALONIK”

Po trzech latach w Krakowie Skotnicki ponownie wyjechał do Petersburga, aby kontynuować studia. Także tym razem zaangażował się w działalność studencką. Po udziale w manifestacjach na Placu Kazańskim musiał wyjechać. Przez Finlandię dotarł do Paryża, gdzie dalej studiował malarstwo.

W 1905 roku ożenił się z Teodorą. Małżonkowie wrócili następnie do Krakowa, a Skotnicki ponownie włączył się w życie tamtejszego środowiska artystycznego. Został jednym ze współzałożycieli kabaretu „Zielony Balonik” i współtworzył plastyczną stronę jego programów.

Jednocześnie intensywnie malował i rysował. Tworzył pejzaże, sceny rodzajowe, kompozycje symboliczne i martwe natury. Powstały m.in. obrazy „Zima”, „Na rynku”, „Zamiatacze ulic”, „W ogrodzie”, „Ulica w Paryżu”, „Jak w bajce” oraz „Piast i Rzepicha”. Malował także Tatry i Kresy.

Portretował ludzi ze swojego środowiska, m.in. Jana Stanisławskiego, Juliana Fałata, Włodzimierza Tetmajera, Lucjana Rydla i Leona Wyczółkowskiego. Projektował również kilimy. Swoje prace prezentował w Towarzystwie Przyjaciół Sztuk Pięknych w Krakowie oraz warszawskim Towarzystwie Zachęty Sztuk Pięknych. W 1918 roku w Warszawie odbyła się jego wystawa indywidualna.

ZAKOPANE, SZTUKA I DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA

W 1908 roku, ze względu na stan zdrowia żony, Skotnicki przeniósł się do Zakopanego. Z przerwami spędził tam niemal dziesięć lat i mieszkał we własnej willi „Zofiówka”.

Rok później wraz z Kazimierzem Brzozowskim, Władysławem Skoczylasem i Janem Dworskim założył Towarzystwo Sztuki Podhalańskiej. Zainteresował się wówczas również grafiką, szczególnie akwafortą.

Z jego inicjatywy w 1910 roku powstało w Zakopanem tkackie stowarzyszenie spółdzielcze „Kilim”, finansowane przez Henryka Grohmanna. Skotnicki kierował pracą jego warsztatów artystycznych. Rok później zasiadał w jury I Konkursu im. Henryka Grohmanna na najlepszą grafikę.

Wybuch I wojny światowej skierował jego aktywność również na działalność pomocową. Współorganizował Komitet Pomocy Wojskowości Polskiej i został prezesem Komitetu Pomocy Ofiarom Wojny w Zakopanem.

POMÓGŁ UWOLNIĆ PRZYSZŁEGO LENINA

To właśnie wtedy doszło do jednego z najbardziej zaskakujących epizodów w jego życiorysie.

W 1914 roku władze austriackie aresztowały przebywającego w okolicach Poronina miejscowego nauczyciela Włodzimierza Uljanowa, później znanego jako Lenin. Skotnicki jako prezes komitetu pomocowego, interweniował w jego sprawie u starosty nowotarskiego, przyczyniając się do zwolnienia zatrzymanego.

W tamtym momencie była to jedna z wielu interwencji podejmowanych przez Skotnickiego. Dopiero późniejsze wydarzenia sprawiły, że epizod nabrał szczególnego znaczenia - kilka lat później Uljanow stanął na czele bolszewickiej rewolucji w Rosji.

opr. Tomasz Kępka

eprasa.pl 2dd34b52f1

Strażacki Żelechów sprzed lat. Archiwalne fotografie

Ponad 200 druhów, strażackie ćwiczenia i reprezentacje jednostek z wielu miejscowości - 8 lipca 1917 roku Żelechów był gospodarzem Okręgowego Zjazdu Straży Ogniowych Ochotniczych. Zachowane fotografie pokazują uczestników tego wydarzenia, dawną remizę i wspinalnię przy dzisiejszej ul. Kościuszki. W historycznym fotoreportażu przypominamy kadry publikowane na profilu „Dawny Żelechów", w tym nieznane wcześniej zdjęcie żelechowskich druhów





Z lewej strony wspinalnia przy ul. Senatorskiej (obecnie ul. Kościuszki) obok drewnianej remizy strażackiej. Z prawej - dom Traczyka. Zdjęcie wykonane zostało 8 lipca 1917 r. podczas Okręgowego Zjazdu Straży Ogniowych (fot. Dawny Żelechów)



Druhowie ze straży żelechowskiej podczas Okręgowego Zjazdu Straży Ogniowych Ochotniczych, 8 lipca 1917 r. Fotografia wykonana na tle budynku Traczyka - obecnie ul. Kościuszki, dawny sklep „Dwójka" (fot. Dawny Żelechów)



Stara remiza OSP Żelechów przy ul. Kościuszki - „Klub Strażaka", 1991 r. Fotografia ze zbiorów Davida Lukowieckiego (fot. Dawny Żelechów)



Nieznane wcześniej zdjęcie żelechowskich druhów wykonane w Żelechowie 8 lipca 1917 r. podczas Okręgowego Zjazdu Straży Ogniowych. Okręgowy Zjazd Straży Ogniowych Ochotniczych odbył się z inicjatywy Zarządu Towarzystwa Straży Ogniowej Ochotniczej Żelechowskiej. W zjeździe uczestniczyło 230 druhów. Reprezentowane były straże ogniowe z Garwolina, Kolonii Żelechowskiej, Łaskarzewa, Łukowa, Osiecka, Parysowa, Ryk, Stężycy i Woli Zadybskiej. Jednym z gości obecnych na zjeździe był prezes Zarządu Związku Floriańskiego Bolesław Chomicz. Po przeprowadzonych obradach odbyły się ćwiczenia popisowe. Do zawodów stanęły zastępy straży ogniowych z Woli Zadybskiej, Garwolina, Ryk, Łaskarzewa, Stężycy, Łukowa i Parysowa. Drużyna żelechowska wykonała poza konkursem zadanie z taktyki pożarniczej, wykazując wielką sprawność i zręczność w akcji ratunkowej (fot. Dawny Żelechów)

eprasa.pl 2dd34b52f1

NasTroje w Literaturze

„Każdy z nas jest Odysem, co wraca do swej Itaki”



Edyta Pasik

Czy pamiętają Państwo jeszcze ze szkoły Odyseusza, bohatera zarówno „Iliady”, jak i „Odysei” Homera? A może mieli Państwo okazję oglądać już film Christophera Nolana, który to jest dość swobodną adaptacją eposu, ale cieszy się dużą popularnością?

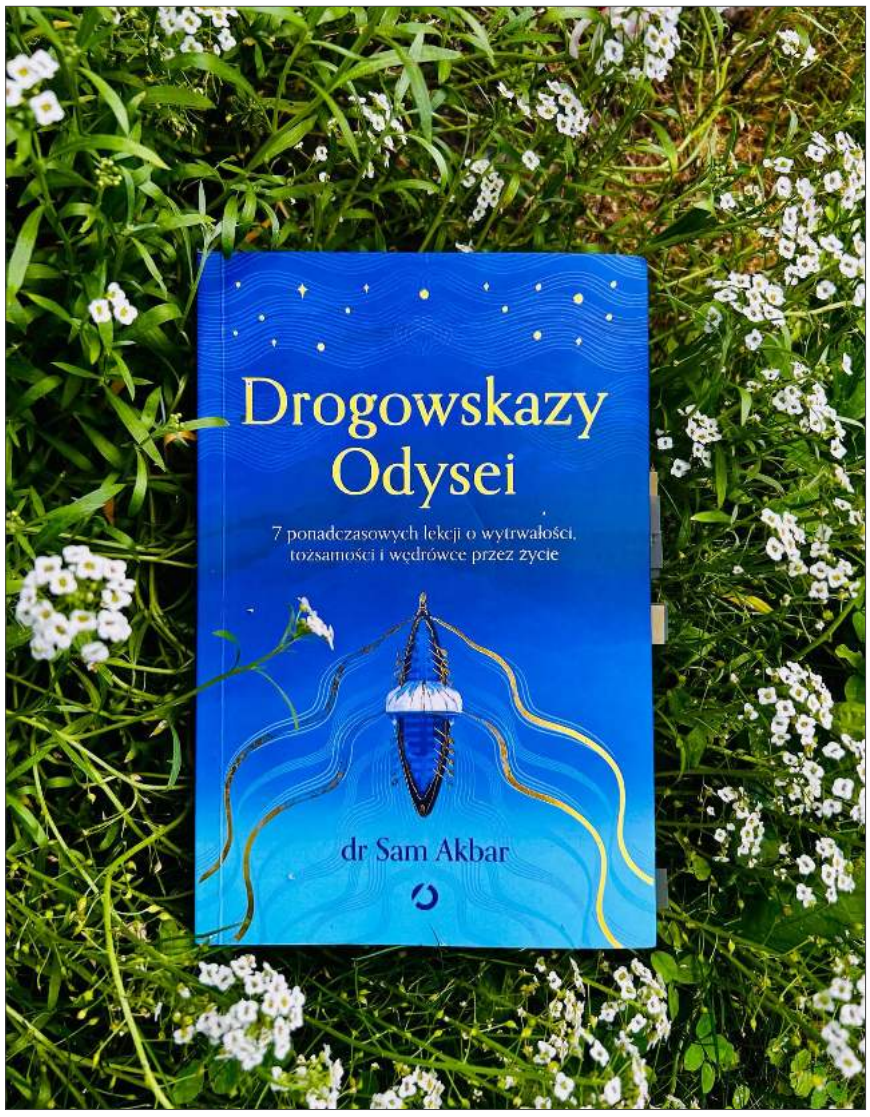
Ja sama do fragmentów „Odysei” wracam niemal co roku na prowadzonych przez siebie lekcjach, ale dopiero lektura „Drogowskazów Odysei” otworzyła mi oczy na niezwykle złożony wymiar kreacji samego Odyseusza i psychologiczne aspekty całego dzieła.

To współczesna psychologia dogoniła Homera, a nie na odwrót.

To teza, którą stawia dr Sam Akbar już na początku swojej książki, dowodząc jej słuszności jako filolog klasyczna i psycholog jednocześnie. Na początku każdego krótkiego rozdziału z wyczuwalną pasją przywołuje kolejne wydarzenia z fabuły „Odysei” i w niezwykle pogłębiony sposób je interpretuje. Zaczyna oczywiście od pierwszych rozdziałów eposu, a kończy na interpretacji jego zakończenia. Nie poprzestaje przy tym na najbardziej znanych motywach i epizodach, jak choćby spotkanie z Polifemem czy ryzykowna przeprawa między Scyllą a Charybdą, ale z uwagą przygląda się też choćby starogreckiej gościnności czy pobytowi Odysa w Hadesie. Podobnie jest z bohaterami. Niemal każdy z nich, począwszy od tych pierwszoplanowych, a skończywszy na epizodycznych, staje się obiektem interesującej analizy. Przywołuje przy tym Autorka potrzebne konteksty kulturowe i konfrontuje starożytną wiedzę o człowieku z tą, która dysponuje współczesna psychologia. I rzeczywiście okazuje się, że Homer jako doskonały znawca ludzkiej natury może być dla nas w tej dziedzinie wielkim autorytetem.

Opowieść zabiera bohaterów i czytelników nie tylko w podróż w czasie i przestrzeni, ale, co ważniejsze, w głąb własnego wnętrza. Podobnie jak sam główny bohater jest to opowieść niejednoznaczna i wielowymiarowa. Skomplikowana.

Rzeczywiście, sam Odyseusz i jego wybory mogą budzić podziw i wywoływać niechęć. Może imponować determinacją, pomysłowością, inteligencją i przywiązaniem do ojczyzny, ale jednocześnie odrazę budzą jego: mściwość, próżność i pycha. Jest bohaterem złożonym, jak każdy człowiek. A poza tym, jak zauważają zarówno dr Sam Akbar, jak i Christopher Nolan, dźwiga skutki powojennej traumy. Zarówno wojna, jak i dziesięcioletnia tułaczka zmieniły jego serce. Dlatego powrót do Itaki to również metaforyczna droga w poszukiwaniu bolesnej prawdy o sobie jako tym, który przyczynił się do zagłady cywilizacji i pogwałcenia najczystszych wartości. Długi czas zresztą bohater ucieka przed własną tożsamością, poddając się choćby urokowi nimfy Kalipso. Ale ponieważ to wartości i uczucia pozostają jego wewnętrznym kompasem, trafia w końcu do Itaki.



Podróż w linii prostej z Troi na Itakę zajęłaby tygodnie, nie lata. Nie ma jednak mowy o prostej drodze, gdy na szlaku czyhają bogowie, potwory i fundamentalna nieprzewidywalność ludzkiej egzystencji. Nie ma prostej ścieżki, gdy przemierzamy życie.

Najłatwiej jest się utożsamić z Odyseuszem jako wędrowcem, „człowiekiem w drodze”. Najwięcej też możemy nauczyć się, śledząc jego odyseję i odnosząc ją do swojego życia. I chyba najważniejszą lekcją jest ta, że choć Itakę (jako cel, dom, relacje, poczucie przynależności…) zawsze mamy na uwadze, to przede wszystkim liczy się sama wędrówka. Dlatego, jak podpowiada dr Sam Akbar, powinniśmy docenić wszystkie manowce, zakręty i wąskie ścieżki. Bo to one dają nam najcenniejsze doświadczenia. To dzięki nim kształtuje się nasza odporność psychiczna, uczymy się cierpliwości, wytrwałości i pokory. Dlatego powtarzając za Leopoldem Staffem, że „każdy z nas jest Odysem, co wraca do swej Itaki”, miejmy też w pamięci słowa greckiego poety Konstandinosa Kawafisa:

Przez cały czas pamiętaj o Itace.

Przybycie do niej - twoim przeznaczeniem.

Ale bynajmniej nie śpiesz się w podróży.

Lepiej, by trwała ona wiele lat,

abyś stary już był, gdy dobijesz do tej wyspy,

bogaty we wszystko, co zyskałeś po drodze,

nie oczekując wcale, by ci dała bogactwo Itaka.

Sam Akbar - doktor psychologii i filolog klasyczna, która na nowo interpretuje dzieła i mądrość starożytności, by pomagać ludziom lepiej żyć w XXI wieku. „Drogowskazy Odysei. 7 ponadczasowych lekcji o wytrwałości, tożsamości i wędrówce przez życie” ukazały się w 2026 r. w Wydawnictwie Otwartym.

Aplikacja mobilna **egarwolin.pl** jest już dostępna!

POBIERZ Z Google Play

Pobierz w App Store



eprasa.pl 2dd34b52f1



Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Canal Plus, Polsatu, TVP 1, TVP 2, TV 4, TVN, TVN 7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura
INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV
Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel
ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.
NR 36

4-10 września 2026

Piątek



20:00 TVN 7

Jak stracić chłopaka w 10 dni

Komedia, USA, Niemcy, 2003

Początkująca dziennikarka Andie (Kate Hudson) ma ogromne ambicje, ale małe szanse na zrobienie kariery. Szefowa jej redakcji (Bebe Neuwirth) uważa, że piękna kobieta nie powinna pisać o polityce, ale o randkach i kosmetykach. Andie wpada na pomysł, że poderwie wybranego faceta, uwiedzie go, a następnie zrobi wszystko, aby ten ją porzucił. Potem cały proces uwodzenia i zniechęcania Andie opisze w artykule. Jeśli odniesie sukces, w przyszłości dostanie poważne tematy. Szefowa przyjmuje zakład. Ofiarą zostaje przystojny Benjamin Barry (Matthew McConaughey).

INNE DATY EMISJI: PONIEDZIAŁEK, 23:20

Sobota



21:35 TVN

Bohemian Rhapsody

Biograficzny, obyczajowy, USA, Wielka Brytania, 2018

Filmowa biografia Freddiego Mercury'ego i zespołu Queen nie jest kolorową laurką, a opowieścią o rodzinie, braterstwie i potrzebie miłości w brutalnym świecie showbiznesu. To również zaskakująca i chwytająca za serce historia, gdzie na każdym kroku czeka na widzów słynny przebój muzyczny. Freddiego i jego kolegów z zespołu poznajemy jako młokosów grających w podrzędnych brytyjskich klubach. Później towarzyszymy im w trakcie komponowania największych hitów, takich jak: „We will rock you", „We are the champions" czy tytułowe „Bohemian Rhapsody".

INNE DATY EMISJI: WTOREK, 22:45

Niedziela



01:20 TV 4

Wyspa kanibali

Dokumentalny, Francja, 2010

W 1933 roku Stalin przeprowadził w Moskwie wielką czystkę, aby pozbyć się przeciwników komunistycznego reżimu. Sześć tysięcy osób zostało zesłanych na odludną wysepkę Nazino na Syberii, na rzece Ob. Zesłańcy nie mieli tam ani pożywienia, ani też ubrań i narzędzi, których mogliby używać, aby zaspokoić podstawowe potrzeby, a więc zdobyć jedzenie czy sprawić sobie odzież. Głód - największa tortura, jaką tam cierpieli - sprawił, że zmuszeni byli do aktów kanibalizmu. Działy się tam rzeczy straszliwe. W krótkim czasie życie straciło 2/3 z 6 tys. osób z Nazino.

Poniedziałek



01:55 TVP 2

Boska Florence

Komedia, Wielka Brytania, USA, 2016

Florence od dziecka marzyła o karierze śpiewaczki operowej, jej największą pasją była muzyka, właściwie żyła tylko dla niej. Chciała podjąć studia na tym kierunku, ale ojciec odmówił córce opłacenia nauki. Do swoich marzeń Florence mogła powrócić dopiero po jego śmierci. Teraz zaczyna realizować swoje plany. W jej dążeniach wspiera ją narzeczony, aktor estradowy, St. Clair Bayfield. Nie oponuje, gdy Florence pobiera lekcje śpiewu u Johna Tottena i angażuje pianistę McMoona do akompaniowania, choć na czele z nim wszyscy wiedzą, że nie ma ona za grosz talentu...

INNE DATY EMISJI: NIEDZIELA, 23:00

Wtorek



20:35 POLSAT

Kevin sam w domu

Komedia, USA, 1990

Zbliżają się święta Bożego Narodzenia i Kevin wypowiada głośno życzenie, że chciałby zostać sam w domu. Spełnia się ono, bo w wyniku fatalnego bałaganu przed wyjazdem na świąteczne wakacje do Paryża rodzina o nim po prostu zapomina. Rodzice uświadamiają sobie jego brak dopiero na lotnisku, po przylocie do Francji. Zakup biletu powrotnego do Stanów graniczy z cudem, więc chłopiec może się cieszyć wolnością. Kevin jest zachwycony: rodzice go nie strofują, nie ma okropnego rodzeństwa i jeszcze gorszych kuzynów, i można robić dosłownie wszystko. Ale to co naprawdę ekscytujące, dopiero przed nim...

Środa



21:00 TVN 7

Krwawy diament

Sensacyjny, USA, Niemcy, 2006

Zmuszony do niewolniczej pracy w kopalni diamentów, Solomon (Hounsou), znajduje bardzo cenny diament i ukrywa go. Potem ucieka z kopalni i zwraca się o pomoc do dziennikarki (Connelly) oraz byłego najemnika, Archera (DiCaprio). Wszyscy razem wyruszają na poszukiwania diamentu, ich śladem wyrusza wojsko, inni poszukiwacze oraz rebelianci. Twórcy znakomicie sfotografowali afrykańskie plenery oraz dobrali świetnych aktorów - Leonardo DiCaprio został nominowany do Oscara za główną rolę męską, a Djimon Hounsou za drugoplanową rolę męską.

Czwartek



22:40 TVN

Bogowie

Biograficzny, obyczajowy, Polska, 2014

Lata 80. Zbigniew Religa jest ambitnym kardiochirurgiem, który zamierza dokonać pierwszego zabiegu przeszczepu serca. W realiach komunistycznej Polski jest to jednak niezwykle trudne zadanie. Aby osiągnąć cel, Religa będzie musiał przełamać opory starszych mistrzów medycyny, młodych kolegów po fachu i przedstawicieli partii. Pierwszym jego sukcesem jest powołanie do życia późniejszego Centrum Chorób Serca w Zabrzu. Religa i jego zespół angażują się w przystosowanie opuszczonego budynku do wymagań sztuki medycznej. Religę czekają jednak kolejne kryzysy...

PIĄTEK • 4 września

TVP 1

05:00 Splątane losy - serial, 2024
05:50 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Cudowny Krucyfiks Baryczkowski - reportaż
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Noce i dnie - serial, Polska, 1977
09:15 Ranczo - serial kom., 2016
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
13:00 Natura w Jedynce - Dzika granica Ameryki - północne rubieże - dok., Australia, 2020
14:00 Splątane losy - serial, Turcja, 2024
15:00 Serwis Info; Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej



16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 07 zgłoś się - serial krym., 1987
22:25 Drelich - serial, Polska, 2025
23:25 Biała odwaga - dram., Polska, 2024
01:30 Protektor - fab., USA, 2012
03:10 Kronika wypadków miłosnych - fab., Polska, 1985

TVP 2

05:00 Rodzinka.pl - serial komediowy
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się - rozmowa
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:40 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
12:15 Nabożeństwo metodystyczne. Dni Odnowy Kościoła
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany



15:05 La Promesa - serial obyczajowy, 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:40 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Gołdap - widowisko
22:50 Mazurska Noc Kabaretowa - Muszkieterowie Kabaretu - widowisko artystyczne, 2026
00:50 Pogoda na jutro - kom., Polska, 2003
02:40 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - Do biura przychodzi małżeństwo z prośba o pomoc, gdyż ojciec kobiety zaginął.
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:35 Raport US Open
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! - program interwencyjny



20:00 Twisters - przygod., USA, 2024. Kate Cooper, była łowczyni burz jest prześladowana przez wspomnienia z niszczącym tornadem na studiach. Obecnie bada schematy burz na monitorach, bezpieczna w Nowym Jorku. Zostaje jednak ściągnięta na równiny przez swego przyjaciela, Javiego...
22:35 Ciche miejsce: Dzień pierwszy - SF, USA, Kan., Wlk. Bryt., 2024
00:45 Chłopaki nie płaczą - kom., Polska, 1999
02:55 Kuba Wojewódzki - talk-show
04:00 Uwaga! - program interw.
04:20 Nauka jazdy - reality show
04:55 Zamieszkać na plaży

POLSAT

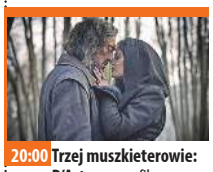
06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:50 Ewa gotuje - program kulinarny
12:25 Gliniarze - serial paradokumentalny
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - serial paradokumentalny. Diler narkotyków zostaje zamordowany. Początkowo policyjni detektywi podejrzewają, że...
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:25 Wypasiona kuchnia
19:35 Sport
19:45 Pogoda



19:55 Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program muzyczno-rozrywkowy
22:15 Mumia - sens., USA, Chiny, Jap., 2017. W grobowcu od wieków spoczywa ciało starożytnej księżniczki z Egiptu (Sofia Boutella). Narastająca złość tej kobiety, wybudza ją z wiecznego snu...
00:45 Kontakt - sens., USA, 1997. Astronom dr Ellie Arroway (Jodie Foster) od lat żyje w przeświadczeniu, że gdzieś we wszechświecie jakaś forma inteligencji tęskni za kontaktem z nami...
04:00 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:25 Na festiwalowej scenie - Alicja Majewska - widowisko rozrywkowe
06:50 Tamte lata, tamte dni - Krzesimir Dębski - mag.
07:30 Rawhide - Incydent przy przeprawie Dragoon - western, USA, 1959
08:35 Kolekcja - Ryszard Winiarski - felieton
09:00 Polskie drogi - serial woj.
10:45 Retro kino - Dyktator - fab., USA, 1940
13:05 Portrety - Kuba - dok., Polska, 2023
14:35 W Polskę idziemy... czyli jubileusz Wiesława Gołasa - widowisko rozrywkowe
15:45 Wyjazd służbowy - film TVP, 1975
16:40 Polskie drogi - serial woj.
18:25 Video Killed the Radio Star - Moody Blues - Wlk. Bryt., 2009
18:55 Rawhide - western, USA, 1959



20:00 Trzej muszkieterowie: D'Artagnan - film kostiumowy, Belgia, Niemcy, Franc., 2023
22:10 Kroniki Sherlocka Holmesa - Zagadka mostu Thor - serial, Wlk. Bryt., 1991
23:10 Kobiety i XX wiek - fab., USA, 2016
01:20 Noc krótkich filmów - Funeralia • I coś jeszcze
02:00 Reżyserzy - Steven Soderbergh - dokument
02:55 Nieproszony gość - dram., Polska, 1986
04:10 Tamte lata, tamte dni - Krzesimir Dębski - magazyn
04:50 Podróże z historią - Skarb polskich pól - dok., Polska, 2017

Stopklatka

06:00 Kabaretowe hity - program rozrywk., Polska
06:55 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2007
08:00 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:50 Górski lekarz - serial dramat, Niem., 2024
11:55 Kryminalne zagadki Mazur - serial dramat, Niem., 2021. Dr Wex, technik kryminalistyki, odwiedziła miasteczko na Mazurach. Miała szybko wyjechać, ale postanawia przedłużyć pobyt.
14:00 Hudson i Rex - serial krym., Kan., 2026
15:00 Komisarz Rex - Powrót do Wiednia - serial krym., Austria, 2026
17:00 Katastrofy w przestworzach - dokument, Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof



20:00 American Pie - kom., USA, 1999
22:00 Świadek - krym., USA, 1985
00:10 Ekstradycja - serial dramat, Polska, 1996. Nadieżda triumfuje. Szantażowana przez nią Sabina podpisuje umowę na kredyt z Geobankiem. Tymczasem Halski w tajemnicy przed Sawką...
02:50 W nich cała nadzieja - dramat, Polska, 2023
04:30 Jaś Fasola - serial komediowy, Wlk. Bryt. Pan Fasola ponownie gubi spodnie, tym razem jednak w pralni! Po południu ma uczestniczyć w swojej pierwszej lekcji minigolfa...

TVN 7

05:20 Ten moment - serial
05:55 Szkoła - program obycz.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:50 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Kryminalni - serial krym.
15:00 Szpital - program obycz.
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
19:00 Młode gliny - serial krym.
20:00 Jak stracić chłopaka w 10 dni - kom., USA, Niemcy, 2003 ●
22:35 Monte Carlo - kom., USA, Węgry, 2011
00:50 Hotel Paradise - reality show
01:50 Miasta, w których straszy
02:50 Fachowcy - paradokument
03:30 Dorota was urządzi - program lifestylowy
04:10 Usterka - program poradnikowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **08:00** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **09:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **11:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **12:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **15:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **17:00** Trudne Sprawy - program obyczajowy **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Wypasiona kuchnia **19:05** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:15** Gwiazdy kabaretu - program rozrywkowy **22:20** Reakcja łańcuchowa - sens., USA, 1996 **00:35** Opowiem Ci o zbrodni **02:40** Śmierć na 1000 sposobów **03:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Nie igraj z aniołem - serial
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Kurierzy - serial paradok.
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradok.
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 W potrzasku - akcja, USA, 2019
21:50 Liberator - akcja, USA, 1992
23:55 Snajper 2 - akcja, USA, 2002
01:35 Menu na miarę
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
03:55 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
04:20 Menu na miarę -
05:00 Dyżur - serial medyczny

TV Trwam

09:45 Jestem mamą **10:00** Inf. dnia **10:15** Więzy krwi **11:25** Powstanie Warszawskie **11:35** Natura et Homo **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Wilamowice - Kult św. arcybiskupa Józefa Bilczewskiego **13:30** Msza św. **14:30** Drzwi do lasu **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Natura Obiektywnie **16:30** Mateczniki Polskości **16:40** Post Scriptum **17:10** Fatima - miejsce wybrane przez Maryję **17:25** Akademia pro-life **17:30** Łączy Nas Historia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Historie Starego Testamentu **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Powstanie Warszawskie **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

eprasa.pl 2dd34b52f1

SOBOTA • 5 września

TVP 1

05:20 Pytanie dnia - rozmowa
05:40 Reporterzy - magazyn
05:55 Oko na Świat - magazyn
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:40 Rok w ogrodzie; Rok w ogrodzie Extra - mag.
08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
08:50 Ranczo - serial kom., 2016
09:50 Komisarz Alex - serial krym.
10:50 Ojciec Mateusz - serial
11:45 Dobre strony - Małgorzata Szumowska i Krzysztof Zalewski - reportaż
12:00 El Dorado - western, USA, 1967
14:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
15:00 Skrót z konferencji Jesień 2026
15:55 Piłka nożna - Mecz Legend, Chorzów: Polska-Anglia



16:50 Teleexpress
17:00 Piłka nożna - Mecz Polska-Anglia
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Komisarz Alex - serial krym.
21:25 Jedno życie - dram., Wlk. Bryt., 2023. Jest rok 1938, gdy Brytyjczyk Nicholas Winton podczas wizyty w Pradze odkrywa, że tysiące rodzin zbiegłych przed hitlerowcami żyją tam w dramatycznych warunkach.
23:25 Filip - fab., Polska, 2021
01:35 Biała odwaga - dram., Polska, 2024
03:40 Jaka to melodia? - telet.

TVP 2

05:15 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2026
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:20 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
11:55 Zmiennicy - Nasz najdroższy - serial, Polska, 1986
13:05 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne



16:20 Na dobre i na złe - Co masz zrobić jutro, zrób dzisiaj - serial, 2026
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
19:10 Słowo na niedzielę - rozmowa
19:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
20:00 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Białe Błota - widowisko
22:15 Gabi Drzewiecka zaprasza - magazyn muzyczny
23:15 Bezpieczna przystań - obycz., USA, 2013
01:15 Wszystko co kocham - obycz., Polska, 2009
02:55 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kobieta na krańcu świata - program Martyny Wojciechowskiej
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Dobrze zrobione w domu - cykl poradnikowy prowadzony przez Wiesława Skibę, pełen praktycznych wskazówek dotyczących remontów i wykańczania wnętrz.
11:40 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
13:20 The Floor - teleturniej
15:40 Lara Croft: Tomb Raider - przygod., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, Jap., 2001
17:55 Taskmaster - reality show
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:35 Raport US Open
19:40 Pogoda



19:45 Azja Express - reality show
21:35 Bohemian Rhapsody - obycz., USA, Wlk. Bryt., 2018 ●
00:15 Strażnicy - przygod., USA, 2009. Stany Zjednoczone, rok 1985. Amerykanie zwyciężyli w Wietnamie, Richarda Nixona po raz trzeci wybrano na prezydenta, a wojna ze Związkiem Radzieckim wisi na włosku. Popularni i hołubieni niegdyś superbohaterowie zostali wyjęci spod prawa...
03:40 Uwaga! - program interwencyjny
04:00 Młode gliny - serial krym., Polska
05:05 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

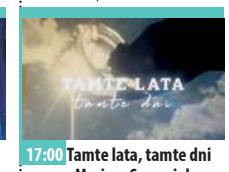
06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:25 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
12:45 Małolaty na obozie - kom., USA, 2007
14:45 Maska Zorro - sens., USA, 1998. Anthony Hopkins i Antonio Banderas grają Zorro w dwóch różnych okresach jego życia, niezmiennie prawego i wspaniałomyślnego arystokratę hiszpańskiego, którego przeciwnikiem jest krwawy hiszpański gubernator.
17:30 Awantura o kasę - telet.
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy J. Gugały
19:25 Wypasiona kuchnia
19:35 Sport
19:45 Pogoda



19:55 Kabaret na żywo - Młodzi i moralni
22:00 Szklana pułapka 5 - sens., USA. Bruce Willis ponownie wciela się w swoją ikoniczną rolę - jako detektyw policyjny John McClane, który przybywa do Moskwy, by odszukać swojego syna, Jacka (Jai Courtney), z którym od lat pozostawał w konflikcie. Przeżywa szok, gdy odkrywa, że...
00:05 Ciemniejsza strona Greya - erotyk, USA, Chiny, Jap., 2017
02:45 Pitch Perfect 3 - kom., USA, Chiny, 2017
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Konkurs Chopinowski na instrumentach historycznych - II Konkurs Chopinowski na instrumentach historycznych - koncert inauguracyjny, 2023
08:15 Rzecz Polska - Żelazko Turystyczne - dokument, 2018
08:40 Od ucha do ucha - W krainie Bogów
10:55 Kosmos 1999 - serial, Wlk. Bryt., 1977
12:00 23. Festiwal Kultury Żydowskiej Warszawa Singera, 2026 - reportaż
12:35 Dokument tygodnia - Hollywoodzki remake - Narodziny - serial dok., Franc., 2023
13:40 U Pana Boga za miedzą - kom., Polska, 2009
15:45 Serialowa nostalgia - Alternatywy 4 - serial kom., 1983



17:00 Tamte lata, tamte dni - Mariusz Szczygieł - magazyn
17:40 Retro kino - Dyktator - fab., USA, 1940
20:00 Bilet do kina - Słodziak - fab., USA, 2019
21:45 Klub Jazzowy - Możdżer Trio - koncert, 2026
23:00 Trzej muszkieterowie: D'Artagnan - film kostiumowy, Belgia, Niemcy, Franc., 2023
01:15 23. Festiwal Kultury Żydowskiej Warszawa Singera - reportaż
01:50 Samowolka - dramat obycz., Polska, 1993
03:05 Kulturalni - magazyn
04:00 Podróże z historią - Śląsk nieoczywisty - dokument, Polska, 2017

Stopklatka

06:00 Komisarz Rex - serial krym., Austria, Niem., 2000. Przygody tytułowego psa - owczarka niemieckiego o imieniu Reginald von Ravenhorst, znanego wszystkim pod pseudonimem Rex...
10:00 Hudson i Rex - serial krym., Kan., 2026
12:00 Kryminalne zagadki Mazur - serial dramat, Niem., 2021. Dr Wex, technik kryminalistyki, odwiedziła miasteczko na Mazurach. Miała szybko wyjechać, ale postanawia przedłużyć pobyt.
14:10 Janosik - przyg., Polska, 1974
17:00 Niezgodna - SF, USA, 2014. W metropolii wzniesionej na ruinach Chicago idealne społeczeństwo budowane jest na zasadzie selekcji. Każdy nastolatek musi przejść test predyspozycji



20:00 Kontrabanda - thriller, USA, 2011
22:20 Czerwony smok - krym., Niem., USA, 2002. Agent FBI Will Graham został zmuszony odłożyć przejście na wcześniejszą emeryturę, aby po raz ostatni zająć się sprawą seryjnego zabójcy...
00:50 Patriota - thriller, USA, 1998
02:30 Nazywam się Alfred Hitchcock - dokument, Kan., 2021. Wywiady i materiały archiwalne splatają się tu, by opowiedzieć historię Mistrza Suspensu - jednego z najbardziej wpływowych i najczęściej...
04:45 Kabaretowe hity - program rozrywkowy, Polska, 2023

TVN 7

05:05 Szkoła - program obycz.
06:05 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:00 New Looney Tunes II - animacja
07:30 Chłopiec i wilk - familijny, Franc., Belgia, 2019
09:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:20 Mówię Wam - talk-show
12:35 Ukryta prawda - obycz.
14:10 Szpital św. Anny - serial
16:10 Detektywi - serial krym.
17:15 Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2018
20:00 Geosztorm - katastrof., USA, 2017
22:30 Heroski - sens., USA, Wlk. Bryt., 2023
00:10 Wydział pościgowy - sens., USA, 1997
03:00 Miasta, w których straszy
03:50 Usterka - poradnik
04:25 Dorota was urządzi

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **09:00** Reality show **07:00** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **09:05** JesteśmyDlaDzieci - program edukacyjny **09:30** Galileo - ciekawostki popularno-naukowe
12:30 Mini Galileo - intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **12:55** Paddington - kom., Franc., Wlk. Bryt., 2014 **14:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **19:00** Wypasiona kuchnia **19:05** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny
20:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **00:15** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **02:20** STOP Drogówka - serial policyjny **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
09:25 Boso przez świat - program podróżniczy Wojciecha Cejrowskiego
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Liberator 2 - akcja, USA, 1995. Pędzący przez Góry Skaliste pociąg pasażerski Grand Continental zostaje opanowany przez grupę terrorystów.
22:05 Elita zabójców - akcja, USA, Australia, 2011
00:35 Akt zemsty - akcja, USA, 2017
02:15 Dyżur - serial medyczny
03:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TV Trwam

09:00 Kamienie wołać będą **10:00** Inf. dnia **10:15** Retrospekcja **10:35** Słowo życia **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Natura Obiektywnie **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza św. **14:30** Przegląd Tyg. „Niedziela"
14:35 Słowo życia **14:40** Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo? **15:00** Dzielna niewiasta **15:15** Mateczniki **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Różaniec na wodzie **17:30** Przełamując bariery
17:55 Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** W naszej Rodzinie **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Kartka z kalendarza - Powstanie Warszawskie **21:00** Apel Jasnog.

NIEDZIELA • 6 września

TVP 1

05:00 Sprawdzamy - magazyn
05:25 Sprawa dla reportera
06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00Tydzień - magazyn
08:30 Pociąg do Polski - dok., 2026
09:10 U Pana Boga w ogródku - serial kom. TVP, 2008
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Święto Dziękczynienia za Plony - Dożynki Jasnogórskie - relacja
13:30 Między ziemią a niebem
14:00 Skrót z konferencji Jesień 2026
14:30 Lalka - Powrót - serial, Polska, 1977
16:00 Zaraz wracam - serial, Polska, 2026
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda



17:35 Daję słowo - Maciej Orłoś - Krzysztof Cugowski - talk-show
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Gra z Cieniem - serial, 2026
21:25 Rolnik szuka żony - reality show
22:20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny
22:45 Zakochana Jedynka - Matki równoległe - fab., Hiszp., 2021
01:00 Dewajtis - serial, 2023
01:55 Jedno życie - dram., Wlk. Bryt., 2023
03:55 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny

TVP 2

04:40 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, Polska, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - magazyn
11:45 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Białe Błota - widowisko
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2027 - widowisko muzyczne
16:10 Europa da się lubić - nowe pokolenie - widowisko rozrywkowe, 2026



17:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny
18:15 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
19:10 Kocham Cię, Polsko! - zabawa quizowa
20:40 Siedmiu wspaniałych - western, USA, 2016. Siedmiu wynajętych rewolwerowców łączy swe siły, by chronić przygraniczne miasteczko opanowane przez skorumpowanego, bogatego przemysłowca.
23:00 Boska Florence - kom., Wlk. Bryt., USA, 2016 ●
01:00 Będziemy mieszkać razem - serial obycz., Polska, 2023
02:00 Bezpieczna przystań - obycz., USA, 2013
03:55 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Kobieta na krańcu świata - program M. Wojciechowskiej
12:40 Co za tydzień - program rozrywkowy
13:15 Azja Express - reality show
15:00 Faceci od kuchni - kom., Franc., Hiszp., 2012. Alexandre Lagarde (Jean Reno), uznany w całym Paryżu mistrz kuchni, cierpi na brak kulinarnej weny...
16:45 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz - kom., Pol., 1978
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:35 Raport US Open
19:40 Pogoda



19:45 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
21:25 Chłopaki nie płaczą - kom., Polska, 1999. Kuba Brenner (Maciej Stuhr) jest młodym skrzypkiem, który w wyniku splotu wyjątkowo niekorzystnych okoliczności zostaje wplątany w gangsterskie porachunki.
23:30 Sposób na teściową - kom., USA, Niemcy, 2005
01:40 Uwaga! - program interwencyjny
02:00 Superwizjer - magazyn reporterów
02:35 Klara - serial, Polska
03:55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:55 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:30 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
12:50 Kopciuszek - obycz., USA, Wlk. Bryt., 2015. Ella (Lily James) w dzieciństwie straciła matkę, a teraz po śmierci ojca jest skazana na łaskę okrutnej macochy (Cate Blanchett) oraz jej dwóch nieznośnych córek - Driselli (Sophie McShera) i Anastasii (Holliday Grainger).
15:15 Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program muzyczno-rozrywkowy
17:30 Awantura o kasę - telet.
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń
19:25 Wypasiona kuchnia
19:35 Sport
19:45 Pogoda



19:55 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami - program taneczno-rozrywkowy
22:55 Raj dla par - kom., USA, 2009
01:15 Zostań, jeśli kochasz - obycz., USA, 2014. Mia Hall (Chloë Grace Moretz), nieśmiała i utalentowana muzycznie nastolatka, jest uwięziona między życiem a śmiercią na jeden szczególny dzień...
03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:20 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy, Polska, 2017
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Gwiazdozbiór TVP Rozrywka - Stan Borys
06:25 Muzeum Polskiej Piosenki - Stan Borys
06:50 Rozmowy (nie)wygodne - Remigiusz Mróz - 2024
07:45 Od ucha do ucha - Bajnutki - bajki piaskiem i dźwiękiem pisane - Sklep ogrodniczy
08:00 Nabożeństwo Kościoła Chrześcijan Baptystów w Gdańsku
09:05 Wnuczka Anisy. Śladami starowierów - reportaż
09:35 Przystań nad Biblią - program religijny
09:50 Film fabularny
11:05 Kosmos 1999 - serial, Wlk. Bryt., 1977
12:10 Biała - spektakl teatralny, 1961
13:20 Program studyjny
14:25 Ostatnia walka Apacza - western, USA, 1954



16:00 Alternatywy 4 - serial kom., 1983
17:15 Niedziela z... filmami Janusza Majewskiego
20:20 Pokój z widokiem - film kostium., Wlk. Bryt., 1985
22:25 Porozmawiajmy szczerze - Zbigniew Zamachowski
23:05 Zniknąć bez śladu - dokument, Niemcy, 2024
00:40 Noc krótkich filmów - Slow Light • Rosół
01:05 Portret kobiecy - anim., Polska, 2020
01:15 Klub Jazzowy - Możdżer Trio - koncert, 2026
02:40 Słodziak - fab., USA, 2019
04:25 Niedziela z... filmami Janusza Majewskiego
05:20 Baśń o wodzie - dokument, Polska, 2017

Stopklatka

06:00 Komisarz Rex - serial krym., Austria, Niem.
10:00 Hudson i Rex - serial krym., Kan., 2026
13:00 Komisarz Rex - Powrót do Wiednia - serial krym., Austria, 2026
15:05 Flintstonowie - kom., USA, 1994. W równoległym świecie epoki kamienia łupanego żyje nowoczesna, rodzina Flintstonów. Głowa rodziny, Fred, otrzymuje awans na stanowisko...
17:00 Apollo 13 - dramat, USA, 1995. Kwiecień 1970 roku. Rozpoczyna się misja amerykańskiego promu kosmicznego „Apollo 13". Początkowo wszystko przebiega zgodnie z planem. Jednak gdy „Apollo 13" dociera w okolice Księżyca, niespodziewanie wybucha jeden ze zbiorników z tlenem.



20:00 Mississippi w ogniu - krym., USA, 1988. Dwóch agentów FBI prowadzi śledztwo w sprawie tajemniczego i brutalnego morderstwa działaczy praw człowieka w małym miasteczku...
22:40 Millennium: Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet - krym., Szwecja, 2009. Dziennikarz śledczy na prośbę właściciela koncernu przemysłowego bada starą sprawę kryminalną...
01:50 Mistyfikacja - dramat, Polska, 2010
04:25 Supermarket - thriller, Polska, 2012. W sylwestra niczym niewyróżniające się małżeństwo Wareckich wracając samochodem do domu zatrzymuje się w...

TVN 7

05:05 Szkoła - program obycz.
06:05 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:00 New Looney Tunes II - animacja
07:45 Karol. Papież, który pozostał człowiekiem - miniserial obycz., Włochy, Polska, Kanada
09:55 Top Model - reality show
11:30 Ukryta prawda - obycz.
14:40 Szpital św. Anny - serial
16:45 Detektywi - serial krym.
17:50 Maska - kom., USA, 1994
20:00 Mission: Impossible - Dead Reckoning - sens., USA, 2023
23:25 Morderstwo w Białym Domu - sens., USA, 1997
01:45 Coś jest nie tak z dzieciakami - film, USA, 2023
03:35 Miasta, w których straszy
04:30 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **06:55** Dawni budowniczowie. Rzeźbiarze z Wyspy Wielkanocnej - dok., Franc., 2020 **08:05** Zamki krzyżowców: budowle nie do zdobycia - dok., Franc., 2022 **09:20** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe
11:30 Ace Ventura: Zew natury - kom., USA, 1995 **13:15** Reakcja łańcuchowa - sens., USA, 1996 **15:45** Next - sens., USA, 2007 **17:50** Uroczysko - serial krym. **20:00** Wypasiona kuchnia **20:05** Sprawiedliwi. Trójmiasto **00:20** STOP Drogówka - serial
01:20 Wyspa kanibali - dokument, Francja, 2010 ● **02:30** Dzieci-żołnierze. Historia niemieckiego obozu jenieckiego w Attichy - dokument, Franc., 2021 **03:50** Hardkorowy lombard **04:20** Cudownych rodziców mam **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV okazje

TV Puls

06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
06:25 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
06:55 Don Matteo: Boski detektyw - serial krym.
09:05 Kurierzy - serial paradok.
11:15 Wyspa piratów - przygod., USA, 1995
13:45 Johnny English: Reaktywacja - kom., Franc., Wlk. Bryt., 2011
15:55 Zięć prawie idealny - kom., Francja, 2024
17:50 Goście, goście - kom., Franc., 1993
20:00 Niezniszczalna - akcja, Chorw., USA, Wlk. Bryt., 2024
22:10 Peacemaker - akcja, USA, 1997
00:55 Godziny szczytu 3 - akcja, Niem., USA, 2007
02:50 Dyżur - serial medyczny
03:30 Taki jest świat - przegląd
04:00 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:25 Przegląd Tyg. „Niedziela" **09:30** Msza św. **10:30** Spór o Morskie Oko **11:00** Głos serca **11:45** Solidarność - narodziny Wolności **12:00** Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:55** Teraz i w godzinę śmierci
15:00 Wieś to też Polska **16:00** Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Mateczniki Polskości **17:00** Zgubić z oczu brzeg **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Baśniowy teatr lalek **20:00** Inf. dnia
20:20 Różaniec **20:50** Od Lutra do Marksa - Historia Kościoła **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo? **23:00** Jak my to widzimy **23:30** Tam, gdzie Bóg płacze

eprasa.pl 2dd34b52f1

PONIEDZIAŁEK • 7 września

TVP 1

05:00 Pytanie dnia - rozmowa
05:20 Reporterzy - magazyn
05:30 Oko na Świat - magazyn
05:55 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Noce i dnie - serial, 1977
09:20 Ranczo - serial kom., 2016
10:15 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:55 Przerażająca tajemnica kwiatów - dok., Franc., 2022
14:00 Splątane losy - serial, 2024
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
16:50 Zapowiedź Teleexpressu



17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - telet.
18:05 Klan - telenowela, Polska
18:40 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Felicita - serial obycz., 2026
20:55 Teatr Telewizji - Król Maciuś Pierwszy - spektakl, 2026
22:20 Postscriptum - Król Maciuś Pierwszy - dyskusja
22:50 Konstruktorzy z Ground Zero - dok., USA, 2024
25:55 Balans bieli - magazyn
00:35 Filip - fab., Polska, 2021
03:25 Raport specjalny
04:15 Notacje - Marek Mokrowiecki. Nie wszystko musi się udać - dok., 2025

TVP 2

04:35 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:20 Rodzina (nie od) święta - Poranki dla zakochanych. Pięć języków miłości. - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie
11:50 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024



16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” - felieton
20:50 M jak miłość - serial, Polska, 2026
21:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:50 Matlock - serial, USA, 2024
00:35 Zaślubiona - serial, Włochy, 2022
01:50 Boska Florence - kom., Wlk. Bryt., USA, 2016
03:50 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

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



20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 The Floor - teleturniej
21:30 Taskmaster - reality show
22:40 Twisters - przygod., USA, 2024.
01:05 Lara Croft: Tomb Raider - przygod., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, Jap., 2001. Lara staje przed największym wyzwaniem - mroczną tajemnicą jej ojca (Jon Voight) związaną z Trójkątem Światła: kluczem do innego czasu i przestrzeni.
03:15 Co za tydzień - program rozrywkowy
04:05 Uwaga! - program interwencyjny
04:25 Nauka jazdy - reality show
04:55 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień - program poranny
09:10 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:40 Wypasiona kuchnia
09:45 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
10:15 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
12:20 Gliniarze - serial paradokumentalny
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:25 Wypasiona kuchnia
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Milionerzy - teleturniej



20:25 Mega hit - Jurassic World Dominion - sens., USA, Chiny, 2022. Cztery lata po zniszczeniu Isla Nublar dinozaury żyją obok ludzi na całym świecie i zagrażają ludzkości jako najpotężniejsze drapieżniki naszej planety.
23:40 Odwet - sens., USA, Niem., 2003. Kiedy do więzienia trafia jeden z bossów narkotykowych w Meksyku - Guillermo Lucero (Geno Silva), jego interesy próbuje przejąć osoba, ukrywająca się pod pseudonimem El Diablo.
02:00 Nieobliczalny - sens., USA, 2006
04:05 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Kolekcja - felieton
06:25 Kulturalni - magazyn
07:15 Rawhide - western, USA, 1959
08:15 Tamte lata, tamte dni - Iwona Bielska - magazyn
09:00 Polskie drogi - serial wojenny. Druga połowa 1941 roku. Niwiński poznaje Kasię - córkę mecenasa Kozakiewicza i w jej środowisku ma okazję zapoznać się z poglądami polskiej komunistycznej młodzieży.
10:40 Miasto z morza - obycz., Polska, 2009
12:45 Dokument tygodnia - Hollywoodzki remake - Narodziny - serial dok., Franc., 2023
13:45 Kosmos 1999 - serial, Wlk. Bryt., 1977
14:50 Ostoja - film fabularny, Polska, Irlandia, 2012



16:30 Polskie drogi - serial woj.
18:10 Dobry tytuł - magazyn literacki
18:55 Rawhide - Incydent z panem niewolników - western, USA, 1959
20:00 Męstwo i honor - fab., Franc., 2007
22:40 Pokój z widokiem - film kostiumowy, Wlk. Bryt., 1985. Jest rok 1907. Lucy Honeychurch, młoda Angielka z zamożnej rodziny, przybywa do Florencji ze swoją kuzynką Charlottą jako przyzwoitką.
00:45 Zniknąć bez śladu - dokument, Niemcy, 2024
02:20 Kino nocne - Nitram - dram., Australia, 2021
04:25 Dobry tytuł - magazyn literacki

Stopklatka

06:00 Kabaretowe hity - prog. rozrywk., Polska, 2023
06:50 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2007
07:50 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:40 Pyszne Dania w 10 minut z Julią Oleś - serial kulinarny, Polska, 2026
09:50 Górski lekarz - serial dramat, Niem., 2024
11:45 Zagadki kryminalne panny Fisher - serial krym., Australia, 2013. Phryne lekceważy polecenie Jacka. Aby rozwiązać sprawę morderstwa, w które zamieszany jest były teść inspektora, pani detektyw wciela...
14:00 Hudson i Rex - serial krym., Kan., 2026
15:00 Zajazd. Będzie się działo - serial obyczajowy, Polska, 2026



17:00 Katastrofy w przestworzach - dokument, Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat. W każdym odcinku zostanie przedstawiona rekonstrukcja wydarzeń, które...
20:00 Hooligans 3 - akcja, Wlk. Bryt., 2014
22:00 Ekstradycja - serial dram., Pol., 1996. Nadieżda telefonuje do Sabiny i pozwala jej usłyszeć głos Basi. Sabina podejmuje bolesną decyzję. Postanawia wydać brata wierząc, że w...
00:30 Millennium: Dziewczyna, która igrała z ogniem - dramat, Szwec., 2009
03:25 Tajemnica Westerplatte - dram., Polska, Litwa, 2013

TVN 7

05:20 Ten moment - serial paradokumentalny
05:55 Szkoła - program obycz.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:50 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - serial krym.
15:00 Szpital - program obycz.
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
19:00 Młode gliny - serial krym.
20:00 Hotel Paradise - reality show
21:00 Starcie Tytanów - przygod., USA, 2010
23:20 Jak stracić chłopaka w 10 dni - kom., USA, Niemcy, 2003
01:40 Mówię Wam - talk-show
03:00 Miasta, w których straszy
03:50 Fachowcy - paradokument
04:30 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci **11:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **12:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **15:55** Policjantki i Policjanci **17:00** Trudne Sprawy - program obyczajowy **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Wypasiona kuchnia **20:05** Uroczysko - serial krym. **20:40** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:40** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:45** Opowiem Ci o zbrodni **23:10** Strzelec wyborowy - sens., USA, 2005 USA, 2005 **01:15** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:20** Hardkorowy Iombard **02:50** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Nie igraj z aniołem - serial
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Kurierzy - serial paradok.
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradok.
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Brygada ponad prawem - akcja, Franc., Wlk. Bryt., 2015
21:55 Brygada ponad prawem powraca - akcja, Franc., 2023
23:50 Zawrotna prędkość - akcja, Franc., 2017
01:30 Dzielnica strachu - serial
02:25 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
03:20 Menu na miarę
04:00 Taki jest świat - przegląd
04:25 Menu na miarę
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:20 Mateczniki Polskości **09:30** Baśniowy teatr lalek **09:55** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:20** Stan Bezp. Państwa **11:30** Warto być ojcem **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Leśne rzeki **13:00** Dom Paderewskiego w Ojczyźnie **13:30** Msza św. **14:30** Wykłady z Kongresu „Katolicy a cielesność” **15:00** Za Kościół i zbawienie świata **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Świadkowie **17:30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Kartka z kalendarza - Powstanie Warszawskie **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Głos serca **22:45** Z wędką nad wodę **23:10** Baron Feliks Konopka - życie i twórczość

WTOREK • 8 września

TVP 1

04:35 Wykrywacz kłamstw - magazyn
04:50 Pytanie dnia - rozmowa
05:15 Reporterzy - magazyn
05:25 Oko na Świat - magazyn
05:45 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:25 Zaraz wracam - serial, Polska
09:05 Ranczo - serial kom., 2016
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedynce - Dwa pingwiny - dok., Hiszp., 2025
14:00 Splątane losy - serial, Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Klan - telenowela, Polska
18:40 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Felicita - serial obycz., 2026
21:05 Sekielski wieczorową porą
22:10 Ludzie miasta - dram., USA, 1996
00:10 Matki równoległe - fab., Hiszp., 2021
02:20 Film dokumentalny
03:20 Sekielski wieczorową porą

TVP 2

04:35 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:35 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:25 Po naszemu - reportaż
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie
11:45 Rosół polski - magazyn kulinarny
12:25 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej



18:50 Jeden z dziesięciu - telet.
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” - felieton
20:50 M jak miłość - serial, Polska, 2026
21:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:20 Berlin Ku'damm 77 - serial, Niemcy, 2025
23:20 Jak najdalej stąd - fab., Polska, 2020. Ojciec Oli żyje i pracuje w Irlandii. Nastolatka została w Polsce z matką. Ma żal do ojca, że zostawił rodzinę i żyje na obczyźnie...
01:00 Siedmiu wspaniałych - western, USA, 2016
03:20 Siła kłamstwa - dokument, Nor., 2024

TVN

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



20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 The Floor - teleturniej
21:30 Kuba Wojewódzki - talk-show
22:45 Bohemian Rhapsody - obycz., USA, Wlk. Bryt., 2018. Filmowa biografia Freddiego Mercury'ego i zespołu Queen.
01:25 Superwizjer - magazyn reporterów
02:00 Uwaga! - program interwencyjny
02:20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
03:20 Młode gliny - serial krym., Polska
04:25 Nauka jazdy - reality show
05:00 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny

POLSAT

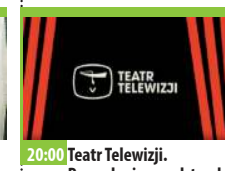
06:00 Nowy dzień - program poranny
09:10 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:40 Wypasiona kuchnia
09:45 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
10:15 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
12:20 Gliniarze - serial paradokumentalny
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:25 Wypasiona kuchnia
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Milionerzy - teleturniej



20:35 Kevin sam w domu - kom., USA, 1990. Zbliżają się święta Bożego Narodzenia i Kevin wypowiada głośno życzenie, że chciałby zostać sam w domu. Spełnia się ono, bo w wyniku bałaganu przed wyjazdem do Paryża rodzina o nim po prostu zapomina...
22:50 Szybcy i wściekli 5 - sens., USA, 2011
01:40 Ucieczka z piekła - sens., USA, 2015. Amerykańska rodzina stara się uciec z pogrążonego w rewolucji południowoazjatyckiego państwa.
03:55 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:15 Wydarzenie aktualne
07:15 Rawhide - Incydent z panem niewolników - western, USA, 1959
08:15 Porozmawiajmy szczerze - Zbigniew Zamachowski
09:00 Polskie drogi - serial woj.
10:40 Krzysztof Krawczyk - całe moje życie - dokument, Polska, 2020
12:30 Ostoja - film fabularny, Polska, Irlandia, 2012
14:00 Kosmos 1999 - serial, Wlk. Bryt., 1977
15:00 Ostatnia walka Apacza - western, USA, 1954
16:40 Polskie drogi - serial wojenny. Jesień 1942 roku. Na Zamojszczyźnie rozpoczyna się pacyfikacja i wysiedlanie ludności...
18:20 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
18:55 Rawhide - western, USA, 1959



20:00 Teatr Telewizji. Pozwolenie na odstrzał - dram., Polska, 1972
21:20 Na wschód od Hollywood - Godland - fab., Franc., Szwecja, Islandia, Dania, 2022. Przez zimne strumienie, nagie skały i szmaragdowe mchy zmierza ku nowej parafii luterański ksiądz Lucas (Elliott Crosset Hove).
23:50 Męstwo i honor - fab., Franc., 2007
02:30 The Rolling Stones - życie w rytmie rocka - dok., Wlk. Bryt., 2022
03:45 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
04:25 Z życia wyższych sfer - dokument, Polska, 2017
05:05 Teledyski

Stopklatka

06:00 Kabaretowe hity - prog. rozrywk., Polska, 2023
06:50 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2007
07:55 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:35 Pyszne Dania w 10 minut z Julią Oleś - serial kulinarny, Polska, 2026
09:45 Górski lekarz - serial dramat, Niem., 2024
11:45 Zagadki kryminalne panny Fisher - serial krym., Australia, 2013. Ciotka Prudence poddaje się nowej spirytualistycznej modzie, a Phryne musi rozwiązać zagadkę morderstwa popełnionego 10 lat wcześniej...
14:00 Hudson i Rex - serial krym., Kanada, 2026
15:00 Zajazd. Będzie się działo - serial obyczajowy, Polska, 2026



17:00 Katastrofy w przestworzach - dokument, Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.
20:00 Czerwony smok - kryminał, Niem., USA, 2002
22:40 Wyniszczenie - akcja, USA, Hongkong, Tajlandia, Wlk. Bryt., 2017
00:30 Fałszerz - krym., USA, 2014
02:30 Horror Story - kom., Polska, 2023. Tomek, młody absolwent bankowości, jest sfrustrowany, bo nie może znaleźć pracy. Co gorsza, stara willa, w której wynajmuje pokój, to...
04:40 Jesteśmy razem - dokument, Polska, 2025

TVN 7

05:20 Ten moment - serial paradokumentalny
05:55 Szkoła - program obycz.
08:45 Ukryta prawda - obycz.
11:50 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - serial krym.
15:00 Szpital - program obycz.
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 Rozwód. Walka o wszystko - program obyczajowy
19:00 Młode gliny - serial krym.
20:00 Hotel Paradise - reality show
21:00 Wyspa - SF, USA, 2005
23:50 Smętarz dla zwierzaków - horror, USA, Kan., 2019
02:05 Hotel Paradise - reality show
03:00 Wrota piekieł - program rozrywkowy
03:55 Fachowcy - paradokument
04:30 Usterka - program poradnikowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial **11:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **12:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **15:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **17:00** Trudne Sprawy - program obyczajowy **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial **20:00** Wypasiona kuchnia **20:05** Uroczysko - serial **20:40** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:40** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:50** Opowiem Ci o zbrodni **23:15** Wszystko się może zdarzyć - fab. Polska, 2017 **01:25** Love Island. Wyspa miłości **02:40** Hardkorowy Iombard **03:15** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Nie igraj z aniołem - serial
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Kurierzy - serial paradok.
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradok.
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Trefny wóz - akcja, USA, 2013
21:50 Godziny: Wyścig z czasem - akcja, USA, 2013
23:50 Żywioł. Deepwater Horizon - katast., USA, 2016
02:00 Dzielnica strachu - serial
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
04:00 Menu na miarę
04:30 Taki jest świat - przegląd
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:00 Papież Polak do Rodaków **09:45** Słowo życia **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:00** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Obrona Cisnej **13:30** Msza św. **14:30** Post Scriptum **15:00** Za kratą są zielone drzewa **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Przyroda w Obiektywie **16:40** Zdrowie z Bożej Apteki **17:00** Wierzę w Boga **17:30** Rajd Katyński **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Powstanie Warszawskie **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia

eprasa.pl 2dd34b52f1

ŚRODA • 9 września

TVP 1

04:35 **Wykrywacz kłamstw**
04:55 **Pytanie dnia** - rozmowa
05:15 **Reporterzy** - magazyn
05:25 **Oko na Świat** - magazyn
05:50 **Akacjowa 38** - serial, 2018
07:00 **Transmisja Mszy Świętej**
07:30 **Rodzina (nie od) święta**
08:00 **Serwis Info; Pogoda Info**
08:20 **Zaraz wracam** - serial, 2026
09:00 **Ranczo** - serial kom., 2016
10:00 **Komisarz Alex** - serial krym.
11:00 **Ojciec Mateusz** - serial
12:00 **Serwis Info**
12:10 **Agrobiznes; Agropogoda**
12:40 **Magazyn Rolniczy**
13:00 **Natura w Jedynce - Niezwykła Australia - Nieokiełznane lasy** - dok., Niderl., 2024
14:00 **Splątane losy** - serial, 2024
15:00 **Serwis Info**
15:10 **Reporterzy** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej



16:00 **Dziedzictwo** - serial, Turcja
16:50 **Zapowiedź Teleexpressu**
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Pogoda**
17:25 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
18:05 **Klan** - telenowela, Polska
18:40 **Akacjowa 38** - serial, 2018
19:30 **Program inform. 19.30**
19:55 **Pytanie dnia** - rozmowa
20:10 **Sport**
20:15 **Pogoda**
20:30 **Felicita** - serial obycz., 2026
21:05 **Jerzy Buzek. Siła marzeń** - dok., Polska, 2026
22:35 **Wieczór z gwiazdami - Depresja gangstera** - komedia, USA, 1999
00:25 **Polowanie** - dramat, Polska, 2023
02:35 **Ludzie miasta** - dramat, USA, 1996

TVP 2

04:35 **Na dobre i na złe** - serial obyczajowy
05:30 **M jak miłość** - serial, Polska, 2024
06:25 **Pożyteczni.pl** - magazyn
06:55 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obycz., 2026
07:30 **Pytanie na śniadanie** - program poranny
11:45 **Program kulturalny**
12:25 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Panna młoda** - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:05 **La Promesa** - serial obycz., 2024
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:20 **Panna młoda** - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 **Va Banque** - teleturniej



18:50 **Jeden z dziesięciu** - telet.
19:25 **Barwy szczęścia** - serial
20:40 **Przepis dnia**
20:35 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
20:50 **Na dobre i na złe** - serial
21:40 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
21:50 **Na sygnale** - serial fabularyz.
22:20 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
23:20 **Randka na zamówienie** - fab., USA, Kan., 2023. Athena Carter pracuje w „szkole randkowej", gdzie konsultanci uczą klientów, jak być lepszymi partnerami podczas randek...
00:50 **Peaky Blinders** - serial, 2013
03:05 **My Sunnyside** - dokument, Polska, 2025

TVN

05:40 **Uwaga!** - program interwencyjny
05:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
06:50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 **Dzień Dobry TVN** - magazyn poranny
11:20 **Doradca smaku** - program kulinarny
11:30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 **Ukryta prawda** - 43-letnia Maryla, rozwódka, niedawno zaczęła spotykać się z 47-letnim Rafałem.
16:50 **Szpital św. Anny** - serial obycz., Polska
17:55 **Detektywi** - program kryminalny
19:00 **Fakty**
19:35 **Sport**
19:40 **Raport US Open**
19:45 **Pogoda**



19:55 **Uwaga!** - program interwencyjny
20:15 **Na Wspólnej** - serial obycz., Polska
20:50 **The Floor** - teleturniej
21:30 **Top Model** - reality show
23:00 **World Trade Center** - obycz., USA, 2006. Tuż po uderzeniu samolotu w budynki WTC sierżant John McLoughlin (Nicolas Cage), William J. Jimeno (Michael Pena) i ich koledzy wchodzą do jednego z budynków, dochodzi do jego zawalenia.
01:30 **Klara** - serial, Polska
02:55 **Uwaga!** - program interwencyjny
03:15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** - serial, USA
05:15 **Nauka jazdy** - reality show

POLSAT

06:00 **Nowy dzień** - program poranny
09:10 **Malanowski i Partnerzy** - serial kryminalny
09:40 **Wypasiona kuchnia**
09:45 **Malanowski i Partnerzy** - serial kryminalny
10:15 **Dlaczego ja?** - serial paradokumentalny
12:20 **Gliniarze** - serial paradokumentalny
15:30 **Wydarzenia** - program informacyjny
15:50 **Pogoda**
15:55 **Gliniarze** - serial paradokumentalny
18:00 **Pierwsza miłość** - serial obyczajowy
18:50 **Wydarzenia** - program informacyjny
19:15 **Gość Wydarzeń** - rozmowa dnia
19:25 **Wypasiona kuchnia**
19:35 **Sport**
19:40 **Pogoda**
19:55 **Milionerzy** - teleturniej



20:35 **Komediowa środa - Piep*zyć Mickiewicza** - obycz., Polska, 2024. Wyrzucony z uczelni pisarz i wykładowca Jan Sienkiewicz (Dawid Ogrodnik) zatrudnia się jako polonista w liceum. Pod jego opiekę trafia słynna na całą szkołę klasa zbuntowanych i odpornych na wiedzę wyrzutków.
22:45 **Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość** - kom., USA, 2003
01:00 **Laski na gigancie** - kom., USA, Kan., Chiny, 2017
03:35 **Ewa gotuje** - program kulinarny
04:15 **Kabaretowa Ekstraklasa** - program rozrywkowy
04:40 **Disco Gramy**
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

06:15 **Wydarzenie aktualne**
07:05 **Którędy po sztukę**
07:20 **Rawhide** - western, USA, 1959
08:25 **Tamte lata, tamte dni - Feliks Falk** - magazyn
09:00 **Polskie drogi** - serial woj.
10:40 **Pograbek** - obycz., Polska, 1992
12:05 **Była sobie muzyka** - dok., Franc., 2020. Od kilku lat naukowcy, archeolodzy i muzykolodzy próbują określić moment, w którym narodziła się muzyka.
13:15 **Serialowa nostalgia - Alternatywy 4** - serial kom., 1983
14:30 **Szczęśliwy brzeg** - dram. psych., Polska, 1983
16:20 **Polskie drogi** - serial woj.
18:15 **Kolekcja** - felieton
18:30 **Informacje kulturalne** - magazyn
18:55 **Rawhide** - western, USA, 1959



20:00 **Panorama kina polskiego - Szabla od komendanta** - komediodramat, Polska, 1995
21:55 **Gołas, absolutnie!** - dokument, Polska, 2016
23:00 **Na wschód od Hollywood - Godland** - fab., Franc., Szwecja, Islandia, Dania, 2022
01:35 **Mrożony peppermint** - obycz., Hiszp., 1967
03:20 **Porozmawiajmy szczerze - Zbigniew Zamachowski**
04:05 **Informacje kulturalne** - magazyn
04:30 **Podróże z historią - Polskie cuda natury** - dok., Polska, 2017
05:15 **Teledyski**

Stopklatka

06:00 **Kabaretowe hity** - prog. rozrywk., Polska, 2023
06:50 **Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat** - serial podróżniczy, Polska, 2007
07:50 **Robert Makłowicz** - serial kulinarny, Polska, 2023
09:35 **Pyszne Dania w 10 minut z Julią Oleś** - serial kulinarny, Polska, 2026
09:45 **Górski lekarz** - serial dramat, Niem., 2024
11:45 **Zagadki kryminalne panny Fisher** - serial krym., Australia, 2013. Phryne udaje się ze znajomymi nad morze. Ale błogie chwile wypoczynku zakłócają włamanie, morderstwo i zagadka ukrytego skarbu.
14:00 **Hudson i Rex** - serial krym., Kan., 2026
15:00 **Zajazd. Będzie się działo** - serial obyczajowy, Polska, 2026



17:00 **Katastrofy w przestworzach** - dok., Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.
20:00 **Zaraz wracam** - thriller, USA, 2008
21:50 **Czerwony świt** - akcja, USA, 2012
23:40 **American Pie** - kom., USA, 1999. Grupa przyjaciół pod koniec swojego ostatniego roku liceum zawiera pakt, aby stracić dziewictwo w noc balu na zakończenie szkoły.
01:45 **Tam i z powrotem** - dramat, Polska, 2002
03:55 **Szaleństwa panny Ewy** - młodzież., Polska, 1984. Ekranizacja powieści Kornela Makuszyńskiego.

TVN 7

05:20 **Ten moment** - serial paradokumentalny
05:55 **Szkoła** - program obycz.
08:45 **Ukryta prawda** - obycz.
11:50 **W-11 Wydział Śledczy** - program kryminalny
13:55 **Detektywi** - serial krym.
15:00 **Szpital** - program obycz.
17:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial sądowy
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko** - program obyczajowy
19:00 **Młode gliny** - serial krym.
20:00 **Hotel Paradise** - reality show
21:00 **Krwawy diament** - sens., USA, Niemcy, 2006
00:00 **Epidemia strachu** - sens., USA, ZEA, 2011
02:20 **Hotel Paradise** - reality show
03:15 **Wrota piekieł** - program rozrywkowy
04:05 **Fachowcy** - paradokument
04:40 **Dorota was urządzi** - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji
07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci - serial. **11:55** Na Ratunek 112 - serial obycz. **12:55** Trudne sprawy - prog. obyczajowy **15:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok.
17:00 Trudne Sprawy - program obycz. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Wypasiona kuchnia **20:05** Uroczysko - serial **20:40** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:40** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:50** Opowiem Ci o zbrodni
23:25 Za ciosem - sens., Hongkong, USA, 1998 Hongkong, USA, 1998 **01:10** Love Island. Wyspa miłości **02:15** Hardkorowy lombard **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 **Policjanci z Miami** - serial
08:00 **Kobra - oddział specjalny** - serial kryminalny
10:00 **Zaklinaczka duchów** - serial fabularny
11:00 **Kotka** - serial, Meksyk
12:00 **Nie igraj z aniołem** - serial
13:00 **Wspaniałe stulecie** - serial
14:00 **Kurierzy** - serial paradok.
15:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
17:00 **Kurierzy** - serial paradok.
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
20:00 **Księga luster** - thriller, Australia, USA, 2024
22:10 **Minuta po śmierci** - thriller, USA, 2022
00:00 **Podróże z diabłem** - thriller, USA, 2019
01:55 **Dzielnica strachu** - serial
03:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
04:00 **Dyżur** - serial medyczny
05:00 **Dzielnica strachu** - serial

TV Trwam

09:00 Mocni Jego mocą **09:30** Sanktuaria polskie **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Audiencja Ojca Św. Leona XIV z Watykanu **11:10** Mateczniki Polskości **11:25** Jestem mamą **11:40** Myśląc Historia **11:50** Odnaleźć siebie **12:00** Anioł Pański
12:03 Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** W gotowości **13:30** Msza św. **14:30** Ulmowie. Świadectwo sprawiedliwych **15:00** Moja wyspa wiary **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Rozmowy o edukacji **17:00** Po stronie prawdy
17:55 Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:20** Odnaleźć siebie **19:30** Bóg z nami **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Przetrwaliśmy

CZWARTEK • 10 września

TVP 1

04:40 **Wykrywacz kłamstw**
05:00 **Pytanie dnia** - rozmowa
05:20 **Reporterzy** - magazyn
05:30 **Oko na Świat** - magazyn
05:55 **Akacjowa 38** - serial, 2018
07:00 **Transmisja Mszy Świętej**
07:30 **Pełnia Wiary** - magazyn
08:00 **Serwis Info; Pogoda Info**
08:20 **Zaraz wracam** - serial, 2026
09:00 **Ranczo** - serial kom., 2006
10:00 **Komisarz Alex** - serial krym.
11:00 **Ojciec Mateusz** - serial
12:00 **Serwis Info**
12:10 **Agrobiznes; Agropogoda**
12:40 **To się opłaca** - magazyn
12:55 **Natura w Jedynce - Niezwykła Australia - Dzikie wybrzeża** - dok., Niderl., 2024
14:00 **Splątane losy** - serial, 2024
15:00 **Serwis Info**
15:10 **Reporterzy** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej



16:00 **Dziedzictwo** - serial, Turcja
16:50 **Zapowiedź Teleexpressu**
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Pogoda**
17:25 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
18:05 **Klan** - telenowela, Polska
18:40 **Akacjowa 38** - serial, 2018
19:30 **Program inform. 19.30**
19:55 **Pytanie dnia** - rozmowa
20:10 **Sport**
20:15 **Pogoda**
20:30 **Ojciec Mateusz** - serial
21:30 **Sprawa dla reportera**
22:30 **Czas niedokonany** - serial obycz., Polska, 2024
23:25 **Gra z Cieniem** - serial, 2026
00:25 **Morderstwa w Cognac** - kryminał, Francja 2020
02:10 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
03:15 **Sprawa dla reportera**

TVP 2

04:40 **Na dobre i na złe** - serial obyczajowy
05:35 **M jak miłość** - serial, Polska, 2024
06:25 **Operacja zdrowie** - magazyn medyczny
06:55 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obycz., 2026
07:30 **Pytanie na śniadanie**
11:45 **Jedzenie ma znaczenie** - W tym odcinku dowiemy sie tego, jak powinno wyglądać żywienie dzieci...
12:25 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Panna młoda** - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:05 **La Promesa** - serial obycz., 2024
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej



17:20 **Panna młoda** - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 **Va Banque** - teleturniej
18:50 **Jeden z dziesięciu** - telet.
19:25 **Barwy szczęścia** - serial
20:40 **Postaw na milion** - teleturniej
21:40 **Europa da się lubić - nowe pokolenie** - widowisko rozrywkowe o współczesnej Europie i jej mieszkańcach.
22:40 **Herkules** - film fantasy, USA, 2014. Herkules jest synem potężnego Zeusa, który po wykonaniu „dwunastu ciężkich prac" został zdradzony przez boginię Herę.
00:25 **Rodzinka.pl** - serial kom.
01:05 **Nadzieja** - fab., Nor., 2019
03:15 **Akacjowa 38** - serial

TVN

05:40 **Uwaga!** - program interwencyjny
05:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
06:50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 **Dzień Dobry TVN** - magazyn poranny
11:20 **Doradca smaku** - program kulinarny
11:30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:50 **Szpital św. Anny** - serial obycz., Polska
17:55 **Detektywi** - program kryminalny
19:00 **Fakty**
19:35 **Sport**
19:40 **Raport US Open**
19:45 **Pogoda**
19:55 **Uwaga!** - program interwencyjny



20:15 **Na Wspólnej** - serial obycz., Polska
20:50 **The Floor** - teleturniej
21:30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
22:40 **Bogowie** - obycz., Polska, 2014. Lata 80. Zbigniew Religa zamierza dokonać pierwszego zabiegu przeszczepu serca.
01:05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** - serial, USA
02:10 **Uwaga!** - program interwencyjny
02:30 **Młode gliny** - serial krym., Polska
04:35 **Bartosz Zmarzlik. Ścigając marzenia.** - program dokument
05:05 **Zamieszkać na plaży** - program edukacyjny

POLSAT

06:00 **Nowy dzień**
09:10 **Malanowski i Partnerzy** - serial kryminalny
09:40 **Wypasiona kuchnia**
09:45 **Malanowski i Partnerzy** - serial kryminalny
10:20 **Dlaczego ja?** - serial paradokumentalny
12:25 **Gliniarze** - serial paradokumentalny
14:25 **Studio Sport**
14:50 **Mistrzostwa Europy w siatkówce mężczyzn Polska-Portugalia**
16:55 **Gliniarze** - serial paradokumentalny
18:00 **Pierwsza miłość** - serial obyczajowy
19:15 **Gość Wydarzeń** - rozmowa dnia
19:25 **Wypasiona kuchnia**
19:35 **Sport**
19:45 **Pogoda**
19:55 **Milionerzy** - teleturniej
20:30 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy



21:40 **Zdrada** - serial
22:55 **Plan lotu** - sens., USA, 2005. Jodie Foster w roli pogrążonej w żałobie kobiety, której kilkuletnia córka nagle znika podczas lotu z Niemiec do Ameryki - na wysokości 10 tysięcy metrów. Tylko matka wierzy, że jej dziecko wsiadło do tego samolotu...
01:00 **Piep*zyć Mickiewicza** - obycz., Polska, 2024
03:20 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy
04:25 **Kabaretowa Ekstraklasa** - program rozrywkowy, Polska, 2017
04:40 **Disco Gramy** - program muzyczny
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

06:15 **Niedziela z... filmami Janusza Majewskiego**
07:00 **Informacje kulturalne** - magazyn
07:25 **Rawhide** - western, USA, 1959
08:25 **Tamte lata, tamte dni - Filip Bajon** - magazyn
09:00 **Polskie drogi** - serial wojenny
11:00 **Szczęśliwy brzeg** - dramat psychologiczny, Polska, 1983
12:50 **Reżyserzy - Orson Welles** - dok., Wlk. Bryt., 2018
14:05 **Serialowa nostalgia - Alternatywy 4** - serial kom., 1983
15:10 **Ucieczka z kina „Wolność"** - obycz., Polska, 1990
16:55 **Kolumbowie** - serial, Polska, 1970
18:00 **Kulturalni** - magazyn
18:55 **Rawhide** - western, USA, 1959



20:00 **Wstęp do filmu - Zakochani w Rzymie**
20:05 **Czwartkowy klub filmowy - Zakochani w Rzymie** - kom. romant., USA, Włochy, 2012
22:10 **Panorama kina polskiego - Szabla od komendanta** - komediodramat, Polska, 1995
00:05 **Pianistka** - dram., Franc., Austria, Niemcy, Polska, 2001
02:25 **Awatar, czyli zamiana dusz** - film TVP, 1964
03:40 **Kolekcja** - felieton
04:05 **Podróże z historią - Zwykła historia niezwykłych nazw** - dok., Polska, 2017
04:45 **Teledyski**

Stopklatka

06:00 **Kabaretowe hity** - program rozrywk., Polska, 2023
06:50 **Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat** - serial podróżniczy, Polska, 2007
07:50 **Robert Makłowicz** - serial kulinarny, Polska, 2023
09:35 **Pyszne Dania w 10 minut z Julią Oleś** - serial kulinarny, Polska, 2026
09:45 **Górski lekarz** - serial dramat, Niem., 2024
11:45 **Zagadki kryminalne panny Fisher** - serial krym., Australia, 2013.
14:00 **Hudson i Rex** - serial krym., Kan., 2026
15:00 **Zajazd. Będzie się działo** - serial obyczajowy, Polska, 2026
17:00 **Katastrofy w przestworzach** - dokument, Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.



20:00 **Ostateczna rozgrywka** - dramat, Wlk. Bryt., 2018. Piłkarski stadion wypełniony po brzegi. Na trybunach 35 tysięcy ludzi zrywa gardła, by wesprzeć swoich idoli.
22:20 **Apollo 13** - dram., USA, 1995
01:15 **Wróg doskonały** - thriller, Niem., ES, Franc., 2021. Po skończonym wykładzie uznany architekt polskiego pochodzenia Jeremiasz Angust usiłuje dostać się na lotnisko. Po drodze zatrzymuje go roztargniona dziewczyna
03:00 **Wesele 2** - dramat, Polska, 2021. Biznesmen Rysiek w dniu ślubu córki musi nie tylko dopilnować przebiegu imprezy, ale również doglądać...

TVN 7

05:20 **Ten moment** - serial paradokumentalny
05:55 **Szkoła** - program obycz.
08:45 **Ukryta prawda** - obycz.
11:50 **W-11 Wydział Śledczy** - program kryminalny
13:55 **Detektywi** - serial krym.
15:00 **Szpital** - program obycz.
17:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial sądowy
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko** - program obyczajowy
19:00 **Młode gliny** - serial krym., Polska
20:00 **Hotel Paradise** - reality show
21:00 **Maska** - kom., USA, 1994
23:15 **Task master**
00:15 **Mission: Impossible - Dead Reckoning** - sens., USA, 2023
03:35 **Hotel Paradise** - reality show
04:25 **Fachowcy** - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji
07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci - serial **11:55** Na Ratunek 112 - serial obycz. **12:55** Trudne sprawy - prog. obyczajowy **15:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok.
17:00 Trudne Sprawy - program obycz. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Wypasiona kuchnia **20:05** Uroczysko - serial krym. **20:40** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny
21:40 Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:45** Opowiem Ci o zbrodni **23:10** Hitman: Agent 47 - sens., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, 2015 **01:20** Love Island. Wyspa miłości **02:25** Hardkorowy lombard **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

TV Puls

06:00 **Policjanci z Miami** - serial
08:00 **Kobra - oddział specjalny** - serial kryminalny
10:00 **Zaklinaczka duchów** - serial fabularny
11:00 **Kotka** - serial, Meksyk
12:00 **Nie igraj z aniołem** - serial
13:00 **Wspaniałe stulecie** - serial
14:00 **Kurierzy** - serial paradok.
15:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
17:00 **Kurierzy** - serial paradok.
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
20:00 **Lot 93** - akcja, Francja, USA, Wlk. Bryt., 2005
22:15 **Nalot na bin Ladena** - akcja, USA, 2012
00:15 **Zielona strefa** - akcja, USA, 2010
02:25 **Dzielnica strachu** - serial
03:20 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
04:20 **Taki jest świat** - przegląd wydarzeń z całego globu
05:00 **Dzielnica strachu** - serial

TV Trwam

09:20 Bóg z nami **09:45** Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Wykłady naukowe **12:50** Mateczniki Polskości
13:00 Tu był Prymas - Kardynał Wyszyński w Studzienicznej **13:20** Przegląd Tyg. „Niedziela" **13:30** Msza św. **14:30** Brygada Świętokrzyska **15:00** Po stronie prawdy **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Z wędką nad wodę **16:35** Sól ziemi
17:05 Akademia pro-life **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Nowenna pojednania z Matką Bożą z La Salette **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:00** Msza św. **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Powstanie Warszawskie **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Inf. dnia

eprasa.pl 2dd34b52f1

DODAJ SWOJE OGŁOSZENIE

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

SMS

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

KUPON

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

REDAKCJA

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

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

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

UWAGA!
JEDEN KUPON = JEDNA OFERTA

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

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



OGŁOSZENIA

MIESZKANIE
ZAMIENIĘ

ZAMIENIĘ mieszkanie w bloku na dom jednorodzinny w Rykach. Mieszkanie znajduje się przy ulicy Witosa blok numer 4. Trzy pokoje, 62,34 m2. Pierwsze piętro. Tel. 886 464 331

DOM
SPRZEDAM

DOM pół bliźniaka w centrum Ryk. Tel. 691 864 179.

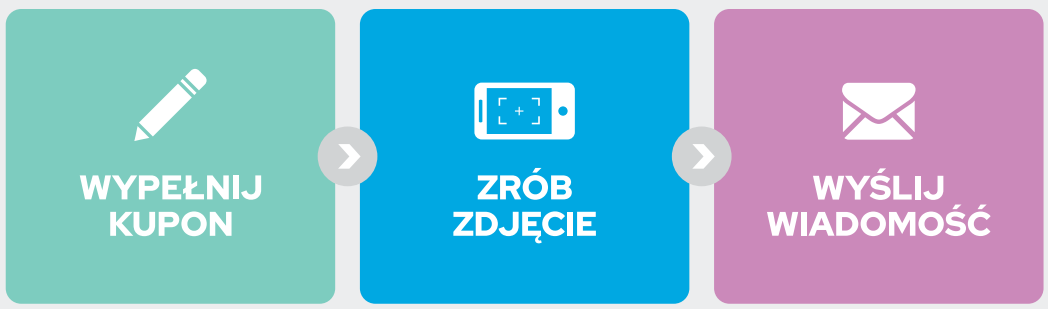
LOKAL
SPRZEDAM

STOLARNIA w Korytnicy, plac 8000 mkw, 2 hale po 300 mkw, dom 80 mkw. Suszarnia do drewna 50, maszyny do drewna, szlifierka szerokotaśmowa, długotaśmowa ,



Nowy wygodny sposób dodawania bezpłatnych ogłoszeń

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



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

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA: .....

.....

.....

MIEJSCOWOŚĆ: .....

CENA: .....

TELEFON KONTAKTOWY: .....

TWÓJ Głos

KUPON WAŻNY DO 11 września

eprasa.pl 2dd34b52f1

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

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

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

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

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

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

do kantów do ostrzenia noży strugarskich, piła formatowa, dwupiła formatowa, wielopola trzystronna prasa 130x330cm do schodów 100x300cm. strugarka 4 stronna weinig ploter cnc 100x200cm, dłutarka, maszyny do parkietu, trak do drewna. Cena 2.600.000 zł. Tel. 607 607 700.

DO WYNAJĘCIA
POSIADAM

DOM - 2 pokoje, kuchnia, łazienka, przedpokój, spiżarka, ganek, CO w garażu, blisko szkoła i przedszkole. Moszczanka. Tel. 790 643 746.

DZIAŁKA POLE
SPRZEDAM



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

DZIAŁKA budowlana pow. 18 arów w Rykach przy ul. Swatowskiej. Cena do uzg. Tel. 600 379 329.

DZIAŁKA rolno-budowlana. Tel. 783 525 405.

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

DZIAŁKA BUDOWLANA w Garwolinie przy Akacjowej 929 m^2. Numer działki do wglądu 8132. Więcej informacji pod telefonem 512 180 975.

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

DZIAŁKA zagrodowa o pow. 6260 mkw w Kletni, Gm. Stężyca. Cena 35.000 zł do neg. Tel. 530 073 234.

ZIEMIA 5,20 ha w tym 1,70 orne, reszta to las. Nowodwór koło Ryk. Tel. 692 515 086.

DZIAŁKA budowlana 10 arów o wym. 38x28mb z udziałem w drodze 300mb od granicy miasta. Żerniki Wrocławskie. Tel. 785 342 006.

DZIAŁKA w rodzinnym ogrodzie działkowym ROD „Fregata" Ryki. Tel. 534 020 387.

DZIAŁKA BUDOWLAN nr 3763/30 o pow. 1722 mkw, wszystkie media, dogodne położenie, bardzo dobry dojazd, Ryki ul. Myśliwska. Cena do uzg. Tel. 500 190 674.

POLE orne 4ha pole przy drodze asfaltowej. Przykwa. Tel. 602 110 649.

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

DZIAŁKA 0,34ha z warunkami zabudowy w cichej okolicy blisko lasu. Okolice Garwolina. 120 tys. zł. Tel: 664 939 148

DZIAŁKA POLE
KUPIĘ

POLĘ wezmę w dzierżawę, w Rososzy, Leopoldowie, Lasocinie, Budkach, Krukowie, Zalesiu i okolicach, dobre warunki umowy. Tel. 510 051 435.

POSZUKUJĘ działki w spokojnej okolicy z drewnianym domem, w bezpośrednim lub bliskim sąsiedztwie lasu. Ewentualnie działki mocno zadrzewionej. Dom może być w stanie do remontu. Tel: 884 625 739

WEZMĘ w dzierżawę lub kupię pola, grunty orne, Kłoczew i okolice. Warunki do uzgodnienia. Tel. 790 772 445

KUPIĘ POLE, ŁĄKĘ, LAS, SIEDLISKO
888 488 477

SAMOCHÓD
SPRZEDAM

CITROEN Berlingo 1,6 HDI, model 2017r. moc 120 KM, najbogatsza wersja S-S XTR, 6 biegów, szklany dach, hak, nawigacja, komputer, opony zima lato, kolor ciemny brąz, pierwszy właściciel salon polska, cena 35.000 zł. Ryki. Tel: 600 449 265

FORD Mondeo 2.0 diesel, przebieg 294 tys.km.2011r. Rososz. Tel. 515 967 118.

MITSUBISHI Colt 7 2010-11r. czarny met. benzyna 1.5 na łańcuchu, przebieg 194 tys.km. stan bdb. wym. ogumienie akumulator tarcze klocki, wyp. ALF CZ, czujnik parkowania, klimatronik, hak HL, bez nakładu, cena 10.500 zł. Ryki. Tel. 730 992 557.

RENAULT TALIA 2001r. 1.4 8V przebieg 199200km, kolor bordowy, el. lusterka i szyby, wspomaganie centralny zamek, OC do lipiec 2027r, przegląd do września 27r. Pierwszy właściciel, bezwypadkowy. Stan bdb. Cena 4.900 zł. Tel. 601 308 103.

VW golf 6, 1.6TDI, 2011r., 139 tys. km przebiegu, 5 drzwi, klimatyzacja, ABS, nawigacja, garażowany, zarejestrowany, opłacony, 1 właściciel w Polsce, stan idealny. Okolice Garwolina. 19 500 zł. Tel: 692 263 782

SAMOCHÓD
KUPIĘ

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

MOTOCYKL
SPRZEDAM

MBK YAMAHA X-Max, 125 cm3, 2006r., stan idealny, Cena do uzgodnienia. Tel: 796 374 768

MOTO RÓŻNE
SPRZEDAM

ALUFELGI 16 5x112 do Audi A4B8 z ładnymi oponami (zimowe Continental) 225x55x16 4 szt. stan bdb, cena 1100 zł do uzg, okolice Okrzei. Tel. 604 891 618.

ALUFELGI 16 cali, otwory 5X108 otwór centrujący 60,1MM stan BDB, z oponami wielosezonowymi lub bez, cena 500 zł felgi + 100 zł opony. Tel. 663 070 780.

ALUFELGI 17 cali, oryginalne Citroen, 4x108 rozstaw śrub, cena 1.350 zł. Ryki. Tel. 600 449 265.

CZĘŚCI używane do różnych marek samochodów osobowych i dostawczych oraz inne, części blacharskie, mechaniczne, oświetlenie, koła i inne Tel. 601 308 103.

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

HAKI holownicze nowe i używane, możliwość montażu. Cena do uzgodnienia Tel. 601 308 103.

KOMPLET kół zimowych Skoda Fabia 1.4 rozm. 165x70r14. Cena do uzg. Zosin. Tel. 696 441 120.

KOMPLET OPON letnich 235/65 R17 stan bdb, duży bieżnik. Cena 250 zł. Ryki. Tel. 600 449 265.

KOMPLET OPON zimowych 235/65 R17. Cena 250 zł za kpl. Ryki. Tel. 600 449 265.

KOMPLET opon zimowych Dębic 205/50 R17 2022 rok bieżnik 7,2mm. Cena 720 zł. Ryki. Tel. 600 449 265.

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

OPONY letnie i zimowe, felgi stalowe i aluminiowe , do samochodów osobowych dostawczych i terenowych oraz rolnicze, cena od 40 zł. tel. 601 308 103

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

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

OŚ z dwoma kołami, opony lotnicze o wym. 800x200 na felgach lotniczych ze stopów magnezu z samolotu Mig-21. Z kompletem łożysk oś stalowa fi.80mm dł. 92cm. Gotowa do jazdy. Tel. 663647909.

PRZYCZEPKA samochodowa, zarejestrowana, OC do końca roku, Kłoczew. Tel. 511 101 603.

MASZYNY ROLNICZE
SPRZEDAM

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

BRONY 5, cena do uzg. Tel. 531 868 784.

SIECZKARNIA jednorzędowa do kukurydzy. Rozrzutnik dwuosiowy przystosowany do zbioru kukurydzy na kiszonkę (potrójne burty). Gniotownik do zboża. Śrutownik bijakowy. Waga do bydła . Okolice Trojanowa. Tel. 600 566 978.

CIĄGNIK Jon Deer 2850 prod. 1988r. sprawny. Ciągnik Jond deer Ceis CS94 prod. 2002r. z turem meleksem, napęd 4x4, sprawny.

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

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

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

KŁOCZEW
tel. 502 215 457

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

sęk
www.sek.sklep.pl
RYKI ul. Przemysłowa 90
660 71 16 70 606 14 12 10

eprasa.pl 2dd34b52f1

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

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

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

SALONY OPTYCZNE
OPTYKA RĘKAS Agnieszka Rękas
RYKI
ul. Warszawska 100
Medivita, tel. 509 728 764
DĘBLIN
ul. Krzywa 2/4
Przychodnia rodzinna, tel. 509 728 638
czynne: od pon. do piątku w godz. 10-18
szkła korekcyjne
szkła przeciwsłoneczne
soczewki kontaktowe
duży wybór oprawek
Fachowa i miła obsługa
tel. 504 086 922

Pracownia Psychologiczna Urszula Siwek
PSYCHOLOGICZNE
BADANIA
KIEROWCÓW
tel. 601 722 982
www.badaniakierowcowryki.pl
Ryki, ul. Warszawska 100 (MEDIVITA)

SANMED
Specjalistyczne Centrum Medyczne SANMED
CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
WOLNE TERMINY NA NFZ
Więcej informacji pod numerami telefonu oraz osobiście w rejestracji
535 202 010 lub 81 865 12 27
Placówka znajduje się w pawilonie handlowym „MERKURY"
ul. Słowackiego 4/5C

GABINET OKULISTYCZNY
lek. med. Beata Flis
specjalista chorób oczu
czynny w czwartki w godz. 16-18
Rejestracja telefoniczna
od poniedziałku do piątku w godz. 10-18
tel. 512 748 637
08-500 Ryki, ul. Wyczółkowskiego 6

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

CIĄGNIK FERGUSON 255, z kabiną, stan bdb, pierwszy właściciel. Niskie zużycie paliwa. Tel. 514 287 523.

PRZEWRACARKO-ZGRABIARKA Mesko. Tel. 794 347 507.

BŁOTNIK tylne czerwone do ciągnika C360. Trzcianki. Tel. 500 190 662.

MASKA czarna do ciągnika C360 3P. Trzcianki. Tel. 500 190 662.

KABINA do ciągnika C360. Trzcianki Gm. Nowodwór. Tel. 500 190 662.

BRONY 5 , likwidacja gospodarstwa. Ownia. Tel. 604 924 765.

ŚRUTOWNIK + mieszalnik, poj. 1 tona, niemiecki. Cramer. Ownia. Tel. 604 924 765.

SIEWNIK zbożowy połączony z dwóch konnych, znaczniki, bronki, ławka, koła podwójne, bardzo solidnie zrobiony, garażowany, cena 1.200 zł. Okolice Ryk. Tel. 692 800 585.

ZGRABIARKA do siana Niemiecka, 2 sztuki osi od woza, okolice Kłoczewa. Tel. 514 498 117.

MASZYNY ROLNICZE - rozrzutnik 1-osiowy fabryczny po remoncie, kopaczka ciągnikowa, brony 3, kultywator, przetrząsarka paskowa do siana, pługi 2, zgrabiarka 5-gwiazdowa, wóz metalowy. Tel. 601 308 103.

PŁUG 3-skibowy obrotowy Huard, cena do uzg. Okolice Trojanowa. Tel. 509 997 105.

CIĄGNIK Zetor 5011 prod. 1984r. Tel. 669 432 215.

MASZYNY ROLNICZE - Kombajn ziemniaczany Anna. Beczka asenizacyjna 4000 litr. Pług 5-skibowy. Kultywator 3m. Paleciak do tura z widłami. Ryki. Tel. 606 362 739.

MASZYNY - Pługi 2/4. Agregat uprawowy 2,1m. Brony 3. Kultywator z wałkiem 1,6 / 2,1 / 2,4. Opryskiwacz 300 litr, potrójne końcówki. Kopaczka ciągnikowa. Tel. 784 063 070.

OPRYSKIWACZ 400 litr, lance 10 metrów. Brony trójki w dobrym stanie. Kłoczew. Tel. 511 101 603.

CIĄGNIG T-25A z kabiną, garażowany. Okolice Garwolina. 14 500 zł. Tel: 664 939 148

ROZRZUTNIK czarno białostocka, 1992r., na 2 wałki, cały w oryginale, mało zużyty. Okolice Garwolina. 10 500 zł. Tel: 692 263 782

TUR do Fergusona jedno sekcyjny, łyżka, widły duży udźwig, stan bdb. Tel: 505 900 999

GRUBER Mandam na sprężynie 6 łap, nowe elementy robocze firmy Lemken, maszyna ładnie utrzymana nie pordzewiała, garażowana, stan bdb. Tel: 505 900 999

TALERZÓWKA 2x9 talerzy, wszystkie talerze wycinane, stan bdb, jak nowa. Zalesie. 3900 zł. Tel: 570 530 800

BLACHA na rozrzutniki 3mm 2x6 docinamy za opłatą, cena 120 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

MASZYNY ROLNICZE
KUPIĘ

CIĄGNIK rolniczy Ursus C-330 lub C-360 w każdym stanie. Kopaczka do ziemniaków .Tel. 666 941 477

ROZRZUTNIK obornika oraz inne maszyny. Tel. 511 079 554.

ZAKUPIĘ pługi 4 skibowe w bardzo dobrym stanie. Zakupię siewnik do nawozu 600 -700 kg. Zakupię ciągnik Ursus 2812 lub 3512. Okolice Maciejowic. Tel. 721 517 916.

KOPACZKA do ziemniaków Tel. 666 941 477

CIĄGNIK rolniczy Ursus C-330 lub C-360 w każdym stanie. Tel.666 941 477

WÓZ konny kupię, Ryki. Tel. 692 351 259.

TUR i cyklop do ciągnika Władimirec. Rozsądna cena. Okolice Ryk. Tel. 691 422 766.

MASZYNY rolnicze sprawne oraz do remontu. Tel: 505 900 999

MASZYNY URZĄDZENIA
SPRZEDAM

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

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

ŁUPARKA hydrauliczna do drewna, silnik 5,5 kw, nacisk tłoka 14 ton, nowa, cena do uzg. Ryki. Tel. 606 362 739.

PIŁA szablasta „lisi ogon" na akumulator w walizce, nowa. Cena 130 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

PODKASZARKA do trawy akumulatorowa 20V 3.0 Ah, nowa, cena 120 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

STÓŁ ślusarski z imadłem. Okolice Garwolina. Tel: 609 696 311

PRODUKTY I PŁODY ROLNE
SPRZEDAM

PSZENICA oz. Pallas, Banatus, Elektra, oścista Foxx na słabe gleby, pszenżyto ozime Liborius, żyto ozime KWS Igor. Po centrali. Na siew, paszę lub mąkę. Przykwa. Tel. 663 855 914

PSZENICA do siewu Arkadia. Tel.

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

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

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

eprasa.pl 2dd34b52f1





600 566 978.

SIANO suche w belotach 120x120, pierwszy i drugi pokos 2025 roku. SŁOMA w belotach (pszenżyto). PSZENŻYTO około 1 tony, cena do uzg. SŁOMA z 2 hektarów, tegoroczny zbiór. Okolice Ryk. Tel. 785 450 297.

SPRZEDAM aronię ekologiczną. Tel. 880 537 230.

SŁOMA luzem i w paczkach, sucha. oddam za darmo. Stężyca. Tel. 517 120 621.

BELE słomy, 45 szt. i pszenżyto ozime i jare ok. 6-7 ton. Okolice Gończyc. Cena do uzgodnienia. Tel: 605 454 369

ŻYTO do siewu, okolice Ryk. Tel. 667 314 638.

PRASTARY staropolski orkisz oberkulmer - ziarno siewne (w łusce) z uprawy ekologicznej, cena 2 zł/kg. Leopoldów. Tel. 607 849 353.



CHLEB żytni na zakwasie żytnio pszennej mąki, domowy bez ulepszaczy ani dodatków. Pieczony na zamówienie. Pieczemy na weselny stół wiejski, przyjęcia. MLEKO wiejskie. Dostawa Ryki Kłoczew. Tel. 725 441 971.

ŻYTO z pszenicą, 1 tona. Ownia. Tel. 604 924 765.

ZBOŻE; owies, pszenica ozima i jara, pszenżyto i żyto. Ryki. Tel. 605 340 777.

JĘCZMIEŃ OZIMY, rok po centrali, na zasiew, cena do uzg. Kłoczew. Tel. 724 988 325.

SŁOMA żytnia -owsiana, baloty 120x120 (transport). Tel. 669 432 215.

SIANO w kostkach. Tel. 606 181 345

ZBOŻE rok po centrali, pszenżyto, żyto hybrydowe i jęczmień. Tel: 721 330 269

KUKURYDZA na pniu na kiszonkę. Paprotnia. Cena do uzgodnienia. Tel: 694 574 251

SIANOKISZONKA w belach. Okolice Kłoczewa. Tel: 785 635 871

OPAŁ
SPRZEDAM

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

DREWNO OPAŁOWE - suche. Tel. 600 824 588.

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

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

DREWNO opałowe, suche, rąbane, gotowe do pieca. Możliwy transport. Tel. 661 900 867.

AGD RTV
SPRZEDAM

LODÓWKA Amica z oddzielnym zamrażalnikiem wym.140cm x 60cm używana , sprawna, cena 220 zł. Ryki. Tel. 662 121 322.

BUDOWLANE
SPRZEDAM

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

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

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

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

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

RURY STALOWE średnica 40mm, ilość 40 metrów, cena 10 zł/m. Tel. 507 114 046.

CEGŁA biała silikatowa dł. 25cm szer. 12cm, gr. 6cm. Paprotnia. Tel. 692 849 666.

OKNA PCV z demontażu 3 szt. 168cm / 168cm białe. Tel. 662 596 281.

DREWNO opałowe sosnowe suche, gotowe do pieca, pocięte i połupane, około 4 metry, cena 250 zł/metr. Ryki. Tel. 600 931 201.

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

PUSTAKI suporex 500 szt. Tel. 669 432 215.

RURA na tunele fi.32, cena 3,90 zł/mb. Stawex Ryki. Tel. 502 375 285, 888 302 303.

RURA fi.32 dobra na tunele , super tanio- 3,80 zl/mb. Maciejowice Stawx. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRZĘŚŁA z ładnych kształtowników skręcane poziome 140cmx200cm cena 350 zł. Stawex Ryki. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

BLACHA ocynkowana kręgach 0,5mm x 315mm cena 3 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIK z/g 40x30x15 ocynkowany cena 3,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIK z/g 50x20x1,5 cena 3,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KRATKI ocynkowane gęste 3cm wysokie pół ceny z giełdy w Słomczynie - 5 ł/kg. Ryki Stawex. Tel. 888 302 303.

SŁUPKI solidne fi.53x2 cena 14 zł/mb. Ryki Stawex Garwolin. Tel. 600 126 019, 502 375 285.

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

KĄTOWNIK 20x20x1,5mm cena 8 zł/sztanga 6mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRĘTY żebrowane fi.12 cena 36 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

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

SŁUPKI ocynkowane z nowej rury 1 1/2 - fi.48x1,5 dł. 230cm. Maciejowice Stawex. Tel. 600 1269 019.

PRĘTY żebrowane fi.8 fi.10 fi.12 fi.16 dł. do 6mb. cena 2,50 zł/kg. Maciejowice Stawx. Tel. 888 302 303, 486145069.

STOPNIE na schody, gumowane 33x184cm, cena 1 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHY trapezowe T18 końcówki z produkcji od 2 do 5mb, cena 21 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI z rury fi.40x2,3 ścianka, cena 9 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHY trapez używane T18, cena 15 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane z rury fi .48x1,5x230cm, cena 13 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

BLACHA krylowa nowa biała 0,5x66x200cm, cena 15 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 12 019.

RURY na słupy fi.219x5 6mb, cena 2 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPY do wiat z ceownika hutniczego z 140mm x 6mb 66% taniej, cena 48 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

SIATKI LEŚNE od 120cm do 180cm, cena od 3 zł/mb. Kozienice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KRATKI WEMA ocynkowane 70cmx140cm, cena 80 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRĘTY żebrowane fi.8 po 6mb, cena 1,1 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRĘTY żebrowane fi.10 do 6mb 50proc. taniej 1,7 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KRATKI WEMA 5cm wysokie 1x2 mb masywne, za pół ceny - 5 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 280 793.

PRĘTY żebrowane fi.16 do 6mb cena 4,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane 60x40x1,5 II gat. 230cm, cena 4 zł/mb. Ryki Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

DLA DZIECI
SPRZEDAM

SPACERÓWKA - Sprzedam lekką i zwrotną spacerówkę marki Kinderkraft, która idealnie sprawdzi się zarówno w mieście, jak i podczas wakacyjnych wyjazdów. Spacerówka była używana sporadycznie (jako drugi wózek), głównie na wyjazdy. Cena 180zł. Tel. 724 002 205.

ZWIERZĘTA
SPRZEDAM

KACZORY i kaczki sprzedam. Tel. 783 525 405.

JAŁÓWKA cielna, termin 18 września oraz krowa pierwiastka wycielona w marcu. Tel. 576 744 986.

PROSIAKI. Okolice Ryk Tel. 880 533 044.

PROSIĘTA do dalszego chowu, 10 szt. Grabów Szlachecki. Tel. 694 087 992.

PROSIAKI mięsne 20 szt. w całości lub na pary, wykastrowane i odsadzone, gotowe do dalszego chowu. Zwola. Cena do uzgodnienia. Tel: 692 391 123

PROSIĘTA do dalszego chowu. Cena do uzgodnienia. Okolice Ryk Tel. 796 532 058.

KURY nioski, 70 tygodniowe, niosące. Cena 22 zł/szt. Tel. 509 348 264.

BYCZEK brąz-biały 3-tygodniowy, byczek czarno-biały 4-tygodniowy, cena do uzg. Borowie. Tel. 889 190 644.

PROSIĘTA do dalszego chowu, waga około 20 kg. Sobolew. Tel. 504 637 577.

KACZKI mięsne sprzedam 10 szt. Żelechów. Tel. 513 139 021.

PROSIĘTA małe do dalszego chowu, wykastrowane. Okolice Łaskarzewa. Cena do uzgodnienia. Tel: 508 634 179 / 505 577 085

ŚWINIE, 3 szt, 30 kg, do dalszego chowu, odrobaczone, wyczyszczone. Okolice Łaskarzewa. 500 zł/szt. Tel. 513 775 856

PROSIĘTA gotowe do dalszego chowu. Okolice Ryk. Cena do uzgodnienia. Tel: 538 226 797

ZWIERZĘTA
KUPIĘ

ODSADKI koni zimnokrwistych 6/7-miesięcznych. Tel: 511 276 873

ZWIERZĘTA
ODDAM

MAŁE kotki 1,5 miesiąca, Oddam w dobre ręce. Dęblin. Tel. 607 305 762.

KOTEK 4 miesięczny, oddam w dobre ręce. Okolice Ryk. Tel. 668 472 189.

PIESKI kundelki oddam w dobre ręce. Okolice Kłoczewa. Tel. 884 091 857.

MŁODE kocięta oddam w dobre ręce, 3 msc, odrobaczone, załatwiają się do kuwety, wychowane wsród dzieci. Okolice Garwolina. Tel: 514 523 458

SKUP ZBÓŻ
RÓWNIEŻ Z PRZEZNACZENIEM NA GORZELNIĘ / MINIMUM 10 TON
Zapewniam transport i odbiór z gospodarstwa
✆ 518 048 715

SKUP ZBOŻA
• żyto • owies
• pszenżyto i inne
Magazyn Żelechów lub odbiór z gospodarstwa
508 151 622

eprasa.pl 2dd34b52f1



RECYKLING CENTER

RYKI, UL. LUBELSKA 43

KIERUNEK Chrustne

SKUP ZŁOMU

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

AUTO KASACJA

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

SKUP ZŁOMU ✆ 609 126 733

AUTOKASACJA ✆ 781 200 418

SPRZEDAŻ CZĘŚCI ✆ 603 756 451

SZAMBA

zbiorniki betonowe na scieki domowe, przemysłowe, deszczówkę, gnojowicę



tel. 791 519 607

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

POSADZKI MIXOKRETEM UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM

WYLEWKI ANHYDRYTOWE

TYNKI AGREGATEM



T. Panasiewicz - 663 776 972

RÓŻNOŚCI

SPRZEDAM

AKORDEON 120b Wurtlizer, robiony przez zakład Honher na rynek USA, stan jak zegarek szwajcarski, bardzo ładny, mogę przesłać zdjęcie, zadzwoń, zobaczysz, kupisz. Domaszew, ok. Maciejowic. Cena do uzgodnienia. Tel: 880 410 620

DESKI olchowe - 6 letnie. 2 deski 5m, grubości 5 cm, 8 desek 5m, 4 cm grubości. Tel. 604 153 846, 693 646 616.

AKORDEON 120 „Paolo Soprani", stan idealny, 4 chóry, basy 5 chóro-we, 4 registry, klawiatura z mizette, 1 register basy, bardzo zadbany. Domaszew, k. Maciejowic. Cena do uzgodnienia. Tel: 880 410 620

AKORDEON Hohner IV Verdi 120b. Górzno. 2 800 zł. Tel: 726 574 281

ROWERY 26-28, damskie, 3 biegowe. Garwolin. Cena do uzgodnienia. Tel: 502 438 054

GARAŻ - blaszak, rozm. 3x5m, stan idealny. Cena do uzgodnienia. Tel: 796 374 768 / 725 817 044

KOŁNIERZ z całego lisa, koloru srebrnego, stan bd. Dęblin. Tel. 798 322 354.

ROWER damka, koła 28, wspomaganie elektryczne, okolice Żelechowa, Tel. 603 127 317.

TARCICA dąb, jesion, 5 cm, sezonowana, duże ilości. Tel: 606 417 571



ROWERY miejskie Sparta i Koga, holenderskie, z zamknięciem na kluczyk, używany w bdb stanie, wcześniej używany jako elektryczny, z powodu braku baterii i wyświetlacza sprzedaję jako zwykły, cena 600 zł. Tel. 530 073 234.

DESKI sosnowe 1 cal, 1,5 cala. Deski dębowe 2 cale. Tel. 669 432 215.



PIEC C.O. Żębiec, 23 kW. Używany. Cena do uzgodnienia. Tel. 505 049 182



BUTY Piłkarskie Adidas KAISER 5 (Turfy Orlik) - rozmiar 42. Nowe (po jednej gierce) bez śladów użytkowania. Cena do uzg. Tel. 505 049 182.

RÓŻNOŚCI

KUPIĘ

KUPIĘ szkło kolorowe z PRL, porcelanę, ceramikę, kryształy kolorowe. lampy witrażowe, obrazy malowane, militaria. Kilimy wełniane ale tylko w kolorze zielonym. Inne ciekawe rzeczy i przedmioty. Płatne gotówką. Dojazd do klient. Tel. 663 647 909.

PRACA

DAM

ZATRUDNIĘ stolarza - pracownika stolarni do produkcji mebli oraz montażu. Tel. 500 066 605.

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

LIKWIDACJA SKLEPU

WYPRZEDAŻ



PANELE od 30 zł/m²

DRZWI 250 zł/ kpl z futryną

F W HURTOWNIA BUDOWLANA

RYKI, ul. Żytnia 4

Sklep czynny do 30.09.2026 r.

eprasa.pl 2dd34b52f1

Ryki, 31 sierpnia 2026 r.

SPROSTOWANIE
OGŁOSZENIA BURMISTRZA RYK Z DNIA 25 SIERPNIA 2026 R.

o wyłożeniu do publicznego wglądu:
- projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Ryki – etap II
- projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Ryki – etap 1

Ogłoszenie z dnia 25 sierpnia 2026 r. uzupełnia się o klauzulę informacyjną o następującej treści:

KLAUZULA INFORMACYJNA

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1, z późn. zm.), dalej RODO, informuję, iż:

1. Administratorem Pana/Pani danych osobowych jest Burmistrz Ryk, ul. Karola Wojtyły 29, 08-500 Ryki, tel. 818657110, email: ryki@ryki.pl.
2. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych możliwy jest pod adresem: IODO@zeto.lublin.pl.
3. Pani/ Pana dane osobowe przetwarzane będą w celu rozpatrzenia uwag dotyczących ww. planu na podstawie art. 17 pkt 11 Ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym w zw. z art. 6 ust. 1 lit. c RODO.
4. Odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa oraz podmioty, z którymi zawarto umowy powierzenia przetwarzania danych osobowych.
5. Pani/Pana dane osobowe przechowywane będą przez okres niezbędny do realizacji wskazanych w pkt. 3 celów, a następnie przez okres wskazany w ustawie z dnia 14 lipca 1983 r. o narodowym zasobie archiwalnym i archiwach oraz Rozporządzeniu Prezesa Rady Ministrów z dnia 18 stycznia 2011 r. w sprawie instrukcji kancelaryjnej, jednolitych rzeczowych wykazów akt oraz w sprawie organizacji i zakresu działania archiwów zakładowych.
6. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych w zakresie wymaganym ustawodawstwem jest obligatoryjne. Konsekwencją niepodania danych osobowych będzie brak możliwości realizacji celów wskazanych w pkt 3.
7. Posiada Pani/Pan:
   - prawo dostępu do danych osobowych- z tym, że jeżeli dane osobowe nie zostały zebrane od osoby, której dane dotyczą, prawo do uzyskania informacji o źródle ich pozyskania przysługuje jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano.
   - prawo do sprostowania danych osobowych,
   - prawo do ograniczenia przetwarzania danych osobowych,
   - prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych z siedzibą ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa

Zgodnie z art. 8a ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, Burmistrz Ryk informuje również o ograniczeniu prawa dostępu do informacji o źródle danych osobowych uzyskanych w toku prowadzenia postępowań dotyczących sporządzania aktów planistycznych. W związku z przetwarzaniem danych osobowych, uzyskanych w toku prowadzenia postępowań dotyczących sporządzania aktów planistycznych, o których mowa w ustawie o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, prawo, o którym mowa w art. 15 ust. 1 lit. g, RODO tj. PRAWO DOSTĘPU przysługuje, jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano.

OGŁOSZENIE
Zarząd Powiatu Ryckiego informuje,

że w dniu 1 września 2026 r. na urzędowych tablicach ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Rykach oraz w Urzędach Gmin Powiatu Ryckiego został wywieszony wykaz nieruchomości – zabudowanej nieruchomości stanowiącej własność Powiatu Ryckiego, położonej w Rykach przy ul. Żytniej 26, przeznaczonej do sprzedaży w drodze ustnego przetargu nieograniczonego. Wykaz nieruchomości został również zamieszczony na stronie internetowej Powiatu Ryckiego www.ryki.powiat.pl i Biuletynie Informacji Publicznej Starostwa Powiatowego w Rykach www.spryki.bip.lubelskie.pl.

Wykaz nieruchomości, zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 399) wywiesza się na okres 21 dni w siedzibie właściwego Urzędu, a także zamieszcza się na stronach internetowych właściwego Urzędu. Ponadto informację o wywieszeniu tego wykazu podaje się do publicznej wiadomości przez ogłoszenie w prasie lokalnej o zasięgu obejmującym co najmniej powiat, na terenie którego położona jest nieruchomość.

Dodatkowe informacje można uzyskać w siedzibie Starostwa Powiatowego w Rykach: Wydział Rozwoju i Zarządzania Mieniem Powiatu przy ul. Wyczółkowskiego 10A, pokój 211, tel. 818657475.

Osobą upoważnioną do kontaktów jest Aneta Ochal – Naczelnik Wydziału Rozwoju i Zarządzania Mieniem Powiatu Ryckiego.

ZATRUDNIĘ pracowników do zakładu kamieniarskiego do pracy w Rykach. Tel. 536 053 072.

WARYŃSKI Origin rekrutuje pracowników produkcyjnych (różne stanowiska). Prosimy o przesłanie CV na z.krzyzanska@warynski.com lub wizytę w siedzibie firmy. Żelechów, Traugutta 52. Tel. 608 841 650

KIEROWCÓW kat C i CE zatrudni betoniarnia - praca na betonomieszarce i cementowozie. Tel: 607 060 797

ZATRUDNIĘ osoby do zbioru jabłek I gruszek, możliwość zakwaterowania, kontakt telefoniczny. Tel.509 973 625

ZATRUDNIĘ pracowników ogólnobudowlanych z doświadczeniem oraz pomocników. Atrakcyjne wynagrodzenie i praca przez cały rok. Tylko zainteresowane osoby. Wszystkie informacje pod numerem. Tel. 695 725 656

ZATRUDNIĘ kierowców C+E do transportu krajowego. Praca 5 dni w tygodniu. Zjazdy do bazy na każdy weekend. Pełny etat. Jazda 100% zgodna z tachografem. Wynagrodzenie płatne na dniówki. Tel. 795-410-552

AUTO Samoraj zatrudni: DIAGNOSTĘ SAMOCHODOWEGO W ODDZIALE ŻELECHÓW. Oferujemy: umowę o pracę, elastyczne godziny pracy i rozwój zawodowy. Kontakt: Karol Samoraj tel. 600 958 447

AUTO Samoraj zatrudni: ELEKTRO-MECHANIKA SAMOCHODOWEGO. Oferujemy: umowę o pracę, elastyczne godziny pracy, możliwość rozwoju zawodowego. Kontakt: Karol Samoraj tel. 600 958 447





FIRMA DMB w Wildze poszukuje pracownika na magazyn i dostarczanie towaru do klienta. Oferujemy pełną umowę o pracę i wynagrodzenie na poziomie 7500-8500 brutto. Kontakt 601 645 908

PRACA w gospodarstwie rolnym. W większości praca zmechanizowana. Okolice Bazanowa. Tel: 505 621 623

POSZUKUJEMY pomocy w codziennej opiece rodziców. Tata 93 lata. Mama 89 lata, która wymaga szczególnej opieki. Demencja oraz problemy z chodzeniem. Gmina Nowodwór. Osoby zainteresowane proszę o kontakt telefoniczny. Tel. 695 936 878.

DYSPOZYTOR firma WOŁOSZKA. Szukamy osoby dobrze zorganizowanej, która potrafi sprawnie działać także wtedy, gdy sytuacja wymaga szybkich decyzji. CV na: praca@woloszka.com.pl lub tel..502 740 515

POSZUKUJĘ chętnej osoby do dodatkowych zleceń przy sprzątaniu, z możliwością stałej współpracy. Dyspozycyjnej, dokładnej, sumiennie wykonującej swoje obowiązki. Telefon 884 883 402

ZATRUDNIĘ MURARZA praca przy stanach surowych. Wyjazd z Garwolina praca Wiązowna okolice. Z doświadczeniem ale i pomocnika również. Atrakcyjne wynagrodzenie. Telefon: 695 725 656

PRACA - Kierowca / Magazynier z kat CE 1 osoba 2 wystarczy kat.B oraz 2 osoby na stanowisko Sprzedawca praca w sklepie 08-480 Samogoszcz 19. Tel 501 502 818 email alexmarek5218@gmail.com Zapraszam do kontaktu.

USŁUGI

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

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

DJ . Oprawa muzyczna, nagłośnienie i oświetlenie na wszelkie imprezy okolicznościowe np. urodziny, poprawiny wesel, festyny, rocznice, itp. Tel. 787 168 260.

SOLIDNE MALOWANIE dachów. Tel. 518 746 036.

ZAKŁAD KAMIENIARSKI nagrobki, liternictwo nagrobkowe, parapety, schody, blaty kuchenne i łazienkowe. Ryki i okolice. Tel. 536 053 072.

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

ALARMY , Kamery, Wideodomofony, Anteny RTV-SAT. Montaż - Serwis. Domy, Hale, Biura. Tel: 511-48-38-28

MALOWANIE domów i mieszkań. Szybko, ładnie i dokładnie. Ryki i okolice. Tel. 511 548 087 .

NAPRAWA ekspresów do kawy: Jura, Nivona, Siemens, Bosch, Philips, Saeco, Delonghi, Miele, Nespresso, Coffee Format. Trojanów. Tel. 575 874 124.

KOSZENIE bijakowe działek, traw, chwastów i zarośli. Glebogryzarka separacyjna - przygotowanie i wyrównanie terenu pod trawnik lub siew. Wycena indywidualna. Tel. 508 411 669

TOWARZYSKIE

POŚLUBI lub przyjmie do wspólnego zamieszkania skromną, samotną - dla której nasze dziecko będzie najważniejsze a wtedy wystarczy jej przyjaźń - tez samotnego kompozytora. Warszawa. Tel: 735 788 217

Powiatowy Urząd Pracy w Rykach w dniu 24.08.2026 r. dysponuje następującymi ofertami pracy:

- brukarz K/M
- grafik komputerowy w Wydawnictwie K/M
- informatyk K/M
- kierowca kat. C K/M
- kierowca samochodu dostawczego K/M
- kierownik produkcji K/M
- księgowy K/M
- mechanik K/M
- monter / konserwator instalacji wentylacyjnych i klimatyzacyjnych K/M
- nauczyciel bibliotekarz K/M
- nauczyciel edukacji przedszkolnej K/M
- nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej K/M
- nauczyciel języka angielskiego K/M
- nauczyciel logopeda K/M
- nauczyciel przedmiotów zawodowych lotniczych (obsługa statków powietrznych) K/M
- nauczyciel przedszkola K/M
- nauczyciel psycholog K/M
- opiekun domowy K/M
- opiekun osób starszych K/M
- piekarz K/M
- pielęgniarka K/M
- pomocniczy robotnik drogowy K/M
- pracownik cukierni K/M
- prasowaczka ręczna K/M
- psycholog szkolny K/M
- robotnik budowlany K/M
- samodzielny księgowy / księgowa
- sprzedawca K/M
- stanowisko ds. informatyki i promocji K/M
- starszy księgowy K/M
- starszy referent K/M
- starszy teleinformatyk K/M
- szwaczka maszynowa K/M
- ślusarz K/M
- technik elektroradiolog K/M
- technik w sekcji planowania K/M
- trener/ka zajęć dodatkowych dla dzieci

WIĘCEJ INFORMACJI MOŻNA UZYSKAĆ U POŚREDNIKÓW PRACY LUB POD NUMERAMI TELEFONU 81 865-33-46, 81 865-33-48, 81 883-02-26

eprasa.pl 2dd34b52f1

PATRON NA TRUDNE CZASY ZAMIESZKAŁ W DĘBLINIE

W niedzielę w parafii Chrystusa Miłosiernego gościła s. Anna Rastawicka, wieloletnia współpracowniczka Prymasa Tysiąclecia, która podzieliła się osobistym świadectwem o życiu i duchowości błogosławionego kardynała Stefana Wyszyńskiego. Podczas uroczystej Mszy św. w świątyni zainstalowano relikwie Prymasa

Do dęblińskiej parafii przy ulicy Wiślanej trafiła cząstka włosa błogosławionego kardynała Stefana Wyszyńskiego. - Bardzo cieszymy się z tego - przyznaje ks. Andrzej Kania, proboszcz. Uroczystość wpisała się w obchody 40-lecia istnienia parafii Chrystusa Miłosiernego. To już szósta relikwia w posiadaniu wspólnoty – dotychczas parafianie mogli modlić się przy relikwiach Ojca Pio, Jana Pawła II, s. Faustyny Kowalskiej, ks. Michała Sopoćko oraz Męczenników Podlaskich.



S. Anna Anna Rastawicka, wieloletnia współpracowniczka Prymasa Tysiąclecia wraz z Magdaleną Tchórz z Instytutu Wyszyńskiego przekazała na ręce proboszcza Andrzeja Kani relikwie błogosławionego Stefana Wyszyńskiego, które na stałe pozostaną w świątyni przy ulicy Wiślanej w Dęblinie

ŚWIADECTWO OSOBY, KTÓRA ZNAŁA PRYMASA OSOBIŚCIE

Gościem specjalnym niedzielnej uroczystości była s. Anna Rastawicka, świecka osoba konsekrowana, która przez 12 lat pracowała w sekretariacie prymasa Wyszyńskiego. W swoim świadectwie ukazała go jako świętego „normalnej" świętości – człowieka z krwi i kości, głęboko kochającego ludzi, Matkę Bożą i Kościół. – *Ale kiedy tak pytam ludzi, kim był kardynał Wyszyński, to młodsi już w ogóle nie wiedzą. Ci w średnim wieku mówią, że walczył z komunizmem. Tyle wiemy o tym człowieku, że był potężny, że był niezłomny, że był wielkim kardynałem. I jak tu się modlić do takiego?* – mówiła s. Rastawicka, podkreślając, że Prymas był człowiekiem bardzo zwyczajnym, bezpośrednim. - *Najbardziej lubił jeść placki ziemniaczane. To była taka świętość i normalność. Nie dosypał sobie do zupy żadnego popiołu ani pieprzu za dużo. Nie inaczej reagował niż zwykły człowiek, choć jednocześnie z ogromną uwagą patrzył na każdego, kogo spotkał* - wspomina s. Anna.

DZIECIŃSTWO NAZNACZONE STRATĄ

Wyszyński w wieku zaledwie 9 lat stracił matkę, co – jak podkreślała prelegentka – ukształtowało całą jego duchowość. Po latach, już jako Prymas, pisał, że myśl o matce była dla niego „przestrzenią duchową" w trudnych chwilach, a samą matkę określał jako „przedłużenie rąk Ojca Niebieskiego". Po ciężkiej chorobie płuc, zaraz po święceniach, udał się na Jasną Górę, aby – jak mawiał – „mieć Matkę" przy każdej odprawianej Mszy świętej.

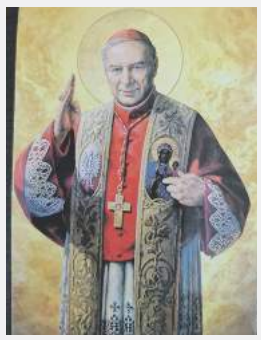
DUSZPASTERZ ROBOTNIKÓW I KAPELAN ARMII KRAJOWEJ

S. Rastawicka przypomniała też mniej znany rozdział życia Prymasa – jego zaangażowanie w sprawy robotnicze. Wyszyński studiował ekonomię, by lepiej poznać katolicką naukę społeczną, odbył podróż do pięciu krajów Europy Zachodniej, obserwując tamtejszą działalność społeczną Kościoła, a następnie jako profesor seminarium współpracował z chrześcijańskimi związkami zawodowymi i był prezesem Uniwersytetu Robotniczego. – *To był taki ksiądz Jerzy Popiełuszko na tamte czasy* – mówiła s. Rastawicka, podkreślając, że miłość do robotników Wyszyński zachował do końca życia, broniąc ich praw nawet wobec sprzeciwu władz. Podczas II wojny światowej, poszukiwany przez gestapo, trafił do Lasek, gdzie był kapelanem sióstr i ośrodka dla niewidomych dzieci, a jednocześnie żołnierzem AK i kapelanem szpitala wojennego. Jak wspomina jego współpracowniczka, nie ograniczał się do posługi na miejscu – sam chodził po lasach, opatrywał rannych i nierzadko na własnych plecach przenosił ich do szpitala. Po latach jedna z uratowanych wówczas kobiet, matka pięciorga dzieci, wróciła, by mu podziękować za ocalone życie.

ŚLUBY JASNOGÓRSKIE I ODDANIE POLSKI MARYI

Centralnym punktem duchowości Prymasa było całkowite zawierzenie Matce Bożej, wyrażone w słynnych słowach: „Wszystko postawiłem na Maryję". Podczas uwięzienia w Stoczku, 8 grudnia, Wyszyński oddał się Maryi w niewolę, prosząc o ratunek dla Kościoła i przyjmując cierpienie jako wolę Bożą. Jak podkreśliła s. Rastawicka, Prymas konsekwentnie bronił życia od poczęcia, nazywając aborcję zbrodnią, której nikt nie ma prawa sankcjonować. Ostrzegał też przed zagrożeniami moralnymi osłabiającymi rodziny i naród, mówiąc, że ze względu na położenie geopolityczne Polski – bez oparcia „ani na wschodzie, ani na zachodzie" – jedynym wyjściem jest zawierzenie „w górę". – *Kiedy patrzymy na to, co się dzieje teraz, ogarnia lęk o nasze rodziny, naszą młodzież, nasze dzieci, ale też o Polskę. Prymas mówił: Polska albo będzie silna wiarą i zdrowa moralnie, albo nas nie będzie* – przypomniała słowa kardynała, dodając, że po wszystkie czasy oddał on Polskę pod opiekę Matki Bożej.

Kardynał Stefan Wyszyński to jedna z najważniejszych postaci w historii Polski XX wieku, wybitny mąż stanu oraz błogosławiony Kościoła katolickiego, powszechnie nazywany Prymasem Tysiąclecia. Przez ponad trzy dekady pełnił funkcję prymasa Polski, stając się duchowym przywódcą narodu w czasach represji komunistycznych. Urodził się 3 sierpnia 1901 roku w Zuzeli nad Bugiem. Święcenia kapłańskie przyjął w 1924 roku. W 1946 roku został biskupem lubelskim, a w 1948 roku arcybiskupem gnieźnieńskim i warszawskim oraz prymasem Polski. Kapelusz kardynalski otrzymał w 1953 roku. Ze względu na nieugiętą postawę wobec reżimu komunistycznego (słynne „Non possumus"), we wrześniu 1953 roku został uwięziony przez władze PRL. Spędził trzy lata w miejscach odosobnienia (Rywałd,



Stoczek Warmiński, Prudnik, Komańcza). W izolacji napisał tekst Jasnogórskich Ślubów Narodu. Po uwolnieniu w 1956 roku zainicjował Wielką Nowennę, która przygotowała Polaków do obchodów Milenium Chrztu Polski w 1966 roku. Zmarł 28 maja 1981 roku w Warszawie i spoczął w archikatedrze św. Jana Chrzciciela. 12 września 2021 roku w Świątyni Opatrzności Bożej odbyła się jego uroczysta beatyfikacja.

KALENDARZ LITURGICZNY

1 września, wtorek
PATRON DNIA: ŚW. BRONISŁAWA
- PAPIEŻ URBAN V WYDAŁ BULLĘ POWOŁUJĄCĄ DO ŻYCIA AKADEMIĘ KRAKOWSKĄ (1364 R.)

2 września, środa
WSPOMNIENIE BŁ. MĘCZENNIKÓW JANA F. BURTÉ, A. MORELA, S. GIRAULTA I TOWARZYSZY

3 września, czwartek
WSPOMNIENIE ŚW. GRZEGORZA WIELKIEGO, PAPIEŻA I DOKTORA KOŚCIOŁA
- KARD. GIACOMO DELLA CHIESA ZOSTAŁ WYBRANY NA PAPIEŻA I PRZYJĄŁ IMIĘ BENEDYKT XV (1914 R.)
- JAN PAWEŁ II BEATYFIKOWAŁ SWOICH POPRZEDNIKÓW PIUSA IX I JANA XXIII (2000 R.)

4 września, piątek
WSPOMNIENIE BŁOGOSŁAWIONYCH DZIEWIC I MĘCZENNIC MARII KANUTY (JÓZEFY CHROBOT) I TOWARZYSZEK ALBO WSPOMNIENIE BŁOGOSŁAWIONYCH DZIEWIC I MĘCZENNIC MARII STELLI I TOWARZYSZEK

5 września, sobota
WSPOMNIENIE ŚW. MATKI TERESY Z KALKUTY
- ZM. MATKA TERESA Z KALKUTY, ALBAŃSKA ZAKONNICA, MISJONARKA, LAUREATKA POKOJOWEJ NAGRODY NOBLA, ŚWIĘTA (1997 R.)
- PAPIEŻ JAN PAWEŁ I UDZIELIŁ AUDIENCJI METROPOLICIE LENINGRADU I NOWOGRODU NIKODEMOWI. W TRAKCIE TEGO PIERWSZEGO OD 500 LAT OFICJALNEGO SPOTKANIA WYSOKIEGO PRZEDSTAWICIELA ROSYJSKIEJ CERKWI PRAWOSŁAWNEJ ZE ZWIERZCHNIKIEM KOŚCIOŁA KATOLICKIEGO NIKODEM NAGLE ZASŁABŁ I UMARŁ NA RĘKACH PAPIEŻA (1978 R.)

6 września, niedziela
PATRON DNIA: BŁ. O. MICHAŁ CZARTORYSKI, MĘCZENNIK II WOJNY ŚWIATOWEJ

7 września, poniedziałek
WSPOMNIENIE ŚW. MELCHIORA GRODZIECKIEGO, PREZBITERA I MĘCZENNIKA

eprasa.pl 2dd34b52f1

WYPEŁNIAJĄ ŻOŁNIERSKI TESTAMENT

Odeszli już żołnierze, którzy mogli osobiście opowiadać o wojennych losach 15 Pułku Piechoty „Wilków”. W tym roku zmarł kpt. Włodzimierz Lech, ostatni żyjący kombatant tej formacji

Uroczystości odbyły się 30 sierpnia przed pomnikiem 15 Pułku Piechoty „Wilków”. Rozpoczęła je msza polowa. W obchodach uczestniczyli przedstawiciele władz samorządowych, parlamentu, wojska i duchowieństwa. Pamięć kpt. **Włodzimierza Lecha** uczczono minutą ciszy.

OSTATNI ŚWIADKOWIE ODCHODZĄ

Do śmierci ostatniego kombatanta 15 PP odniósł się w homilii kapelan Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej ks. mjr **Błażej Woszczek**. - *To zamknięcie pewnego rozdziału historii - odeszli już świadkowie kampanii wrześniowej 1939 roku, Powstania Warszawskiego, bitwy o Monte Cassino, lotnicy Bitwy o Anglię i żołnierze wielu innych frontów II wojny światowej. Ale pozostał testament, który żyjące pokolenia mają obowiązek przejąć i przekazywać dalej* - mówił duchowny.

Do kwestii pamięci odniósł się również burmistrz Dęblina **Roman Bytniewski**. Podkreślał, że historia pułku powinna być obecna w edukacji młodego pokolenia i życiu miasta. Zwrócił przy tym uwagę, że przypominanie o żołnierzach nie musi ograniczać się wyłącznie do oficjalnych uroczystości. - *Może też obejmować spotkania, muzykę, prezentacje sprzętu wojskowego i wspólnie spędzony czas, bo żołnierze, których się wspomina, byli też zwyczajnymi ludźmi* - mówił burmistrz.

Obecny podczas obchodów poseł **Michał Krawczyk** nawiązał natomiast do współczesnych wydatków na obronność. Mówił o planach finansowania zakupów uzbrojenia oraz środkach z unijnego instrumentu SAFE. Wspomniał także o inwestycjach dotyczących Wojskowych Zakładów Lotniczych w Dęblinie.

APEL PAMIĘCI I SALWA HONOROWA

Jednym z najważniejszych punktów uroczystości był Apel Pamięci zakończony salwą honorową. Delegacje złożyły kwiaty przed pomnikiem żołnierzy 15 Pułku Piechoty „Wilków”.

Wojskową oprawę zapewniły kompania honorowa 4. Pułku Saperów w Dęblinie oraz Orkiestra Wojskowa z Radomia. Muzycy zakończyli oficjalną część obchodów koncertem pieśni i piosenek żołnierskich.

Później uczestnicy mogli spróbować wojskowej grochówki, a dalsza część święta odbywała się na stadionie miejskim. Prezentowano tam współczesny sprzęt wojskowy, w tym transporter rozpoznania inżynieryjnego i pojazd opancerzony Cougar. Przygotowano również zajęcia dotyczące bezpieczeństwa i udzielania pierwszej pomocy.

W programie znalazł się ponadto Bieg Tropem Wilczym prowadzący przez teren Twierdzy Dęblin. Samą twierdzę można było tego dnia zwiedzić z przewodnikiem.

OD 1921 ROKU W DĘBLINIE

Historia 15 Pułku Piechoty sięga końca 1918 roku. Jednostka powstała jako 16 Pułk Piechoty Ziemi Bocheńskiej, a w styczniu 1919 roku otrzymała nazwę 15 Pułku Piechoty. Jej żołnierze walczyli najpierw w Małopolsce Wschodniej, a następnie na froncie wojny polsko-bolszewickiej. Brali udział m.in. w wyprawie kijowskiej.

Pułkowe święto nawiązuje do bitwy pod Stepankowicami stoczonej 5 września 1920 roku. Z bojową historią jednostki związany jest również przydomek „Wilki”. Od 1921 roku pułk stacjonował w Dęblinie, w koszarach dawnej twierdzy.

We wrześniu 1939 roku żołnierze 15 PP walczyli m.in. w rejonie Wielunia, Pabianic, Łodzi, Brwinowa i Modlina. Część pododdziałów dotarła do Warszawy i uczestniczyła w obronie stolicy.

Tradycje przedwojennego pułku kontynuowano także podczas II wojny światowej. W 1941 roku w Armii Polskiej w ZSRS utworzono 15 Pułk Piechoty, później przemianowany na 15 Wileński Batalion Strzelców „Wilków”. Równocześnie na terenie Inspektoratu Puławy Armii Krajowej działały oddziały, które stały się podstawą odtworzenia 15 Pułku Piechoty „Wilków” AK.

Tegoroczne obchody odbyły się już bez ostatniego kombatanta jednostki. Tym samym słowa o przejmowaniu „żołnierskiego testamentu” nabrały w Dęblinie bardzo konkretnego znaczenia - pamięć o historii pułku pozostaje dziś w rękach kolejnych pokoleń.

Tomasz Kępka



Z możliwości zobaczenia od środka transportera rozpoznania inżynieryjnego skorzystali Oliwia Majchrzak, Filip Majchrzak i Marcin Kowalski. Na zdjęciu z Łukaszem Majchrzakiem



Za kierownicą wojskowego Cougara zasiedli Zosia i Antek Konopka. Na święto pułkowe przybyli z rodzicami



Mszę za żołnierzy 15 PP odprawił kapelan środowisk AK ks. mjr Błażej Woszczek



Wieniec pod pomnikiem 15. Pułku Piechoty „Wilków” złożyli m.in. przedstawiciele władz Dęblina



W obchodach udział wzięła kompania honorowa 4. Pułku Saperów w Dęblinie

eprasa.pl 2dd34b52f1

» POD MEDIALNYM PATRONATEM TWOJEGO GŁOSU

CZAS RADOŚCI, SPOTKAŃ I WDZIĘCZNOŚCI

To jedno z piękniejszych świąt w polskiej tradycji ludowej. Wiedzą o tym dobrze mieszkańcy gminy Ułęż, którzy licznie przybyli na doroczne Święto Plonów

Tegoroczne żniwa dla rolników nie należały do łatwych. Zmienna pogoda, przymrozki i okresowe susze wpływały na przebieg prac polowych oraz wysokość plonów. Mimo tych trudności gospodarze zakończyli żniwa, a w niedzielę spotkali się w Ułężu, by razem świętować radosny czas. Za trud, wytrwałość i odpowiedzialność rolnikom dziękowała wójt Ułęża.

- Wasza praca nie kończy się po 8 godzinach, nie zna wolnych weekendów ani świąt. Każdy dzień przynosi nowe wyzwania, kapryśną pogodę, zmieniające się przepisy, rosnące koszty produkcji i niepewność rynku. Mimo to każdego roku z ogromnym zaangażowaniem wykonujecie swoją pracę, dbając o ziemię, zwierzęta i gospodarstwa przekazywane z pokolenia na pokolenie. Za ten codzienny wysiłek składam wyrazy najwyższego uznania i szacunku - podkreśliła **Izabela Kulik**.

BOCHEN CHLEBA I DOŻYNKOWY WIENIEC

Centralnym punktem uroczystości była Msza Św. polowa w intencji rolników i ich rodzin odprawiona przez proboszczów Sobieszyna ks. **Marka Śliwę** i proboszcza Żabianki ks. **Wiesława Nestoruka**. Dożynki od wieków są symbolem wdzięczności, szacunku i jedności. Łączą pokolenia i przypominają, jak wielką wartość ma praca człowieka związana z ziemią. Ich symbolem jest bochen chleba wypieczony z tegorocznego ziarna oraz wieńce dożynkowe, które nie tylko ozdabiają plac dożynkowy, wyrażają ciężką pracę rolnika, urodzaj oraz wdzięczność za plony. Są także świadectwem tego, że tradycja polskiej wsi jest nadal żywa i przekazywana kolejnym pokoleniom.

W tym roku przygotowano 8 wieńców (7 nowoczesnych i 1 tradycyjny). Wszystkie zostały ocenione przez jury konkursowe. Za najpiękniejszy wśród nowoczesnych uznano ten wykonany przez KGW Sobieszyn, drugie miejsce przyznano KGW z Białek Dolnych, a trzecie KGW Zosin. W kategorii wieniec tradycyjny wygrał wieniec z KGW Lendo Ruskie.

PO CIĘŻKIEJ PRACY

- Nasza gmina jest miejscem wyjątkowym. Tworzą ją pracowici, życzliwi i odpowiedzialni ludzie, którzy potrafią współpracować i wspólnie budować przyszłość naszej małej ojczyzny - oznajmia włodarz Izabela Kulik.

Dożynki były także okazją do spotkania się mieszkańców po ciężkiej pracy. Organizatorzy przygotowali program artystyczny, w którym wystąpiły lokalne zespoły, dzieci i młodzież działające przy Gminnym Ośrodku Kultury i Bibliotece w Ułężu. Na scenie pojawił się m.in. Zespół Taneczny „Gąsawa", grupy taneczne, Koło Gospodyń Wiejskich z Sobieszyna i Baranowa oraz Zespół „Słovianki". Powrót do przeszłości zapewnił spektakl obrzędu dożynkowego przygotowany przez Grupę Teatralną działającą przy GOKiB w Ułężu pod kierownictwem **Natalii Babickiej**. Zwieńczeniem dożynek w Ułężu była zabawa taneczna z zespołem „Vers".

WIĘCEJ ZDJĘĆ NA WWW.TWOJGLOS.PL

Zbigniew Jończyk



Starostowie dożynek Dorota i Kamil Olszakowie z Drążgowa przekazali chleb dożynkowy na ręce Wójt Izabeli Kulik i przewodniczącej Rady Gminy Edyty Kopacz. - Przyjmujemy go z wielkim szacunkiem i zobowiązaniem, aby nigdy nie został zmarnowany oraz aby zawsze był symbolem jedności naszej gminnej wspólnoty - oznajmiła pani wójt. Podzielonym chlebem częstowani byli uczestnicy dożynek



Dożynki były także okazją do spotkania mieszkańców i wspólnego świętowania zakończenia sezonu prac polowych. Na zdjęciu Irena Kozłowicz z Ułęża oraz Bogusława Rutkowska i Halina Wróbel z Białek Dolnych



Tradycja dożynkowa przekazywana jest z pokolenia na pokolenie. Mama Dorota Jurczyńska z Ułęża i córka Nina



Joanna Mysielska i Elżbieta Góralczyk z KGW w Ułężu



Dożynki to święto radości. Doskonale o tym wiedzą mieszkańcy Ułęża



KGW w Lendzie Ruskim jako jedyne zaprezentowało wieniec dożynkowy tradycyjny

eprasa.pl 2dd34b52f1

PIEŚŃ BYŁA CHWILĄ WYTCHNIENIA

Pieśni towarzyszące pracy w polu, przyśpiewki na okrężne, polki i oberki - Stowarzyszenie „Kawęczyn" sięgnęło do tradycji związanych ze żniwami i dożynkami



Zaproponowany przez zespół Kawęczyn projekt wpisał się w tegoroczne dożynki i wicie dożynkowego wieńca (fot. Stowarzyszenie Zespół Kawęczyn)

Stowarzyszenie „Kawęczyn", działające na terenie gminy Kłoczew, znalazło się wśród beneficjentów programu „Aktywna Wieś" Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Pozyskane środki przeznaczono na dwa różne działania.

Pierwsze poświęcono miejscowej kulturze i tradycjom. Uczestnicy poznawali zwyczaje żniwne i dożynkowe oraz uczyli się wykonywania kwiatów ze słomy. Zdobyte umiejętności wykorzystali podczas przygotowywania wieńca dożynkowego. Częścią projektu była również nauka dawnych pieśni i ich prezentacja podczas święta plonów.

ŚPIEWALI PODCZAS ŻNIW I NA OKRĘŻNE

Pieśni żniwne nie zostały wybrane przypadkowo. Jak tłumaczy **Justyna Łubianka**, prezes Stowarzyszenia „Kawęczyn", śpiew był nieodłącznym elementem pracy na dawnej wsi. Utwory opowiadały o polu, przyrodzie i codzienności ludzi pracujących przy zbiorach.

- *Pieśń była dla rolników chwilą wytchnienia* - mówi Justyna Łubianka.

Jednym z utworów szczególnie ważnych dla zespołu jest „A na tam polu". „Kawęczyn" wykonywał go już podczas koncertów i konkursów, a nagranie wraz z teledyskiem zrealizowanym w Kawęczynie zostało opublikowane w serwisie YouTube.

Stowarzyszenie przypomniało również repertuar związany z okrężnem, czyli tradycyjnym zakończeniem prac żniwnych. Takie przyśpiewki są dziś wykorzystywane m.in. podczas ośpiewywania wieńca dożynkowego. Ich treść nie zawsze była podniosła. Osoba niosąca wieniec do gospodarza mogła w śpiewanej przyśpiewce odnieść się do bieżących wydarzeń, pochwalić gospodarza, ale też żartobliwie wytknąć mu błędy.

POLKI I OBERKI SPRZED PONAD STU LAT

Na pieśniach żniwnych repertuar się nie kończył. Przy akompaniamencie akordeonu i bębenka zabrzmiały również polki i oberki - tańce niegdyś powszechnie obecne podczas wiejskich zabaw.

Według informacji przekazanych przez stowarzyszenie wykonywane polki i oberki pochodzą z początku XX wieku, natomiast pieśni żniwne mają znacznie starszy rodowód.

Obok dawnego repertuaru pojawiły się też zupełnie nowe przyśpiewki. Powstały zaledwie tydzień przed dożynkami i nawiązywały do współczesnych, lokalnych wydarzeń. W ten sposób zachowano dawną formę, ale wypełniono ją aktualną treścią.

WE WRZEŚNIU DEFIBRYLATOR I KURS PIERWSZEJ POMOCY

Druga część projektu będzie miała już inny charakter. We wrześniu Stowarzyszenie „Kawęczyn" chce skoncentrować się na bezpieczeństwie mieszkańców. Zaplanowano zakup defibrylatora AED oraz przeprowadzenie kursu pierwszej pomocy dla lokalnej społeczności.

- *To działanie o innym charakterze niż część kulturalna, ale równie istotne dla mieszkańców, bo dotyczy bezpośrednio bezpieczeństwa zdrowotnego wsi* - podkreśla Justyna Łubianka.

Na tym tegoroczne działania związane z tradycyjnym śpiewem się nie zakończą. W okolicach Zaduszek „Kawęczyn" planuje premierę programu poświęconego tradycyjnym pieśniom pogrzebowym. Będzie to kolejna próba przypomnienia części wiejskiej kultury, która z codziennego życia mieszkańców stopniowo zanika.

Tomasz Kępka

Potańcówka u seniorów

Seniorzy z Ryk i okolic spędzili sobotni wieczór przy muzyce i na parkiecie



Sobotni wieczór sprzyjał rozmowom w koleżeńskim gronie. Na zdjęciu od lewej: Apolonia, Piotr, Czesław, Sabina, Dorota, Czesław i Olga

22 sierpnia rycki Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów po raz pierwszy zorganizował dla swoich członków potańcówkę. Jeśli pomysł się przyjmie, podobne spotkania mogą odbywać się cyklicznie.

Do „Jubilatki" przyszło kilkanaście par i osób indywidualnych. O muzykę zadbał **Józek Band**, znany seniorom z wcześniejszego balu karnawałowego. W repertuarze znalazły się zarówno starsze, jak i nowsze utwory.

- *To jest nasza nowa propozycja dla naszych członków. Mamy nadzieję, że uda się ją kontynuować* - mówi **Barbara Baca**, zastępca prezesa ZERiI w Rykach.

Uczestnicy podkreślali, że takie spotkania są nie tylko okazją do zabawy, ale też do rozmów i wyjścia z domu.

- *Impreza bardzo mi się podoba. Przyciągają mnie ludzie, dobra zabawa i to, że mogę wyjść z domu. Uważam, że jest to dobra okazja do rozmów i uśmiechu* - mówiła pani **Sabina**.

Jeśli zainteresowanie się utrzyma, rycki ZERiI chce organizować podobne potańcówki regularnie, nawet raz w miesiącu.

Tomasz Kępka



Uczestników potańcówki powitała zastępca prezesa ryckiego koła ZERiI Barbara Baca. Dla seniorów zagrał Józek Band



Emeryci i renciści z ryckiego Związku nie kryli radości z tanecznego spotkania. Na zdjęciu: Teresa Geszczyńska i Andrzej Szewczyk

eprasa.pl 2dd34b52f1

» POD MEDIALNYM PATRONATEM TWOJEGO GŁOSU

LANBERRY ROZGRZAŁA RYCKĄ PUBLICZNOŚĆ

Zbigniew Jończyk

Urząd Miejski oraz Centrum Kultury i Sportu w Rykach przygotowały program skierowany zarówno do najmłodszych, jak i starszych mieszkańców

Piknik z okazji Dni Ryk miał wystartować o 14, ale plany pokrzyżował deszcz. Godzinę później nad Rykami zaświeciło słońce i impreza mogła odbyć się już bez żadnych przeszkód. Tradycyjnie na początek zaplanowano atrakcje dla najmłodszych. Były dmuchańce, trampoliny, ściana wspinaczkowa, animacje, zabawy, konkursy i widowisko plenerowe „Cyrkowa parada klaunów". Późniejszym popołudniem ruszyły koncerty. Oficjalnego otwarcia Dni Ryk dokonali burmistrz Jarosław Żaczek oraz Donata Łukasiak - dyrektor CKiS. Jako pierwsi na scenie zaprezentowali się muzycy z Orkiestry Dętej OSP Ryki. Później był Omen ReAnimacje. Po tych występach rozgrzana publiczność była już gotowa na występy gwiazd. W tym roku byli nimi: Maciej Skiba z przebojem „Chcę ciebie częściej" i Lanberry. Tradycyjnie Dni Ryk zakończył pokaz sztucznych ogni.



Kulminacyjnym punktem „Dni Ryk" był koncert gwiazdy wieczoru „Lanberry"



Gwiazdą tegorocznych Dni Ryk była „Lanberry". Popularna wokalistka zaprezentowała swoje największe przeboje na czele z „Dzięki, że jesteś", „Piątek" czy „Co ja robię tu". Publiczność chętnie włączała się do wspólnego śpiewania. - Dzięki Ryki! Byliście tak cudowni, że nie chce mi się z Wami rozstawać - oznajmiła na koniec Lanberry



Między koncertami znalazł się też czas na konkurs siłaczy. Konkurencję wyciskania sztangi wygrał Karol Szewczyk z Kłoczewa



Jednymi z lokalnych wykonawców którzy wystąpili na scenie byli panowie z zespołu „Omen ReAnimacje"



Marzeniem Aleksandry Kursy z Ryk było zaśpiewanie razem z Lanberry piosenki „Dzięki, że jesteś" na scenie. Przygotowała specjalny baner



Dni Ryk rozpoczęła „Cyrkowa parada klaunów", czyli widowisko plenerowe dla dzieci i rodzin. Wzięli w nim udział m.in. czterolatkowie Dima, Maksio i Melania z Ryk



Impreza od lat integruje lokalną społeczność i stanowi okazję do wspólnego spędzenia czasu, niezależnie od wieku uczestników. Jedną z najmłodszych uczestniczek wydarzenia była siedmiomiesięczna Marcelina z Budek Rososz. Podczas ubiegłorocznych Dni Ryk jeszcze nie było jej na świecie, a dziś już pod opieką mamy Marty i babci Ewy mogła być z nami

eprasa.pl 2dd34b52f1

Twój Głos nr 35(1176) | 31 sierpnia 2026 | www.twojglos.pl

Z Ryk do Motoru Lublin. 12-letni Markus

Dla większości 12-latków weekend oznacza odpoczynek od szkoły. Markus Marciniak z Ryk zazwyczaj spędza go w drodze na zawody



Start w Rybniku, 2026

Od wiosny do jesieni startuje w żużlu i motocrossie, a kiedy kończy się sezon, nie kończą się treningi. Są siłownia, bieganie, jazda na motocyklu i zimowe obozy za granicą. Do tego dochodzi szkoła, którą trzeba pogodzić z kalendarzem zawodów.

Markus Marciniak na motocyklu jeździ od czwartego roku życia. Dziś startuje w żużlu w barwach Motoru Lublin, a równolegle rywalizuje w motocrossie. W obu dyscyplinach ściga się z zawodnikami z całej Polski.

OD ROWERKA BIEGOWEGO DO YAMAHY

Motocykl nie pojawił się w życiu Markusa przypadkiem. Zanim na niego wsiadł, bardzo szybko nauczył się jeździć na rowerku biegowym. Miał wtedy niewiele ponad rok. Później równie szybko przesiadł się na zwykły rower.

- *Widzieliśmy, że dobrze sobie radzi. Bardzo szybko zaczął jeździć na normalnym rowerze z pedałami. Więc pomyślałem: dwa koła, dobra, to niech będzie* - wspomina **Adam Marciniak**, tata Markusa.

Sam również miał doświadczenie z motocyklami. Na czwarte urodziny syn dostał Yamahę PW50 - niewielki spalinowy motocykl przeznaczony dla najmłodszych zawodników.

Później były kolejne motocykle, treningi i wyjazdy. Kiedy Markus miał około 8-9 lat, rodzina zaczęła regularnie jeździć na treningi do Lublina. Pierwsze większe starty w motocrossie pojawiły się, gdy miał około dziesięciu lat.

- *Tak naprawdę nie wiedzieliśmy na początku, że to się tak rozpędzi albo że pójdzie w takim kierunku* - mówi Adam Marciniak.

MOTOCROSS OTWORZYŁ DROGĘ DO ŻUŻLA

To właśnie wyniki w motocrossie zwróciły uwagę Motoru Lublin. Markus został zaproszony na trening żużlowy w 2024 roku, gdy miał dziesięć lat.

- *Zaprosili nas, żeby spróbował w Motorze Lublin. Tylko dlatego, że widzieli, jak startował w motocrossie. Często dzieci, które są szybkie w motocrossie i dobrze im idzie, będą dobrze sobie radzić też w żużlu* - tłumaczy jego tata.

Markus nie porzucił motocrossu po wejściu w żużel. Nadal startuje w obu dyscyplinach, choć w przypadku kolizji terminów pierwszeństwo ma żużel.

- *Jak żużel i motocross wypadają w tym samym terminie, jedziemy na żużel. Motocross jest wtedy dodatkiem* - wyjaśnia Adam Marciniak.

Sam Markus nie potrafi wskazać, którą dyscyplinę lubi bardziej.

- *Dużo osób się mnie o to pyta, ale nie umiem odpowiedzieć na to pytanie* - przyznaje.

MOTOR LUBLIN NA CZELE

W sezonie 2026 Markus startuje w miniżużlu, rywalizując indywidualnie w Pucharze Ekstraligi oraz drużynowo w barwach Motoru Lublin. W klasyfikacji drużynowej zespół Motoru zajął pierwsze miejsce. Drużyna zapewniła sobie tytuł przed ostatnią rundą sezonu w Gorzowie Wielkopolskim.

Indywidualnie Markus plasuje się w czołówce. Regularnie i stabilnie punktuje w poszczególnych rundach, a w finałach w Toruniu i Rybniku zajął drugie miejsce. O awansie do decydującej fazy potrafią decydować zaledwie dwa punkty.

W żużlowym cyklu rywalizują zawodnicy z całej Polski. W zawodach drużynowych bierze udział osiem zespołów, a każdy z nich wystawia zwykle trzech zawodników.

- *Z chłopakami jesteśmy bardzo dobrze zgrani* - mówi Markus o drużynie Motoru.

PONIEDZIAŁEK, ŚRODA I KOLEJNE WEEKENDY

Żużlowy tydzień Markusa ma stały rytm. W poniedziałki i środy jeździ na treningi do Lublina. Jedna jednostka trwa około godziny lub dwóch. Są starty spod taśmy i treningowe wyścigi z innymi zawodnikami.

Motocross wymaga innego rodzaju pracy. Podczas treningów Markus ćwiczy konkretne elementy jazdy, między innymi zakręty i skoki. Trening jest podzielony na kilka sesji, a każda koncentruje się na innym elemencie.

Wszystko jest nagrywane. Adam Marciniak rejestruje jazdę syna, a później wspólnie oglądają nagrania i szukają rzeczy do poprawy.

- *Jak jest film, to zdecydowanie łatwiej próbować coś poprawić* - mówi tata.

NIEMAL KAŻDY WEEKEND W TRASIE

Kalendarz obu dyscyplin sprawia, że od wiosny do jesieni rodzina praktycznie co weekend jest w drodze. Żużel ma mocno skumulowany sezon, a zawody motocrossowe trwają dłużej. Terminy często się pokrywają. Jeśli jednak można połączyć oba starty, Markus jedzie również na motocross.

W przypadku żużla większość kosztów związanych ze startami pokrywa klub - między innymi dojazdy, hotele i wpisowe. Motocross rodzina finansuje we własnym zakresie. Jeden wyjazd na rundę kosztuje około 3 tys. zł. W tej kwocie trzeba zmieścić między innymi dojazd, nocleg, paliwo oraz przygotowanie i obsługę motocykla.

W tym sezonie Markus ma również wsparcie sponsorów - Inter Cars z Grupy Siedlce oraz Valvoline.

TRENING NAWET PRZY MINUS 15 STOPNIACH

Sezon nie kończy się dla Markusa wraz z ostatnimi zawodami. Zimą możliwości jazdy są mniejsze,



Markus Marciniak - drużynowy Mistrz Pucharu Ekstraligi na żużlu (2026)



Markus Marciniak z trenerem Motoru Lublin Maciejem Kuromonowem

eprasa.pl 2dd34b52f1

ściga się na żużlu i w motocrossie



Markus zaczynał od motocrossu. To właśnie wyniki w tej dyscyplinie zwróciły uwagę Motoru Lublin



Lublin 2026: 3 i 4 runda Drużynowego Pucharu Ekstraligi. Markus w towarzystwie rodziny: Adam, Wojciech, Ilona, Adam, Wisława (babcia), Zuzanna i Jan (dziadek) Marciniakowie

ale rodzina stara się utrzymywać kontakt z motocyklem.

W tygodniu pozostają treningi ogólnorozwojowe - siłownia, bieganie i jazda na rowerze, w której często towarzyszy mu brat **Marcel**. Wspólne treningi z bratem to dla Markusa coś więcej niż tylko realizacja planu sportowego. Marcel jest dla niego nie tylko stałym partnerem treningowym, ale też zaufanym wsparciem w wymagającym świecie sportu. Na motocyklu Markus jeździ przede wszystkim w weekendy. Zdarzało się, że trenował nawet przy temperaturze minus 10 czy minus 15 stopni.

Ważnym elementem przygotowań są zimowe obozy w Hiszpanii. Tam warunki pozwalają na znacznie intensywniejszą jazdę niż zimą w Polsce. Rodzina chce korzystać z takiej formy przygotowań również w przyszłości.

NAJTRUDNIEJSZE? RYZYKO KONTUZJI

Dla rodziców sport motocyklowy ma jeszcze jeden wymiar. Trzeba zaakceptować ryzyko.

Adam Marciniak nie ukrywa, że najbardziej obawia się kontuzji i wypadków. Jednocześnie podkreśla, że ufa synowi.

- *Jest myślącym chłopakiem i potrafi kalkulować. Nie robi najczęściej czegoś, czego nie jest pewny lub czego nie umie. Podejmuje ryzyko, ale w granicach rozsądku* - mówi.

Sam Markus wskazuje, że na żużlu nie lubi wąskich torów. W motocrossie za jeden z trudniejszych elementów uważa start spod bramki.

SZKOŁA TEŻ MUSI SIĘ ZMIEŚCIĆ

Większość startów odbywa się w weekendy, co ułatwia godzenie sportu z nauką, ale nie zawsze wystarcza. Zdarzało się, że Markus uczył się w samochodzie podczas powrotu z zawodów, bo następnego dnia miał sprawdzian.

Podczas wyjazdów rodzina zabiera również materiały potrzebne do nauki. Kluczową rolę odgrywa tutaj mama - **Ilona**, która aktywnie pomaga mu w nauce podczas podróży pilnując, by sportowe obowiązki nie odbiły się na ocenach. Jej obecność na zawodach jest jednak nieoceniona nie tylko ze względu na szkołę. Mama dba o każdy detal jego startu - przygotowuje pełnowartościowe posiłki i pilnuje, aby Markus miał zapewniony maksymalny komfort.

Sam Markus nie opowiada kolegom o swoich wynikach. Część z nich dowiaduje się o jego startach z Instagrama czy TikToka.

PRZED NIM WIĘKSZE MOTOCYKLE

Kolejny sezon przyniesie zmianę sprzętu. Markus będzie przechodził do starszej kategorii zarówno w motocrossie, jak i w żużlu. W motocrossie czeka go motocykl o pojemności 85 ccm, a w żużlu kolejny etap po miniżużlu.

Przygotowania do zmiany rozpoczną się jeszcze jesienią. Markus będzie trenował na większym motocyklu, aby przez zimę oswoić sprzęt i przygotować się do kolejnego sezonu.

„DO TYCH NAJWIĘKSZYCH"

Markus nie mówi o przyszłości w skomplikowany sposób. Chce przede wszystkim osiągać jak najlepsze wyniki.

- *Do tych największych. Chciałbym ścigać się w mistrzostwach Polski albo nawet świata* - mówi, pytany o swoje sportowe cele.

Historia Markusa zaczęła się od rowerka biegowego i małej Yamahy PW50. Dziś 12-latek z Ryk dzieli swój czas między dwa wymagające sporty, szkołę i przygotowania do kolejnego sezonu.

Adam Marciniak ma za sobą własną przygodę ze sportem motocyklowym - startował w wyścigach drogowych. W 2012 roku został wicemistrzem Polski, a rok później wicemistrzem Czech. Dziś jego rola wygląda inaczej. Towarzyszy synowi na treningach i zawodach, nagrywa jego jazdę i pomaga analizować błędy.

- *Najfajniejsze jest to, że to nasz syn, że udało się doprowadzić do tego wszystkiego i że funkcjonuje to na takim poziomie w obu dyscyplinach. Jesteśmy z niego dumni* - mówią rodzice Markusa.

MG, zdjęcia: Archiwum Adama Marciniaka



Mistrzostwa Polski Motocross Kielce. Ilona Marciniak z synami Markusem i Marcelem

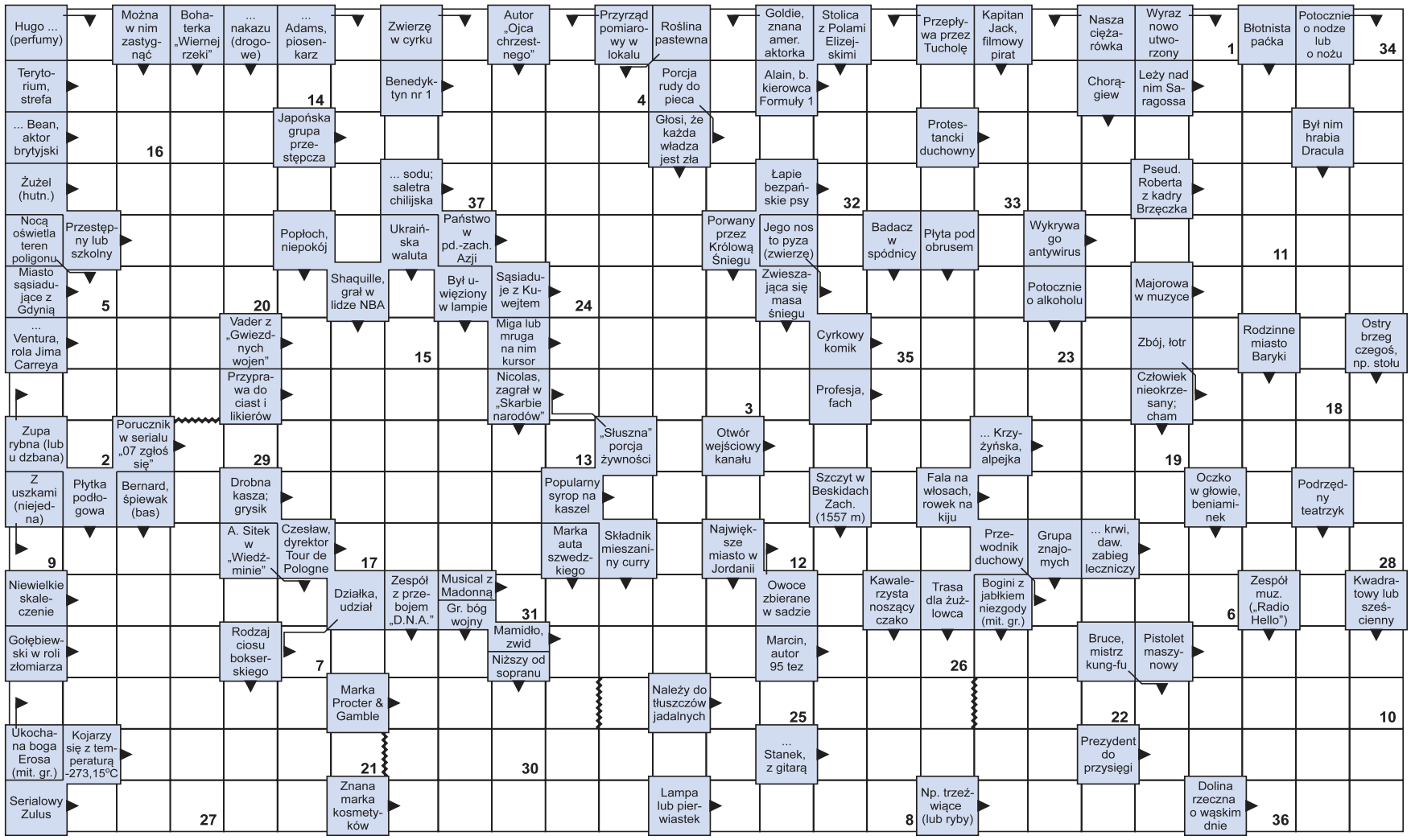


Zakopane 2026. Markus i Marcel oraz rodzice Adam i Ilona Marciniakowie

eprasa.pl 2dd34b52f1







Litery z pól ponumerowanych od 1 do 37 utworzą rozwiązanie - aforyzm Agnieszki Lisak.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37

eprasa.pl 2dd34b52f1