Nauczyciel skazany



str. 6

Wójt dzieli się pensją



str. 11

Wojsko wzywa



str. 11



str. 18

www.tygodnikzamojski.pl

Biłgoraj Hrubieszów Krasnystaw Tomaszów Zamość

tygodnik zamojski ®

LIDER SPRZEDAŻY W POLSCE

27 STYCZNIA – 2 LUTEGO 2026
Nr 4

Cena 5,90 zł (w tym 8% VAT)

Znajdź nas na Facebooku

SANMED
przychodnia ginekologiczna
Specjalista Ginekolog-Położnik
lek. med. Marek Lipiec

- badania prenatalne USG pierwszego trymestru ciąży
- badania w kierunku wykrywania zahamowania wzrostu płodu
- badania w pierwszym trymestrze w kierunku wykrywania nadciśnienia
- badanie USG ciąży
- badanie USG ginekologiczne
- wizyty ginekologiczne i położnicze



00265K0

Zamość, ul. Szwedzka 20, tel. 84 627 15 87, 507 019 524

Zbiórki pieniędzy na modlitwy za dusze konających grzeszników i kapłanów, a także własne interpretacje wątków związanych z wiarą – tak działa jedna z facebookowych stron założonych przez mieszkańca naszego regionu

KOŚCIÓŁ OSTRZEGA WIERNYCH

5 tys. nielegalnych imigrantów

Na papierze mieli pracę w Polsce. W rzeczywistości nigdy nawet nie pojawili się w firmach, które „miały ich zatrudnić". Dzięki fikcyjnym dokumentom Ukraińcy wyrabiali wizy i zyskiwali możliwość wjazdu do Polski i Unii Europejskiej. str. 4

Kto nie chce Straży Miejskiej?

Czy w czasach rosnących kosztów utrzymania miast stać nas na taki luksus jak Straż Miejska? W Hrubieszowie takie pytanie postawił jeden z mieszkańców, składając formalny wniosek o likwidację miejskiej formacji. str. 12

INDEKS 379565

ISSN 0138-0729

NUMER W SPRZEDAŻY DO 2.02.2026

WOŚP idzie na rekord

W naszym regionie znów zebraliśmy rekordową kwotę – ponad 800 tys. zł! A Orkiestra wciąż gra. str. 7

Mikrofalą w raka

Ta metoda walki z nowotworami męskiego układu moczowo-płciowego to rewolucja. str. 26



str. 9

Fot. pixabay.com

AMAGRO

- KONTRAKTACJA PESTKI DYNI!
- SPRZEDAŻ MATERIAŁU SIEWNEGO

ZAPRASZAM!



00009

Amadeusz Mielniczuk, Kryszyn 10, tel. 725 008 000

XV ZAMOJSKA WYSTAWA GOŁĘBI RASOWYCH I DROBIU OZDOBNEGO
31 STYCZEŃ 2026 r.
01 LUTY 2026 r.
ZAMOŚĆ
ul. Królowej Jadwigi 8
w hali OSIR



CZYSTE POWIETRZE
informacje i wykonawstwo
MALOWANIE ELEWACJI
783 800 351

FASOLA – ORZECHY – GROCH
SKUP – USŁUGA
(przebierania, suszenia prosto z pola)
WYDAJNOŚĆ DO 90 T DZIENNIE
NUTS-BEAN Antoni Nowaczewski
Kułakowice Pierwsze 13
514-265-481, 725-704-791
01747J0

Autoryzowany Punkt Obsługi Klienta TimeTax
TimeTax
NIEMCY / HOLANDIA / BELGIA / WIELKA BRYTANIA / AUSTRIA / SZWECJA / POLSKA
PRACOWAŁEŚ ZA GRANICĄ?
ODZYSKAJ SWÓJ PODATEK

taniPIT
01857
BIURO RACHUNKOWE
Księgowość | Podatki | Kadry/Płace
Pomoc w założeniu firmy | ZUS
Rozliczenia rolników
Telefony: 664-316-825, 884-277-017,
E-mail: biuro@tanipit.pl, www.tanipit.pl

00608J0
OKO-MED Sp. z o.o.
CENTRUM OKULISTYKI
W ramach NFZ przyjmują:
- Arkadiusz Dybcio lek. med. specj. okulistyki
- Beata Gumieniak-Goch lek. med. specj. okulistyki
- Waldemar Kędziora dr n. med. lek. med. specj. okulistyki
- Sylwester Matwiejczuk lek. med. specj. okulistyki
- Dorota Borowicz dr n. med. lek. specjalista okulistyki
- Katarzyna Sokołowska-Zub lek. med. specj. okulistyki
- Katarzyna Biela lek. med. specj. okulistyki

Dwa adresy jedna przychodnia:
Polna 9 Zamość, tel. 84 638 35 25
Peowiaków 6, tel. 533 210 875
Poradnia okulistyki dziecięcej ul. Polna 9

Termomodernizacja z programem
Czyste Powietrze
Dofinansowanie do 170 000 zł
Uzyskaj 100 % dofinansowania
- źródło ciepła
- stolarka okienna
- piana PUR
- stolarka drzwiowa
- ocieplenie budynku

zadzwoń
84 888 01 87
ul. Starowiejska 12B, 22-400 Zamość

PPZ SŁAWA Sp. z o.o. Tomaszów Lubelski
SKUP FASOLI
Punkty skupu: • ul. 29-go Listopada 117, 22-600 Tomaszów Lubelski tel. 84 664 21 96, 84 664 27 39 i 605358612 • Młożów i Budynin: Andrzej Dymowski tel. 781 029 141 • Koniuchy 42, Łukasz Hulanicki tel. 511 116 949
NAJWYŻSZE CENY, SZYBKA PŁATNOŚĆ
Kupujemy fasolę przebieraną i nieprzebieraną
Więcej informacji udzielimy pod numerami tel. 84 664 21 96, 84 664 27 39 i 605 358 612
02907

eprasa.pl 3866f3208b



4. i 5. tydzień 2026 r.
27 stycznia: wschód 7.29, zachód 16.18.
2 lutego: wschód 7.41, zachód 16.32.

IMIENINY:
27 I – Anieli, Joachima; **28 I** – Błażeja, Agnieszki; **29 I** – Franciszka, Martyny; **30 I** – Macieja, Adelajdy; **31 I** – Jana, Ludomira; **1 II** – Brygidy, Izydora; **2 II** – Marii, Miłosza.

PRZYSŁOWIA TYGODNIA:
Gdy w styczniu roztaje, mrozy w lutym nastają.
Na świętą Brygidę mróz trzyma, długo zima jeszcze się trzyma.

W TYM TYGODNIU OBCHODZIMY:
27 I – Międzynarodowy Dzień Pamięci o Ofiarach Holokaustu, Dzień Dialogu z Judaizmem; **28 I** – Międzynarodowy Dzień Ochrony Danych Osobowych; **29 I** – Dzień Składanki i Łamigłówki, Dzień Mobilizacji Społecznej; **30 I** – Dzień Wróbla, Dzień Croissanta; **31 I** – Międzynarodowy Dzień Przytulania, Dzień Zebry; **1 II** – Międzynarodowy Dzień Czytania na Głos; **2 II** – Święto Ofiarowania Pańskiego (Matki Boskiej Gromnicznej), Światowy Dzień Mokradeł, Dzień Pozytywnego Myślenia.

TYDZIEŃ W REGIONIE

■ **KONKURS #LUBELSKIETRAVEL.** Ruszyła 8. edycja konkursu fotograficznego #LubelskieTravel organizowanego przez Lubelską Regionalną Organizację Turystyczną, w nowej formule – dla całego województwa. Zdjęcia można zgłaszać do 2 lutego (maks. dwa zdjęcia na osobę).

■ **KASA DLA OSP.** Ruszył nabór wniosków w otwartym konkursie ofert „Lubelskie wspiera OSP. Pierwsza pomoc" ogłoszonym przez Zarząd Województwa Lubelskiego. Dotyczy kursów KPP i recertyfikacji uprawnień KPP dla członków OSP. Termin składania ofert do 13 lutego do godz. 15.30.

BIŁGORAJ

■ **DYŻUR ZUS.** Do końca marca Zakład Ubezpieczeń Społecznych przeliczy tzw. czerwcowe emerytury, czyli świadczenia przyznane lub przeliczone w czerwcu w latach 2009-2019. Nowe zasady obejmują także renty rodzinne po osobach, które pobierały tzw. czerwcowe emerytury. ZUS przeprowadza całe postępowanie z urzędu, dlatego nie ma konieczności składania wniosków. Osoby zainteresowane szczegółami mogą skorzystać z dyżuru telefonicznego, który biłgorajski ZUS organizuje 29 stycznia w godz. 10-12. Informacji udzielać będzie ekspert ZUS pod numerem 84 688 12 81.



■ **OLIMPIADA HISTORYCZNA. Lena Rudnicka** z I LO im. ONZ w Biłgoraju zajęła V miejsce w etapie okręgowym LII Olimpiady Historycznej i zakwalifikowała się do etapu centralnego. Opiekunem uczennicy jest **Arkadiusz Jastrzębski**.

■ **100 KM DLA CHOREGO CHŁOPCA. Damian Błaszczyk**, uczeń Regionalnego Centrum Edukacji Zawodowej w Biłgoraju, w 2025 r. przepłynął 100 km w zalewie w Biłgoraju, zbierając pieniądze na leczenie chorego **Adasia Iwanejko**. Za postawę i determinację został uhonorowany Nagrodą im. Księdza Jana Kiełbasy.

CIĄG DALSZY NA STR. 3

NAJCHĘTNIEJ KUPOWANY TYGODNIK REGIONALNY W POLSCE

tygodnik zamojski

WYDAWCA: **„WYDAWNICTWO ZAMOJSKIE"** Spółka z o.o. w Zamościu.
ZARZĄD: Michał Kamiński, Ewa Kleban, Krzysztof Turczański.
REDAKTOR NACZELNY I DYREKTOR WYDAWNICTWA: Michał Kamiński.

ZESPÓŁ REDAKCYJNY:
Jadwiga Hereta (tel. 607 566 887), Roland Maziarka (**sekretarz redakcji**, tel. 605 097 471), Małgorzata Mazur (tel. 500 037 512), Anna Rudy (tel. 500 159 513).
STALI WSPÓŁPRACOWNICY:
Bogdan Cabaj, Jacek Feduszka, Mariusz Gadomski, Marek Ambroży Kitliński, Jerzy Lipiec, Mirosław Tereszczuk.
ADRES REDAKCJI: 22-400 Zamość, ul. Grecka 6, e-mail: **tygzamojski@pro.onet.pl**
SEKRETARIAT: tel. **84 639 26 48**; e-mail: **sekretariattz@onet.pl**
SZEF HR: Marzena Ryszczuk (tel. 609 682 049)
Rękopisów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zastrzega się prawo skracania materiałów niezamówionych.
OGŁOSZENIA DO TYGODNIKA ZAMOJSKIEGO przyjmuje **Biuro Reklam i Ogłoszeń**:
• ZAMOŚĆ, ul. Pereca 1, tel. **84 638 55 09** w godz. 8-16.
Adam Lackowski – tel. 510 932 248, e-mail: ogloszenia@tygodnikzamojski.pl,
Dorota Świstowska – tel. 501 653 786, e-mail: tzm@za.onet.pl
Dorota Wiatr – tel. 693 727 399, e-mail: reklama@tygodnikzamojski.pl.
• BIŁGORAJ, ul. Bankowa 4A, tel. **84 688 02 39** („Forset")
• HRUBIESZÓW, Rynek 24, tel. **84 696 23 30**
• TOMASZÓW LUB., ul. Rynek 10, tel. **84 664 10 72**
Redakcja zastrzega sobie prawo publikowania danych osobowych laureatów konkursów, krzyżówek itp. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam płatnych
SKŁAD I ŁAMANIE: Wydawnictwo Zamojskie Sp. z o.o.
DRUK: ZPR Media S.A.
ISSN 0138-0729, nr ind. 379565. Nr 4 (2403)

www.tygodnikzamojski.pl

ROZMOWA TYGODNIA

z Mikołajem Krupińskim, rzecznikiem prasowym Instytutu Transportu Samochodowego

Albo kierownica, albo telefon

– Trudno sobie dziś wyobrazić życie bez telefonu. Z komórką pracujemy, wypoczywamy, jemy – a także wsiadamy za kierownicę. Powiedzmy więc jasno: co wolno, a czego nie wolno, jeśli chodzi o telefon i jazdę autem.

– Z punktu widzenia przepisów sprawa jest jasna. Kierowcy nie wolno korzystać z telefonu w sposób wymagający trzymania go w ręku podczas jazdy; także gdy np. stoimy chwilę na czerwonym świetle. Dotyczy to rozmów, pisania SMS-ów, przeglądania Internetu, obsługi aplikacji itd. Za takie zachowanie grozi mandat w wysokości 500 zł i 12 punktów karnych.

Prawo dopuszcza natomiast korzystanie z zestawu głośnomówiącego. I to jest granica prawna. Ale trzeba jasno powiedzieć: to, że coś jest legalne, nie oznacza automatycznie, że jest bezpieczne, bowiem analizy psychologów transportu ITS wskazują, że nawet rozmowa przez zestaw głośnomówiący może być angażująca i jednocześnie odciągająca od jazdy.

– Załóżmy, że nie mam zestawu głośnomówiącego, a ktoś dzwoni w pilnej sprawie. Mimo zakazu, odbieram. Na co się narażam?

– Kiedy kierowca jedzie z telefonem przy uchu, dzieją się dwie rzeczy jednocześnie. Po pierwsze – jedna ręka nie kontroluje pojazdu. Po drugie, i znacznie groźniejsze – mózg przestaje być w pełni skupiony na drodze. Z badań Instytutu Transportu Samochodowego wynika, że kierowca rozmawiający przez telefon reaguje nawet kilkadziesiąt razy wolniej na nagłe zdarzenia i scenariusze drogowe. W praktyce oznacza to np. spóźnione hamowanie, niezauważenie pieszego czy przeoczenie czerwonego światła.

– A więc trzeba zainwestować w zestaw głośnomówiący?

– Prawo mówi – można. Psychologowie i psycholożki transportu – ostrożnie. Problemem nie są ręce, tylko głowa. Nasz mózg nie potrafi skutecznie wykonywać dwóch zadań wymagających uwagi jednocześnie. Prowadzenie samochodu to nie jest czynność automatyczna – na każdym kilometrze podejmujemy od kilku do kilkunastu decyzji, często w ułamku sekundy.

Jeśli rozmowa jest krótka i neutralna – ryzyko jest mniejsze. Ale gdy jest emocjonalna, stresująca albo angażująca czy



Mikołaj Krupiński: – Najbezpieczniejszy telefon w czasie jazdy to ten, który jest wyłączony. Bo nasz umysł ma swoje granice – i nie da się ich oszukać.

wciągająca, to uwaga kierowcy „odpływa". Badania zagraniczne pokazują, że rozmowa telefoniczna podczas jazdy może upośledzać reakcje w sposób porównywalny do prowadzenia auta po alkoholu – nawet do 1 promila – albo po 18-20 godzinach bez snu. To mocne porównanie, ale bardzo obrazowe.

– Często słyszy się od kogoś, kto np. sprawdza pilną wiadomość na telefonie w czasie jazdy: to tylko sekunda, kontroluję sytuację.

– Przy prędkości 100 km/h samochód pokonuje w ciągu jednej sekundy blisko 30 metrów. To długość kilku przejść dla pieszych. Jeśli ktoś pisze wiadomość przez 5 sekund – jedzie 150 metrów „na ślepo". Przez 10 sekund – 300 metrów bez realnej kontroli nad sytuacją. W tym czasie ktoś może gwałtownie zahamować przed nami. Dziecko może wbiec na jezdnię. Pojazd z sąsiedniego pasa może zajechać drogę. Kierowca, który zerka na ekran, nie ma szans zareagować na czas – nawet jeśli „co chwilę spogląda na drogę".

– Jest jakaś różnica między kierowcą młodym a doświadczonym w kwestii skutków używania telefonu? Mówi się też, że my, kobiety, mamy bardziej podzielną uwagę, więc…?

– Przepisy nie różnicują kierowców ze względu na wiek, staż czy płeć – i słusznie. Telefon rozprasza każdego. Doświadczenie pomaga przewidywać zagrożenia, ale nie czyni nikogo odpornym na rozproszenie uwagi. Co więcej, badania ITS pokazują, że z telefonów w czasie jazdy najczęściej korzystają osoby w wieku 25-60 lat, a nie najmłodsi.

– Młodzi za to nagminnie przechodzą przez przejścia czy jeżdżą hulajnogami elektrycznymi ze słuchawkami w uszach i nosami w smartfonach.

– Pieszy wpatrzony w ekran na przejściu dla pieszych wolniej ocenia odległość i prędkość pojazdów. Nie bez przyczyny eksperci wykuli termin „smartfnonowi zombie", który dotyczy pieszych „wlepionych" w ekran telefonu i nie zwracających uwagi na pozostałych uczestników ruchu drogowego. Osoba jadąca hulajnogą w słuchawkach często nie słyszy klaksonu, dzwonka roweru czy nadjeżdżającego auta. To również realne zagrożenie.

Ruch drogowy to system naczyń połączonych – błąd jednego uczestnika może kosztować zdrowie lub życie innego. Dlatego zasada jest prosta: telefon i słuchawki zawsze obniżają poziom bezpieczeństwa, niezależnie od tego czy jesteśmy kierowcą, pieszym czy użytkownikiem hulajnogi.

Na koniec warto zapamiętać jedno zdanie, które powtarzają eksperci ds. bezpieczeństwa ruchu drogowego i psycholożki ITS, a mianowicie to, że najbezpieczniejszy telefon w czasie jazdy to ten, który jest wyłączony. Bo nasz umysł ma swoje granice – i nie da się ich oszukać.

Rozmawiała Małgorzata Mazur

Skandaliczne zachowanie mieszkańca gminy Dołhobyczów

Zostawił zwierzęta i wyjechał

Policjanci z Dołhobyczowa otrzymali zgłoszenie, że na jednej z gminnych posesji właściciel pozostawił bez opieki 31 zwierząt: 5 kotów, psa oraz 25 sztuk drobiu, narażając je na niskie temperatury, głód i brak dostępu do wody.

Jak ustalono, mężczyzna na początku stycznia przeniósł się do innego mieszkania. Jego zwierzęta zostały i przebywały na zewnątrz bez schronienia oraz bez pożywienia i wody.

O sprawie powiadomiono Gminne Centrum Zarządzania Kryzysowego w Dołhobyczowie oraz miejscowego lekarza weterynarii. Urząd Gminy zajął się psem i zapewnił mu warunki bytowania. Kotami zaopiekowała się sąsiadka, a drób nakarmiono i zabezpieczono.

52-latek odpowie za znęcanie się nad zwierzętami, za co grozi do 3 lat pozbawienia wolności. **(ar)**

eprasa.pl 3866f3208b

Babć i dziadków przybywa szybciej niż wnuków. W Zamościu na 100 dzieci przypada 200 seniorów

Coraz więcej seniorów

Z okazji Dnia Babci Urząd Statystyczny w **Lublinie** zebrał dane o tzw. indeksie starości – czyli liczbie osób w wieku 65 lat i więcej przypadającej na 100 dzieci w wieku 0-14 lat.

W naszej części woj. lubelskiego różnice są wyraźne. Powiat krasnostawski należy do „najstarszych" w regionie: indeks wynosi tu 207,5, co w praktyce oznacza, że na 100 dzieci przypada ok. 208 seniorów. Podobnie jest w powiecie hrubieszowskim (202,9).

Wysoko wypada też Zamość jako miasto (197,0), a w samym powiecie zamojskim wskaźnik jest niższy, ale nadal wysoki – 159,7. W powiecie tomaszowskim indeks starości wynosi 176,4, a w biłgorajskim – 155,4.

Dla porównania – w powiecie chełmski na 100 dzieci przypada 141 seniorów, ale w mieście **Chełm** aż 220. To jeden z najwyższych wskaźników w województwie. W drugą stronę na tle regionu wyróżnia się powiat lubelski z najniższą wartością 105,8 (to wciąż więcej seniorów niż dzieci, ale przewaga jest najmniejsza).



Liczba osób w wieku 65+ w woj. lubelskim systematycznie rośnie. **Fot. pixabay.com**

Te proporcje nie biorą się znikąd. Warto dodać, że liczba osób w wieku 65+ w woj. lubelskim systematycznie rośnie. W 2018 r. na Lubelszczyźnie mieszkało 375,4 tys. seniorów, w 2019 r. – 386,3 tys., w 2020 r. – 395,7 tys., w 2021 r. – 400,8 tys., w 2022 r. – 407 tys., w 2023 r. – 417,2 tys., w 2024 r. – 427,2 tys. i w 2025 r. – 435,2 tys. W siedem lat przybyło więc kilkadziesiąt tysięcy seniorów.

Starzeją się także sami seniorzy – przesuwają się do coraz starszych roczników. Między 30 czerwca 2024 r. a 30 czerwca 2025 r. ubyło najmłodszych seniorów, w wieku 65-69 lat (spadek o prawie 2 tys.), za to przybyło w starszych grupach: w wieku 70-74 lat wzrost o 2,9 tys., w wieku 75-79 lat – wzrost o 5,8 tys., w wieku 80-84 lat – o 390, a w wieku 85+ – o niemal 900. Na Lubelszczyźnie w połowie ub. roku mieszkało 13 tys. mężczyzn i 35,4 tys. kobiet w wieku 85+.

(ar)

Pogoda

27.01-2.02.2026 r.



Wtorek-czwartek
W ciągu dnia minus 6 st. C., nocami do minus 10. Zachmurzenie duże, okresami opady śniegu. Wiatr słaby i umiarkowany, z kierunków wschodnich. Ciśnienie 1021-1023 hPa.

Piątek-sobota
Stopniowa poprawa pogody. W dzień minus 4 st. C., nocami minus 7. Zachmurzenie umiarkowane, bez opadów. Wiatr słaby, południowo-wschodni. Ciśnienie 1027-1029 hPa.

Niedziela-poniedziałek
W dzień minus 1 st. C., nocami minus 5. Zachmurzenie umiarkowane, miejscami przelotne opady śniegu. Wiatr słaby, zmienny. Ciśnienie stabilne, około 1025 hPa.

TYDZIEŃ W REGIONIE

CIĄG DALSZY ZE STR. 2



■ **DWÓCH W FINALE.** W etapie diecezjalnym XXXVI Olimpiady Teologii Katolickiej startowali **Marcel Matys**, **Karol Bielak** i **Kacper Socha** z I LO im. ONZ w Biłgoraju. Najwyższy wynik uzyskał **Marcel Matys**, drugi był **Karol Bielak** – obaj awansowali do finału ogólnopolskiego w **Szczecinie**, który odbędzie się w dniach 9-11 kwietnia). Opiekunami uczniów są **Małgorzata Polańska** i **Barbara Kłubko**. Uczestników wspierał ks. **bp Mariusz Leszczyński**.

■ **Z PALETĄ W DŁONI.** 27 stycznia o godz. 17 w Młodzieżowym Domu Kultury w Biłgoraju odbędzie się wernisaż 20. wystawy z cyklu „Radość tworzenia" pt. „Urodziny Tęczowej Malarni. Z paletą w dłoni". Ekspozycja prezentowana będzie w galeriach na pierwszym i drugim piętrze MDK. Opiekę artystyczną nad wystawą sprawuje **Anna Świca**.

■ **FERIE W MUZEUM.** Muzeum Ziemi Biłgorajskiej zaprasza dzieci i młodzież na zimowisko, które odbędzie się od 16 do 27 lutego. W programie bezpłatne lekcje muzealne oraz warsztaty edukacyjne. Uczestnicy poznają m.in. dawne i współczesne oblicze Biłgoraja na fotografiach, wierzenia i przesądy regionu, lokalne tradycje i zwyczaje, a także historię zapisaną w przedmiotach i opowieściach. Zaplanowano również warsztaty poświęcone prehistorii, ceramice, dawnemu pismu oraz zajęcia plastyczne inspirowane twórczością **Stefana Knappa**. Koszt warsztatów wynosi 8 zł, a z Kartą Dużej Rodziny 4 zł.

■ **ELECTRIC WONDERLAND.** Uczennice ZSZiO w Biłgoraju wzięły udział w IX Ogólnopolskim Konkursie Fryzjerskim w **Radzyniu Podlaskim**. W zmaganiach z grzebieniem wystąpiły **Tetiana Havrylovets** (z modelką **Natalią Chekh**) oraz **Natalia Trancygier** (z modelką **Pauliną Tudzio**). Motyw przewodni konkursu: „Electric Wonderland". Dziewczyny pokazały jak kreatywne mogą być fryzury.

■ **WIEDZA O ŻYWIENIU.** Uczennice Technikum Żywienia i Usług Gastronomicznych w ZSZiO w Biłgoraju osiągnęły wysokie wyniki w eliminacjach okręgowych XXX Olimpiady Wiedzy o Żywieniu. **Anna-Mariia Obervenets** zdobyła I miejsce i awans do etapu centralnego, a **Alicja Bielak** zajęła XI miejsce. Finał centralny odbędzie się 25-27 marca w **Szczecinie**.

CIĄG DALSZY NA STR. 4

Reklama

eprasa.pl 3866f3208b

TYDZIEŃ W REGIONIE

CIĄG DALSZY ZE STR. 3

■ **MIANOWANI.** Dwie nauczycielki z biłgorajskich szkół, dla których organem prowadzącym jest powiat biłgorajski, odebrały akty nadania stopnia nauczyciela mianowanego. To **Patrycja Gargol** z Zespołu Szkół Specjalnych w Biłgoraju i **Patrycja Krasny** z Regionalnego Centrum Edukacji Zawodowej w Biłgoraju. Uroczystość wręczenia dokumentów potwierdzających awans zawodowy odbyła się w Starostwie Powiatowym.

■ **ARTYSTKI. Antonina Grabowska** i **Izabela Malec** z I LO im. ONZ w Biłgoraju otrzymały kwalifikacje do wystawy XXIV Międzynarodowego Biennale Grafiki Dzieci i Młodzieży w **Toruniu**. Na konkurs napłynęło 4249 prac z 28 krajów. Jury pod przewodnictwem prof. **Marka Basiula** doceniło wysoki poziom technik graficznych. Opiekunem młodych artystek jest **Anna Dobraczyńska.**

■ **BUDOWLANKA DRUGA.** 19 stycznia dziewczęta z ZSBiO w Biłgoraju zagrały w Półfinale Wojewódzkiej Licealiady w piłce ręcznej w **Kraśniku** i zajęły II miejsce. Drużyna „Budowlanki" wystąpiła w składzie: **Natalia Buczko**, **Dominika Wrona**, **Patrycja Kapuścińska**, **Wiktoria Taradyś**, **Zofia Knapik**, **Emilia Kukiełka**, **Łucja Rataj**, **Zofia Ćwikła**, **Kornelia Gąbka**, **Natasza Małysza**, **Julia Rożek**, **Izabela Bździuch**. Opiekunem zawodniczek jest **Wiesław Ćwik**.

■ **TANCERKI GRUPY ADA** z choreografią „Solstycjum" autorstwa byłej wychowanki MDK **Martyny Dmitrocy** zdobyły II miejsce w finale Międzynarodowego Festiwalu Tańca Ludowego im. J. Hryniewieckiej w **Łodzi**. Jury w składzie: **Małgorzata Kucharska-Nowak, Klaudia Carlos-Machej** i **Wioleta Milczuk** wybrało cztery choreografie do finału konkursu „Tańczmy w ojczystym języku". Wśród nich znalazła się ta przygotowana przez zespół z Biłgoraja. Tancerki pracują pod kierunkiem **Edyty Buczek**, a poziom prezentacji został szczególnie doceniony za nowatorskie podejście do polskich tradycji.

BOROWINA

■ **ŚWIETLICA PO REMONCIE.** Kolejna świetlica w gm. Józefów przeszła remont. Prace kosztowały ponad 200 tys. zł i objęły m.in. remont kuchni, cyklinowanie i lakierowanie podłogi, odświeżenie ścian i sufitów oraz wykonanie oświetlenia i ogrzewania. Wcześniej podobne prace wykonano w **Górnikach**. Tam odnowiono m.in. dużą salę, wykonano nowe ogrzewanie i rozbudowano łazienkę. Lepsze wyposażenie zyskały również świetlice w **Stanisławowie** i w Józefowie, a w **Długim Kącie** uzupełniono wyposażenie kuchni.

JÓZEFÓW

■ **JESZCZE ŚWIĄTECZNIE**. Rozstrzygnięto konkurs „Boże Narodzenie – tradycja i współczesność", organizowany przez Miejską Bibliotekę Publiczną w Józefowie. Jury oceniło 131 prac plastycznych oraz 8 literackich. Wśród zgłoszeń były m.in. szopki bożonarodzeniowe, girlandy, bombki, stroiki i dekoracje wykonane głównie z naturalnych materiałów (igliwie, szyszki, mech). Najładniejsze kartki bożonarodzeniowe wykonali uczniowie SP w Józefowie: Karol Późniak, Tymon Rezler, Mateusz Dura, Kornelia Siemczyk, Helena Mielniczek, Mateusz Zaśko, Laura Robaczewska, Mikołaj Dziurbas, Oskar Berdzik, Anna Malec, Maria Dziura, Kacper Biszczanik, Damian Kula.

■ **... STROIKI.** Nagrody za stroiki trafiły do grupy „Krasnale" z Przedszkola w Józefowie, a wśród uczniów wyróżniono: **Arkadiusza Gromka**, **Igę Gromek**, **Igę Puźniak**, **Zofię Otkałę**, **Hannę Sitarz**, **Zuzannę Bździuch**, **Igę Rezler**, **Franciszka Haczykowskiego**, **Nataniela Szweda**, **Gabriela Kulika**, **Dawida Maryńczaka**, **Malwinę Kawę**, **Bartłomieja Kmiecia**, **Nataniela Kudełkę**, **Michała Nowaka**, a także **Lenę Litwin** (SP Majdan Nepryski) i **Hannę Bodys** (SP Stanisławów). Wśród dorosłych autorów nagrodzeni zostali: **Beata Burda**, **Jadwiga Cichocka**, **Anna Zawiślak** (WTZ Józefów) oraz podopieczni ŚDS w Józefowie: **Arkadiusz Sobstyl**, **Agnieszka Pasierbiewicz**, **Marek Kudełka**, **Stanisław Marzec**, **Marzena Koman**, **Janusz Gontarz** (nagroda specjalna).

■ **...I WIERSZE.** Za prace literackie nagrodzono: **Dorotę Gaj**, **Hannę Sytą**, **Aleksandrę Sytą**, **Adelę Kluczkowską**, **Lenę Rezler** (SP Józefów) oraz **Annę Kawę**, **Patrycję Lalik**, **Nicolę Gontarz** (SP Stanisławów).

OBSZA

■ **KTO DO ORKIESTRY?** Mieszkańcy gm. Obsza, którzy chcą rozwijać muzyczną pasję, mogą dołączyć do miejscowej orkiestry dętej. Nabór prowadzi GOK w Obszy, a kandydaci nie muszą mieć własnych instrumentów. Orkiestra dysponuje m.in. trąbką, saksofonem, klarnetem, sakshornem, tubą i gitarą basową. Mile widziane są osoby z doświadczeniem, ale równie dobrze mogą zgłaszać się ci, którzy dopiero zaczynają naukę. Jak podkreśla kapelmistrz **Michał Giza**, liczą się chęci, dobry słuch i poczucie rytmu, resztę można wypracować na próbach. Zespół, prowadzony przez niego od 2017 roku, liczy do 25 osób, a jego członkowie mają od 12 do 70 lat.

HRUBIESZÓW

■ **FOLKLOR HRUBIESZOWSKI W CHILE.** Zespół Pieśni i Tańca Ziemi Hrubieszowskiej działający przy HDK wyleciał do Chile. Podróż trwała dobę. Przed artystami udział w międzynarodowym festiwalu folklorystycznym.

CIĄG DALSZY NA STR. 5

Lewe dokumenty, fikcyjna praca. Ukrainka na czele grupy organizującej nielegalny wjazd do Polski

5 tys. nielegalnych imigrantów

Na papierze mieli pracę w Polsce. W rzeczywistości nigdy nawet nie pojawili się w firmach, które „miały ich zatrudnić". Dzięki fikcyjnym dokumentom Ukraińcy wyrabiali wizy i zyskiwali możliwość wjazdu do Polski i Unii Europejskiej. W ten sposób – jak ustaliła zamojska Prokuratura Okręgowa – granicę przekroczyło ponad 5 tysięcy osób (!).

Zorganizowaną grupą przestępczą miała kierować mieszkająca w Polsce 30-letnia Ukrainka. W proceder zamieszanych było jeszcze osiem osób: pięcioro obywateli Ukrainy i trzy Polki.



Śledztwo było prowadzone przez funkcjonariuszy Placówki Straży Granicznej w Hrebennem. Potem trafiło do Prokuratury Okręgowej w Zamościu.

■ Na czele grupy Ukrainka

Proceder został odkryty na przejściu granicznym w **Hrebennem**. Śledztwo było prowadzone przez funkcjonariuszy miejscowej Placówki Straży Granicznej. Potem trafiło do Prokuratury Okręgowej w **Zamościu**, która właśnie skierowała akt oskarżenia do Sądu Okręgowego w **Warszawie**.

Dotyczy 9 osób „oskarżonych o udział w zorganizowanej grupie przestępczej trudniącej się procederem organizowania cudzoziemcom przekroczenia granicy Rzeczypospolitej Polskiej wbrew przepisom i w sprawie prania brudnych pieniędzy pochodzących z tych przestępstw".

– Materiał dowodowy wskazywał na funkcjonowanie grupy zajmującej się przygotowywaniem fikcyjnej dokumentacji zatrudnienia, wykorzystywanej następnie do uzyskiwania wiz i umożliwiania wjazdu na terytorium Polski oraz Unii Europejskiej – wyjaśnia prokurator **Rafał Kawalec**, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w **Zamościu**.

Grupą kierowała 30-letnia obywatelka Ukrainy, która mieszkała w Warszawie i właśnie w stolicy założyła firmę. Pełniła funkcję jej dyrektora, a jednocześnie była prezesem zarządu innej firmy.

■ 5 427 nielegalnych

W proceder zamieszanych było również pięciu innych obywateli Ukrainy, w tym 54 i 38-latka z Warszawy, 44-latka z **Olsztyna**, 47-latka z **Torunia** i 59-letni Ukrainiec pracujący jako kierowca przewozów międzynarodowych. Były też trzy Polki: dwie 40-latki z **Mińska Mazowieckiego** i 46-latka z Warszawy.

Działalność grupy prowadzona była w latach 2019-2023 i opierała się na wystawianiu oświadczeń o powierzeniu wykonywania pracy cudzoziemcom. Mimo, że osoby podpisujące te dokumenty nie miały ani zamiaru, ani realnych możliwości zatrudnienia ich na warunkach wskazanych w dokumentacji.

Ustalono, że w procederze wykorzystywano pięć firm zarejestrowanych m.in. w Warszawie, Mińsku Mazowieckim, **Radzyminie** i **Działdowie**. Żadna z osób, które na podstawie fikcyjnych dokumentów wjechały do Polski, nie podjęła pracy w tych firmach, ani nawet się w nich nie pojawiła.

Według ustaleń prokuratury grupa umożliwiła nielegalne przekroczenie granicy państwowej co najmniej 5 427 osobom.

■ Do 15 lat więzienia

Analiza dokumentacji finansowej pozwoliła także na postawienie trzem osobom zarzutów prania pieniędzy pochodzących z tego procederu, a części podejrzanych zarzucono uczynienie z przestępczej działalności stałego źródła dochodu.

– Część oskarżonych przyznała się do popełnienia zarzucanych im czynów i złożyła wyjaśnienia, inni nie przyznali się lub przyznali jedynie do części zdarzeń. Cztery osoby złożyły wnioski o dobrowolne poddanie się karze – informuje prokurator Kawalec.

Dodaje, że wobec podejrzanych stosowano środki zapobiegawcze o charakterze wolnościowym, a wobec kobiety oskarżonej o kierowanie grupą zabezpieczono majątek w postaci hipoteki na nieruchomości do kwoty 750 tys. zł.

– Za kierowanie zorganizowaną grupą przestępczą grozi do 15 lat pozbawienia wolności, za udział w takiej grupie do 8 lat, natomiast za przestępstwa prania pieniędzy nawet do 10 lat więzienia – informuje rzecznik Prokuratury Okręgowej w Zamościu.

O dalszym losie oskarżonych zdecyduje sąd. **her**

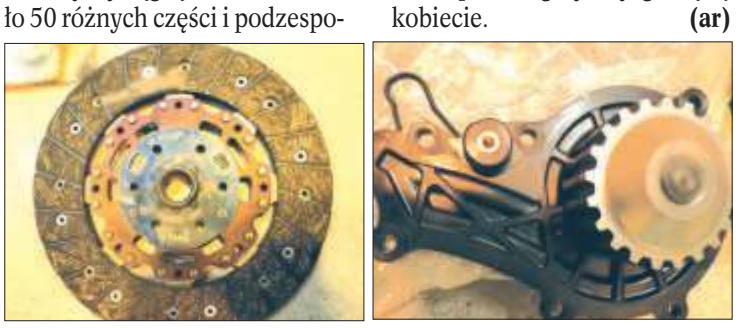
Próba przemytu w Hrebennem. Chciał przewieźć pół setki części samochodowych

Auto z niespodzianką

Amortyzatory, rozrusznik, łożyska, pompy wspomagania układu kierowniczego, pompy wody, tarcze sprzęgła, łańcuchy i paski rozrządu – to wszystko ukryte było w aucie mieszkanki Ukrainy, która przekraczała granicę z Polską.

Na przejściu granicznym w **Hrebennem** celnicy skontrolowali osobowego Opla. W bagażu, samochodowych schowkach i bagażniku znaleźli dziesiątki części samochodowych. Opróżnianie auta trwało kilka godzin. Celnicy wyciągnęli w sumie około 50 różnych części i podzespołów. Ich wartość oszacowali na około 9 tys. zł.

Ukrainka przyznała się do ukrycia i przewozu towaru. Twierdziła jednak, że nie jest jego właścicielką i odmówiła składania dalszych wyjaśnień. Służby celne wszczęły wobec niej postępowanie karne skarbowe. Zabezpieczyli także 500 zł na poczet grzywny grożącej kobiecie. **(ar)**



Celnicy znaleźli w sumie około 50 różnych części i podzespołów.

eprasa.pl 3866f3208b

Gotówka, mandaty i pies, czyli jak celnicy walczą z nielegalnym przewozem pieniędzy

400 tys. dolarów w bagażu

W ostatnich trzech miesiącach 2025 r. funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej na przejściach granicznych województwa lubelskiego znaleźli niezgłoszoną przez podróżnych gotówkę o łącznej wartości ponad 4,4 mln zł.

Jak informuje Izba Administracji Skarbowej w **Lublinie**, w ciągu trzech ostatnich miesięcy na granicy wykryto m.in. blisko 615 tys. dolarów amerykańskich, ponad 440 tys. euro i mniejsze kwoty w innych walutach. Pieniądze najczęściej były schowane w bagażach. W wielu kontrolach funkcjonariuszy wspierały psy wyszkolone do wykrywania waluty.

Rekord padł na przejściu granicznym w **Dorohusku**, gdzie jeden z podróżnych próbował wwieźć do Polski 400 tys. dolarów amerykańskich, czyli równowartość około 1,4 mln zł. W tym przypadku sprawa trafiła do sądu, który zdecyduje o wysokości kary finansowej. Na poczet przyszłej grzywny zabezpieczono od podróżnego 70 tys. zł.

Służba Celno-Skarbowa podkreśla, że mimo regularnych apeli wciąż wiele osób nie dopełnia obowiązku zgłoszenia przewożonych pieniędzy. Tylko w ostatnich trzech miesiącach 2025 roku podróżni zostali ukarani mandatami na łączną kwotę ponad 160 tys. zł. Jak zaznaczają funkcjonariusze, w większości przypadków wystarczyłoby złożenie deklaracji, by bez problemów kontynuować podróż.



Pieniądze najczęściej były schowane w bagażach.

W całym 2025 roku na przejściach granicznych w regionie zakwestionowano legalność przewozu gotówki o łącznej wartości około 17,2 mln zł. Osoby przekraczające granicę Unii Europejskiej mają obowiązek zgłoszenia przewożonych środków płatniczych, jeśli ich równowartość wynosi co najmniej 10 tys. euro.

Obowiązek ten wynika z przepisów unijnych i służy monitorowaniu przepływów finansowych, które mogą mieć związek z praniem pieniędzy lub finansowaniem terroryzmu. **her**

Zwłoki 74-latka w gminie Gorzków

Ciało na posesji

Policjanci z **Krasnegostawu** wyjaśniają okoliczności śmierci 74-letniego mieszkańca gminy Gorzków, którego ciało odnaleziono na prywatnej posesji. Zgłoszenie wpłynęło w sobotę, 17 stycznia.

Podczas czynności prowadzonych pod nadzorem prokuratora ustalono tożsamość zmarłego oraz wstępny przebieg zdarzenia. Mężczyzna miał wcześniej spożywać alkohol ze znajomym, a wracając do domu, najprawdopodobniej przewrócił się na śliskiej drodze i upadł.

Przyjęto, że do zgonu mogło dojść w wyniku wychłodzenia organizmu. Jednocześnie policja informuje, że na tym etapie nic nie wskazuje, by do śmierci 74-latka przyczyniły się osoby trzecie. Dokładną przyczynę zgonu ma określić sekcja zwłok.

(ar)



Gaz został wyssany z piwnicy przy użyciu wentylatorów.

Gmina Dołhobyczów. Wyciek gazu w piwnicy budynku biurowo-gospodarczego

Wyciek gazu i ewakuacja

W **Lipinie** w gminie Dołhobyczów, podczas obsługi zaworów gazowych pracownik odkręcił zły zawór, w wyniku czego doszło do wycieku około 6 m sześc. gazu propan butan. Ewakuowano 30 osób.

Do tego groźnego zdarzenia doszło 13 stycznia. Strażacy zabezpieczyli miejsce zdarzenia i ewakuowali pracowników przedsiębiorstwa (30 osób). Zawór gazowy został zakręcony przed przyjazdem służb. Na miejsce przyjechało Pogotowie Gazowe oraz Specjalistyczna Grupa Ratownictwa Chemiczno-Ekologicznego z **Zamościa**.

Gaz został wyssany z piwnicy przy użyciu wentylatorów oddymiających przeciwwybuchowych. Miejsce zdarzenia sprawdzono detektorem, który nie wykrył zagrożenia.

W działaniach ratowniczych brało udział 9 pojazdów strażackich z Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej w **Hrubieszowie**, Specjalistyczna Grupa Ratownictwa Chemiczno-Ekologicznego z Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej z Zamościa, OSP KSRG Dołhobyczów, OSP **Hulcze**, OSP **Przewodów,** a także Pogotowie Gazowe i Policja.

(ar)

TYDZIEŃ W REGIONIE

CIĄG DALSZY ZE STR. 4

■ **MISTRZOWIE POLSKIEJ ESTRADY.** Hrubieszowski Dom Kultury zaprasza 28 lutego na koncert „Mistrzowie Polskiej Estrady”. Początek o godz. 18. Na scenie wystąpi Cookies Band z **Lublina**, a koncert poprowadzą **Mateusz Obroszlak** oraz **Alicja Karpiuk**. Bilety kosztują 65-85 zł.

■ **W GRUDNIOWY DZIEŃ”.** 21 stycznia odbył się finał konkursu plastycznego „W grudniowy dzień” i wręczenie nagród. Laureatów uhonorowała **Marta Majewska**, burmistrz miasta. Koordynatorem konkursu był **Andrzej Marut**, a komisji przewodniczyła **Anna Jańczuk**. Wpłynęło 180 prac, przyznano 21 nagród. Wydarzenie uświetnił występ solistek ZPiTZH.

■ **SKLEP Z FACETAMI.** Komedia teatralna „Sklep z facetami” z serialową obsadą zostanie pokazana 22 lutego o godz. 17 w Hrubieszowskim Domu Kultury (ul. 3 Maja 7). W obsadzie m.in. **Patrycja Szczepanowska**, **Natalia Zambrzycka, Olga Jankowska, Sonia Jachymiak** oraz **Jędrzej Taranek, Marcin Piętowski, Norbert Kaczorowski**. Bilety są dostępne online.

■ **NAJBARDZIEJ FANTAZYJNY BAŁWAN.** Hrubieszowski Dom Kultury ogłosił konkurs „Najbardziej Fantazyjny Bałwan” w ramach „Hrubieszów Miasto z Klimatem”. Trzeba ulepić bałwana (samodzielnie lub grupowo), zrobić zdjęcie z autorem i podać ulicę, a potem dodać fotografię w komentarzu pod postem. Zgłoszenia są przyjmowane do końca stycznia.

■ **KULIG KLUBU ZŁOTEGO WIEKU.** Seniorzy z Klubu



Złotego Wieku, korzystając z zimowej aury, zorganizowali kulig. Był skrzypiący śnieg pod płozami, mroźne powietrze, zimowe krajobrazy i sporo śmiechu.

■ **NA SZKOŁY ZAWODOWE.** Powiat Hrubieszowski uzyskał dotację z UE na projekt „Poprawa infrastruktury kształcenia zawodowego…”. Zaplanowano remonty i doposażenie pracowni w Zespole Szkół nr 1 i Zespole Szkół nr 4 w Hrubieszowie. Wartość projektu: ponad 6 mln zł, dofinansowanie – 5,1 mln zł.

■ **GMINA STAWIA NA DROGI.** Gm. Hrubieszów podpisała umowę z wykonawcą drogi w **Czartowicach** i **Kułakowicach Pierwszych**. W obu miejscach pojawi się nowa nawierzchnia, a w Kułakowicach planowane są dodatkowo wjazdy i pobocza z kruszywa. Pieniądze na te inwestycje pochodzą z budżetu gminnego. Samorząd równolegle korzysta ze środków zewnętrznych i remontuje drogi **Kosmów-Ślipcze** oraz **Czerniczyn-Metelin**.

CIĄG DALSZY NA STR. 6

Reklama

NOWY PSYCHIATRA W PRZYCHODNI NZOZ RE-MED Zamość, ul. Partyzantów 5

Z przyjemnością informujemy, że do zespołu Przychodni **NZOZ RE-MED** dołączyła **lek. psychiatra Justyna Kraczek** – oferująca kompleksową diagnostykę i leczenie zaburzeń psychicznych u osób dorosłych.

Zakres konsultacji i leczenia obejmuje m.in.:

- zaburzenia lękowe i nerwicowe
- depresję (chorobę afektywną jednobiegunową)
- manię i chorobę afektywną dwubiegunową
- psychozy: schizofrenię, depresję psychotyczną, zaburzenia schizoafektywne i urojeniowe
- zaburzenia odżywiania (anoreksja, bulimia)
- otępienia: chorobę Alzheimera, otępienie naczyniowe, mieszane i inne
- uzależnienie od alkoholu
- zaburzenia snu
- niepełnosprawność intelektualną

Oferujemy profesjonalne, empatyczne podejście oraz indywidualnie dobrane metody leczenia w komfortowych warunkach.

Zapisy już trwają! Zapraszamy do kontaktu z rejestracją Przychodni NZOZ RE-MED i umówienia wizyty

Tel. 577-707-167

eprasa.pl 3866f3208b

TYDZIEŃ W REGIONIE

CIĄG DALSZY ZE STR. 5

■ **TRÓJKA W GRECJI.** Uczniowie SP nr 3 w Hrubieszowie w ramach programu Erasmus+ wrócili z Grecji. Młodzi ludzie rozwijali język, poznawali grecką kulturę i historię, pracowali w międzynarodowych zespołach oraz przełamywali bariery w codziennych kontaktach z rówieśnikami. W programie znalazły się m.in. zajęcia w partnerskiej szkole 4th Gymnasium of Katerini, działania ekologiczne i sprzątanie plaży, warsztaty o Unii Europejskiej, a także wycieczki edukacyjne. Były również warsztaty tańców greckich.

■ **CIEPLEJ.** Powiat hrubieszowski rozpoczął kolejny etap termomodernizacji placówek oświatowych. Prace obejmą m.in. Zespół Szkół nr 1 w Hrubieszowie, Powiatowy Zespół Placówek Szkolno-Wychowawczych oraz Zespół Szkół nr 4 w Hrubieszowie. Zaplanowano wymianę okien, docieplenie elewacji i stropów dachowych, budowę kominów wentylacyjnych, nowe pokrycia dachowe, remont elewacji oraz udrożnienie ciągów wentylacyjnych. W dalszej kolejności przewidziano montaż instalacji fotowoltaicznych, magazynów energii i zielonych dachów.

KOZODAWY

■ **KRÓLOWA ŚNIEGU.** W świetlicy w Kozodawach odbyła się premiera „Królowej Śniegu" w wykonaniu Teatrzyku Kukiełkowego „Jacy - Tacy", działającego przy Centrum Dziedzictwa Kulturalnego i Archeologicznego Gminy Hrubieszów w **Masłomęczu**. Spektakl pokazano podczas wydarzenia „Nie całkiem cicha noc". Wśród gości znaleźli się m.in. wójt gminy Hrubieszów **Tomasz Zając**, przewodnicząca Rady Gminy **Aneta Dąbrowska** oraz zastępca wójta i dyrektor CDKiA **Aleksandra Muzyczuk**. Po przedstawieniu na najmłodszych czekał św. Mikołaj, a kiermasz bożonarodzeniowy dopełnił klimatu spotkania.

OBROWIEC

■ **BEZPŁATNY ŻŁOBEK.** Prace remontowe związane z przebudową budynku po byłym przedszkolu w Obrowcu na żłobek dobiegły końca. W 2026 r. Żłobek Gminny „Nasze Skarby" ma zapewnić 30 miejsc dla dzieci od ukończenia 20. tygodnia życia do 3 lat. Dzięki programowi „Aktywny Maluch" 2022-2029 placówka ma być całkowicie bezpłatna, a dzieci otrzymają również bezpłatne, pełne wyżywienie. Dodatkowe plusy: przestronne sale, nowoczesne wyposażenie oraz indywidualne podejście i nauka przez zabawę. Informacje: tel. 577 222 485.

KRASNYSTAW

■ **DYKTANDO KRASZCZADZKIE.** Krasnostawski Dom Kultury organizuje 21 lutego o godz. 13 pierwsze Dyktando Kraszczadzkie dla młodzieży 16+ i dorosłych. Jury poprowadzi dr hab. **Marta Nowosad-Bakalarczyk**, prof. UMCS, a autorem tekstu jest **Zbigniew Dmitroca**. Zgłoszenia przyjmowane są do 10 lutego (do godz. 14). Na mistrzów ortografii czekają nagrody: 500, 300 i 200 zł.

■ **12 AKCJI POBORU KRWI.** Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Lublinie zaplanowało w Krasnymstawie 12 akcji poboru krwi. Odbędą się w galerii KDK przy ul. Okrzei 10: 19 lutego, 19 marca, 16 kwietnia, 21 maja, 11 czerwca, 16 lipca, 20 sierpnia, 17 września, 15 października, 19 listopada i 10 grudnia.

■ **W TELEFONIE.** Krasnystaw uruchomił cyfrowy audioprzewodnik w aplikacji Tripplay. Narzędzie ma ułatwiać zwiedzanie i poznawanie historii miasta, zarówno turystom na miejscu, jak i osobom, które chcą odkrywać Krasnystaw zdalnie. Aplikacja zawiera moduły opisujące ponad 40 atrakcji, proponuje gotowe trasy, pełni też funkcję newslettera z aktualnościami oraz kalendarzem wydarzeń. Użytkownicy znajdą w niej także praktyczne informacje (m.in. lokalizacje parkingów czy terminy odbioru odpadów) oraz moduł miejskich legend i opowieści.

■ **LOT „KRASZCZADY".** W Krasnymstawie powołano stowarzyszenie Lokalna Organizacja Turystyczna „Kraszczady". Jej celem będzie budowanie wspólnej marki turystycznej regionu. Prezesem został jednogłośnie wybrany **Daniel Miciuła**, burmistrz Krasnegostawu. W zarządzie zasiądą: **Katarzyna Kwiatosz**, **Monika Lepionko** oraz **Ewelina Mazur**. W skład komisji rewizyjnej weszli: **Wojciech Kowalczyk**, **Piotr Cichosz** i **Artur Sawa**.

TOMASZÓW LUBELSKI

■ **KONCERT KOLĘD.** Koncert kolęd i pastorałek „Kolędy – tradycja, która wciąż brzmi" odbył się w Państwowej Szkole Muzycznej I stopnia im. **A. Cwojdzińskiego**. Gośćmi byli m.in. **Henryk Karwan**, **Witold Pitura**, **Wiesław Cielica**, **Anna Kijko**, **Piotr Kielar** i **Grażyna Murjas**. Publiczność wysłuchała kolęd w wykonaniu uczniów, a starosta pogratulował młodym artystom i pedagogom.



CIĄG DALSZY NA STR. 8

Nauczyciel zamojskiej podstawówki skazany. W tle czyny o charakterze seksualnym wobec uczennicy

Nauczyciel skazany

Najpierw wyprowadzony ze szkoły przez policjantów, potem aresztowany, a teraz 57-letni nauczyciel jednej ze szkół podstawowych w Zamościu został skazany. Chodzi o czyny z katalogu przestępstw skierowanych przeciwko wolności seksualnej i obyczajności wobec uczennicy.

Sąd Rejonowy w Krasnymstawie, który orzekał w sprawie, 21 stycznia, skazał **Artura W.** na 2 lata i 8 miesięcy bezwzględnego więzienia. Wyrok nie jest prawomocny.



Artur W. został skazany na karę łączną 2 lat i 8 miesięcy pozbawienia wolności. Fot. pixabay.com

Zatrzymanie w czasie lekcji

O sprawie pisaliśmy jak pierwsi. Nauczyciel był oskarżony o niecne czyny wobec małoletniej uczennicy szkoły, w której uczył.

We wrześniu zeszłego roku – po trwającym kilka miesięcy śledztwie – sprawa trafiła do zamojskiego sądu. Ten wyłączył się z orzekania, ostatecznie proces karny przeciwko Arturowi W. toczył się w krasnostawskim Sądzie Rejonowym, który właśnie skazał nauczyciela na bezwzględne więzienie.

Do zatrzymania Artura W. doszło w połowie kwietnia zeszłego roku, w czasie trwania lekcji. Kilka dni później usłyszał zarzuty, a sąd – na wniosek prokuratury – zastosował wobec niego trzymiesięczny areszt tymczasowy, który potem przedłużył o kolejne miesiące.

Artur W. cieszył się opinią pedagoga zaangażowanego i lubianego przez uczniów.

Śledztwo i zarzuty

We wrześniu zeszłego roku zamojska Prokuratura Rejonowa skierowała do Sądu Rejonowego w Zamościu akt oskarżenia przeciwko nauczycielowi. Zarzucono mu popełnienie dwóch przestępstw z katalogu przestępstw przeciwko wolności seksualnej i obyczajności.

Artur W. był oskarżony o czyn z art. 200 par. 1 kk (seksualne wykorzystanie małoletniego), który mówi o tym, że „Kto obcuje płciowo z małoletnim poniżej lat 15 lub dopuszcza się wobec takiej osoby innej czynności seksualnej lub doprowadza ją do poddania się takim czynnościom albo do ich wykonania, podlega karze pozbawienia wolności od lat 2 do 15".

Jak informuje zamojska Prokuratura Okręgowa, w toku postępowania przygotowawczego przeprowadzono szereg czynności procesowych. Szczególne znaczenie miały ustalenia wynikające z badań zabezpieczonych nośników elektronicznych: 2 telefonów komórkowych, 3 laptopów i 7 innych nośników danych należących do nauczyciela.

Biegli z zakresu informatyki śledczej potwierdzili, że w urządzeniach znajdowały się wiadomości wymieniane z uczennicą, a część korespondencji została przez oskarżonego usunięta.

Śledczy przesłuchali małoletnią osobę pokrzywdzoną z udziałem biegłego psychologa, przesłuchali także wielu świadków, zabezpieczyli dane telekomunikacyjne oraz zapisy z monitoringu.

Z kolei z opinii psychiatrów, psychologa i seksuologa, którzy badali oskarżonego, wynika, że „jest on osobą poczytalną – nie cierpi na choroby psychiczne ani zaburzenia osobowości, a w czasie zarzucanych mu czynów miał pełną świadomość swojego postępowania".

Artur W. przyznał się

Przesłuchany w postępowaniu przygotowawczym podejrzany początkowo nie przyznał się do winy i skorzystał z prawa do odmowy składania wyjaśnień. Dopiero podczas kolejnego przesłuchania przyznał się do zarzucanych mu czynów, wyraził żal, krytycznie odniósł się do swojego zachowania oraz zadeklarował wolę zadośćuczynienia.

– Ze względu na charakter sprawy oraz dobro osoby pokrzywdzonej, a także wyłączenie jawności postępowania sądowego, prokuratura nie ujawnia dodatkowych informacji dotyczących szczegółowych ustaleń ani treści zarzutów – informuje **Rafał Kawalec**, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Zamościu.

Wyrok i środki karne

Po trwającym cztery miesiące procesie zapadł wyrok. Sąd Rejonowy w Krasnymstawie zmodyfikował kwalifikację prawną jednego z czynów. Z informacji uzyskanej od **Weroniki Miklewicz-Radzik**, prezesa krasnostawskiego Sądu Rejonowego, dowiadujemy się, że Artur W. został skazany na karę łączną 2 lat i 8 miesięcy pozbawienia wolności.

Sąd orzekł także zakaz zbliżania się do pokrzywdzonej i zakaz kontaktowania się z nią na okres 8 lat, a także dożywotni zakaz zajmowania wszelkich stanowisk, wykonywania wszelkich zawodów i działalności związanych z wychowywaniem, edukacją, leczeniem małoletnich i opieką nad nimi. Orzeczono również nawiązkę w wysokości 25 000 zł na rzecz pokrzywdzonej. Wyrok nie jest prawomocny.

Jadwiga Hereta

Zamość. Wtargnął za ladę, groził ekspedientce i żądał pieniędzy

Rozbójnik w areszcie

19-letni mieszkaniec Zamościa trafił do tymczasowego aresztu po tym, jak – grożąc pracownicy sklepu uszkodzeniem ciała – próbował dokonać rozboju. Do zdarzenia doszło 12 stycznia.

Młody mężczyzna wtargnął za ladę i grożąc 26-letniej ekspedientce, zażądał otworzenia kasetki z pieniędzmi. Doszło do przepychanki. Kobieta zaczęła wołać o pomoc znajdującą się na zapleczu właścicielkę sklepu, co spłoszyło napastnika. Uciekł, nie zabierając pieniędzy.

Policjanci przeanalizowali nagrania z monitoringu, zarówno ze sklepu, jak i z okolicznych ulic. Na ich podstawie odtworzyli trasę ucieczki sprawcy.

– Podczas ucieczki mężczyzna kilkukrotnie zmieniał ubranie, próbując zmylić policjantów i uniknąć identyfikacji – dodała rzeczniczka.

Dzięki intensywnej pracy operacyjnej, po kilku dniach kryminalni ustalili tożsamość podejrzanego i zatrzymali go. 19-latek usłyszał zarzut usiłowania rozboju. 23 stycznia Sąd Rejonowy w Zamościu przychylił się do wniosku śledczych i zastosował wobec niego tymczasowy areszt na okres trzech miesięcy.

Młodemu mężczyźnie grozi do 15 lat pozbawienia wolności.

her

eprasa.pl 3866f3208b

W naszym regionie znów zebraliśmy rekordową kwotę – ponad 800 tys. zł! A Orkiestra wciąż gra

WOŚP idzie na rekord

Blisko tysiąc wolontariuszy, setki kilogramów ciast, kotły grochówki i bigosu, tysiące darczyńców, niezliczona ilość pomysłów i mnóstwo radości. To była wyjątkowa niedziela (25.01), mimo mrozu i gołoledzi.



Podczas licytacji prowadzonej przez Jurka Owsiaka na antenie TVP, kurtka Sebastiana Sagana z Bełżca poszła za 2,3 tys. zł.

Kocioł grochówki, tysiąc gofrów i worek złota

– Zamość jest wspaniały w pomaganiu. Gra z WOŚP od pierwszej edycji. Z całego serca dziękuję wszystkim i za każdy grosik. Bo Orkiestra, to my wszyscy. Bez Was to by się nie udało! – mówił **Rafał Zwolak**, prezydent **Zamościa**, uroczyście rozpoczynając zamojskie granie, tuż po kolorowej paradzie muzykujących i śpiewających dzieci z Zamojskiej Szkoły Muzycznej Yamaha i MDK, które opanowały Galerię Twierdza.

Kwestowało 400 wolontariuszy w Zamościu, **Jarosławcu, Skierbieszowie, Orłowie Drewnianym, Szczebrzeszynie** i w **Żdanowie** (tu hałasowała cała gmina Zamość, wszystkie OSP i KGW). Zbiórka już przekroczyła 310 tys. zł i zanosi się na rekord.

Ponad 76 lat wynosiła różnica pomiędzy najmłodszym wolontariuszem – Zuzią (2,5 roku), a najstarszym – **Janem Cieplechowiczem**. Ten ostatni został zaproszony przez ks. **Kamila Wołyńskiego** do Kościoła Polskokatolickiego w Zamościu. Proboszcz przekazał do puszki tacę. Zamojskie Anioły rozkręciły imprezę w E.Leclerku. Tu do wielkiego worka zbierano „złoto", czyli 5, 2 i 1-groszówki – w sumie 43 kg!

Pierwsze datki przywiózł mecenas **Cezary Lipko**: zbieraną cały rok torbę forsy i stówkę od teściowej. Tutaj wystąpił też z koncertem zamojski artysta **Piotr Szymański**. Wzruszający koncert dały na skrzypeczkach małe Violinki z Akademii Rozwoju Talentu.

Nad zalewem łowili wędkarze, a Zamojskie Morsy wycięły przerębel w kształcie serca. Każdy mógł podjeść zupy ogórkowej (50-litrowy gar ugotowała Fundacja Labigua i Błonie-Punkt pomocy Osobom w Kryzysie Uchodźczym) czy sprobować gofrów pieczonych przez ekipę Zamojskich Zakładów Zbożowych (oczywiście, z Mąki Zamojskiej). Druhowie z OSP Płoskie karmili wszystkich gorącą i sytą grochówką, bigosem i chlebem ze smalcem.



Zamość.

Nad bezpieczeństwem zamojskiego grania czuwali policjanci z KMP.

Hrubieszów: „Maluch" i 5 tys. pierogów

Na liczniku po finałowej niedzieli w Hrubieszowie 92 547,05 zł. Najgłośniej było w sztabie w HDK, gdzie scena należała do hrubieszowskich zespołów.

Wciąż trwają licytacje. Najwięcej wylicytowano za fiacika 126 p. – co roku przekazuje go **Grzegorz Hunkiewicz**, właściciel firmy przewozowej Transway. Piękny czerwony maluch poszedł za 13,6 tys zł. Furorę robiły złote i srebrne serduszka, za które wpłacono 5,4 tys. zł. Seniorki z klubu „Złotego Wieku" ulepiły 5 tys. pierogów, a o ciasta zadbały: Hrubieszowska Rada Kobiet. „Złote Babki" z **Hostynnego** i „Babki z Rodzynkami" z **Werbkowic**.



Hrubieszów.



Krasnystaw.



Tarnogród.

Rekord i wyprawa z Wajrakiem

Rekord padł w **Zwierzyńcu** – zebrano 55 139,89 zł. Wielkim sukcesem zakończyła się aukcja znanego polskiego przyrodnika **Adama Wajraka**, który wystawił wyprawę na Roztocze w poszukiwaniu nor dzikiego chomika – najbardziej zagrożonego wyginięciem ssaka Europy. Wyprawa została wylicytowana na Allegro za 55 472 zł.

Aukcję „Zostań Burmistrzem Szczebrzeszyna na jeden dzień" wystawił natomiast **Rafał Kowalik**. Wygrał ją wójt sąsiedniej gminy Sułów **Piotr Kaliszewski** za 1/10 swojej trzynastki, tj. 1080 zł. Zostanie on jednodniowym burmistrzem Szczebrzeszyna 11 lutego.



Zwierzyniec.

W borówki z panią minister

W **Biłgoraju** – orkiestrowy sztab działał przy Biłgorajskim Centrum Kultury – po nocnym liczeniu okazało się, że licznik wskazuje 95 534,78 zł. Z licytacji gadżetów podczas koncertu charytatywnego na scenie BCK zebrano 22 748,32 zł.

Rekord wśród wolontariuszy należy do **Dariusza Palecznego**, organizatora orkiestrowej akcji Truck Day na autodromie, który zebrał 14 162,83 zł. Drugi rekord należy do uczennicy Szkoły Podstawowej nr 5 w Biłgoraju **Izabeli Karczewskiej**, która do swojej puszki zebrała 9 502,54 zł.



Zamość.

Trwają jeszcze biłgorajskie aukcje na Allegro. Dzień pracy w gospodarstwie (przy borówkach i w porzeczkach) wiceminister rolnictwa **Małgorzaty Gromadzkiej** kosztuje jak na razie 7,2 tys. zł (aukcja potrwa jeszcze 2 tygodnie).

Głośno orkiestra grała w **Tarnogrodzie**. Tam tylko Klub Kobiet Aktywnych zebrał 2201,43 zł.

Morsy, kurtka Sagana

W **Tomaszowie Lub**. sztabowi, działającemu przy MBP szefowała, jak co roku, **Elżbieta Dziuba**. Na miasto wyszło z puszkami 80 młodych wolontariuszy pod opieką dorosłych. Zebrali 65 433,19 zł. Biblioteka w tym roku grała z TDK, gdzie odbywały się koncerty i licytacje. Wystąpiły przedszkolaki, hip-hopowiec **Szymon Długosz**, Zespoły Trójka, Eden, Limited. Podczas licytacji – licytowano m.in. obrazy **R. Baraniaka**.

Imponujący WOŚP-owy koncert zorganizował sztab, działający przy Gminnej Bibliotece Publicznej w **Lubyczy Król**. (z podsztabem w **Ulhówku**, gdzie zebrano 5 370 zł). Wystąpiły m.in. solistki z Centrum Muzycznego Tryton, Kapela Lubycka, Zespół Kresowiacy oraz Skynova. Zebrano ponad 13 500 zł.

Sztab z **Tyszowiec** (15 wolontariuszy), działający w SCK – zebrał 7360,50 zł. Sztab w Gminnym Ośrodku Kultury w **Suścu**, który zorganizował m.in. koncert oraz cykl rozgrywek sportowych – zebrał 14 345,38 zł. Grał również sztab w GOK w **Bełżcu** – kwestowało 7 wolontariuszy, zebrano blisko 9 tys. zł.

Podczas transmisji głównej licytacji z udziałem **Jurka Owsiaka**, na antenie TVP – za 2,3 tys. zł wylicytowano ręcznie malowaną kurtkę **Sebastiana Sagana** z Bełżca (SAGAN, ten od kurtek). To kolejny rok, gdy ta kurtka wróciła na licytację – zarobiła już dla WOŚP kilka tys. zł.

W Krasnymstawie dzieciaki i nastolatki przygotowały prezentacje artystyczne na scenie KDK, seniorzy z Klubu Seniora zadbali, by żadem wolontariusz nie chodził głodny, a przedstawiciele PCK upiekli pyszne ciasta. Krasnostawski sztab WOŚP zebrał 78 930,83 zł. To suma bez uwzględnienia eskarbonek i licytacji na Allegro, które wciąż trwają.

Dla Orkiestry na zalewie w Tuligłowach morsowali także, jak co roku – członkowie Klubu Morsów Krasnostawskie Karpie, którzy zebrali 895 zł.

(ar), her, mm

Więcej o tym, co działo się w sztabach w regionie – znajdziecie na www.tygodnikzamojski.pl



Tomaszów Lub.

eprasa.pl 3866f3208b

TYDZIEŃ W REGIONIE

CIĄG DALSZY ZE STR. 6

■ **NOWA PORADNIA ORTOPEDYCZNA.** W Samodzielnym Publicznym Zespole Opieki Zdrowotnej w Tomaszowie Lubelskim działa Poradnia Ortopedii i Traumatologii Narządu Ruchu przy ul. Petera 1. Przyjęcia: wtorek 13-18, środa 11-18. Rejestracja: 84 664 36 66 lub 84 664 44 11 wew. 227.

■ **POWIATOWA RADA RYNKU PRACY.** W Starostwie Powiatowym w Tomaszowie Lub. odbyło się pierwsze posiedzenie Powiatowej Rady Rynku Pracy. Akty powołania wręczył **Henryk Karwan**. W radzie znaleźli się m.in. **Ryszarda Garbula, Władysław Pietruch, Dariusz Skroban, Tomasz Skreczko, Wioletta Werigo, Tomasz Osiecki, Lesław Kapka, Paweł Kudełka, Jolanta Aniela Niedźwiedzka, Wioletta Kozyra, Regina Kęczkowska, Robert Bondyra, Piotr Pasieczny** i **Dariusz Kozłowski.**

■ **WIECZÓR KOLĘD W MUZEUM.** 31 stycznia o godz. 16 w Muzeum Regionalnym im. dra Janusza Petera w Tomaszowie Lub. odbędzie się Wieczór Kolęd. Przed publicznością wystąpi zespół Fermata z **Telatyna**, prezentując kolędy i pastorałki w tradycyjnych aranżacjach. Koncert zaplanowano w siedzibie muzeum przy ul. Wyspiańskiego 8a.

ULHÓWEK ■ **KLUB SZACHOWY DLA DZIECI.** Centrum Kultury w Ulhówku uruchamia bezpłatne zajęcia w klubie szachowym dla uczniów szkół podstawowych. Spotkania odbywają się w drugi wtorek każdego miesiąca. Dla dzieci z klas I-III przewidziano godziny 12.45-14.45, a dla uczniów klas IV -VIII 15-17. Zajęcia odbywają się w sali Valentino. Obowiązują wcześniejsze zapisy, a szczegółowe informacje można uzyskać pod numerem 887 739 291.

■ **SZUKAJĄ DOMU DLA PSA.** Gmina ponawia apel o adopcję przyjaznego psa, który wkrótce zostanie zaszczepiony. Kontakt w sprawie adopcji: 514 994 872.

TARNAWATKA ■ **PIERWSZE MIEJSCE DLA**



DZIEWCZĄT. Drużyna dziewcząt ze Szkoły Podstawowej w Tarnawatce zajęła I miejsce w Lubelsko-Podkarpackim Halowym Turnieju Piłki Nożnej, który rozegrano w hali Zespołu Szkół nr 2 (Ekonomik) w Tomaszowie Lub. Zawody rozegrano systemem „każdy z każdym". Drużyna z Tarnawatki wygrała z SP Wierzbą 5:1, zremisowała z SP Krzemień 0:0 oraz pokonała SP Oleszyce 6:0, sięgając po końcowe zwycięstwo. Królową strzelczyń turnieju została **Izabela Kaznowska**, autorka pięciu bramek. Zespół wystąpił pod opieką **Mariusza Litwińczuka**, a puchary i medale wręczył **Wojciech Suchowicz**, koordynator wojewódzki LZS w **Lublinie**.

ZAMOŚĆ

■ **STRAŻACY ZAGRALI Z WOŚP.** W niedzielę 25 stycznia zamojscy strażacy włączyli się w finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. W Zamościu przed marketem E.Leclerk pokazali ratownictwo techniczne, czyli techniki dotarcia i wydobycia poszkodowanego z rozbitego samochodu z użyciem narzędzi hydraulicznych. Przeprowadzili też szkolenia w **Zwierzyńcu** z udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

■ **FERIE NA LODOWISKU OSiR.** Kto spędza ferie zimowe w Zamościu i szuka pomysłu na aktywne popołudnie, może wybrać lodowisko OSiR przy ul. Królowej Jadwigi 8. Obiekt jest czynny: od poniedziałku do piątku w godz. 8-21, a w soboty i niedziel w godz. 9-21.

■ **DO SAMORZĄDU UCZNIOWSKIEGO.** W III LO w Zamościu odbyły się wybory na przewodniczącego samorządu uczniowskiego. Najwięcej głosów zdobył **Jakub Ćwik** i objął funkcję przewodniczącego. W nowym zarządzie samorządu znaleźli się również: **Natalia Kułaj**, **Igor Korol**, **Erwin Rudnicki** oraz **Wiktor Pryjma**.

■ **SZUKAJĄ PREZESA ZUK.** PGK Sp. z o.o. w Zamościu ogłosiło postępowanie kwalifikacyjne na stanowisko prezesa Zakładu Usług Komunalnych Sp. z o.o. Dokumenty można składać do 30 stycznia do godz. 12 w siedzibie PGK przy ul. Kruczej 10 lub pocztą (w zamkniętej kopercie z dopiskiem o postępowaniu).

■ **KONSULTACJE PROGRAMU OCHRONY ŚRODOWISKA.** Prezydent miasta udostępnił do konsultacji projekt „Programu Ochrony Środowiska dla powiatu grodzkiego Zamość na lata 2026-2030 z perspektywą do roku 2035". Z dokumentami można zapoznać się w UM Zamość (ul. Partyzantów 10, pok. 119) po umówieniu telefonicznym: 84 677 24 38 lub 84 677 24 31, oraz w BIP.

CIĄG DALSZY NA STR. 10

Sąd zdecydował: 26 lat więzienia dla biznesmena z Biłgoraja za brutalne zabójstwo żony

Zadał żonie 60 ciosów

Sąd Okręgowy w **Zamościu** uznał 58-letniego przedsiębiorcę z Biłgoraja za winnego zabójstwa oraz sprowadzenia bezpośredniego niebezpieczeństwa katastrofy budowlanej. Skazał go na karę łączną 26 lat pozbawienia wolności.

Dramat rozegrał się 3 lipca 2024 r. Ciało 57-letniej **Anny H**. odnalazła jej córka, która zaniepokojona brakiem kontaktu z matką, razem z mężem wybrała się do domu rodzinnego. Po przyjeździe przez okno dostrzegli ślady krwi. Natychmiast wezwali policję. Mundurowi, żeby wejść do środka, musieli wyważyć drzwi. W piwnicy znaleźli zwłoki kobiety.

W łazience leżał ciężko ranny **Wiesław H**. Obok niego znajdowały się ślady benzyny. Zawór gazu w mieszkaniu był odkręcony, a instalacja elektryczna – uszkodzona.

Według ustaleń śledczych, Wiesław H. zadał Annie H. co najmniej 60 ciosów ostrym i ostro zakończonym narzędziem. Ciosy wymierzał w okolice szyi, tułowia, rąk, nóg. Jedna z ran szyi przebiła tchawicę. Ciosy w klatkę piersiową spowodowały uszkodzenia mostka, żeber, serca, płuc, aorty, worka osierdziowego. Kobieta zmarła w wyniku masywnego krwotoku zewnętrznego i wewnętrznego.

Z ustaleń biegłych wynika, że mężczyzna rozlał w piwnicy benzynę i odkręcił gaz, tworząc atmosferę wybuchową, która mogła doprowadzić do eksplozji, pożaru lub zawalenia budynku mieszkalno-usługowego.

W opinii prokuratury, działanie to stwarzało realne zagrożenie dla życia wielu osób i mienia w wielkich rozmiarach.

Po próbie samobójczej, Wiesław H., w stanie ciężkim, trafił do szpitala w **Lublinie**. Wprowadzono go w śpiączkę farmakologiczną. Od początku był pilnowany przez policję.

Po wybudzeniu ze śpiączki, usłyszał zarzuty. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Biłgoraju, Sąd Rejonowy zastosował wobec niego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania.



Dramat rozegrał się 3 lipca 2024 r. w domu rodzinnym Anny i Wiesława H. **Fot. Policja**

Nie pamiętał

W toku postępowania Wiesław H. nie przyznał się do winy. Złożył natomiast wyjaśnienia, w których wskazywał na trwający od dłuższego czasu konflikt z byłą żoną o podłożu majątkowym i obyczajowym. Twierdził jednak, że samego zdarzenia nie pamięta.

Co do zagrożenia wybuchem – sugerował, że mogła to być usterka techniczna pieca; później odmówił dalszego składania wyjaśnień.

Biegli psychiatrzy i psycholog ocenili, że w chwili popełnienia czynów miał zachowaną zdolność rozpoznania znaczenia swojego postępowania, jednak jego zdolność do pokierowania własnym zachowaniem – była w znacznym stopniu ograniczona. W związku z tym jego poczytalność została oceniona jako częściowa – ale wystarczająca do poniesienia odpowiedzialności karnej.

Wpływowi, zamożni

Wiesław H. i jego była żona przez lata uchodzili za wpływową i zamożną parę. Prowadzili kilka sklepów, stadninę koni.

Ich małżeństwo zakończyło się rozwodem. Mimo rozstania, w chwili tragedii mieszkali ponownie pod jednym dachem – w tej samej kamienicy prowadzili działalność gospodarczą.

Po zakończeniu śledztwa, 13 czerwca 2025 r. Prokuratura Okręgowa w Zamościu skierowała do sądu akt oskarżenia. Wiesław H. Stanął przed Sądem Okręgowym w Zamościu, odpowiadając za zabójstwo z art. 148 §1 kodeksu karnego oraz za sprowadzenie bezpośredniego niebezpieczeństwa katastrofy z art. 164 §1 k.k. Groziło mu nawet dożywocie.

Ostatecznie stan psychiczny mężczyzny stał się jednym z powodów, dla których sąd – mimo wniosków oskarżycieli posiłkowych – nie zakwalifikował czynu jako zabójstwa ze szczególnym okrucieństwem. Wiesław H. Został skazany na 26 lat więzienia, został też zobowiązany do zapłaty po 100 tys. zł zadośćuczynienia dla czworga najbliższych członków rodziny zmarłej.

Wyrok nie jest prawomocny.

mm

Strażacy ćwiczyli ratowanie ludzi i zwierząt nad zalewem w Nieliszu

Pułapka na lodzie

Na zamarznięty zalew w Nieliszu wszedł mężczyzna. Gdy był już w sporej odległości od brzegu, załamał się pod nim lód. Wpadł do wody i uczepiony lodowej tafli, wzywał pomocy. Taki był scenariusz ćwiczeń strażaków z Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej w **Szczebrzeszynie**, które odbyły się w środę i czwartek, 21 i 22 stycznia.

– Wchodząc na lód, zawsze ryzykujemy życiem. Spacery po zamarzniętych akwenach zawsze wiążą się z ogromnym ryzykiem. Lód bywa zdradliwy, a nawet przy dużym mrozie może nie mieć wystarczającej grubości. Przestrogą pozostaje zdarzenie z 25 grudnia 2022 roku, kiedy na zalewie w **Krasnobrodzie** pod mężczyzną załamał się lód. Tylko dzięki sprawnej akcji ratunkowej udało się go uratować – przypomina **Marcin Żulewski**, oficer prasowy Komendy Miejskiej PSP w **Zamościu**.



Ćwiczenia odbywały się nad zalewem w Nieliszu.

Strażacy przypominają także, jak zachować się, gdy jesteśmy świadkami takiego wypadku.

– W pierwszej kolejności należy powiadomić służby ratownicze, a następnie, nie wchodząc na lód, spróbować pomóc z bezpiecznej odległości, podając poszkodowanemu długi szalik, gałąź czy sanki. Po wyciągnięciu z wody ważne jest, by w miarę możliwości zdjąć mokre ubranie, okryć osobę czymś ciepłym i stale monitorować jej stan do czasu przyjazdu ratowników, rozpoczynając resuscytację krążeniowo-oddechową, jeśli zajdzie taka potrzeba – dodaje Marcin Żulewski.

her

eprasa.pl 3866f3208b

Zbiórki pieniędzy na modlitwy za dusze konających grzeszników i kapłanów, a także własne interpretacje wątków związanych z wiarą – tak działa jedna z facebookowych stron założonych przez mieszkańca naszego regionu

Kościół ostrzega wiernych

208 tys. – tylu członków i członkiń liczy facebookowa grupa „Zdrowaś Maryjo łaski pełna”. Nieco ponad 6 lat temu założył ją mieszkaniec naszego regionu. Kuria Diecezjalna w **Zamościu** właśnie ostrzegła: ta inicjatywa nie ma aprobaty ani mandatu Kościoła, nie została zatwierdzona przez biskupa, nie działa w ramach struktur Kościoła katolickiego.

Wydział Duszpasterstwa Ogólnego Kurii Diecezjalnej w Zamościu komunikat, dotyczący działalności grupy, prowadzonej w Internecie pod nazwą „Zdrowaś Maryjo łaski pełna”, opublikował 20 stycznia. Dokument powstał w odpowiedzi na liczne zapytania wiernych. Część z nich była zaniepokojona umieszczanymi w tej grupie treściami; inni – po prostu szukali potwierdzenia wiarygodności tej inicjatywy.

Bez zgody biskupa

Z oświadczenia wynika, że osoba prowadząca tę inicjatywę zamieszkuje na terenie diecezji zamojsko-lubaczowskiej – jednak jej działania nie mają żadnego oficjalnego powiązania z Kościołem instytucjonalnym.

– Projekt nie ma aprobaty ani mandatu biskupa diecezjalnego. Funkcjonuje całkowicie poza strukturami Kościoła katolickiego. Jest to prywatne przedsięwzięcie osoby świeckiej, bez nadzoru diecezji – podkreśla w oświadczeniu ks. **Piotr Spyra**, dyrektor Wydziału Duszpasterstwa Ogólnego.

W trosce o bezpieczeństwo duchowe wiernych – przedstawiciele kurii przypominają, że właściwymi miejscami dla pogłębiania wiary są parafie oraz wspólnoty i ruchy oficjalnie zatwierdzone przez władze kościelne, które działają „w jedności z biskupem i prezbiterium diecezji”.

Pobożne modlitwy i zdjęcia z AI

Pierwsze, co rzuca się w oczy na grupie, to zdjęcia: jest ich mnóstwo i można podejrzewać, że zostały wykreowane za pomocą sztucznej inteligencji albo przerobione cyfrowo w inny sposób. Są tam wizerunki Maryi, Jezusa, a także różne kompilacje, przedstawiające np. dusze w czyśćcu cierpiące, zapłakane osoby, szczęśliwych małżonków, osoby w koloratkach, strojach zakonnych – stosownie do tematu wpisu.

Postaci są odrealnione, wyidealizowane, a wpisy – bardzo długie, „uduchowione”. I jest ich mnóstwo: ktoś, kto administruje stroną wrzuca bardzo duże ilości treści dziennie. To m.in. fragmenty Pisma św., wokół których snuje swoje dywagacje, długie modlitwy na różne okazje, współczesne historie, wykreowane na kształt biblijnych przypowieści, własne „wyjaśnienia” wątków związanych z wiarą, itd.

Wiele z tych postów zdaje się naśladować kazania. Zdania są długie, wielokrotnie złożone, tok narracji konsekwentny, trudno znaleźć jakiekolwiek błędy czy potknięcia językowe, stylistyczne – przez co niektóre z tych treści także można by było wziąć za wytwór sztucznej inteligencji (choć nim, oczywiście, wcale być nie muszą).



„Zwolennicy ruchu przekonywali, że zbliża się „koniec czasów”, że Kościół pobłądził, ale także m.in., że szczepionki to wymysł szatana, natomiast Matka Boska nakazała sprzeciwić się sieci 5G. Głównym narzędziem rozpowszechniania „nauczania” – stał się Internet.

Powagę wpisów zakłócają nieco facebookowe emotki powstawiane między treści: serduszka, symbol złożonych do modlitwy rąk, kwiatki, ogień, ramię przedstawione w geście atlety i inne.

Sakrament wyleczy depresję?

Autor wpisów na grupie wypowiada się sposób dość autorytarny. Nie pisze: moim zdaniem, jak to rozumiem tak, że… Występuje z pozycji autorytetu, nauczyciela, wyjaśniającego kwestie religijne, duchowe, ale też praktyczne, związane z praktykowaniem religii.

Nie nam oceniać prezentowane przez niego treści teologiczne (choć i teologom pewnie nie byłoby łatwo je dokładnie przeanalizować – ze względu na ogromną ilość publikowanych treści). Nawet laika jednak niepokoić mogą niektóre wpisy.

Na przykład ten: „wiele osób twierdzi, że ich umierający bliscy widzą zmarłych krewnych – czasami nawet z nimi rozmawiają. Choć nie wszystkie te wizje mają charakter demoniczny, należy zachować ostrożność. Według świętych i egzorcystów demony mogą przebierać się za znajome dusze, aby oszukać i przestraszyć umierających. Dlaczego? W chwili śmierci często otwierają się nadprzyrodzone zmysły człowieka (naturalne zdolności duszy wykraczające poza ciało), podobnie jak u niemowląt lub osób w zmienionych stanach świadomości, co czyni go podatnym na wpływ bytów duchowych”.

Albo ten o depresji – ciężkiej przecież chorobie, którą bezwzględnie należy leczyć. Tymczasem, wg autora – „pierwszy krok do uzdrowienia nie zaczyna się od psychologii. Zaczyna się od sakramentu”.

Wpłać na zbiórkę, postaw wirtualną kawę

Uwagę zwraca także litania próśb o pieniądze. Na koniec wpisów na różne tematy okołoreligijne, duchowe – „doklejany” jest stały zestaw próśb o wsparcie i linki do internetowych zbiórek na modlitwy za:

„Chcieliśmy porozmawiać z administratorem grupy, jednak nie odpowiedział na naszą wiadomość. Proszony o rozmowę ponownie, przez pośrednika – przekazał, że sprawy nie będzie komentować, a decyzję kurii – obejmuje modlitwą.

dusze w czyśćcu cierpiące, dusze konających grzeszników, za kapłanów i grzeszników w Polsce, na dzieło św Filomeny. Przy każdej prośbie jest emotka złożonych w modlitwie rąk oraz link do zrzutki. Aktualnie prowadzone zrzutki za cel mają łączą kwotę prawie 110 tys. zł; do 22 stycznia – wpłacono na nie w sumie ok. 6 tys. zł.

W opisach zbiórek podano, że pieniądze są na wsparcie modlitewne wymienionych celów, w tym na msze św. „w kościołach w Polsce”. Jednak jakie to konkretnie modlitwy, wymagające wpłat czy o msze św. w których kościołach chodzi – z opisu zbiórek się nie dowiemy.

Owa lista linków do zrzutek – kończy się jeszcze jedną prośbą: żeby postawić autorowi (wymienionemu z imienia) wirtualną kawę – dołączony jest stosowny link do płatności. Prośba jest też opatrzona zdaniem, które zdecydowanie odbiega od stylu uduchowionych postów: „mały gest, a naprawdę cieszy”.

Chcieliśmy porozmawiać z administratorem grupy, jednak nie odpowiedział na naszą wiadomość. Proszony o rozmowę ponownie, przez pośrednika – przekazał, że sprawy nie będzie komentować, a decyzję kurii – obejmuje modlitwą.

Jego strona działa nadal – a w ciągu trzech dni od opublikowania stanowiska kurii – przybyło jej kilkuset członków.

Biskup zakazał

W 2004 r. podobny problem z prywatnymi osobami, które zaczęły nauczać „swoich” prawd wiary, pojawił się w **Tomaszowie Lub**. Wtedy jednak interwencja biskupa była zdecydowanie ostrzejsza, niż w przypadku grupy modlitewnej „Zdrowaś Maryjo łaski pewna”.

Wiosną 2024 r. pisaliśmy o tym w TZ: bp **Marian Rojek** – specjalnym dekretem – zakazał na terenie naszej diecezji działalności Domów Modlitwy św. Jana Pawła II oraz Królestwa Dwóch Serc Jezusa i Maryi. Wspólnoty ewidentnie bowiem propagowały treści sprzeczne z nauczaniem Kościoła.

Centrum tego ruchu okazała się kobieta, uważana przez niektórych za mistyczkę – nazywaną **Alicją Michaliną** od Apokalipsy. A podstawą „nauczania” tych wspólnot stały się jej rzekome prywatne objawienia, których doznać miała m.in. przed laty w **Rzymie**. Kobietą miał rzekomo kierować **Jan Paweł II**, który miał polecił jej założenie po minimum 100 domów swojego imienia w każdej diecezji.

W działalność grup – zapewne w dobrej wierze – zaangażowało się sporo pobożnych osób – w tym z Tomaszowa Lub. Tymczasem to, w czym uczestniczyli, zdecydowanie rozmijało się z nauczaniem Kościoła. Zwolennicy pseudomistyczki wierzyli np. w odnowę Kościoła przez „skąpanie we krwi”, a moc odwrócenia tego miały mieć specjalne modlitwy i obrzędy w ramach Domów Modlitwy JP II. Stworzyli miks wierzeń i rytuałów, opartych na strachu przed zagładą, apokalipsą – oferujący jednocześnie „ratunek” w postaci nie tylko modlitw, ale też różnych „magicznych” przedmiotów. Na przykład remedium na skutki wojny jądrowej, która, wg członków ruchu – z pewnością miał nadejść – miały być specjalny olej i obraz.

Zwolennicy ruchu przekonywali, że zbliża się „koniec czasów”, że Kościół pobłądził, ale także m.in., że szczepionki to wymysł szatana, natomiast Matka Boska nakazała sprzeciwić się sieci 5G. Głównym narzędziem rozpowszechniania „nauczania” – stał się Internet.

W sieci podobnych grup, z okołoreligijnymi treściami, często wykorzystujących różne techniki psychomanipulacji – jest mnóstwo. Przyciągają zwłaszcza osoby pobożne, religijne, zaangażowane w krzewienie wiary czy np. głęboko wrażliwe, dotknięte jakimś cierpieniem i poszukujące wsparcia, zrozumienia. Problem w tym, że osoby te często nie dysponują wiedzą teologiczną wystarczającą do tego, by odróżnić prawdy wiary od rozmaitych indywidualnych interpretacji.

mm, fot. pixabay.com

WWW Czekamy na Państwa komentarz www.tygodnikzamojski.pl

eprasa.pl 3866f3208b

TYDZIEŃ W REGIONIE

CIĄG DALSZY ZE STR. 8

■ **INTROWERTYK.** Zamojski Dom Kultury zaprasza na występ **Igora Kwiatkowskiego** z jego trzecim solowym programem „Introwertyk”. Występ odbędzie się 26 kwietnia o godz. 19 w sali widowiskowej ZDK. Bilety kosztują 160 zł i są już dostępne w kasie ZDK przy ul. Partyzantów 13 oraz online.

■ **SUKCES FRYZJEREK.** ZDZ Zamość wzięło udział w



Ogólnopolskim Konkursie Fryzjerskim w **Radzyniu Podlaskim**, organizowanym pod honorowym patronatem Ministra Edukacji. W rywalizacji szkołę reprezentowała **Wiktoria Kozak** z klasy III b, a modelką była **Nikola Torba** (również klasa III b). Uczennice pracowały pod okiem **Beaty Margol**. Zespół zajął drugie miejsce.

■ **KONKURS OFERT W POWIECIE.** Zarząd Powiatu w Zamościu ogłosił otwarty konkurs ofert na wsparcie zadań publicznych realizowanych od 1 marca do 30 listopada 2026 r. Oferty można składać do 29 stycznia do godz. 15.30 w BOI Starostwa Powiatowego w Zamościu (ul. Przemysłowa 4) lub pocztą.

■ **NOWY SPRZĘT.** I LO w Zamościu zostało doposażone w nowoczesny sprzęt komputerowy w ramach projektu C15G „Nowe komputery przenośne oraz tablety do dyspozycji uczniów”. Do szkoły trafiło 85 laptopów, 25 Chromebooków oraz 51 tabletów, które mają być wykorzystywane w codziennej pracy dydaktycznej. Projekt realizowany jest w ramach Krajowego Planu Odbudowy.

■ **MIANOWANI.** W Urzędzie Miasta Zamość odbyło się uroczyste wręczenie aktów nominacji na stopień nauczyciela mianowanego. Dokumenty z rąk władz miasta odebrali: **Natalia Katarzyna Kraczek, Malwina Izabela Krzaczkowska** oraz **Jacek Marek Osuch**, którzy pomyślnie zakończyli postępowanie egzaminacyjne.

■ **CZYSTE POWIETRZE.** Gminny Punkt Konsultacyjno-Informacyjny przy UG Zamość zaprasza osoby zainteresowane programem „Czyste Powietrze”. W ramach projektu można wymienić stary piec („kopciuch”) na bardziej ekologiczne źródła ciepła (pompy ciepła, kocioł pelletowy, kocioł zgazowujący drewno), dokonać termomodernizacji budynków (ocieplenie ścian, wymiana okien i drzwi, izolacja poddasza). Punkt oferuje pomoc w przygotowaniu dokumentów i rozliczeniu inwestycji.

BIAŁOWOLA ■ **MZK WYDŁUŻYŁ TRASĘ.** Miejski Zakład Komunikacji Sp. z o.o. wprowadził zmiany w rozkładach jazdy linii nr 9, 14 oraz 42. Zmiany dotyczą wydłużenia tras do miejscowości Białowola (skrzyżowanie Zalesie). Linia 42: odjazdy z Białowoli o 6.12, 6.58, 8.28, 14.09, 15.41 (wszystkie kursy linii 42 z Zamościa dojeżdżają do Białowoli). Linia 14: odjazd z Białowoli o 17.45, a z ul. Zamoyskiego o 17.07. Linia 9: odjazd z ul. Partyzantów (Brama Lwowska) o 6.37 – kurs do Białowoli.

CZEŚNIKI ■ **SPOTKANIE OPŁATKOWE STRAŻAKÓW.** 24 stycznia w hali sportowej przy SP w Cześnikach odbyła się uroczystość szkoleniowa i opłatkowa strażaków OSP i PSP z powiatu zamojskiego. Gości powitali **Stanisław Grześko** i bryg. **Przemysław Ilczuk**. Modlitwę poprowadzili bp **Mariusz Leszczyński** oraz ks. dr **Sławomir Korona**. Uroczystość uświetnił koncert chóru „Wołyń” i jasełka przygotowane przez dzieci.

ŁABUNIE ■ **ZMIANA NUMERU RACHUNKU.** W związku ze zmianą banku obsługującego budżet gminy Łabunie, zmienił się numer rachunku bankowego gminy. Rachunek prowadzony jest w Santander Bank Polska S.A.: 70 1090 2590 0000 0001 6481 1049.

ZWIERZYNIEC ■ **STAW I STADION.** Dochody gminy Zwierzyniec w tym roku wyniosą prawie 52 mln zł, wydatki 58,9 mln zł, w tym 15,5 mln zł na inwestycje. Największe zadania to przebudowa dróg gminnych (4,3 mln zł) oraz inwestycje wspólne z Powiatem Zamojskim (ponad 2 mln zł). Około 4 mln zł zaplanowano na zagospodarowanie stawu kościelnego na cele turystyczne, a ponad 1 mln zł na modernizację sieci wodociągowej. Miasto chce również dokończyć rozbudowę stadionu (3,6 mln zł, z dużym udziałem dotacji z „Polskiego Ładu”). W budżecie znalazły się także środki dla parafii (1,6 mln zł na dokończenie remontu „Kościoła na wodzie”) oraz dla OSP **Kosobudy** (800 tys. zł na zakup samochodu ratowniczo-gaśniczego).

Przygotowała red. Jadwiga Hereta – tel. 607 566 887.

W tym tygodniu dyżur pełni red. Małgorzata Mazur – tel. 500 037 512.

ZUS zasypany. Wpłynęło prawie 180 tys. wniosków o wydanie zaświadczeń „stażowych”

Dłuższy urlop, wyższa nagroda

Od tego roku do stażu pracy można zaliczać nie tylko okresy pracy na umowach o pracę, ale też prowadzenia działalności gospodarczej i współpracy przy niej, pracy na umowie-zleceniu, umowie agencyjnej lub innej umowie o świadczenie usług, a także członkostwa w spółdzielni rolniczej. Do stażu



Do stażu będzie można też doliczyć pracę zarobkową za granicą wykonywaną na innej podstawie niż stosunek pracy. **Fot. pixabay.com**

będzie można też doliczyć pracę zarobkową za granicą wykonywaną na innej podstawie niż stosunek pracy.

Co można zyskać? Wiele uprawnień pracowniczych, takich jak: szybsze przejście na 26 dni urlopu wypoczynkowego (należnego osiągnięciu 10 lat stażu), dłuższy okres wypowiedzenia pracy, wyższą odprawę, dodatki stażowe i nagrody jubileuszowe (szczególnie w wielu jednostkach publicznych i branżach, gdzie takie świadczenia są powiązane ze stażem pracy), a także „urealnienie” przebiegu pracy – są bowiem osoby, które latami pracowały poza etatem.

Nowe zasady liczenia stażu wchodzą w dwóch terminach dla różnych pracodawców: od 1 stycznia dla osób obecnie pracujących w sektorze finansów publicznych (urzędy samorządowe, szkoły i przedszkola, część instytucji państwowych i samorządowych) oraz od 1 maja 2026 r. – dla osób pracujących w firmach prywatnych .

Część z tych „nowych” okresów zatrudnienia potwierdzają zaświadczenia od Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. W związku z tym instytucja została zasypana wnioskami o ich wydanie.

– ZUS potwierdzi w zaświadczeniu tylko te dane, które ma w swojej bazie. Nie będzie mieć informacji o pracy za granicą ani na przykład o nieoskładkowanej umowie-zlecenia ze studentem lub uczniem. Takie okresy można potwierdzić u pracodawcy innymi dokumentami – precyzuje **Małgorzata Korba**, rzecznik ZUS w woj. lubelskim.

Żeby otrzymać zaświadczenie z ZUS, trzeba złożyć wniosek. Gdy chodzi o okresy od 1 stycznia 1999 roku, jest to nowy wniosek USP („Wniosek o wydanie zaświadczenia o ubezpieczeniu dla celów doliczenia okresów do stażu pracy”). Można go złożyć elektronicznie od 1 stycznia przez portal eZUS.

Po zalogowaniu do swojego konta, w panelu ubezpieczonego, wybieramy z menu po lewej stronie „Usługi”. Następnie w wyszukiwarce wpisujemy nazwę wniosku – USP – i przechodzimy do jego wypełniania. Formularz zawiera już dane wnioskodawcy, wczytują się automatycznie z systemu. W dalszej części formularza klient może zaznaczyć, że chce by ZUS potwierdził całość okresów od 1999 roku albo wybrać, których okresów ma dotyczyć zaświadczenie. Wypełniony wniosek trzeba podpisać i wysłać. Gotowe zaświadczenie pojawi się w eZUS co do zasady w terminie 7 dni.

Jeśli ktoś potrzebuje zaświadczenia o dawniejszych okresach ubezpieczenia, sprzed 1999 r., to musi skorzystać z dotychczasowego wniosku US-7, dostępnego w wersji papierowej lub elektronicznej.

– Nowe przepisy nie dotyczą stażu ubezpieczeniowego, który ZUS bierze pod uwagę przy przyznawaniu i obliczaniu świadczeń. To znaczy, że nie mają wpływu na prawo do emerytury czy renty, nie mają też wpływu na wysokość świadczeń z ZUS – podkreśla Małgorzata Korba.

Staż ubezpieczeniowy i staż pracy to dwie różne kategorie. Zmiany w prawie od 1 stycznia 2026 roku obejmują tylko staż pracy, który oblicza pracodawca. **(ar)**

Na podwyżki czeka w regionie 3,5 tys. „czerwcowych emerytów”. Dyżur ekspercki ZUS w Biłgoraju

Czerwcowym się należy

Do końca marca Zakład Ubezpieczeń Społecznych przeliczy tzw. czerwcowe emerytury. Wiele osób może więc liczyć na podwyżkę świadczenia. Biłgorajski ZUS organizuje dyżur telefoniczny na ten temat.

Problem „czerwcowych emerytur” polegał na tym, że osoby przechodzące na emeryturę w czerwcu (w latach 2009-2019) często miały zaniżone świadczenie w porównaniu z osobami o podobnych składkach i stażu, które złożyły wniosek np. w kwietniu lub maju. Wynikało to z niekorzystnego sposobu waloryzacji składek (kapitału) w momencie ustalania emerytury.

Od 1 stycznia 2026 r. obowiązują przepisy, na mocy których



Każdy uprawniony do podwyżki otrzyma decyzję z nową wysokością świadczenia. **Fot. pixabay.com**

ZUS ma automatycznie (bez wniosku) przeliczyć emerytury czerwcowe z lat 2009-2019 oraz część rent rodzinnych po takich osobach. Przy ponownym wyliczeniu ZUS ma zastosować waloryzację tak jak przy ustalaniu emerytury w maju danego roku, jeśli to korzystniejsze. Jeśli po przeliczeniu wyszłoby mniej – świadczenie zostaje bez zmian.

ZUS ma zakończyć sprawy najpóźniej do 31 marca 2026 r. i przepisy nie przewidują wyrównania za okres przed 1 stycznia 2026 r.

W Oddziale ZUS w **Biłgoraju** zmiana dotyczy około 3,5 tys. osób. Instytucja sfinalizuje przeliczenia z końcem marca. Każdy uprawniony do podwyżki otrzyma decyzję z nową wysokością świadczenia. Już teraz można zapytać o zasady tych przeliczeń podczas dyżuru telefonicznego. Biłgorajski ZUS organizuje go 29 stycznia w godz. 10-12. Ekspert będzie wtedy czekał na telefony pod numerem 84 688 12 81. **(ar)**

eprasa.pl 3866f3208b

Jeśli ktoś nie może się stawić, powinien o tym uprzedzić i się usprawiedliwić. Inaczej może go doprowadzić policja

Wojsko wzywa

Od 2 lutego do 30 kwietnia w całej Polsce przeprowadzona zostanie kwalifikacja wojskowa. Przed komisje wojskowe wezwanych zostanie około 235 tys. osób. Głownie 19-letni mężczyźni – choć nie tylko.

Samo stawienie się przed komisją nie oznacza, oczywiście, natychmiastowego powołania do wojska. Kwalifikacja ma za zadanie ustalenie zdolności do czynnej służby wojskowej i zewidencjonowanie osób do tego zdolnych.



Samo stawienie się przed komisją nie oznacza, oczywiście, natychmiastowego powołania do wojska. **Fot. pixabay.com**

Kto zostanie wezwany?

Główną grupę, podlegającą obowiązkowemu stawiennictwu stanowią mężczyźni urodzeni w 2007 r. Przed komisjami muszą się jednak stawić także panowie z roczników 2002-2006, którzy nie mają jeszcze określonej kategorii. Wezwania trafią również do osób, którym kończy się ważność orzeczenia o czasowej niezdolności (kategoria B).

Kwalifikacja obejmie też osoby urodzone w l. 1999-2007 – w tym panie, które mają wykształcenie przydatne dla armii. Mowa tu m.in. o lekarkach, stomatolożkach, pielęgniarkach, psycholożkach, farmaceutkach, lekarkach weterynarii, fizjoterapeutkach itd.; także studentkach ostatniego roku tych kierunków. Każdy wezwany ma wyznaczony dzień i godzinę.

Jak wygląda kwalifikacja?

Na kwalifikację należy zabrać: dowód osobisty, dokumentację medyczną czy np. orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, jeśli takie mamy, dokument potwierdzający poziom wykształcenia lub pobieranie nauki.

W trakcie badania weryfikowane są ogólne parametry medyczne, wzrok oraz kondycja psychiczna. Wynikiem jest przyznanie jednej z kategorii: A, B, D lub E.

Kat. A oznacza zdolność do służby wojskowej. Kat. B to czasowa niezdolność do służby wojskowej. Orzekana jest wobec osób, które rokują odzyskanie zdolności w ciągu 2 lat. Kat. D oznacza niezdolność do służby wojskowej w czasie pokoju, z wyjątkiem niektórych stanowisk służbowych, kat. E – trwałą i całkowitą niezdolność, także w czasie mobilizacji i wojny.

Nie ignoruj

Należy pamiętać, że wezwania są wysyłane pocztą z co najmniej siedmiodniowym wyprzedzeniem i wskazują konkretną datę oraz godz. stawiennictwa. Pracodawca ma obowiązek zwolnić pracownika na czas trwania kwalifikacji.

Natomiast jeśli ktoś – z ważnych powodów – nie może we wskazanym terminie się stawić, powinien ustalić nowy. Zignorowanie wezwania bez uzasadnionej przyczyny grozi wysoką grzywną, karą ograniczenia wolności, a nawet przymusowym doprowadzeniem przez policję.

Nieobecność można usprawiedliwić u wójta, burmistrza lub prezydenta miasta, dokumentując np. chorobę lub zdarzenie losowe. Także dla osób przebywających na stałe za granicą kluczowe jest udokumentowanie tego faktu. **mm**

Komisje kwalifikacyjne w naszym regionie

- **Zamość** (miasto): 12.03-31.03, Książnica Zamojska, ul. Kamienna 20.
- **Powiat zamojski**: 2.02-10.03, Książnica Zamojska, ul. Kamienna 20.
- **Tomaszów Lub**. (dla całego powiatu): 20.02-12.03, ul. Siwa Dolina 2A.
- **Hrubieszów** (dla całego powiatu): 3.02-20.02, ul. Zamojska 18 B.
- **Krasnystaw** (dla całego powiatu): 16.03-31.03, Związek Nauczycielstwa Polskiego, ul. Matysiaka 5.
- **Biłgoraj** (dla całego powiatu): 17.03-23.04, budynek administracyjny Starostwa Powiatowego, ul. Włosiankarska 5C.

Wójt Sułowa oddaje co miesiąc 1/10 wypłaty

Dla pana Wiesława na łazienkę

Wójt gminy Sułów **Piotr Kaliszewski** poinformował w mediach społecznościowych, że – zgodnie z przyjętą przez siebie zasadą – przekazał w styczniu 1/10 wynagrodzenia na cel charytatywny. Tym razem pieniądze mają pomóc w dokończeniu łazienki w domu pana Wiesława z **Tworyczowa**.



Wójt Piotr Kaliszewski (z lewej) podkreśla, że zmiany w gospodarstwie domowym pana Wiesława były możliwe dzięki zaangażowaniu kilku stron.

Jak relacjonuje wójt, mężczyznę poznał jeszcze podczas kampanii wyborczej.

– Po prostu pewnego dnia odwiedziłem jego dom. Trudne warunki, w jakich żyje, zrobiły na mnie bardzo przykre wrażenie i już wtedy postanowiłem, że muszę mu pomóc – opowiada Piotr Kaliszewski.

Wójt podkreśla, że zmiany w gospodarstwie domowym pana Wiesława były możliwe dzięki zaangażowaniu kilku stron: pracowników Urzędu Gminy (wsparcie z programu Czyste Powietrze), Centrum Usług Społecznych, sąsiadów oraz radnego **Grzegorza Krzeszowskiego**. W efekcie dom, w którym pan Wiesław mieszka wraz z bratem, został ocieplony. Teraz jest ogrzewany piecem na pelet. Ma dostęp do bieżącej wody i będzie miał także łazienkę.

Wójt darował na tę łazienkę jedną dziesiątą pensji, czyli 1080 zł. Zarabia bowiem 10 800 zł miesięcznie, podczas gdy wielu jego kolegów na takich stanowiskach z sąsiednich gmin po około 20 tys. zł.

Piotr Kaliszewski zaraz po objęciu urzędu zwrócił się do rady gminy o obniżenie wynagrodzenia do możliwie najniższego poziomu.

– Nasza gmina jest bowiem bardzo zadłużona. Ma 15 mln zł długu przy 30-milionowym budżecie. Stąd uznałem, że oszczędzanie powinienem zacząć od siebie – mówi Piotr Kaliszewski.

Wtedy też zadeklarował oddawanie części wynagrodzenia na cele charytatywne. W poprzednich miesiącach wspierał w ten sposób m.in. jednostki OSP. OSP w **Sąsiadce** otrzymała pieniądze na wykończenie garażu dla strażackiego pojazdu, a OSP **Rozłopy Kolonia** – na zakup węży strażackich. Wójt fundował także poczęstunki na wydarzenia odbywające się w gminie, m.in. piknik archeologiczny organizowanego przez stowarzyszenie z Sąsiadki czy obchody rocznicy wysiedlenia **Kitowa**.

W lutym wójt ma przekazać na cel charytatywny podwójną kwotę, bo będzie miał do dyspozycji także 1/10 z tzw. trzynastki. **(ar)**

WWW Czekamy na Państwa komentarz www.tygodnikzamojski.pl

Wybuchła butla z gazem. Dom jest zniszczony

Zbiórka na odbudowę

Dom, w którym w pierwszy dzień Świąt Bożego Narodzenia wybuchła butla z gazem, należy do **Pauliny** i **Artura Wagów** z **Zarzecza** koło **Zamościa**. W budynku mieszkało kilkanaście osób. Jest on wpisany do Gminnej Ewidencji Zabytków.

Do wybuchu gazu w murowanym budynku doszło w czwartek 25 grudnia 2025 r. Przyczyną było rozszczelnienie przewodu kuchenki gazowej zasilanej z butli. Z domu ewakuowało się samodzielnie 11 osób, a 2 zostały ciężko ranne – do szpitala trafiły z poważnymi oparzeniami dłoni, nóg i twarzy.

Skutki wybuchu widać na zdjęciach. Siła eksplozji wyrwała okna i drzwi, a elementy wyposażenia domu rozrzuciła przed budynkiem. Na elewacji pojawiły się pęknięcia. Zniszczone zostały pokoje – mają okopcone ściany i sufity. Jedno z pomieszczeń zamieniło się w gruzowisko.

Poszkodowana rodzina informuje, że wybuch zniszczył część stropu między kondygnacjami, pomieszczenia oraz instalacje: grzewczą, elektryczną i wodno-kanalizacyjną. Konstrukcja budynku wymaga szczegółowej oceny technicznej.

Na prośbę poszkodowanych organizowana jest zbiórka na odbudowę domu. Pieniądze można wpłacać na konto Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej: 07 1240 2816 1111 0010 0569 8973, z dopiskiem „Paulina i Artur Waga”. **(ar)**

Parkingi w Zamościu bezpłatne. Niestety, tylko tymczasowo

Parkowanie za darmo

Kierowcy parkujący na Starym Mieście w Zamościu i w jego okolicach nie muszą płacić za postój. Parkomaty zostały zdemontowane, nie ma też parkingowych, którzy pobieraliby opłaty. Dlaczego?

Sprawę wyjaśniają miasto i Zarząd Dróg Grodzkich. Chodzi o to, że z końcem roku wygasła umowa Urzędu Miasta z firmą, która obsługiwała strefę płatnego parkowania. Była zawarta na czas określony, nie obejmowała nowego zakresu terytorialnego i nie przewidywała automatycznego przedłużenia. Sytuacja wymagała więc ogłoszenia nowego przetargu.

– Postępowanie ogłoszono w najwcześniejszym bezpiecznym terminie (3 grudnia). Postępowanie zakończyło się 7 stycznia, a obecnie trwa analiza dokumentów pod kątem zgodności z warunkami zamówienia – informuje w mediach społecznościowych miasto i dodaje, że wybór nowej firmy może nastąpić w ciągu około miesiąca.

W ostatnich dniach w przestrzeni publicznej pojawiały się komentarze o rzekomych stratach spowodowanych brakiem opłat, sięgających 150 tys. zł miesięcznie. Zarząd Dróg Grodzkich w Zamościu twierdzi, że są to wyliczenia szacunkowe i hipotetyczne. Tłumaczy, że do momentu uruchomienia nowego systemu poboru opłat nie istniała prawna możliwość pobierania opłat ani nakładania opłat dodatkowych, a brak wpływów w okresie przejściowym nie może być traktowany jako niepobranie należnych dochodów.

Kierowcy cieszą się z darmowego parkowania, ale mamy dla nich złe wiadomości. Po wyłonieniu operatora systemu płatne parkingi wrócą, będą droższe, a strefa zostanie rozszerzona. Zgodnie z decyzją Rady Miasta w 2026 roku płatne parkowanie ma objąć parkingi przy ul. Peowiaków (przy dawnej bazie MZK), naprzeciwko Urzędu Gminy Zamość, przy ul. Piłsudskiego na wysokości Koszar, a także przy ul. Zamkowej i Kiepury. **her**

eprasa.pl 3866f3208b

Posłanka KO zapowiada wniosek o wznowienie postępowania do Prokuratora Generalnego

Działacze w busie dla niepełnosprawnych

Działacze PiS z **Biłgoraja** zamówili w Starostwie Powiatowym w Biłgoraju usługę skorzystania z samorządowego busa dla osób z problemami z mobilnością, by w maju 2025 r. pojechać na wiec wyborczy **Karola Nawrockiego** do **Warszawy**. Prokuratura umorzyła śledztwo w tej sprawie, ale postanowienie nie jest prawomocne.

Śledztwo w tej sprawie, z pominięciem tzw. zasady właściwości miejscowej, prowadziła Prokuratura Rejonowa w **Krasnymstawie**. Podróż odbyła się busem zakupionym przez Starostwo Powiatowe w Biłgoraju w ramach projektu „Bliski Powiat Biłgorajski" m.in. ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Bus miał służyć osobom z problemami z mobilnością, a starostwo uznawało, że takim problemem jest np. brak samochodu. Działacze PiS jadący na wiec polityczny – do busa dosiadł się także starosta biłgorajski **Andrzej Szarlip** – zostali więc uznani za osoby mające takie właśnie problemy.

Problemy z mobilnością

Zawiadomienie do prokuratury złożyły w tej sprawie posłanka KO **Małgorzata Gromadzka** z **Tarnogrodu** oraz europosłanka **Marta Wcisło** z **Lublina**. Do sprawy dołączono także anonimowe pismo z lipca 2025 r., w którym podnoszono m.in. kwestię możliwego fałszowania dokumentacji dotyczącej użycia tego pojazdu.



Starostwo zakupiło busy w 2023 r.

Bus w ramach tzw. usługi door-to-door (czyli pełnej obsługi transportowej od punktu początkowego do końcowego) miał zamówić w starostwie jeden z lokalnych działaczy PiS. Był to jeden z dwóch busów zakupionych przez starostwo w 2023 r. w ramach projektu „Bliski Powiat Biłgorajski", którego celem było „objęcie pomocą w wydostaniu się z mieszkania lub innego miejsca, przejazd i pomoc w dotarciu do miejsca docelowego, ułatwienie integracji społeczno-zawodowej osób z potrzebami wsparcia w zakresie mobilności" – jak możemy przeczytać na stronie Starostwa Powiatowego w Biłgoraju.

Zapotrzebowanie na realizację bezpłatnej usługi z ich użyciem można było zgłaszać telefonicznie, mailowo lub osobiście w biurze projektu lub dyspozytorni poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego, który zgłaszający musi następnie podpisać. Warunkiem skorzystania z usługi było złożenie oświadczenia o spełnieniu kryteriów.

Projekty mają swoje tzw. okresy trwałości i tak było w tym przypadku. W lipcu 2024 r. skończył się okres trwałości projektu „Bliski Powiat Biłgorajski", tym niemniej busy pozostały na wyposażeniu i nadal miały służyć osobom z problemami z mobilnością.

> *„Bus miał służyć osobom z problemami z mobilnością, a starostwo uznawało, że takim problemem jest np. brak samochodu. Działacze PiS jadący na wiec polityczny – do busa dosiadł się także starosta biłgorajski Andrzej Szarlip – zostali więc uznani za osoby mające takie właśnie problemy.*

Decyzja prokuratury

Po zbadaniu sprawy Prokuratura Rejonowa w Krasnymstawie uznała, że zgromadzony materiał dowodowy nie wykazał, aby wyjazd busa door to door w dniu 29 maja 2025 odbył się w wyniku celowego, sprzecznego z prawem wykorzystania tego pojazdu przez urzędników i osoby z nimi powiązane.

Ustalono także m.in., że skorzystanie w maju 2025 z pojazdu wynikało z przyjętej w powiecie praktyki, a pojazd regularnie był stosowany pomocniczo. Po okresie tzw. trwałości projektu zachodziła możliwość swobodnego kształtowania warunków korzystania z przewozów i dysponowania pojazdem.

W regulaminie korzystania z pojazdów, zwłaszcza w kontekście przyjmowania przez starostwo szerokiego rozumienia osoby z problemem z mobilnością, uznawano na przykład, że osoba bez samochodu spełnia takie kryterium – takie argumenty znalazły się w uzasadnieniu do decyzji o umorzeniu śledztwa.

– Stanowczo nie zgadzam się z tą decyzją. Nie znam uzasadnienia postanowienia, mogę jedynie domniemywać tok rozumowania prokuratora, jednak w mojej ocenie zaakceptowanie takiego rozstrzygnięcia stanowiłoby przyzwolenie na koniunkturalne wykorzystywanie mienia publicznego w prywatnym lub politycznym interesie osób nim dysponujących. Jest to nie do przyjęcia z punktu widzenia interesu podatników i ochrony środków publicznych. W związku z powyższym zapowiadam złożenie wniosku o wznowienie postępowania do Prokuratora Generalnego – poinformowała nas Małgorzata Gromadzka, posłanka KO i wiceminister rolnictwa.

Anna Rudy

WWW Czekamy na Państwa komentarz www.tygodnikzamojski.pl

Straż Miejska w Hrubieszowie do likwidacji? Radni: nie ma na to zgody

Strażnicy pod lupą

Czy w czasach rosnących kosztów utrzymania miast stać nas na taki luksus jak Straż Miejska? W Hrubieszowie takie pytanie postawił jeden z mieszkańców, składając formalny wniosek o likwidację miejskiej formacji.

Sprawa stanęła na ostatniej sesji Rady Miejskiej i wywołała szeroką dyskusję wśród radnych, urzędników i samych strażników.

Oszczędności kosztem porządku?

Autor wniosku o likwidację SM przekonywał, że w obliczu trudnej sytuacji finansowej samorządu dalsze jej utrzymywanie, to zbyt duże obciążenie dla budżetu miasta. W piśmie wskazywał, że środki przeznaczane na jej funkcjonowanie można byłoby wykorzystać na takie cele jak edukacja, ochrona zdrowia czy inwestycje infrastrukturalne. Bo to one, jego zdaniem, w większym stopniu wpływają na jakość życia mieszkańców.

Hrubieszowianin zwracał uwagę, że w 2023 r. Hrubieszów wydał na SM 331,5 tys. zł, a rok później już niemal 495,8 tys. zł. W jego ocenie dynamika wzrostu tych wydatków powinna skłonić władze miasta do poważnej refleksji nad sensem dalszego utrzymywania formacji.

Nie zabrakło również zarzutów dotyczących skuteczności działań strażników. We wniosku pojawiły się opinie, że SM nie jest wykorzystywana do patrolowania rejonów zagrożonych, zwłaszcza w porze nocnej, zaś część jej aktywności np. udział w uroczystościach patriotyczno-religijnych, ma charakter wyłącznie wizerunkowy.

Koszty? To nie wszystko

Wniosek został odczytany podczas sesji przez **Andrzeja Guza,** przewodniczącego komisji skarg, wniosków i petycji. To właśnie ta komisja zajęła się szczegółową analizą argumentów mieszkańca oraz danych przedstawionych przez urząd miasta i kierownictwo straży.

Stanowisko komisji było jednoznaczne: wniosek uznano za bezzasadny. W uzasadnieniu wskazano, że SM pełni istotną rolę w systemie bezpieczeństwa i porządku publicznego miasta.

„Strażnicy reagują na wykroczenia uciążliwe społecznie, kontrolują przestrzeganie przepisów porządkowych i ustawy o utrzymaniu czystości, zabezpieczają wydarzenia publiczne, interweniują w sprawach zwierząt bezdomnych oraz wspierają inne służby w sytuacjach nadzwyczajnych".



W 2025 roku budżet Straży Miejskiej przekroczył 524 tys. zł.

Do zarzutów o obciążenie dla budżetu odniósł się także **Janusz Krotkiewicz**, komendant SM w Hrubieszowie.

– Nasza formacja liczy zaledwie pięciu strażników, a liczba realizowanych zadań stale rośnie. Rocznie obsługujemy grubo ponad tysiąc interwencji. To są realne zgłoszenia mieszkańców, konkretne problemy, na które trzeba reagować – podkreślał w rozmowie z nami komendant.

Zwracał również uwagę na działalność prewencyjną, często pomijaną w publicznych dyskusjach.

– Strażnicy regularnie prowadzą zajęcia edukacyjne w szkołach i przedszkolach, rozmawiają z dziećmi o bezpieczeństwie, zasadach poruszania się po drogach czy reagowaniu na zagrożenia. To praca, której efektów nie da się policzyć, ale jej znaczenie jest ogromne – argumentował Krotkiewicz.

Pensje i mandaty

Istotnym elementem obrony istnienia straży były także plany związane z miejskim monitoringiem. Hrubieszów realizuje obecnie wieloetapową inwestycję polegającą na rozbudowie systemu kamer. Zgodnie z założeniami to Straż Miejska ma odpowiadać za jego obsługę, analizę nagrań i współpracę z policją. System ma być gotowy w drugiej połowie roku, a do nowej infrastruktury zostaną wpięte także już istniejące kamery.

Miasto przedstawiło również dane finansowe. W 2025 roku budżet Straży Miejskiej przekroczył 524 tys. zł, z czego ponad 509 tys. zł stanowiły wynagrodzenia pięciu strażników. Pozostałe wydatki, obejmujące m.in. umundurowanie i wyposażenie, zamknęły się w kwocie około 15 tys. zł. Wpływy z mandatów karnych wyniosły 15,2 tys. zł.

Po dyskusji wszyscy obecni radni zagłosowali za uznaniem wniosku o likwidację Straży Miejskiej za bezzasadny. Decyzja była jednogłośna.

her, fot. UM Hrubieszów

eprasa.pl 3866f3208b

MINIONY TYDZIEŃ

20-26.01.2026 r.

WTOREK Rada Krajowa Polski 2050 zdecydowała, że druga tura wyborów przewodniczącego ma się odbyć do 31 stycznia; w rywalizacji pozostają **Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz** i **Paulina Hennig-Kloska**. Wcześniejsze głosowanie unieważniono, bo liczba oddanych głosów przekroczyła liczbę uprawnionych.

■ Do Sądu Okręgowego w **Sosnowcu** doprowadzono oskarżonych o działania na rzecz rosyjskiego wywiadu **Igora R.** i **Irinę R.**; proces utajniono. Prokuratura zarzuca im m.in. wynoszenie wrażliwych informacji oraz sprowadzenie zagrożenia dla życia wielu osób z użyciem materiałów wybuchowych.

ŚRODA Władze woj. kujawsko-pomorskiego zapowiedziały bezpłatne rozdanie czujek dymu i tlenku węgla mieszkańcom regionu. Akcję zainicjowano po tragedii w **Chełmnie**, gdzie zginęła matka i troje dzieci.

CZWARTEK Prokuratura Krajowa i policja zakończyły przeszukania w Krajowej Radzie Sądownictwa – w biurze rzecznika dyscyplinarnego sędziów sądów powszechnych i u jego zastępców; zabezpieczono akta i dokumenty, które przewieziono do PK. Policja blokowała wejście do KRS m.in. posłom **Michałowi Wosiowi** i **Dariuszowi Mateckiemu**; doszło do przepychanek i wzajemnych oskarżeń.

■ DORSZ poinformowało o wzmożonej aktywności dronów w rejonie granicy polsko-białoruskiej, oceniając takie zdarzenia jako element działań o charakterze hybrydowym.

PIĄTEK W Sejmie odbyła się gorąca debata nad rządowym projektem ustawy o rozwodach pozasądowych. PiS krytykował propozycję jako uderzającą w małżeństwo i niewystarczająco chroniącą kobiety, a koalicja rządząca broniła zmian.

■ Szef CIA **John Ratcliffe** złożył niejawną wizytę w Polsce i spotkał się z kierownictwem MON oraz koordynatorem służb specjalnych. **Tomasz Siemoniak** przekazał, że rozmowy dotyczyły bezpieczeństwa i współpracy służb Polski i USA.

■ Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w **Chrzanowie** potwierdziło rejestrację trzech wstrząsów ziemi; najsilniejszy miał magnitudę powyżej 3.

SOBOTA Eurostat podał, że w 2025 r. liczba noclegów wykupionych przez turystów wzrosła w większości państw UE; wśród liderów wzrostu znalazły się Malta, Polska i Łotwa. Polska zanotowała ok. 7 proc., wyraźnie powyżej unijnej średniej (ok. 2 proc.).

■ W **Jeleniej Górze** zorganizowano Marsz Cieni ku pamięci 11-letniej Danusi, zabitej w grudniu 2025 r. w pobliżu szkoły. W sprawie zatrzymano 12-latkę z tej samej placówki; motyw nie jest znany.

NIEDZIELA Sondaż panelu Ariadna dla WP pokazał, że 62 proc. badanych popiera pomysł kolędy „na zaproszenia", czyli wizyt księdza tylko u osób zapisanych wcześniej; 15 proc. jest przeciw, a 23 proc. nie ma zdania.

PONIEDZIAŁEK Państwa UE zatwierdziły zakaz importu rosyjskiego gazu. W przypadku LNG wstrzymanie importu ma nastąpić do końca bieżącego roku, a dostaw rurociągowych – do 30 września 2027 r.

■ GUS podał, że sprzedaż detaliczna w grudniu 2025 r. wzrosła rok do roku o 5,3 proc.

(ar)

Przedstawiamy najważniejsze wydarzenia ostatniego tygodnia

Co tam w polityce?

RADA POKOJU TRUMPA

Donald Trump zaprosił prezydenta **Karola Nawrockiego** do udziału w tworzonej przez USA „Radzie Pokoju" (Board of Peace) – inicjatywie ogłoszonej m.in. przy okazji spotkań w **Davos** i przedstawianej jako forum do rozwiązywania konfliktów (z naciskiem na kwestie Bliskiego Wschodu). Według projektu statutu opisywanego przez Reutersa państwa miałyby zasiadać w Radzie przez trzy lata, a „stałe" członkostwo byłoby możliwe po wpłacie ponad 1 mld dol. Po uzgodnieniach między kancelariami prezydenta Karola Nawrockiego i premiera **Donalda Tuska** ustalono, że Polska na razie nie wejdzie do Rady. Karol Nawrocki był na szczycie w Davos, ale deklaracji nie podpisał. Podpisali ją – oprócz Trumpa – premier Węgier **Viktor Orbán** i prezydent Argentyny **Javier Milei**, a także przedstawiciele Bahrajnu, Maroka, Armenii, Azerbejdżanu, Bułgarii, Indonezji, Jordanii, Kazachstanu, Kosowa, Pakistanu, Paragwaju, Kataru, Arabii Saudyjskiej, Turcji, Zjednoczonych Emiratów Arabskich, Uzbekistanu i Mongolii. Prawdopodobnie do Rady Pokoju wkrótce wejdzie Rosja.

POSTĘPOWANIE DYSCYPLINARNE WOBEC KOMENDANTA SOP

MSWiA poinformowało o wszczęciu postępowania dyscyplinarnego wobec komendanta Służby Ochrony Państwa gen. bryg. **Radosława Jaworskiego**. W związku z decyzją generał został zawieszony w pełnieniu czynności służbowych, a obowiązki komendanta SOP powierzono dotychczasowemu zastępcy – płk. **Tomaszowi Jackowiczowi**. Generał był wcześniej, we wrześniu 2025 r., wysłany na przymusowy urlop (nastąpiło to po kradzieży po kradzieży w **Sopocie** samochodu należącego do rodziny premiera **Donalda Tuska**), następnie przebywał na zwolnieniu lekarskim. Tymczasem na początku ub. tygodnia TVN24 informował, że kadra kierownicza SOP domaga się powrotu gen. Jaworskiego do służby i w tej sprawie skierowała do MSWiA list, w którym alarmowała, że w formacji „pozbawionej komendanta źle się dzieje", a odsunięty generał jest „doświadczonym i dobrym komendantem". Sprawę komplikuje stanowisko prezydenta: szef jego gabinetu **Paweł Szefernaker** przekazał, że kilka dni temu – na prośbę resortu – doszło do spotkania prezydenta **Karola Nawrockiego** z ministrem MSWiA **Marcinem Kierwińskim** w sprawie sytuacji w SOP. Prezydent nie zgodził się na odwołanie gen. Jaworskiego.

DODA, PSY, PREMIER

W sobotę, 24 stycznia, ok. 200 osób zgromadziło się przed urzędem gminy w **Sobolewie** (woj. mazowieckie), protestując przeciwko działalności schroniska „Happy Dog". Mieszkańcy i aktywiści zarzucają placówce rażąco złe warunki dla zwierząt i domagają się odwołania wójta **Macieja Błachnio**. Sprawa nabrała rozgłosu po apelach w mediach społecznościowych. Duża w tym zasługa **Dody**, która jeździła do schroniska. Aktywiści podkreślają, że zwierzętom w schronisku miała dziać się krzywda, a właściciel placówki ma zarzuty znęcania się nad zwierzętami. Sprawa stał się na tyle głośna, że głos zabrał premier. Po południu **Donald Tusk** poinformował, że Powiatowy Lekarz Weterynarii podjął decyzję o zamknięciu schroniska; wkrótce potem rozpoczęła się ewakuacja zwierząt. Premier napisał też, że „nie będzie taryfy ulgowej dla tych, którzy skazują zwierzęta na cierpienie". **(ar)**



Protest miał trwać w godz. 11-15, ale zakończył się około 13.

Flagi i traktory – protest przy granicy w Dołhobyczowie

Rolnicy nie dopisali

W piątek, 23 stycznia odbył się kolejny rolniczy protest – tym razem przy granicy w Dołhobyczowie. Była to oddolna rolnicza inicjatywa. Pojawiło się jednak tylko niespełna 20 osób.

Organizatorem protestu był rolnik i przedsiębiorca z branży rolnej z powiatu hrubieszowskiego.

– Jestem bardzo zawiedziony, że rolnicy wzięli udział w proteście w tak niewielkiej liczbie – powiedział nam. – Sami są sobie winni, że ich interesy są lekceważone.

Protest miał trwać w godz. 11-15, ale zakończył się około 13. Rolnicy wysuwali kilka postulatów. Pierwszy dotyczył zablokowania umowy Mercosur (wolnego handlu z krajami globalnego południa). Drugi – blokady importu towarów rolnych z Ukrainy. Był też postulat lokalny – naprawy drogi prowadzącej do przejścia granicznego.

Rolników odwiedził na granicy wójt gminy Dołhobyczów **Grzegorz Drewnik**.

– Mieszkamy przy granicy i nie obserwujemy teraz wzmożonych transportów płodów rolnych z Ukrainy. To był problem za poprzedniego rządu – komentuje wójt Grzegorz Drewnik. – Natomiast droga wojewódzka 844 prowadząca z Hrubieszowa rzeczywiście wymaga doinwestowania. Władze regionalne jakieś pieniądze na jej remont wykładały, ale to wciąż za mało. Cały czas monitujemy w tej sprawie. Uciążliwość dla naszych mieszkańców stanowią też lawety z samochodami osobowymi, które czekają na wjazd na Ukrainę.

Protest był legalny.

(ar)

Dzieciaki po niemal całym semestrze ćwiczenia na dworze, wróciły na salę gimnastyczną

Lifting szkoły

Od września w-f w Szkole Podstawowej w **Jarczowie** odbywał się na dworze: sala sportowa była w remoncie. W zeszłym tygodniu uczniowie wreszcie wrócili na odremontowany obiekt.

Remont sali gimnastycznej to część realizowanego przez gminę Jarczów większego projektu: termomodernizacji Szkoły Podstawowej.

– Pozyskaliśmy na ten cel środki z Krajowego Planu Odbudowy – wyjaśnia **Tomasz Tyrka**, wójt gm. Jarczów.

Wartość całej inwestycji to ok. 3,4 mln zł brutto. Pomoc bezzwrotna z NFOŚiGW w ramach KPO wyniosła ok. 2,8 mln zł. Prace przy termomodernizacji ruszyły w czerwcu 2025 r. Realizuje je firma Finidam **Damian Mazur**.

Projekt zakłada m.in. wymianę okien na trzyszybowe w całym obiekcie – i właśnie takie zamontowano w sali sportowej, docieplenie stropów, wymianę całej instalacji elektrycznej, oświetlenia – na ledowe. Wymieniona została także instalacja CO – wcześniej szkoła była ogrzewana węglem kamiennym. Teraz – grzeją dwa piece na pellet. Na sali sportowej, która wcześniej wyłożona była drewnianym, lakierowany parkietem – ułożono specjalną antypoślizgową matę. Na sali jest także ogrzewanie z rekuperacją.

Elewacja jest też już docieplona: na wiosnę, gdy zrobi się cieplej, można będzie dokończyć tynki i malować. Całość prac powinna się zakończyć w czerwcu tego roku.

W zeszłym roku gmina Jarczów wydała na inwestycje rekordową kwotę 20 mln zł – przy całym budżecie w wysokości ok. 40 mln zł.

– Zdecydowaną większość pozyskaliśmy ze źródeł zewnętrznych: m.in. KPO, budżetu państwa, Urzędu Marszałkowskiego – mówi wójt Tomasz Tyrka. **mm**



Remont sali gimnastycznej to część realizowanego przez gminę Jarczów większego projektu.

eprasa.pl 3866f3208b

Z kryminalnego archiwum

Tłumaczenia były… za mądre, czyli dlaczego rolnicy pobili robotników

Akcja melioracja

Z czym to walczycie, bracia? Z postępem. Tak brzmi ciąg dalszy satyrycznego poematu **Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego** pt. „Chryzostoma Bulwiecia podróż do ciemnogrodu".

Fragment ten może stanowić komentarz do wydarzeń, do których doszło w 1938 roku w miejscowości **Aleksandrów** w powiecie biłgorajskim.

Wynocha z naszej ziemi!

Urząd Wojewódzki w **Lublinie** zaplanował we wsi przeprowadzenie robót melioracyjnych, które miały na celu osuszeniu gleb, a tym samym poprawę wydajności rolniczej. Odbyły się w tej sprawie spotkania z mieszkańcami. Tłumaczono czym są melioracje i jak będą wyglądały prace.

– Tylko na tym skorzystacie – zapewniał rolników prelegent z miasta.

Sprzeciwów nie było, ludzie wydawali się być zadowoleni. Skoro skorzystają, to w porządku...

W jaki czas później do Aleksandrowa przyjechał technik z Urzędu Wojewódzkiego wraz z brygadą robotników ziemnych. Wczesnym rankiem przystąpiono do kopania rowów melioracyjnych.

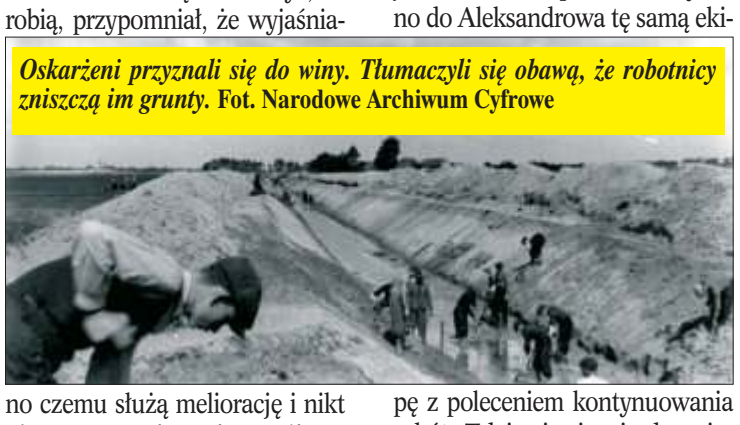
W pewnym momencie na horyzoncie zjawili się tutejsi rolnicy. Było ich kilkudziesięciu, wśród nich wiele kobiet. Nie przyszli na pole z ciekawości, jak początkowo myśleli pracujący w pocie czoła kopacze. Miny mieli groźne i nieprzejednane, w rękach ściskali grube kołki, kłonice, widły i inne przedmioty, którymi można zrobić krzywdę.

– Czego chcecie, ludzie? – zapytał kierownik robót.

Z tłumu wystąpiła kobieta w średnim wieku, w chustce zawiązanej pod szyją.

– Chcemy żebyście przerwali pracę i wynieśli się z naszych pól – odpowiedziała.

Technik zaczął tłumaczyć, co robią, przypomniał, że wyjaśniano czemu służą melioracje i nikt nie protestował. A tak w ogóle, to oni tu nie są prywatnie, lecz przyjechali z ramienia urzędu. Mają pozwolenie na prowadzenie robót.



Oskarżeni przyznali się do winy. Tłumaczyli się obawą, że robotnicy zniszczą im grunty. **Fot. Narodowe Archiwum Cyfrowe**

Nie przekonał rolników, którzy zagrozili ekipie pobiciem. Potem tłum wyrwał im z rąk łopaty i zaczął zasypywać dopiero co wykopane rowy, niszcząc w ten sposób całą robotę.

Drugie starcie

Nie mieli innego wyjścia, musieli odpuścić. Kierownik robót w pisemnym sprawozdaniu wyjaśnił zwierzchnikom, że z powodu wrogiej postawy mieszkańców Aleksandrowa, musieli przerwać prace melioracyjne.

Dokładnie nie wiadomo jaka była reakcja urzędu wojewódzkiego na ten incydent. Faktem jest, że wkrótce ponownie wysłano do Aleksandrowa tę samą ekipę z poleceniem kontynuowania robót. Zdaje się, że nie dano im żadnego wsparcia.

Ich pojawienie się we wsi wywołało oburzenie. Miejscowi bynajmniej nie kryli się ze swoimi zamiarami.

> *Ekipa nie zważając na prowokacje przystąpiła do kopania rowów. Długo w spokoju nie popracowali. Wszystko się powtórzyło niczym w koszmarnym śnie. Blisko stuosobowy uzbrojony tłum, kategoryczne żądanie przerwania robót i wyzwiska.*

– O, znowu tu są! Jak tylko zobaczymy, że łazicie po polach, spuścimy wam takie lanie, że matki was nie poznają! – wykrzykiwali groźby.

Ekipa nie zważając na prowokacje przystąpiła do kopania rowów. Długo w spokoju nie popracowali. Wszystko się powtórzyło niczym w koszmarnym śnie. Blisko stuosobowy uzbrojony tłum, kategoryczne żądanie przerwania robót i wyzwiska.

Doszło do regularnych przepychanek z robotnikami. Kilku z nich doznało lekkich obrażeń na skutek pobicia przez gromadę rozwścieczonych włościan, wśród których rej wodziły cztery wojownicze kobiety. Po raz drugi doszło do zasypania rowów.

Musiała interweniować policja. Najbardziej agresywnych uczestników starcia zapakowano do aresztów. Odbyło się śledztwo. 21 osób zostało oskarżonych o napaść na ekipę prowadzącą prace melioracyjne, uniemożliwienie wykonywania obowiązków zawodowych, stosowanie przemocy fizycznej i gróźb oraz spowodowanie szkód poprzez zasypanie rowów melioracyjnych.

Wszystko przez kobiety!

Ich proces odbył się 13 sierpnia 1938 roku w Sądzie Okręgowym w **Zamościu** na sesji wyjazdowej w **Biłgoraju**. Sprawa budziła duże zainteresowanie opinii publicznej. Wszystkie miejsca dla widzów w sali rozpraw były zajęte. O procesie obszernie pisały lubelskie dzienniki.

Oskarżeni przyznali się do winy. Tłumaczyli się obawą, że robotnicy zniszczą im grunty. Na uwagę sądu, że przecież informowano ich wcześniej o zakresie robót i wyjaśniano, że melioracje są dla ich dobra, odpowiedzieli, że to dla nich, ludzi nieuczonych było za mądre, niczego nie zrozumieli...

Mężczyźni zrzucali odpowiedzialność za eskalację konfliktu na kobiety. Twierdzili, że zostali przez nie namówieni do napaści na robotników.

Sąd skazał na kary jednego roku więzienia dziesięcioro oskarżonych (osiem kobiet i dwóch mężczyzn). Jedenaście osób usłyszało wyroki ośmiu miesięcy więzienia.

Mariusz Gadomski

WPADKI I WYPADKI

NA „POLICJANTA"



W ciągu ostatnich dni na terenie Tomaszowa Lub. doszło do kilku prób oszustw metodą „na policjanta". Mężczyzna podający się za funkcjonariusza tomaszowskiej jednostki dzwonił do starszych kobiet, przekonując je, że ich pieniądze są zagrożone i wymagają natychmiastowego „zabezpieczenia". Niestety, w jednym przypadku oszust dopiął swego. 68-latka zgodnie z jego instrukcjami zapakowała gotówkę do torby i zawiesiła ją na ogrodzeniu. Straciła ponad 30 tys. zł oraz 2 tys. funtów. Próby oszustw tą samą metodą zgłosiły cztery seniorki. 76-latkę mężczyzna namawiał do pilnego wpłacenia gotówki w bankomacie, 75-latce polecił udać się do banku, gdzie rzekomo mieli się spotkać i „zabezpieczyć" pieniądze, a 77-latce kazał wypłacić wszystkie środki z konta, zostawiając jedynie tysiąc złotych. Na szczęście te panie nie dały się nabrać.

PROMILE W ZASPACH

Mimo bardzo trudnych warunków na drogach 52-letni mieszkaniec gm. Uchanie postanowił pojechać rowerem do sklepu. Jego jazda zwróciła uwagę policjantów. Badanie alkomatem wykazało, że mężczyzna miał 0,6 prom. alkoholu w organizmie. Tłumaczył, że świętuje swoje urodziny i właśnie skończył się mu alkohol w domu. Za jazdę rowerem w stanie nietrzeźwości po drodze publicznej został ukarany mandatem.

GROŹNY CZAD

Do tragicznego zdarzenia doszło w środę, 21 stycznia, w gm. **Biszcza**. Służby ratunkowe zostały powiadomione o odnalezieniu 73-letniego mężczyzny bez oznak życia w budynku gospodarczym na jednej z posesji. Zgłoszenie dotyczyło podejrzenia zatrucia tlenkiem węgla. Na miejsce skierowano straż pożarną z OSP Biszcza, strażaków zawodowych z **Biłgoraj**, zespół ratownictwa medycznego i patrol policji. Strażacy potwierdzili obecność tlenku węgla. W budynku znaleziono też martwego psa. Okoliczności zdarzenia wyjaśniane są pod nadzorem prokuratora. O przyczynie zgonu mężczyzny więcej będzie wiadomo po sekcji zwłok.

PIRAT

21-latek z gminy Tarnawatka pędził Oplem przez **Zwódne** (gm. Zamość) z prędkością 129 km/h, czyli o 79 km/h więcej, niż pozwalają przepisy. Policyjna kontrola zakończyła się utratą prawa jazdy na 3 miesiące, mandatem w wysokości 2,5 tys. zł oraz 15 punktami karnymi.

ZNIKNĄŁ Z ZALICZKĄ

77-letni mieszkaniec pow. krasnostawskiego stracił ponad 6 tys. zł, wpłacając zaliczkę rzekomemu przedstawicielowi firmy zajmującej się termomodernizacją budynków. Mężczyzna przyjechał do seniora, wykonał pomiary i wzbudził jego zaufanie. Po przelaniu 6 149 zł kontakt się urwał. Żadne prace nie zostały wykonane, a pieniądze nie wróciły do właściciela.

FAŁSZYWY „KONSULTANT"



Chciał sprzedać przez Internet dziecięcy rowerek, a zamiast tego stracił 25 tys. zł. Ofiarą oszustów padł 33-letni mieszkaniec powiatu zamojskiego, który wystawił ogłoszenie na portalu społecznościowym. Szybko zgłosiła się osoba rzekomo zainteresowana zakupem. Zaproponowała płatność BLIK-iem oraz zorganizowanie odbioru przez kuriera. Mężczyzna otrzymał następnie maila z linkiem do „finalizacji transakcji". Po jego kliknięciu wyświetliła się strona łudząco podobna do bankowości internetowej. Chwilę później zadzwonił fałszywy konsultant banku. Przekonał 33-latka, że ktoś próbuje włamać się na jego konto i polecił przelanie pieniędzy na rzekomo bezpieczny rachunek. Nieświadomy oszustwa mężczyzna wykonał kilka przelewów. Dopiero rozmowa z prawdziwą infolinią banku uświadomiła mu, że padł ofiarą oszustów.

SILNIK I OSZUŚCI

Około 55 tys. zł straciła 53-letnia mieszkanka powiatu tomaszowskiego, po tym jak jej mąż wystawił na sprzedaż silnik samochodowy. Rzekoma kupująca przesłała link do potwierdzenia płatności. Kobieta została przekierowana na fałszywą stronę bankowości internetowej i postępowała zgodnie z instrukcjami „operatora", który polecił jej m.in. zainstalowanie aplikacji. Kontakt się urwał, a gdy 53-latka zalogowała się do banku z innego urządzenia, zauważyła brak pieniędzy na koncie.

her

BaRometR opiLstwA©

Nasze notowania: w ostatnim tygodniu – 2,84 prom. alkoholu (tydzień wcześniej – 1,14)

Nasz ranking otwiera 44-letni kierowca Volkswagena, zatrzymany w **Okrągłem** (gm. Biłgoraj). Jego wynik to 2,84 prom. Drugie miejsce zajmuje 69-letni kierowca Audi. Wpadł w **Zosinie** (gm. Horodło), miał 2,66 prom. Tuż za nim z wynikiem 2,20 prom. uplasował się 49-letni kierowca Opla. Policja zatrzymała go w **Felikssówce** (gm. Adamów). Kolejne miejsce na naszej liście zajmuje 22-latek z **Zamościa**. Jechał Mazdą przez **Kalinowice**, wydmuchał 2 prom. Ranking zamyka 62-letni kierowca Opla. Wpadł w **Gorzkowie**, miał blisko 2 prom.

eprasa.pl 3866f3208b

PROGRAM TELEWIZYJNY

www.tygodnikzamojski.pl

tele

27.01-2.02.2026

W TYM TYGODNIU POLECAMY!

wtorek

20:00 Inferno ** thriller, USA/Węgry 2016 (Polsat)
20:00 Śmiertelna głębia ** thriller, USA/Wielka Brytania/RPA/Niemcy/Francja 2012 (TVN 7)
20:55 Mission: Impossible – Fallout *** sensacyjny, USA/Chiny/Francja/Wielka Brytania/Norwegia 2018 (TVN)
21:10 Człowiek mafii ** thriller, USA 2015 (TVP 1)
23:30 Rozmowy kontrolowane *** komedia, Polska 1991 (TVP 2)
23:35 Koko *** komedia, Francja 1963 (TVP 1)
00:00 Batman Forever *** przygodowy, USA 1995 (TVN)
01:05 Misjonarz ** sensacyjny, USA 2007 (Polsat)

środa

19:55 Duże dzieci ** komedia, USA 2010 (Polsat)
20:00 Na rauszu **** dramat, Dania/Szwecja/Holandia 2020 (TVN 7)
20:55 Zielona mila **** dramat, USA 1999 (TVN)
22:05 Witajcie w dżungli ** przygodowy, USA 2003 (Polsat)
22:35 Odnajdę cię ** sensacyjny, Polska 2018 (TVN 7)
00:00 Księgarnia w Paryżu ** obyczajowy, Francja/Włochy 2021 (TVP 2)

czwartek

19:55 Mamma Mia: Here We Go Again *** komedia romantyczna, Wielka Brytania/USA/Japonia 2018 (Polsat)
20:00 W starym dobrym stylu *** komedia, USA 2017 (TVN)
21:45 Szef roku *** komedia, Hiszpania 2021 (TVP 2)
22:00 Razem czy osobno? ** komedia, USA 2014 (TVN)
22:25 Parkingowy ** komedia, USA 2022 (Polsat)
00:50 Człowiek mafii ** thriller, USA 2015 (TVP 1)
01:10 Plan lotu *** thriller, USA 2005 (Polsat)

piątek

20:00 Kolory miłości ** melodramat, Kanada 2021 (TVN 7)
21:45 Więzień labiryntu: Lek na śmierć *** przygodowy, USA 2018 (Polsat)
21:55 List w butelce *** obyczajowy, USA 1999 (TVN 7)
22:25 Legalna blondynka *** komedia, USA 2001 (TVP 2)
00:55 Drapacz chmur ** sensacyjny, USA 2018 (Polsat)

Wśród mieszkańców Nowego Jorku wybucha panika, gdy dowiadują się, że w mieście grasuje psychopatyczny morderca. Policja prosi o pomoc w schwytaniu szaleńca, genialnego detektywa Lincolna Rhyma, kiedyś jednego z najlepszych kryminologów, teraz w wyniku ciężkiego wypadku całkowicie sparaliżowanego. Mężczyzna zgadza się. W śledztwie pomaga mu młoda policjantka, Amelia, która była świadkiem jednego z zabójstw. Rozpoczyna się szaleńczy wyścig z czasem...



thriller, USA 1999, wtorek 22:30 (Polsat)

13-letni Harry wraz z przyjaciółmi rozpoczyna trzeci rok nauki w Hogwarcie. Wkrótce dowiaduje się, że z pilnie strzeżonego więzienia w Azkabanie uciekł tajemniczy Syriusz Black - groźny mag, który prawdopodobnie przyczynił się do śmierci jego rodziców. Młodemu czarodziejowi grozi także niebezpieczeństwo. Hogwartu pilnują dementorzy, którzy są strażnikami Azkabanu. Harry czuje przed nimi paraliżujący lęk. Musi jednak sobie z nim poradzić, by zmierzyć się Syriuszem Blackiem i poznać prawdę o swojej rodzinie...



przygodowy, w. Brytania/USA 2004, piątek 20:00 (TVN)



s-f, USA/Niemcy 2009, sobota 20:00 (TVN 7)

Opowieść o losach załogi USS Enterprise przenosi widzów w czasy pierwszej misji kapitana Kirka i jego towarzyszy. Kirk musi opuścić statek. Zastępuje go opanowany i pozornie pozbawiony uczuć Spock. Podczas pierwszego rejsu załoga Enterprise będzie musiała stawić czoła zagrożeniu mogącemu wpłynąć na losy Wszechświata. Podróżujący w czasie Romulanin Nero przybywa z przyszłości, by zniszczyć Kirka i jego kolegów. Tym samym zamierza pozbyć się osób, które mogłyby przekreślić jego plan zniszczenia ludzkości.



fantasy, Nowa Zelandia/USA/Niemcy 2002, niedziela 19:50 (TVN)

Drużyna Pierścienia została rozbita. Mimo to Frodo i Sam kontynuują swoją ryzykowną misję. Udaje im się schwytać Golluma, który zostaje ich przewodnikiem w drodze do Mordoru. Tymczasem Aragorn i jego towarzysze docierają do Rohanu. Odkrywają, że król Theoden jest pod wpływem klątwy Sarumana, który razem z potężnym Sauronem, planuje atak na Śródziemie. Wkrótce dochodzi do bitwy w Helmowym Jarze.

sobota

11:55 Gwiazdy w południe: Prawdziwe męstwo ** western, USA 1969 (TVP 1)
12:05 Piotruś Królik *** familijny, USA/Australia 2018 (Polsat)
17:10 Player One **** przygodowy, USA/Indie 2018 (TVN 7)
20:00 Harry Potter i czara ognia **** przygodowy, USA/Wielka Brytania 2005 (TVN)
21:25 Hit na sobotę: Lęk ** dramat, Polska/Niemcy/Szwajcaria 2023 (TVP 1)
22:45 Nice Guys *** sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2016 (TVN 7)
23:00 21 Jump Street *** komedia, USA 2012 (Polsat)
23:05 Coco Chanel *** biograficzny, Belgia/Francja 2009 (TVP 2)
23:15 Kaznodzieja z karabinem ** dramat, USA 2011 (TVP 1)
01:15 Inferno ** sensacyjny, USA/Węgry 2016 (Polsat)

niedziela

08:50 Legendy sowiego królestwa: Strażnicy Ga'Hoole *** przygodowy, USA/Australia 2010 (TVN 7)
10:50 Jak ukraść Księżyc *** animowany, USA/Francja 2010 (Polsat)
12:55 Zaginiony świat: Park jurajski *** przygodowy, USA 1997 (Polsat)
15:50 Ekspres polarny *** przygodowy, USA 2004 (TVN 7)
17:55 Pajęczyna Charlotty *** familijny, USA/Niemcy 2006 (TVN 7)
19:55 Czarna Wdowa *** sensacyjny, USA 2021 (Polsat)
20:40 Podejrzani ** kryminalny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 1995 (TVP 2)
22:25 Romans na godziny ** dramat, USA 2014 (TVP 1)
23:35 Śmiertelna wyliczanka ** sensacyjny, USA 2002 (TVN)

poniedziałek

20:00 Torque: Jazda na krawędzi ** sensacyjny, USA 2004 (TVN 7)
23:50 W nowym zwierciadle: Wakacje ** komedia, USA 2015 (TVN 7)
20:55 Skok stulecia ** sensacyjny, USA 2018 (TVN)
23:40 Dziewczyna w czerwonej pelerynie ** thriller, USA/Kanada 2011 (TVN)
23:45 Piranie ** dramat, Włochy 2019 (TVP 1)
19:55 Jurassic World: Upadłe królestwo *** przygodowy, USA/Chiny 2018 (Polsat)

**** rewelacja *** bardzo dobry ** dobry * słaby **Redakcja nie odpowiada za zmiany w programie, dokonane przez stacje po wysłaniu gazety do drukarni.**

DVB T2 wszystkie kanały dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej 18+ film tylko dla dorosłych

wtorek 27.01.2026

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze (345) – serial obyczajowy
06:10 Akacjowa 38 (781) – telenowela
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam (72) – serial
09:00 Ranczo (69) – serial obyczajowy
10:00 Komisarz Alex (82) – serial
11:00 Ojciec Mateusz (57) – serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda – magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce: Świat tętniący życiem – cykl dokumentalny
14:00 Wichrowe wzgórze (346) – serial obyczajowy
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy – magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej
16:05 Dziedzictwo (816) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18:10 Klan (4642) – telenowela
18:45 Akacjowa 38 (795) – telenowela
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – publicystyka
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam (73) – serial

21:10 CZŁOWIEK MAFII **
thriller, USA 2015

22:45 Polska Stolica Kultury 2026 – Bielsko-Biała – koncert

23:35 KOKO ***
komedia, Francja 1963

01:10 ZAKOCHANI W RZYMIE **
komedia romantyczna, USA/Włochy 2012

03:10 EXCENTRYCY CZYLI PO SŁONECZNEJ STRONIE ULICY **
komedia, Polska 2015

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe (952) – serial obyczajowy
05:30 M jak miłość (1680) – serial
06:20 Ku przyszłości – reportaż
06:50 Barwy szczęścia (3302) – serial
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
11:40 Słowa od serca (6) – program
11:50 Rosół polski (20) – magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny – teleturniej
13:15 Panna młoda (6) – serial
14:05 Va Banque – teleturniej
14:35 Na sygnale (828) – serial fabularno-dokumentalny
15:05 La Promesa – pałac tajemnic (315) – serial obyczajowy
16:00 Koło fortuny – teleturniej
16:35 Familiada – teleturniej
17:20 Panna młoda (7) – serial
18:15 Va Banque – teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (3302, 3303) – serial obyczajowy
20:55 M jak miłość (1905) – serial
21:55 Na sygnale (830) – serial fabularno-dokumentalny
22:25 Magazyn Ekspresu Reporterów – magazyn

23:30 ROZMOWY KONTROLOWANE ***
komedia, Polska 1991

01:20 CZARNY MOTYL **
thriller, USA 2017

03:05 Mel Brooks, genialny komik – film dokumentalny, Francja 2017
04:05 Rodzinka.pl (276) – serial komediowy

polsat

05:55 Nowy dzień – program informacyjny
08:30 Malanowski i Partnerzy (140, 141) – serial fabularno-dokumentalny
09:30 Trudne sprawy (1186, 1187) – serial paradok.
11:35 Gliniarze (1120-1122) – serial paradok.
14:40 Dlaczego ja? (1432) – serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja (5823) – magazyn interwencyjny
16:30 Na ratunek 112 (912) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Gliniarze (1073) – serial kryminalny
18:00 Pierwsza miłość (4141) – serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:15 Gość Wydarzeń – program publ.
19:30 Sport
19:45 Pogoda

20:00 INFERNO **
thriller, USA/Węgry 2016

22:30 KOLEKCJONER KOŚCI ***
thriller, kryminalny, USA 1999

01:05 MISJONARZ **
sensacyjny, USA 2007

03:10 Nasz Nowy Dom – reality show
04:20 Kabaretowa Ekstraklasa – program rozr.
04:40 Disco Gramy – program muzyczno-rozr.
05:25 Telezakupy TV Okazje

tvn

05:40 Uwaga! – program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda (1536) – serial paradok.
06:50 Kuchenne rewolucje – program rozr.
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:25 Kuchenne rewolucje – program rozr.
13:35 Kartoteka (12) – serial fabularno-dokumentalny
14:40 Ukryta prawda (1605, 1606) – serial paradok.
16:50 Detektywi (218, 219) – serial kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! – program interwencyjny
20:10 Doradca smaku – magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (4152) – serial

20:55 MISSION: IMPOSSIBLE – FALLOUT ***
sensacyjny, USA/Chiny/Francja/Wielka Brytania/Norwegia 2018

00:00 BATMAN FOREVER ***
przygodowy, USA 1995

02:30 Kuba Wojewódzki – talk-show
03:40 Nastolatki rządzą… kasą – reality show
04:40 Uwaga! – program interwencyjny
04:55 Nauka jazdy – program edukacyjny

7 tvn

05:10 Ten moment (33) – serial paradok.
05:45 Szkoła (523, 448, 449) – serial paradok.
08:40 Ukryta prawda (1219, 1525, 1526) – serial paradok.
11:45 W-11 Wydział Śledczy (750-752) – serial kryminalny
13:55 Detektywi – serial kryminalny
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (5) – serial fabularno-dokumentalny
16:00 Sąd rodzinny (124) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Tajemnice miłości (36) – serial paradok.
18:00 Zagadki losu (12) – serial paradok.
19:00 Ukryta prawda (1633) – serial paradok.

20:00 ŚMIERTELNA GŁĘBIA **
thriller, USA/Wielka Brytania/RPA/Niemcy/Francja 2012

22:35 MATRIX: ZMARTWYCHWSTANIA **
s-f, USA/Australia 2021

01:30 GREMLINY 2 **
s-f, USA 1990

03:45 SOS Ekipy w akcji – program rozr.
04:45 Dorota was urządzi – magazyn poradnikowy

TVP LUBLIN

07:30 Agrobiznes Info 07:40 Agropogoda Info 07:45 Gość Poranka 08:05 Reporterzy 08:25 Kryminalna Siódemka 08:40 Wykrywacz kłamstw 09:05 Dlaczego krowa… 09:30 Reportaż 10:00 Złoty chłopak 11:00 Rok w ogrodzie 11:30 Sanatoria 12:00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie 12:30 Rączka gotuje 13:00 Agrobiznes 13:20 Agropogoda 13:30 Bez retuszu 14:20 Poznaj region 14:30 Program informacyjny 14.30 14:50 Pogoda 15:00 Koronka 15:20 Serwis 15:30 Panorama i pogoda 15:50 Prosto z lasu 16:05 Miłego popołudnia 16:45 Panorama i pogoda 16:50 Miłego popołudnia 17:50 Panorama i pogoda 17:55 Pałace i rezydencje Lubelszczyzny 18:10 Zdrowie w Twoich rękach 18:30 Panorama i pogoda 19:00 Afisz 19:20 Bezbłędnie 19:25 Cyberbezpiecznie 19:30 Całkiem niezła historia 19:45 Kryminalna Siódemka 20:00 Dziennik Regionów 20:10 Pogoda 20:10 Gość Regionów 20:30 Telekurier 21:00 Pogoda 21:02 Reportaż. Z lubelskiego 21:15 Gość Panoramy 21:30 Panorama i pogoda 22:00 Dziennik Regionów 22:20 Pogoda

eprasa.pl 3866f3208b

środa 28.01.2026

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze (346) – serial obyczajowy
06:15 Akacjowa 38 (782) – telenowela
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Rodzina (nie od) święta – magazyn
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam (73) – serial obyczajowy
09:00 Ranczo (70) – serial obyczajowy
10:00 Komisarz Alex (83) – serial
11:00 Ojciec Mateusz (58) – serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda – program informacyjny
12:40 Rok w ogrodzie – magazyn poradnikowy
12:55 Natura w Jedynce: Nieposkromione Wielkie Jeziora. Od źródeł po ocean – cykl dokumentalny
14:00 Wichrowe wzgórze (347) – serial obyczajowy
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy – magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej
16:05 Dziedzictwo (817) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18:10 Klan (4643) – telenowela
18:45 Akacjowa 38 (796) – telenowela
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – program publ.
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Zaraz wracam (74) – serial
20:55 Piłka nożna: Liga Mistrzów. 8. kolejka
23:10 C. K. DEZERTERZY, CZ. 2 ***
komedia, Polska/Węgry 1985
00:25 Wykrywacz kłamstw – magazyn
00:50 KOKO ***
komedia, Francja 1963
02:25 OCZY NIEBIESKIE **
obyczajowy, Polska 1994
03:50 Magazyn Ekspresu Reporterów – magazyn
04:45 Tacy byliśmy – Kombi – cykl reportaży

TVP 2

04:50 Rodzinka.pl (277) – serial
05:25 M jak miłość (1681) – serial
06:15 Pożyteczni.pl – magazyn
06:50 Barwy szczęścia (3303) – serial
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
11:50 Gwiazdorska kuchnia Ani – magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny – teleturniej
13:15 Panna młoda (7) – serial
14:05 Va Banque – teleturniej
14:35 Na sygnale (829) – serial fabularno-dokumentalny
15:05 La Promesa – pałac tajemnic (316) – telenowela
16:00 Koło fortuny – teleturniej
16:35 Familiada – teleturniej
17:20 Panna młoda (8) – serial
18:15 Va Banque – teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (3303, 3304) – serial obyczajowy
20:40 Przepis dnia – magazyn kulinarny
20:55 Na dobre i na złe (978) – serial
21:55 Na sygnale (831, 832) – serial fabularno-dokumentalny
22:50 Słowa od serca – magazyn
22:55 Peaky Blinders (26) – serial
00:00 KSIĘGARNIA W PARYŻU **
obyczajowy, Francja/Włochy 2021
01:45 Davos wojna szpiegów (2) – serial kryminalny
02:35 Jak zostać Japończykiem – film dokumentalny, Finlandia/Japonia/Francja 2023
04:15 Akacjowa 38 (319) – telenowela

polsat

05:55 Nowy dzień – program informacyjny
08:30 Malanowski i Partnerzy (142, 143) – serial fabularno-dokumentalny
09:30 Trudne sprawy (1188, 1189) – serial paradok.
11:35 Gliniarze (1123-1125) – serial paradok.
14:40 Dlaczego ja? (1433) – serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja – magazyn interwencyjny
16:30 Na ratunek 112 (913) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Gliniarze (1074) – serial kryminalny
18:00 Pierwsza miłość (4142) – serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Gość Wydarzeń – program publ.
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:55 DUŻE DZIECI **
komedia, USA 2010
22:05 WITAJCIE W DŻUNGLI **
przygodowy, USA 2003
00:20 ROK PIERWSZY **
komedia, USA 2009
02:35 Nasz Nowy Dom – reality show
03:45 Ewa gotuje – magazyn kulinarny
04:40 Disco Gramy – program muzyczno-rozr.
05:25 Telezakupy TV Okazje – telezakupy

tvn

05:40 Uwaga! – magazyn interwencyjny
05:55 Ukryta prawda (1537) – serial paradok.
06:50 Kuchenne rewolucje – program rozr.
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:25 Kuchenne rewolucje – program rozr.
13:35 Kartoteka (13) – serial fabularno-dokumentalny
14:40 Ukryta prawda (1607, 1608) – serial paradok.
16:50 Detektywi (220, 221) – serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! – magazyn interwencyjny
20:10 Doradca smaku – magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (4153) – serial
20:55 ZIELONA MILA ****
dramat, USA 1999
00:50 Nieobecni (7, 8) – serial
02:55 Anatomia piękna – program rozr.
03:55 Uwaga! – magazyn interwencyjny
04:10 MasterChef – program rozr.

7 tvn

05:10 Ten moment (34) – serial paradok.
05:45 Szkoła (524, 450, 452) – serial paradok.
08:40 Ukryta prawda (1220, 1527, 1528) – serial paradok.
11:45 W-11 Wydział Śledczy (753-755) – serial kryminalny
13:55 Detektywi – serial kryminalny
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny
16:00 Sąd rodzinny (125) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Tajemnice miłości (37) – serial paradok.
18:00 Zagadki losu (13) – serial paradok.
19:00 Ukryta prawda (1634) – serial paradok.
20:00 NA RAUSZU ****
dramat, Dania/Szwecja/Holandia 2020
22:35 ODNAJDĘ CIĘ **
sensacyjny, Polska 2018
00:15 Fenomen – film dokumentalny, Polska 2023
02:25 Pogromcy Chaosu – program poradnikowy
03:25 Żyjąc z potworem – serial dok.
04:25 Dorota was urządzi – magazyn poradnikowy

TVP LUBLIN

07:30 Agrobiznes Info 07:40 Agropogoda Info 07:45 Gość Poranka 08:05 Reporterzy 08:25 Kryminalna Siódemka 08:40 Wykrywacz kłamstw 09:05 Moje zdrowie 09:30 Piosenka u Ciebie 10:00 Złoty chłopak 11:00 Zielnik regionalny 11:30 Wiek to tylko liczba 12:00 Telekurier 12:30 Górna półka smaku 13:00 Agrobiznes 13:20 Agropogoda 13:30 Daję słowo – Maciej Orłoś 14:30 Program informacyjny 14.30 14:50 Pogoda 15:00 Koronka 15:20 Serwis Info 15:30 Panorama i pogoda 15:50 Kwadrans samorządowy 16:05 Miłego popołudnia 16:45 Panorama i pogoda 16:50 Miłego popołudnia 17:50 Panorama i pogoda 17:55 Zdarzenia 18:10 Reportaż w TVP3 Lublin 18:30 Panorama i pogoda 19:00 Magazyn Sportowy 19:15 Murale w mieście zaklęte 19:30 Całkiem niezła historia 19:45 Kryminalna Siódemka 20:00 Dziennik Regionów 20:10 Pogoda 20:10 Gość Regionów 20:30 Telekurier 21:00 Prognoza pogody 21:02 Login: NAuKA 21:15 Gość Panoramy 21:30 Panorama i pogoda 22:00 Dziennik Regionów 22:20 Pogoda 22:30 Złoty chłopak

czwartek 29.01.2026

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze (347) – serial
06:10 Akacjowa 38 (783) – telenowela
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Dobre Historie – magazyn
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:25 Zaraz wracam (74) – serial obyczajowy
09:05 Ranczo (71) – serial obyczajowy
10:05 Komisarz Alex (84) – serial kryminalny
11:00 Ojciec Mateusz (59) – serial kryminalny
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda – program informacyjny
12:40 To się opłaca – magazyn poradnikowy
12:55 Natura w Jedynce: Nieposkromione Wielkie Jeziora. Wielki chłód – cykl dok., Kanada/Austria 2022
14:00 Wichrowe wzgórze (348) – serial obyczajowy
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy – magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej
16:05 Dziedzictwo (818) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18:10 Klan (4644) – telenowela
18:45 Akacjowa 38 (797) – telenowela
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – program publ.
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam (75) – serial
21:10 Ojciec Mateusz (435) – serial
22:10 Sprawa dla reportera – magazyn
23:10 Zasada – film dokumentalny, Polska 2022
00:25 Wykrywacz kłamstw – magazyn
00:50 CZŁOWIEK MAFII **
thriller, USA 2015
02:35 C. K. DEZERTERZY, CZ. 2 ***
komedia, Polska/Węgry 1985
03:55 Sprawa dla reportera – magazyn

TVP 2

05:25 M jak miłość (1682) – serial
06:15 Operacja zdrowie – magazyn medyczny
06:50 Barwy szczęścia (3304) – serial
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
11:40 Słowa od serca – program
11:50 Podróż po jeden uśmiech (10) – cykl reportaży
12:30 Koło fortuny – teleturniej
13:15 Panna młoda (8) – serial
14:05 Va Banque – teleturniej
14:35 Na sygnale (830) – serial fabularno-dokumentalny
15:05 La Promesa – pałac tajemnic (317) – serial obyczajowy
16:00 Koło fortuny – teleturniej
16:35 Familiada – teleturniej
17:20 Panna młoda (9) – serial
18:15 Va Banque – teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (3304, 3305) – serial obyczajowy
20:45 Tak to leciało! – teleturniej muz.
21:45 SZEF ROKU ***
komedia, Hiszpania 2021
23:55 MORDERSTWA W MONTAUBAN **
kryminalny, Francja 2024
01:35 Lepsza połowa (22) – serial komediowy
02:15 Kruk. Czorny Woron nie śpi (4, 5) – serial kryminalny

polsat

05:55 Nowy dzień – program informacyjny
08:30 Malanowski i Partnerzy (144, 145) – serial paradok.
09:30 Trudne sprawy (1190, 1191) – serial paradok.
11:35 Gliniarze (1126-1128) – serial paradok.
14:40 Dlaczego ja? (1434) – serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja (5825) – magazyn interwencyjny
16:30 Na ratunek 112 (914) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Gliniarze (1075) – serial kryminalny
18:00 Pierwsza miłość (4143) – serial
18:50 Wydarzenia
19:15 Gość Wydarzeń – program publ.
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:55 MAMMA MIA: HERE WE GO AGAIN ***
komedia romantyczna, Wielka Brytania/USA/Japonia 2018
22:25 PARKINGOWY **
komedia, USA 2022
01:10 PLAN LOTU ***
thriller, USA 2005
03:25 Nasz Nowy Dom – reality show
04:40 Disco Gramy – program muzyczno-rozr.
05:25 Telezakupy TV Okazje – telezakupy

tvn

05:40 Uwaga! – magazyn interwencyjny
05:55 Ukryta prawda (1538, 1675) – serial paradok.
07:20 Natalia Maliszewska – goniąc marzenia – film dokumentalny
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:25 Kuchenne rewolucje – program rozr.
13:35 Kartoteka (14) – serial fabularno-dokumentalny
14:40 Ukryta prawda (1609, 1610) – serial paradok.
16:50 Detektywi (222, 223) – serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! – magazyn interwencyjny
20:10 Doradca smaku – magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (4154) – serial
20:55 Kuchenne rewolucje – program rozr.
22:00 RAZEM CZY OSOBNO? **
komedia, USA 2014
23:55 MISSION: IMPOSSIBLE – FALLOUT ***
sensacyjny, USA/Chiny/Francja/Wielka Brytania/Norwegia 2018
02:55 Szpital św. Anny (17) – serial
04:00 Uwaga! – magazyn interwencyjny
04:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (14) – serial kryminalny

tvn

05:10 Ten moment (35) – serial paradok.
05:45 Szkoła (525, 453, 454) – serial paradok.
08:40 Ukryta prawda (1221, 1529, 1530) – serial paradok.
11:45 W-11 Wydział Śledczy (756-758) – serial kryminalny
13:55 Detektywi – serial kryminalny
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny
16:00 Sąd rodzinny (126) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Tajemnice miłości (38) – serial paradok.
18:00 Zagadki losu (14) – serial paradok.
19:00 Ukryta prawda (1635) – serial paradok.
20:00 W STARYM DOBRYM STYLU ***
komedia, USA 2017
22:05 ZOSTAŃMY PRZYJACIÓŁMI **
komedia, USA/Kanada/Niemcy 2005
00:15 WAKACJE **
komedia, USA 2015
02:25 Żyjąc z potworem – serial dok.
03:25 SOS Ekipy w akcji – program rozr.
04:25 Dorota was urządzi – magazyn poradnikowy

TVP LUBLIN

07:30 Agrobiznes Info 07:40 Agropogoda Info 07:45 Gość Poranka 08:05 Reporterzy 08:25 Kryminalna Siódemka 08:40 Wykrywacz kłamstw 09:05 Całkiem niezła historia 09:30 Portfel Kowalskiego 10:00 Złoty chłopak 11:00 Zimowy ogród 11:30 Dlaczego krowa… 11:45 Turystyczna Jazda 12:00 Telekurier 12:30 Okrasa łamie przepisy 13:00 Agrobiznes 13:20 Agropogoda 13:30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz 14:20 Poznaj region 14:30 Program informacyjny 14.30 14:50 Pogoda 15:00 Koronka 15:20 Serwis Info 15:30 Panorama i pogoda 15:50 Magazyn Sportowy 16:05 Miłego popołudnia 16:45 Panorama i pogoda 16:50 Miłego popołudnia 17:50 Panorama i pogoda 17:55 Historie niezapisane 18:10 Agro wieści 18:30 Panorama i pogoda 18:59 Halo, Seniorzy! 19:30 Moje zdrowie 19:45 Kryminalna Siódemka 20:00 Dziennik Regionów 20:10 Pogoda 20:10 Gość Regionów 20:30 Telekurier 21:00 Prognoza pogody 21:02 Szept ziemi 21:15 Gość Panoramy 21:30 Panorama i pogoda 22:00 Dziennik Regionów 22:20 Pogoda 22:30 Złoty chłopak

piątek 30.01.2026

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze (348) – serial
06:10 Akacjowa 38 (784) – telenowela
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
07:30 Agape Blisko Ciebie – magazyn
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:20 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
09:00 Ranczo (72) – serial obyczajowy
10:00 Komisarz Alex (85) – serial
11:00 Ojciec Mateusz (60) – serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda – program informacyjny
12:40 Magazyn Rolniczy – magazyn poradnikowy
12:55 Natura w Jedynce: Nieposkromione Wielkie Jeziora (3) Cuda i tajemnice natury – cykl dokumentalny
14:00 Wichrowe wzgórze (349) – serial
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy – magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej
16:05 Dziedzictwo (819) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? (5822) – teleturniej muz.
18:10 Klan (4645) – telenowela
18:45 Akacjowa 38 (798) – telenowela
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – program publ.
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam (76) – serial
21:10 Komisarz Alex (274) – serial
22:10 Sekielski wieczorową porą – talk-show
23:15 POLOWANIE **
dramat, Polska 2023
01:20 JESIEŃ W NOWYM JORKU **
obyczajowy, USA 2022
02:55 Sekielski wieczorową porą – talk-show

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe (953) – serial
05:25 M jak miłość (1683) – serial
06:15 Anna Dymna – spotkajmy się – talk-show
06:50 Barwy szczęścia (3305) – serial
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
11:50 Operacja zdrowie – magazyn medyczny
12:30 Koło fortuny – teleturniej
13:15 Panna młoda (9) – serial obyczajowy
14:05 Va Banque – teleturniej
14:35 Na sygnale (831) – serial fabularno-dokumentalny
15:05 La Promesa – pałac tajemnic (318) – serial obyczajowy
16:00 Koło fortuny – teleturniej
16:35 Familiada – teleturniej
17:20 Panna młoda (10) – serial
18:15 Va Banque – teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (3305, 3306) – serial obyczajowy
20:45 Postaw na milion – teleturniej
21:45 To jest grane – magazyn muz.
22:25 LEGALNA BLONDYNKA ***
komedia, USA 2001
00:15 SZEF ROKU **
komedia, Hiszpania 2021
02:25 KSIĘGARNIA W PARYŻU **
obyczajowy, Francja/Włochy 2021
04:10 Akacjowa 38 (320) – telenowela

polsat

06:00 Nowy dzień – program informacyjny
08:00 Halo tu Polsat – program rozr.
11:30 Gliniarze (1129-1131) – serial fabularno-dokumentalny
14:40 Dlaczego ja? (1435) – serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja (5826) – magazyn interwencyjny
16:30 Na ratunek 112 (915) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Gliniarze (1076) – serial fabularno-dokumentalny
18:00 Pierwsza miłość (4144) – serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:15 Gość Wydarzeń – program publ.
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Disco Star (13) – program rozr.
21:45 WIĘZIEŃ LABIRYNTU: LEK NA ŚMIERĆ ***
przygodowy, USA 2018
00:55 DRAPACZ CHMUR **
sensacyjny, USA 2018
03:10 Nasz Nowy Dom – reality show
04:40 Disco Gramy – program muzyczno-rozr.
05:25 Telezakupy TV Okazje – telezakupy

tvn

05:40 Uwaga! – magazyn interwencyjny
05:55 Ukryta prawda (1539) – serial paradok.
06:50 Kuchenne rewolucje – program rozr.
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:25 Kuchenne rewolucje – program rozr.
13:35 Kartoteka – magazyn
14:40 Ukryta prawda (1611, 1612) – serial paradok.
16:50 Detektywi (224, 225) – serial kryminalny
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! – magazyn interwencyjny
20:00 HARRY POTTER I WIĘZIEŃ AZKABANU ****
przygodowy, USA/Wielka Brytania 2004
23:10 Szogun (3) – serial przygodowy
00:55 Kuba Wojewódzki – talk-show
02:10 Nieobecni (7, 8) – serial obyczajowy
04:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (15) – serial kryminalny
05:15 Nauka jazdy – program edukacyjny

7 tvn

05:10 Ten moment (36) – serial paradok.
05:45 Szkoła (526, 455, 456) – serial paradok.
08:40 Ukryta prawda (1222, 1531, 1532) – serial paradok.
11:45 W-11 Wydział Śledczy (759-761) – serial kryminalny
13:55 Detektywi (8) – serial kryminalny
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (8) – serial fabularno-dokumentalny
16:00 Sąd rodzinny (127) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Tajemnice miłości (39) – serial paradok.
18:00 Zagadki losu (15) – serial paradok.
19:00 Ukryta prawda (1636) – serial paradok.
20:00 KOLORY MIŁOŚCI **
melodramat, Kanada 2021
21:55 LIST W BUTELCE ***
obyczajowy, USA 1999
00:40 ŚMIERTELNA GŁĘBIA **
sensacyjny, USA/Wielka Brytania/RPA/Niemcy/Francja 2012
03:05 Żyjąc z potworem – serial dok.
04:05 Dorota was urządzi – magazyn poradnikowy

TVP LUBLIN

07:30 Agrobiznes Info 07:40 Agropogoda Info 07:45 Gość Poranka 08:05 Reporterzy 08:25 Kryminalna Siódemka 08:40 Wykrywacz kłamstw 09:05 Szlachetne zdrowie 09:30 Zakochaj się w Polsce 10:00 Złoty chłopak 11:00 Rok w ogrodzie 11:30 Prywatne życie zwierząt 12:00 Telekurier 12:30 Rosół polski 13:00 Agrobiznes 13:20 Agropogoda 13:30 Niebezpieczne związki 14:20 Niezwykłe miejsca 14:30 Program informacyjny 14.30 14:50 Pogoda15:00 Koronka 15:20 Serwis Info 15:30 Panorama i pogoda 15:50 Agro wieści 16:05 Miłego popołudnia 16:45 Panorama i pogoda 16:50 Miłego popołudnia 17:50 Panorama i pogoda 17:55 Dwory i dworki Lubelszczyzny 18:10 Zobacz, co słychać 18:30 Panorama i pogoda 19:00 Magazyn Sportowy 19:15 Niezwykłe historie z pocztówek 19:30 Dlaczego krowa… 19:45 Kryminalna Siódemka 20:00 Dziennik 20:10 Pogoda 20:13 Gość Regionów 20:30 Telekurier 21:00 Prognoza pogody 21:02 Zdarzenia 21:15 Gość Panoramy 21:30 Panorama i pogoda 22:00 Dziennik Regionów 22:20 Pogoda

eprasa.pl 3866f3208b

sobota 31.01.2026

TVP 1

04:05 REPUBLIKA DZIECI **
familijny, Polska 2021
06:20 Balans bieli – magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:40 Rok w ogrodzie – magazyn
08:05 Rok w ogrodzie Extra – magazyn
08:20 Pełnosprawni – magazyn
08:55 Ranczo (73) – serial obyczajowy
09:55 Komisarz Alex (86) – serial kryminalny
10:55 Ojciec Mateusz (61) – serial kryminalny
11:55 GWIAZDY W POŁUDNIE: PRAWDZIWE MĘSTWO **
western, USA 1969
14:10 Nie bądź ślepy na ślepowrona – film dokumentalny, Polska 2024
15:05 Tajemnice kultowych seriali – cykl dokumentalny
16:05 Dziedzictwo (820) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Żona dla Polaka – program rozrywkowy
18:40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – program publicystyczny
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Krew z krwi (4) – serial kryminalny
21:25 HIT NA SOBOTĘ: LĘK **
dramat, Polska/Niemcy/Szwajcaria 2023
23:15 KAZNODZIEJA Z KARABINEM **
dramat, USA 2011
01:30 POLOWANIE **
dramat, Polska 2023
03:40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny

TVP 2

05:10 Barwy szczęścia (3302, 3303) – serial obyczajowy
06:25 M jak miłość (1904) – serial obyczajowy
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
11:30 Górna półka smaku – magazyn kulinarny
12:05 Postaw na milion – teleturniej
13:05 Panna młoda (10) – serial obyczajowy
14:00 Familiada – teleturniej
14:35 Koło fortuny – teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2025 – widowisko muzyczne
16:20 Na dobre i na złe (978) – serial obyczajowy
17:20 Panna młoda (11) – serial obyczajowy
18:15 Va Banque – teleturniej
18:50 Słowo na niedzielę – program religijny
19:00 Informacje kulturalne – program informacyjny
19:25 Rodzinka.pl – serial komediowy
20:00 The Voice Senior – widowisko muzyczne
22:55 Słowa od serca – magazyn
23:05 COCO CHANEL ***
biograficzny, Belgia/Francja 2009
01:05 MORDERSTWA W MONTAUBAN **
kryminalny, Francja 2024
02:50 Akacjowa 38 (321, 322) – telenowela

polsat

06:00 Nowy dzień – program informacyjny
08:00 Halo tu Polsat – program rozrywkowy
11:00 Darek Stolarz – remont w 3 dni – program rozrywkowy
12:05 PIOTRUŚ KRÓLIK ***
familijny, USA/Australia 2018
14:15 WSPÓLNA CHATA **
komedia, USA 2012
16:40 DUŻE DZIECI **
komedia, USA 2010



18:50 Wydarzenia
19:15 Prezydenci i Premierzy – program publicystyczny
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:55 Neo-nówka. Żywot Mariana – program rozrywkowy
23:00 21 JUMP STREET ***
komedia, USA 2012
01:15 INFERNO **
sensacyjny, USA/Węgry 2016
04:00 Świat według Kiepskich – serial komediowy
04:40 Disco Gramy – program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje – telezakupy

tvn

05:55 Uwaga! – magazyn interwencyjny
06:10 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy
07:10 Magda gotuje internet – program rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:30 Na Wspólnej Omnibus – serial obyczajowy
13:25 Anatomia piękna – program rozrywkowy
14:30 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy
15:40 Skoki narciarskie: Puchar Świata, Willingen
18:25 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Uwaga! – magazyn interwencyjny
20:00 HARRY POTTER I CZARA OGNIA ****
przygodowy, USA/Wielka Brytania 2005
23:25 Szogun (4) – serial przygodowy
01:15 REFUGE **
horror, USA/Bułgaria 2023
03:00 Szpital św. Anny (18) – serial obyczajowy
04:00 Uwaga! – magazyn interwencyjny
04:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16) – serial kryminalny
05:10 Nauka jazdy – program edukacyjny

7 tvn

04:55 Szkoła (527) – serial paradokumentalny
05:50 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie – reality show
06:50 Batwheels – serial animowany
07:05 MIKOŁAJ I SPÓŁKA **
komedia, Francja/Belgia 2017
09:10 Ukryta prawda (1523-1526) – serial paradokumentalny
13:10 Detektywi (4) – serial kryminalny
14:05 Pogromcy Chaosu – program poradnikowy
15:10 ELF **
komedia, USA 2003
17:10 PLAYER ONE ****
przygodowy, USA/Indie 2018
20:00 STAR TREK ***
s-f, USA/Niemcy 2009
22:45 NICE GUYS ***
sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2016
01:15 ODNAJDĘ CIĘ **
sensacyjny, Polska 2018
03:00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny
04:00 Osadzone. Blok F – serial dokumentalny
04:35 Dorota was urządzi – magazyn poradnikowy

TVP LUBLIN

07:05 Polska o Poranku 08:05 Kryminalna Siódemka 08:25 Spotkania w świecie ciszy 09:00 Wykrywacz kłamstw 09:25 Telekurier 09:50 Korona Gór Polski 10:25 Gwiazdorska kuchnia Ani 11:00 Daję słowo: Maciej Orłoś 11:55 Film dokumentalny 13:00 Całkiem niezła historia 13:25 Sanatoria 14:00 Makłowicz w podróży 14:30 Magazyn Sportowy 14:45 Zobacz, co słychać 15:00 Koronka 15:20 Halo, Seniorzy! 15:50 Piosenka dla Ciebie 16:45 Kulturalnie mówiąc 17:12 Kwadrans samorządowy 17:30 Tydzień w polityce 18:10 Naturalnie w podróży 18:30 Panorama i pogoda 19:00 Wesołe lata Telewizji 19:30 Portfel Kowalskiego 20:00 Dziennik 20:10 Pogoda20:10 Gość Regionów 20:30 Interwencja 21:00 Prognoza pogody 21:05 Ci cholerni Polacy. Lotnictwo polskie 1939–1945 21:30 Panorama i pogoda 22:00 Dziennik Regionów 22:20 Pogoda 22:30 Kryminalna Siódemka

niedziela 1.02.2026

TVP 1

05:25 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
06:20 Słownik polsko@polski – talk-show
06:55 Słowo na niedzielę – program religijny
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
08:00 Tydzień – magazyn rolniczy
08:45 Zmiennicy (7) – serial komediowy
09:55 Ojciec Mateusz (435) – serial kryminalny
10:55 Komisarz Alex (274) – serial kryminalny
11:55 Między ziemią a niebem – program religijny
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem – program religijny
12:45 Pielgrzymi Nadziei – cykl reportaży
13:05 BBC w Jedynce: Serengeti – cykl dokumentalny
14:10 Dom (5) – serial obyczajowy
16:05 Dziedzictwo (821) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 U Pana Boga w Królowym Moście (7) – serial komediowy
18:40 Jaka to melodia? (5824) – teleturniej muzyczny
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – program publicystyczny
20:05 Sport
20:25 U Pana Boga w Królowym Moście (8) – serial komediowy
21:25 Żona dla Polaka – reality show
22:25 ROMANS NA GODZINY **
dramat, USA 2014
00:10 LĘK **
dramat, Polska/Niemcy/Szwajcaria 2023
01:55 PRAWDZIWE MĘSTWO **
western, USA 1969
04:10 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny

TVP 2

04:40 Barwy szczęścia (3304-3306) – serial obyczajowy
06:25 M jak miłość (1905) – serial obyczajowy
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
10:40 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka – magazyn
11:10 The Voice Senior – widowisko muzyczne
14:00 Familiada – teleturniej
14:35 Koło fortuny – teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2025 – widowisko muzyczne
16:15 Pamiętam Ciebie z tamtych lat – widowisko muzyczne
17:15 Hrabia Monte Christo (5) – serial kostiumowy
18:15 Pan Mama (42) – serial komediowy
18:55 LEGALNA BLONDYNKA ***
komedia, USA 2001
20:40 PODEJRZANI **
kryminalny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 1995
22:30 Słowa od serca – talk-show
22:40 Piotr Cugowski na dobry wieczór – widowisko muzyczne
23:45 Krucjata: Prawo serii (8) – serial kryminalny
00:50 COCO CHANEL ***
biograficzny, Belgia/Francja 2009
02:50 KAFARNAUM **
dramat, Liban 2018

polsat

06:00 Nowy dzień – program informacyjny
08:00 Halo tu Polsat – magazyn
10:50 JAK UKRAŚĆ KSIĘŻYC ***
animowany, USA/Francja 2010
12:55 ZAGINIONY ŚWIAT: PARK JURAJSKI ***
przygodowy, USA 1997
15:45 WIĘZIEŃ LABIRYNTU: LEK NA ŚMIERĆ **
s-f, USA 2018
18:50 Wydarzenia
19:15 Sport
19:25 Pogoda
19:35 Państwo w Państwie – program publicystyczny
19:55 CZARNA WDOWA ***
sensacyjny, USA 2021
22:50 PUKAJĄC DO DRZWI **
thriller, USA/Japonia/Chiny 2023
01:00 PRZYJACIELE Z KASĄ **
komedia, USA 2006
02:55 Świat według Kiepskich – serial komediowy
04:40 Disco Gramy – program muzyczno-rozrywkowy
05:25 Telezakupy TV Okazje – telezakupy

tvn

05:35 Uwaga! – magazyn interwencyjny
05:50 Ukryta prawda (1540) – serial paradokumentalny
06:45 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:25 Magda gotuje internet – program kulinarno-rozrywkowy
12:00 Co za tydzień – program rozrywkowy
12:40 Będzie pięknie – program poradnikowy
13:50 AKADEMIA POLICYJNA 4: PATROL OBYWATELSKI **
komedia, USA 1987
15:40 Skoki narciarskie: Puchar Świata, Willingen
18:25 Niezwykłe Stany Prokopa – program podróżniczy
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:50 WŁADCA PIERŚCIENI: DRUŻYNA PIERŚCIENIA ****
przygodowy, Nowa Zelandia/USA/Niemcy 2001



23:35 ŚMIERTELNA WYLICZANKA **
sensacyjny, USA 2002
02:05 Szpital św. Anny – serial obyczajowy
03:05 MasterChef – program kulinarny
04:35 Uwaga! – magazyn interwencyjny
04:55 Nauka jazdy – program edukacyjny

7 tvn

05:10 Szkoła (528) – serial paradokumentalny
06:05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie – reality show
07:00 Batwheels – serial animowany
07:45 Anatomia piękna – program rozrywkowy
08:50 LEGENDY SOWIEGO KRÓLESTWA: STRAŻNICY GA'HOOLE ***
przygodowy, USA/Australia 2010
10:50 Ukryta prawda (1527-1529) – serial paradokumentalny
13:50 Detektywi – serial kryminalny
15:50 EKSPRES POLARNY ***
przygodowy, USA 2004
17:55 PAJĘCZYNA CHARLOTTY ***
familijny, USA/Niemcy 2006
20:00 TARZAN: LEGENDA **
przygodowy, Kanada/Wielka Brytania/USA 2016
22:25 SZUKAJĄC SPRAWIEDLIWOŚCI **
sensacyjny, USA 1991
00:20 W STARYM DOBRYM STYLU ***
komedia, USA 2017
02:25 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny
03:25 Osadzone. Blok F – serial obyczajowy
04:00 Dorota was urządzi – magazyn poradnikowy

TVP LUBLIN

08:05 Kryminalna Siódemka Extra 08:35 Podlaskie w polskim filmie 08:55 Wiek to tylko liczba 09:25 Rok w ogrodzie 09:55 Magiczne Podhale z Sebastianem Karpiel-Bułecką 10:30 Tydzień 11:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 11:55 Całkiem niezła historia 12:20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie 12:55 Piosenka dla Ciebie 14:00 Rączka gotuje 14:30 Panorama 15:00 Koronka 15:20 Którędy po sztukę 15:25 Tydzień w polityce 16:05 Który Jesteś 16:20 Koncerty/Dokumenty w TVP Lublin 17:15 Było, nie minęło 17:40 Afisz 18:00 Strefa otwarta 18:30 Panorama i pogoda 19:00 Słonik nadziei 19:05 Kulturalnie mówiąc 19:30 Kryminalna Siódemka 20:00 Dziennik 20:10 Pogoda 20:13 Regiony na tak 20:30 Interwencja 21:00 Prognoza pogody 21:05 Budowniczowie świata 21:20 Języczek u wagi 21:30 Panorama i pogoda 21:45 Magazyn Sportowy 22:00 Dziennik Regionów

poniedziałek 2.02.2026

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze (349) – serial obyczajowy
06:10 Akacjowa 38 (785) – telenowela
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Studio Raban – magazyn
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:25 Zaraz wracam (75) – serial obyczajowy
09:05 Ranczo (74) – serial obyczajowy
10:05 Komisarz Alex (87) – serial kryminalny
11:00 Ojciec Mateusz (62) – serial kryminalny
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda – program informacyjny
12:40 Rok w ogrodzie Extra – magazyn
12:50 BBC w Jedynce: Serengeti 3 – Więzy krwi – cykl dokumentalny
14:00 Wichrowe wzgórze (350) – serial obyczajowy
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy – magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej
16:05 Dziedzictwo (822) – telenowela
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18:10 Klan (4646) – telenowela
18:45 Akacjowa 38 (799) – telenowela
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia – program publicystyczny
20:10 Sport
20:30 TEATR TELEWIZJI: KRUK Z TOWER
spektakl teatralny, Polska 2025
21:50 Postscriptum – dyskusja
22:25 Świat bez fikcji: Co się kryje pod katedrą Notre-Dame? - film dokumentalny, Francja 2024
23:30 Balans bieli – magazyn
00:15 PRYMAS. TRZY LATA Z TYSIĄCA **
dramat, Polska 2000
02:05 Wykrywacz kłamstw – magazyn
02:30 KAZNODZIEJA Z KARABINEM **
dramat, USA 2011
04:40 Pytanie dnia – program publicystyczny
05:05 Reporterzy – magazyn

TVP 2

05:30 M jak miłość (1684) – serial obyczajowy
06:20 Rodzina (nie od) święta – magazyn
06:50 Barwy szczęścia (3306) – serial obyczajowy
07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn
11:35 Słowa od serca – magazyn
11:45 Okrasa łamie przepisy – magazyn
12:15 Nabożeństwo Kościoła Ewangelicko-Reformowanego w Warszawie – relacja
13:15 Panna młoda (11) – serial obyczajowy
14:05 Va Banque – teleturniej
14:35 Na sygnale (832) – serial fabularno-dokumentalny
15:05 La Promesa. Pałac tajemnic (319) – serial obyczajowy
16:00 Koło fortuny – teleturniej
16:35 Familiada – teleturniej
17:20 Panna młoda (12) – serial obyczajowy
18:15 Va Banque – teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (3306, 3307) – serial obyczajowy
20:55 M jak miłość (1906) – serial obyczajowy
21:55 Na sygnale (833, 834) – serial fabularno-dokumentalny
22:55 Davos: wojna szpiegów (3) – serial kryminalny
23:45 PIRANIE **
dramat, Włochy 2019
01:50 Instynkt (5) – serial kryminalny
02:40 Akacjowa 38 – telenowela
03:35 Rodzinka.pl – serial komediowy

polsat

06:00 Nowy dzień – program informacyjny
08:30 Malanowski i Partnerzy (146, 147) – serial fabularno-dokumentalny
09:30 Trudne sprawy (1072, 1073) – serial paradokumentalny
11:35 Gliniarze (1132–1134) – serial fabularno-dokumentalny
14:40 Dlaczego ja? (1436) – serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja (5827) – magazyn interwencyjny
16:30 Na ratunek 112 (916) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Gliniarze (1077) – serial fabularno-dokumentalny
18:00 Pierwsza miłość (4145) – serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:15 Gość Wydarzeń – program publicystyczny
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 JURASSIC WORLD: UPADŁE KRÓLESTWO ***
przygodowy, USA/Chiny 2018
22:45 SNAJPER. JEDNOSTKA SPECJALNA G.R.I.T. **
sensacyjny, USA 2023
00:40 CZARNA WDOWA ***
przygodowy, USA 2021
03:30 Ewa gotuje – magazyn kulinarny
04:40 Disco Gramy – program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje – telezakupy

tvn

05:35 Uwaga! – magazyn interwencyjny
05:50 Ukryta prawda (1541) – serial paradokumentalny
06:45 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11:25 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy
13:35 Ukryta prawda (1613-1615) – serial paradokumentalny
16:50 Detektywi (217, 218) – serial kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:55 Uwaga! – magazyn interwencyjny
20:10 Doradca smaku – magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (4155) – serial obyczajowy
20:55 SKOK STULECIA **
sensacyjny, USA 2018
23:40 DZIEWCZYNA W CZERWONEJ PELERYNIE **
thriller, USA/Kanada 2011
01:40 Co za tydzień – magazyn rozrywkowy
02:20 Szpital św. Anny – serial obyczajowy
03:20 Uwaga! – magazyn interwencyjny
03:35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17) – serial kryminalny
04:35 Nauka jazdy – program edukacyjny

7 tvn

05:20 Ten moment – program obyczajowy
05:55 Szkoła (529, 458, 460) – serial paradokumentalny
08:45 Ukryta prawda (1223, 1533, 1534) – serial paradokumentalny
11:55 W-11 Wydział Śledczy (762–764) – serial kryminalny
14:00 Detektywi (9) – serial kryminalny
15:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (9) – serial fabularno-dokumentalny
16:00 Sąd rodzinny (128) – serial fabularno-dokumentalny
17:00 Tajemnice miłości (40) – program obyczajowy
18:00 Zagadki losu (16) – serial obyczajowy
19:00 Ukryta prawda (1637) – serial paradokumentalny
20:00 TORQUE: JAZDA NA KRAWĘDZI **
sensacyjny, USA 2004
21:50 W STARYM DOBRYM STYLU ***
komedia, USA 2017
23:50 W NOWYM ZWIERCIADLE: WAKACJE **
komedia, USA 2015
02:00 Żyjąc z potworem – serial dokumentalny
03:00 SOS Ekipy w akcji – program dokumentalny
03:55 Fachowcy – program poradnikowy

TVP LUBLIN

07:30 Agrobiznes Info 07:40 Agropogoda Info 07:45 Gość Poranka 08:05 Reporterzy 08:25 Kryminalna Siódemka 08:40 Sprawdzamy 09:05 Przed ekranem 09:15 Poznaj region 09:30 Prywatne życie zwierząt 10:00 Złoty chłopak 11:00 Regiony na tak 11:30 Przyrodnik na tropie 12:00 Kryminalna Siódemka 12:30 Okrasa łamie przepisy 13:00 Agrobiznes 13:20 Agropogoda 13:30 Rozmowy (nie)wygodne 14:10 Całkiem niezła historia 14:30 Program informacyjny 14.30 14:50 Pogoda 15:00 Koronka 15:20 Serwis Info 15:30 Panorama i pogoda 15:50 Magazyn Sportowy 16:05 Miłego popołudnia 16:45 Panorama i pogoda 16:50 Miłego popołudnia 17:50 Panorama i pogoda 17:55 Reportaż. Z lubelskiego 18:10 Studiuj w Lublinie 18:30 Panorama i pogoda 19:00 Magazyn Sportowy 19:30 Dlaczego krowa… 19:45 Kryminalna Siódemka 20:00 Dziennik 20:10 Pogoda 20:13 Gość Regionów 20:30 Kryminalna Siódemka 21:00 Prognoza pogody 21:02 Który Jesteś 21:15 Gość Panoramy 21:30 Panorama i pogoda 22:00 Dziennik 22:20 Pogoda

eprasa.pl 3866f3208b

Praca nadesłana na X Ogólnopolski konkurs TZ na wspomnienia miłosne

Powroty (cz. VI)

PORANEK W ZAMOŚCIU BYŁ WYJĄTKOWO MROŹNY, ALE W MIESZKANIU PANOWAŁO PRZYJEMNE CIEPŁO. Iza usiadła przy kuchennym stole, planując kampanię promocyjną dla nowej agroturystyki, którą postanowili otworzyć z Jakubem. Czuła, że wreszcie odzyskuje kontrolę nad własnym życiem. Igor bawił się w pokoju obok, a dźwięk jego radosnych okrzyków utwierdzał ją w przekonaniu, że podjęła dobrą decyzję.

Nagle rozległ się dzwonek do drzwi. Spodziewając się kuriera z dokumentami, otworzyła je bez wahania.

– Hey, Iza – usłyszała znajomy głos, który jeszcze kilka dni temu wywoływał w niej dreszcz przerażenia.

To był Ian. Stał przed nią w eleganckim, ciemnym płaszczu, który jednak wydawał się na niego za duży. Jego twarz była nienaturalnie blada, a pod oczami widniały ciemne cienie. Nie przypominał pewnego siebie biznesmena, przed którym uciekła z **Dublina**.

– Co tutaj robisz? Jak mnie znalazłeś? – wykrztusiła, przechodząc automatycznie na angielski – i kurczowo trzymając się klamki.

– Twoja mama nie jest tak nieugięta, jak myślisz. Musiałem cię zobaczyć. Nie odbierałaś telefonów, zablokowałaś mnie... – zaczął Ian, a jego głos drżał. – Proszę, pozwól mi wejść. Tylko na chwilę.

Zerknęła w stronę pokoju syna. Nie chciała, by mały widział Iana w takim stanie, ale wiedziała, że nie pozbędzie się go, rozmawiając na klatce. Cofnęła się, wpuszczając go do środka.

– Masz pięć minut.

Usiadł ciężko na krześle, nie zdejmując płaszcza. Spojrzał na nią wzrokiem pełnym dziwnego smutku.

– Popełniłem błędy, wiem. Myślałem, że pieniądze i status wystarczą. Ale bez was... bez ciebie i Igora to wszystko nie ma znaczenia. Wróćmy do domu. Zacznijmy od nowa. Kupię dom w dowolnym miejscu, jeśli tylko będziesz przy mnie.

– To nie jest kwestia domu, tylko tego, kim przy tobie byłam. A raczej kim nie mogłam być – odparła, krzyżując ramiona na piersi.

Spuścił głowę. Przez chwilę panowała ciężka cisza, przerywana jedynie tykaniem zegara. W końcu mężczyzna podniósł wzrok. W jego oczach pojawiły się łzy. – Nie proszę, żebyś mnie kochała. Proszę, żebyś pozwoliła mi być z wami zanim... zanim odejdę. I żebyś pozwoliła mi zabezpieczyć waszą przyszłość.



Czuła, że wreszcie odzyskuje kontrolę nad własnym życiem.

W TEJ SAMEJ CHWILI TELEFON IZY ZAWIBROWAŁ. TO BYŁ JAKUB. CHCIAŁ SIĘ UMÓWIĆ NA WSPÓLNY OBIAD. Stała bez ruchu, niczym sparaliżowana, wpatrując się w dokumenty.

– Dlaczego teraz? – szepnęła w końcu, nie odrywając wzroku od wyników badań.– Dlaczego przyjechałeś tutaj właśnie teraz, kiedy w końcu zaczęłam oddychać?

Ian podszedł do okna, z którego rozpościerał się widok na dachy Zamościa. Wyglądał na starszego o dekadę.

– Bo dopiero kiedy stoisz pod ścianą, widzisz, co naprawdę przegrałeś – odparł cicho. – Nie chcę litości, Iza. Chcę tylko, żeby Igor mnie zapamiętał.

W drzwiach kuchni stanęła Anna, mama Izy. W jej oczach malowało się głębokie zaniepokojenie. Choć nie darzyła zięcia sympatią, współczuła mu.

Jakub zadzwonił kolejny raz. Iza spojrzała na wyświetlacz i poczuła ból w piersi. Jak miała mu to powiedzieć? Jak miała wyjaśnić mężczyźnie, który stał się nadzieją na przyszłość, że jej przeszłość wróciła, by umrzeć na jej oczach?

– Muszę wyjść – rzuciła gwałtownie do Iana. – Nie możesz tu zostać. Zamelduj się w hotelu. Muszę to wszystko przemyśleć.

– Rozumiem – skinął głową z pokorą, która była do niego niepodobna. – Będę czekał na sygnał.

Iza pobiegła na Rynek Wielki. Śnieg znów zaczął prószyć, osiadając na kolorowych fasadach kamienic. Jakub czekał przy wejściu do restauracji, uśmiechnięty, z policzkami czerwonymi od mrozu. Gdy tylko ją zobaczył, jego uśmiech zgasł. Od razu poznał, że coś jest nie tak.

– Co się stało? Wyglądasz, jakbyś zobaczyła ducha – powiedział, biorąc jej lodowate dłonie w swoje.

– Bo go zobaczyłam – odpowiedziała, a łzy, które powstrzymywała od godziny, w końcu zaczęły płynąć. – Ian jest w mieście.

POCZUŁA, JAK DŁONIE JAKUBA SZTYWNIEJĄ. Przez chwilę w jego oczach mignął błysk zawodu i strachu, który tak dobrze znała.

– Przyjechał cię zabrać? – zapytał głosem pozbawionym emocji.

– Nie... To znaczy, on chce, żebyśmy wrócili, ale to nie jest najważniejsze. Jakub, on umiera.

Zapadła długa, gęsta cisza. Ludzie przechodzący obok nich śmiali się, ktoś robił zdjęcie ratusza, a dla nich czas się zatrzymał. Jakub odetchnął głęboko, patrząc w stronę wieży zegarowej. Jako człowiek, który porzucił wielkie miasto dla spokoju, jakim obdarzyło go Roztocze, rozumiał kruchość życia lepiej niż ktokolwiek inny.

– Chodźmy do środka, musisz usiąść – powiedział w końcu, prowadząc ją do ciepłego wnętrza lokalu.

Usiedli w ustronnym kącie. Iza opowiedziała mu o wszystkim.

– Nie mogę go w tej sytuacji zostawić, Kuba. Ale tak bardzo nie chcę z nim być...

Jakub milczał przez dłuższą chwilę, bawiąc się serwetką. W końcu podniósł wzrok.

– Pomogę ci przez to przejść. Jeśli on naprawdę jest chory, pomożemy mu. Nawet jeśli ten czas będzie najtrudniejszym w naszym życiu. Ale ty nie masz obowiązku być znowu jego żoną.

Te słowa przyniosły jej chwilową ulgę, ale gdzieś z tyłu głowy czaił się niepokój. Wiedziała, że choroba Iana zmieni wszystko.

Gdy wracała do domu, przejeżdżając obok hotelu, w którym zatrzymał się jej były partner, zauważyła go. Stał na zewnątrz, palił papierosa.

Zanim weszła do klatki schodowej bloku, odebrała wiadomość od Jakuba: „Dobranoc. Pamiętaj, że nie jesteś w tym sama”.

Marzycielka
Cd. za tydzień

POZNAJMY SIĘ

„Poznajmy się” to stała rubryka, w której osoby samotne mogą zamieścić swój anons. Do oferty należy dołączyć imię, nazwisko, adres do korespondencji, znaczek i kopertę. Te dane pozostaną do wyłącznej wiadomości redakcji. Anonse przyjmujemy również na adres e-mail: sekretariattz@onet.pl. Nasza redakcja nie informuje o adresach ani o imionach i nazwiskach osób przysyłających anonse. Pośredniczymy wyłącznie w przekazywaniu listów. Informacja o przetwarzaniu danych osobowych znajduje się na stronie internetowej Tygodnika Zamojskiego w zakładce „Polityka prywatności”.

Kawaler, 46 lat, jestem człowiekiem aktywnym, wierzącym i ciepłym, u drugiej osoby cenie szczerość, zaufanie, uczciwość i wierność. Chciałbym poznać kobietę, z którą stworzę solidny fundament pod przyszły związek, oparty na miłości oraz prawdziwym i szczerym uczuciu z kimś wartościowym i wierzącym, tak jak ja. Z kimś mającym pasje i marzenia, które również chce spełniać. Mój cel na przyszłość to – rodzina, dzieci i ciepły dom. Co ty na to? Jeśli jesteś po przejściach, czy masz dziecko, to nie problem, pisz śmiało. **Godło: „Razem” (20564)**

Na początku pozdrawiam wszystkie samotne kobiety. Ja również jestem samotnym mężczyzną 40 plus, wysokim brunetem o wzroście 182 cm, uczciwym, spokojnym i samotnym, bez jakichkolwiek nałogów, wykształcenie średnie-techniczne. Mieszkam i pracuję niedaleko **Zamościa**. Nie szukam przygód, lecz normalnej kobiety, w wieku 35-45 lat, z którą mógłbym się zaprzyjaźnić, a w przyszłości stworzyć szczęśliwą rodzinę. Pani może być ze wsi. Napisz do mnie i podaj numer telefonu, który przyspieszy kontakt. **Godło: „Zawsze razem” (20565)**

Drogie panie, jestem wolnym i wysokim mężczyzną, 60 lat, zmotoryzowanym, z własnym mieszkaniem, niezależnym finansowo i bez nałogów. Lubię sport, dobry film, wycieczki w plener na łono natury, a także spotkania towarzyskie w gronie przyjaciół. Cenię sobie ciepło domowego ogniska i rodzinną atmosferę. Jestem człowiekiem zaradnym, wesołym i towarzyskim, ale równocześnie samotnym. Nie szukam przygód, lecz poważnej kobiety bez nałogów, w stosownym wieku, która zechciałaby zamieszkać razem ze mną pod moim dachem. Napisz proszę, przecież to do odważnych świat należy. **Godło: „Poznajmy się” (20566)**

Atrakcyjny, wolny, wysoki i niezależny pod każdym względem mężczyzna, 60 plus, o szpakowatych włosach. Posiadam wykształcenie wyższe i prowadzę własną firmę. Interesuję się również sportem i polityką. Samotność dokucza mi coraz bardziej, dlatego bardzo chciałabym poznać miłą i sympatyczną kobietę, o miłej aparycji, równie samotną jak ja i w stosownym wieku, z którą mógłbym się zaprzyjaźnić, a w przyszłości stworzyć trwały i udany związek. Proszę napisz do mnie, a kto wie, co się zdarzy. Proszę o poważne oferty. **Godło: „Poznajmy się wreszcie” (20567)**

Jestem samotnym mężczyzną, wysokim brunetem, uczciwym i spokojnym, ale samotnym, bez nałogów, mam wykształcenie średnie-techniczne. Nie szukam przygód, lecz kobiety, w wieku 35-45 lat, z którą mógłbym się zaprzyjaźnić, a w przyszłości stworzyć szczęśliwą rodzinę. Napisz do mnie i podaj numer telefonu, który przyspieszy kontakt. **Godło: „Razem” (20568)**

Blondyn, 60 plus, wysoki, przystojny, zaradny, z poczuciem humoru, niezależny pod każdym względem, bez nałogów i zobowiązań finansowych oraz z własnym M. Lubię wycieczki, spacery oraz ład i porządek w domu. Pragnę poznać panią o miłej aparycji i spokojnym charakterze, potrafiącą szczerze i prawdziwie kochać oraz zadbać o dom i swojego mężczyznę. Zapewniam, że odwdzięczą się tym samym. Warunkiem jest brak nałogów, ponieważ ich nie toleruję. Proszę o poważne oferty, gdyż nie szukam przygód, a prawdziwej miłości, przyjaźni i obopólnego zrozumienia na dalsze dobre i złe chwile wspólnego życia. **Godło: „Czekam na list” (20569)**

Zmotoryzowany, niezależny finansowo, wysoki i przystojny mężczyzna bez nałogów. Mieszkam w **Zamościu**. Czuję się samotny, dlatego chciałabym poznać samotną i miłą panią bez nałogów, w wieku 50 plus, z którą mógłbym się zaprzyjaźnić, a w przyszłości stworzyć trwały związek, na dalsze dobre i złe chwile wspólnego życia. Proszę o poważne oferty z numerem telefonu, który przyspieszy kontakt. **Godło: „Samotny” (20570)**

eprasa.pl 3866f3208b



Tarotka i Trezorka świętowały (16 stycznia) okrągłe, 30. urodziny.

U misiów na urodzinach w zoo w Zamościu. Niedźwiadki Trampa kończą 30 lat

Tort i miodek

To był wyjątkowy dzień w zamojskim zoo. Niedźwiadki Tarotka i Trezorka świętowały (16 stycznia) okrągłe, 30. urodziny. Z tej okazji opiekunowie zadbali o prawdziwie urodzinową oprawę – tort.

– Doskonale wiemy, że niedźwiedzie są wszystkożerne. W zoo również mają urozmaiconą dietę. Pyszny kolorowy tort został przygotowany ze składników, które nasze misie jedzą na co dzień – czytamy na Facebooku zamojskiego zoo.

Tort był kolorowy, składał się z warzyw, owoców, jajek, mięsa i oczywiście miodu. Został zjedzony z apetytem i w ciągu zaledwie kilku minut.

Misiowe jubilatki to siostry. Urodziły się w styczniu 1996 roku w ogrodzie zoologicznym w **Bydgoszczy**. Ich mamą była Tina, a ojcem niedźwiedź Tramp. Do Zamościa przyjechały jako dziesięciomiesięczne maluchy. Niedźwiedzie można łatwo odróżnić: Trezorka ma ciemniejsze uszy.



Tort z miodem zniknął w ciągu kilku minut.

Niedźwiadki są wyjątkowe, bo swoje miejsce, oprócz gawry, znalazły także w logo zamojskiego zoo. Mają też swoje ulubione zajęcia i zabawki.

– To puste beczki z nawierconymi otworami. Wrzucamy do nich orzechy włoskie. Niedźwiedzie turlają beczkę, a orzechy wypadają przez dziurki – mówi **Tomasz Zwolak**, wicedyrektor zamojskiego zoo.

W codziennym menu niedźwiedzi są m.in. zupa z kaszy jęczmiennej na udkach drobiowych, warzywa, owoce, orzechy włoskie i oczywiście miód, który opiekun podaje im na długich drewnianych łyżkach. Misie potrafią wylizać je do ostatniej kropli.

Zimą niedźwiadki nie zapadają w sen. Jedzą wtedy mniej, są spokojniejsze i mniej aktywne.

– Jubilatkom życzymy kolejnych lat w dobrej kondycji, spokoju i jak najwięcej słońca – napisali mediach społecznościowych opiekunowie niedźwiadków. **her**

Zamojska pizza wśród najlepszych na Mistrzostwach Świata Pizzy we Włoszech

Pizzowy mistrz świata!

Tę informację otrzymaliśmy prosto z Włoch, nocą, niedługo po ogłoszeniu wyników Mistrzostw Świata Pizzy „Pizza Senza Frontiere" 2026, które odbywały się w **Rimini**. **Przemek Cypara** z Bramy Spotkań w **Zamościu** został mistrzem świata pizzy. Zwyciężył w kategorii „Pizza Senza Frontiere", czyli pizza i koktajl.

Przemek Cypara zdobył złoto za autorską pizzę połączoną z własnym drinkiem. Zwycięska kompozycja to „kurka a' szpek", czyli pizza na białym sosie z kurkami przywiezionymi z Polski, z dodatkiem szpeku (to surowy, dojrzewający, wędzony i podsuszany boczek), koperku i scamorzy – tradycyjnego włoskiego sera. Do pizzy Zamościanin dobrał prosty, świeży koktajl z dżinu, bazylii, limonki i soku z cytryny.



Przemek Cypara (z lewej) zdobył złoto za autorską pizzę połączoną z własnym drinkiem.

– Wywalczyliśmy to, jesteśmy naprawdę szczęśliwi, że mogliśmy promować Zamość we Włoszech. Tym bardziej, że we wszystkich konkurencjach startowało ponad 700 zawodników z całego świata, a wszystkie pizze powstawały na żywo – mówił mistrz chwilę po ogłoszeniu wyników.

W konkursie uczestniczył z **Łukaszem Ksjanem**, drugim pizzaiolo z Bramy Spotkań. Zamościanie startowali łącznie w 6 kategoriach, m.in. w tradycyjnej pizzy neapolitańskiej oraz kategorii pizza e birra (pizza do piwa). Prezentowali autorskie kompozycje.

Wśród nich znalazł się m.in. przygotowany przez Cyparę „cipolak", czyli zamojska odmiana cebularza, a w niej farsz z klarowanej cebuli z makiem na maśle, suszone żółtko jajka, rzodkiewka i szczypiorek. Łukasz Kasjan upiekł z kolei pizzę z gorgonzolą, gruszką, 'ndują, rukolą i orzechami.

Jak zapowiadają pizzaiolo z Bramy Spotkań, wszystkie sześć mistrzowskich pizz będzie można spróbować w Zamościu. Już dziś planują też kolejny start – w kwietniu, w **Parmie** (Włochy). **her**

ZALEW I TANEW

W niedzielę, 18 stycznia, nad zalewem w Zamościu spotkała się grupa Zamojskich Morsów. Skuty lodem akwen nie był przeszkodą. Miłośnicy morsowania wykuli przerębel, a następnie zażywali krótkich kąpieli w lodowatej wodzie. W spotkaniu wzięli udział zarówno stali bywalcy, jak i osoby, które dopiero zaczynają swoją przygodę z morsowaniem. – Atmosfera, mimo niskiej temperatury, jest zawsze dobra. Jest rozmowa, śmiech i poczucie, że robi się coś razem. Do tego morsowanie poprawia krążenie, wspiera odporność, pomaga się zahartować, poprawia sen i samopoczucie – mówi Sebastian Sokołowski, szef Zamojskich Morsów, zapraszając wszystkich chętnych do dołączenia do nich. Podkreśla, że grupa regularnie spotyka się nad zalewem w Zamość, często z innymi morsami z regionu. Jej członkowie jeżdżą też w „teren" – kilka dni temu morsowali w Tanwi. **her**





IM ZIMNIEJ, TYM LEPIEJ!

Morsy spod Młyna już morsują: koło młyna w Rudzie Żurawieckiej (gm. Lubycza Król.). Zapraszają: można się z nimi kąpać przez całą zimę, trzy razy w tygodniu. Morsowanie koło młyna w Rudzie Zurawieckiej ma wieloletnią tradycję. Leszek Woszczak, który stoi na czele morsów, przygodę z zimnymi kąpielami zaczynał 12 lat temu. Stowarzyszenie oficjalnie działa od 2018 r. i liczy nieco ponad 30 członków. Ale pod młynem wciąż pojawiają się nowe twarze. Wśród stałych bywalców, którzy morsują od lat, są m.in. Janek Ochab oraz Grzegorz Madej. Doświadczone morsy tłumaczą, że najlepsza pogoda na kąpiel jest wtedy, gdy ściśnie mróz i powietrze jest suche. Leszek Woszczak wyjaśnia, że przy temperaturze sięgającej minus 20 st. C. woda jest paradoksalnie cieplejsza od powietrza. Znacznie gorzej się morsuje, gdy powietrze jest wilgotne. Aby zacząć, wystarczy mieć odpowiednie buty chroniące stopy, kostium kąpielowy i odwagę, by zrobić pierwszy krok. Stowarzyszenie Morsy Spod Młyna zaprasza chętnych do wspólnych kąpieli pod młynem w Rudzie Zurawieckiej we wtorki i piątki o godz. 19 oraz w niedziele o godz. 15.

mm, Fot. E. Flis

eprasa.pl 3866f3208b

Czas studniówek

„Niech żyje bal!” – zaśpiewała tegoroczna maturzystka **Aleksandra Mazur**. Uczniowie I LO im. B. Głowackiego w **Tomaszowie Lub**. 17 stycznia w Hotelu Antoni bawili się na balu maturalnym. Poloneza, który tradycyjnie otwiera bal – w pierwszej parze poprowadził dyrektor szkoły, **Robert Wojciechowski**. Towarzyszyła mu uczennica **Aleksandra Fus**. Przed koleżankami, kolegami i gośćmi wystąpiły Aleksandra Mazur (śpiew) i **Karolina Niedorys** (keyboard). Młodzi bawili się do muzyki, serwowanej przez DJ. Za sto dni do egzaminu maturalnego w I LO w Tomaszowie Lub. przystąpi 156 uczniów.

Blisko 400 maturzystów II Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej w **Zamościu** bawiło się na balu maturalnym w sobotę, 24 stycznia w hali zamojskiego OSiR. Bal otworzyła dyrektor **Monika Maluha.** Były też podziękowania dla nauczycieli i rodziców oraz oczywiście tradycyjny polonez. Po jego odtańczeniu uczniowie ustawili się na parkiecie w kształcie wielkiego serca. Tak włączyli się w akcję WOŚP. Wewnątrz tego serca uczniowie Lena i Miłosz zatańczyli walca.

mm, her



I LO w Tomaszowie Lub. Fot. B. Grela



I LO w Tomaszowie Lub. Fot. B. Grela



I LO w Tomaszowie Lub. Fot. B. Grela



I LO w Tomaszowie Lub. Fot. B. Grela



I LO w Tomaszowie Lub. Fot. B. Grela

eprasa.pl 3866f3208b



II LO w Zamościu. Fot. her



II LO w Zamościu. Fot. her



II LO w Zamościu. Fot. her


II LO w Zamościu. Fot. her



II LO w Zamościu. Fot. her


II LO w Zamościu. Fot. her

eprasa.pl 3866f3208b

Smaki dzieciństwa



On sam najbardziej lubi sodziaki na maśle z jabłkiem prażonym – przysmak, który w dzieciństwie serwowała mu babcia. **Marcin Sikora**, jeden z najbardziej cenionych kucharzy z naszego regionu przez kilkanaście lat był szefem kuchni w Hotelu Arte, obecnie jest ambasadorem Winiarni Zamojskiej (tworzy dla nich autorskie przepisy kulinarne), pracuje też jako doradca kulinarny dla firm z branży gastronomicznej, organizuje szkolenia, warsztaty, pokazy i inne kulinarne wydarzenia. Szefuje ponadto Kołu Gospodyń Wiejskich w **Niedzieliskach** (gm. Szczebrzeszyn) – mają na koncie sporo wspólnych sukcesów, w tym – założenie pierwszej w regionie farmy dyniowej. Prowadzi też stronę internetową wcinajpolske.pl. – Bloga założyłem, bo kocham kuchnię polską. Choć lubię ją w nieco nowocześniejszym, ciekawszym wydaniu. Już wszyscy tak mamy, że smaki dzieciństwa – a są nimi przede wszystkim dania kuchni polskiej – wywołują przyjemne wspomnienia z tego beztroskiego okresu. I takich smaków szukamy też w restauracjach, takie lubimy najbardziej – mówi. Z czytelnikami TZ podzielił się przepisami na kilka swoich pysznych dań.

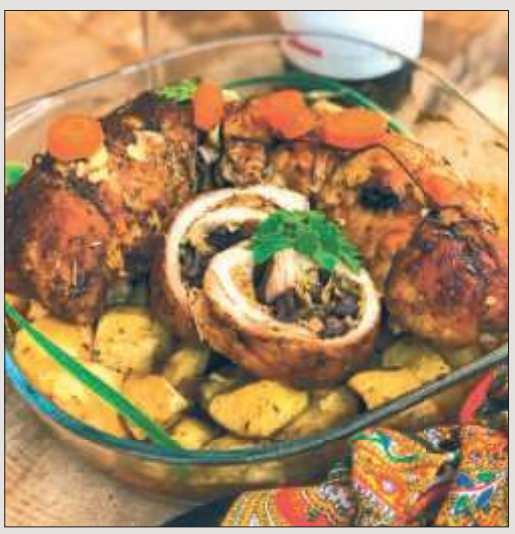
Leniuchy, czyli gołąbki z kaszą gryczaną i grzybami



Składniki: 250 g ugotowanej w 80 proc. (a więc trochę na twardo) kaszy gryczanej palonej, 15 liści kiszonej kapusty (lub blanszowanych białej), 150 g cebuli, 2 ząbki czosnku, 200 g borowików lub pieczarek, 1 łyżeczka lubczyku, 1/2 łyżeczki majeranku, 1 łyżeczka pieprzu ziołowego, 600 ml wywaru warzywnego, 300 ml kwasu z kapusty (opcjonalnie), 2 liście laurowe, 3 ziarna ziela angielskiego, olej, sól, pieprz, olej lniany.

Przygotowanie: na patelni zeszklić na oleju cebulę z czosnkiem, dodać grzyby i podsmażyć, a pod koniec dodać lubczyk i majeranek. Kaszę połączyć z grzybami, doprawić solą oraz pieprzem. Farsz nakładać na liście i zawijać gołąbki. Układać ciasno w naczyniu, zalać wywarem (i kwasem, jeśli liście były blanszowane), dodać liście laurowe i ziele angielskie. Piec pod folią w temp. 150 st. C. przez ok. 50 min. Podawać z olejem lnianym lub rzepakowym.

Rolada ze schabu z porem i śliwkami



Składniki: 600 g schabu, 200 g pora, 150 g pieczarek, 150 g śliwek suszonych, 3 ząbki czosnku, 100 g cebuli, sól, majeranek, pieprz, lubczyk, 180 g masła, 1/2 łyżeczki żelatyny, natka pietruszki, 800 g ziemniaków, 3 ząbki czosnku, majeranek, kminek, sól, 80 g masła.

Przygotowanie: ziemniaki wymieszać w misce z przyprawami, czosnkiem i roztopionym masłem, przełożyć do naczynia do pieczenia. Schab rozkroić w prostokąt i rozbić (mocniej na brzegach), doprawić solą, pieprzem, czosnkiem, majerankiem i lubczykiem. Na 100 g masła zeszklić cebulę, dodać pora, pieczarki i śliwki, podsmażyć, doprawić i dodać żelatynę. Po wystudzeniu dodać natkę. Farsz rozłożyć na mięsie, zwinąć i związać sznurkiem. Roladę ułożyć na ziemniakach, obłożyć resztą masła. Piec w temp. 140 st. C. przez ok. 40 minut, polewając powstającym sosem.

Parzybroda po naszemu



Składniki: 300 g kapusty kiszonej, 300 g kapusty białej, 250 g łopatki wieprzowej, 250 g boczku wędzonego, 150 g cebuli, 150 g marchewki, 150 g pietruszki, 1 łyżeczka czosnku, majeranek, lubczyk, kminek (mielony i ziarna), sól, pieprz, 200 g ziemniaków, smalec, 2 liście laurowe, 3 ziarna ziela angielskiego.

Przygotowanie: w garnku na smalcu podsmażyć boczek, łopatkę i cebulę. Zalać wodą, dodać liść laurowy, ziele angielskie i czosnek. Gotować, aż mięso zacznie mięknąć. Następnie dodać ziemniaki, warzywa i poszatkowaną białą kapustę. Gotować do miękkości (uzupełniając wodę w razie potrzeby). Gdy kapusta zmięknie, dodać kapustę kiszoną i doprawić ziołami oraz solą i pieprzem. Gotować jeszcze ok. 10 min. Można zagęścić zasmażką.

Zupa cebulowa



Składniki: 4 średnie cebule, 2 marchewki, 1 pietruszka, 2 łyżki masła, lubczyk, tymianek, kminek mielony, kozieradka, 150 ml wina Rose, 1,5 l wywaru, sól, pieprz biały, 2 łyżki miodu.

Przygotowanie: warzywa obrać i pokroić w grubą kostkę. Do garnka wlać miód, dodać masło i chwilę karmelizować. Wrzucić warzywa, podlać winem i dusić do odparowania alkoholu. Zalać wywarem, dodać zioła i gotować pod przykryciem do miękkości. Całość zmiksować blenderem na gładki krem i doprawić solą oraz pieprzem. Podawać z grzankami z chleba z tymiankiem lub kminkiem.

Sałatka z kaszy pęczak z warzywami i kurczakiem



Składniki: 1 szklanka ugotowanego w 80 proc. pęczaku, 1 marchewka, 1 pietruszka, 200 g groszku, 200 g pora, 150 g pieczarek, 200 g fileta z kurczaka, 1 łyżeczka cukru, 100 g cebuli, olej, 2 ząbki czosnku, sól, pieprz, natka pietruszki. Sos: 2 łyżki musztardy francuskiej, sok z cytryny, 3 łyżki miodu, 2 ząbki czosnku, 100 ml oleju.

Przygotowanie: cukier wsypać na patelnię, dodać marchewkę i pietruszkę, chwilę karmelizować. Posolić, podlać wodą i udusić al dente. Na drugiej patelni podsmażyć kurczaka z cebulą i czosnkiem, dodać pieczarki i usmażyć. Dodać kaszę i chwilę smażyć, a następnie połączyć z warzywami i wystudzić. Dodać pora, groszek, natkę, sól, pieprz i sos. Sos przygotować, mieszając dynamicznie wszystkie składniki w zakręconym słoiku do uzyskania jednolitej konsystencji.

Twaróg roztoczański



Składniki: 700 g twarogu białego półtłustego, 1/2 łyżeczki lubczyku, 1/2 łyżeczki majeranku, 1/2 łyżeczki pieprzu ziołowego, 1/2 łyżeczki soli, 1/2 łyżeczki kminku mielonego, 1/2 łyżeczki kminku w ziarnach.

Przygotowanie: ser pokruszyć do miski, dodać wszystkie zioła i przyprawy, dokładnie wymieszać. Zwilżonymi wodą dłońmi formować krążki. W przypadku podania do białego barszczu, przygotować tydzień wcześniej, zawinąć w gazę lub pergamin i zostawić do wysuszenia. W wersji na kanapki uformowane krążki można obtoczyć w pieprzu cytrynowym, papryce, suszonej cebuli lub majeranku i przechowywać w lodówce.

Zebrała mm

eprasa.pl 3866f3208b

4 (312) Tygodnik obyczajowo-towarzyski

ISABEL CHCE DO STRASBURGA


Fot. European Union, 1998-2026, https://commons.wikimedia.org

Przed Sądem Okręgowym w **Warszawie** rozegrał się finał trwającej dekadę wojny domowej, której kulisy śledzi pół Polski. Były premier **Kazimierz Marcinkiewicz** (66 l.) wygrał walkę o zniesienie alimentów w kwocie 4,5 tys. zł miesięcznie, które płacił byłej żonie przez 10 lat. O tym, że nie musi już płacić, sąd zdecydował już w czerwcu zeszłego roku, ale wyrok był nieprawomocny. Niedawna decyzja SO, oddalająca apelację **Izabeli Olchowicz-Marcinkiewicz**, kończy sprawę w Polsce. Ale nie kończy ostatecznie: prawniczka słynnej „Isabel" zapowiedziała złożenie skargi do Europejskiego Trybunału Praw Człowieka. Argumentuje, że upływ czasu nie powinien być ważniejszy niż trudna sytuacja zdrowotna jej klientki, która po wypadku z 2014 r. ma ograniczoną sprawność ruchową. Marcinkiewicz ripostuje, że była żona (druga; porzucił dla niej pierwszą) jest aktywna zawodowo: pisze książki, poradniki, poezje i handluje nimi w sieci. Były premier na Instagramie nazwał swoje drugie małżeństwo „pomyłką życia".

ZENEK NIE ZATAŃCZY


Fot. Fryta 73 from Strzegom , CC BY-SA 2.0, https://commons.wikimedia.org

Szok w produkcji 31. edycji „Tańca z Gwiazdami". Choć jeszcze w październiku „Super Express" donosił, że **Zenon Martyniuk** (56 l.) podpisał umowę opiewającą na rekordowe kilkadziesiąt tys. zł za odcinek – król disco polo zrezygnował w ostatniej chwili z udziału z popularnym programie. Powodów nie podał. Ale wielu spekuluje, że być może przyczyną są głośne ostatnio wybryki jego syna. Na nieoficjalnej liście gwiazd, które w nowej edycji zawalczą o Kryształową Kulę są: **Mateusz Pawłowski**, **Iza Miko**, **Paulina Gałązka**, **Magdalena Boczarska**, **Piotr Kędzierski** oraz **Sebastian Fabijański**.

W USA JEST DROGO

Agata Rubik (39 l.), żona znanego kompozytora **Piotra Rubika** (57 l.) podliczyła w mediach społecznościowych grudniowe wydatki rodziny, która przeniosła się w zeszłym roku do USA. Pobyt w słonecznym Miami okazuje się dla Rubików wyjątkowo kosztowny: tylko na jedzenie wydali 4000 dolarów, czyli około 14,5 tys. zł. 1500 dolarów pochłonęły zwykłe zakupy


Fot. Fryta 73 from Strzegom - Piotr Rubik, CC BY-SA 2.0, https://commons.wikimedia.org

spożywcze, natomiast 2500 dolarów rodzina wydała na restauracje, wyjścia na kawę i matchę. To nie pierwsze narzekania Agaty na amerykańskie ceny – wcześniej informowała o horrendalnych kwotach za wizytę u psiego fryzjera (groomera) oraz za wykonanie badania USG.

TRUMP ZASTĄPIONY

Nie, nie na stanowisku prezydenta USA – a na igrzyskach. **Donald Trump** (79l.) nie weźmie udziału w ceremonii otwarcia zimowych igrzysk olimpijskich, która zaplanowana jest na 6 lutego na stadionie San Siro w **Mediolanie**. Biały Dom wydał oświadczenie, w którym wskazał skład amerykańskiej delegacji. Zamiast prezydenta, USA reprezentować będą: wiceprezydent **JD Vance** z żoną Ushą, sekretarz stanu **Marco Rubio** oraz ambasador **Tilman Fertitta**. Skład uzupełnią legendarni sportowcy, w tym mistrzowie olimpijscy: **Apolo Ohno**, **Evan Lysacek** oraz siostry **Jocelyne Lamoureux-Davidson** i **Monique Lamoureux-Morando**, złote medalistki w hokeju z **Pjongczangu**.


Fot. Daniel Torok - White HouseFacebook, https://commons.wikimedia.org


Fot. Eva Rinaldi from Sydney Australia

NAJPIĘKNIEJSZA NA ŚWIECIE?

Aktorka **Margot Robbie** (34 l.), znana z roli w filmie „Barbie", została ogłoszona najpiękniejszą kobietą świata według serwisu Ranker. Zdobyła 34 tys. głosów w plebiscycie, w którym oddano łącznie 6,6 mln głosów. Werdykt wywołał jednak ferment wśród internautów. W sieci zaroiło się od komentarzy uderzających w aktorkę – pisano, że „nie jest nawet blisko tytułu", dopytywano o **Monicę Bellucci** czy **Anę de Armas** i zarzucano, że wygrała jedynie dzięki popularności. Fani Robbie bronią jednak wyboru, przypominając, że w 2023 r. została wybrana najlepszą aktorką tego samego portalu, pokonując m.in. Zendayę.

SĘDZIA SIĘ MYLI

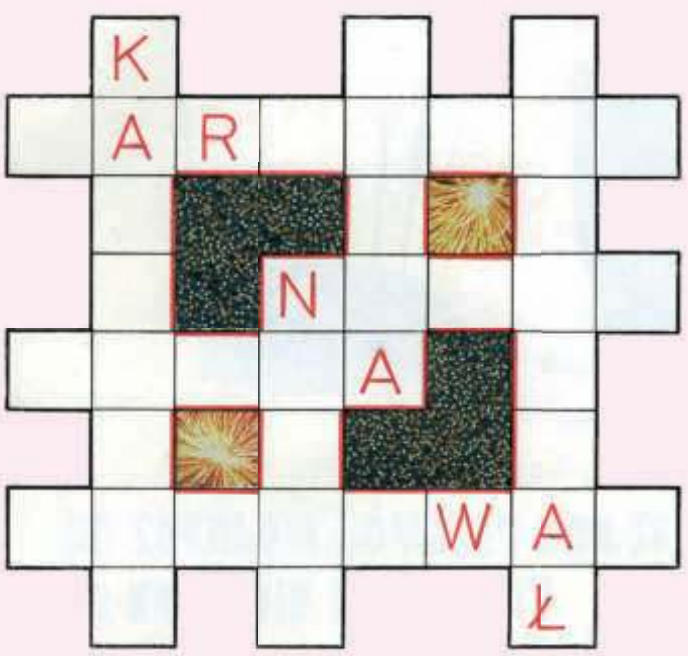
Z okazji Dnia Babci w „Dzień dobry TVN" wystąpiła sędzia **Anna Maria Wesołowska** (71 l.), znana z ekranów telewizyjnych. Prywatnie jest babcią aż sześciorga wnucząt. Sędzia w stanie spoczynku przyznała się do zaskakujących wpadek: zdarza jej się stać godzinę pod niewłaściwym przedszkolem lub szkołą. Czasami też zdarza się jej pomylić imiona wnuków: Emilki, Uli, Ignasia, Stasia, Ady i Oli. Wyznała też, że jako babcia jest skrajnie pobłażliwa – aktualnie śpi na, jak się wyraziła, „jakichś deseczkach", ponieważ pozwoliła wnukom skakać po łóżku, aż je połamały. Jak sama twierdzi, jako mama nigdy by na to nie pozwoliła, ale teraz „widzi sercem, a nie poczuciem obowiązku".


Fot. Koralli32-Praca własna, CC BY-SA 3.0, https://commons.wikimedia.org

Oprac. mm

KRZYŻÓWKA 4

JOLKA



– stolica kraju nad Morzem Czarnym,
– wnęka w ścianie budynku,
– okręg i miasto w północnym Pakistanie,
– twardy włoski ser podpuszczkowy,
– mityczna czarodziejka, córka króla Kolchidy,
– ziemniak,
– laska, oznaka władzy biskupa,
– waga towaru bez opakowania.

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI NOWOROCZNEJ

Hasło to: **„Jeszcze żaden bat nie powstrzymał lat".**

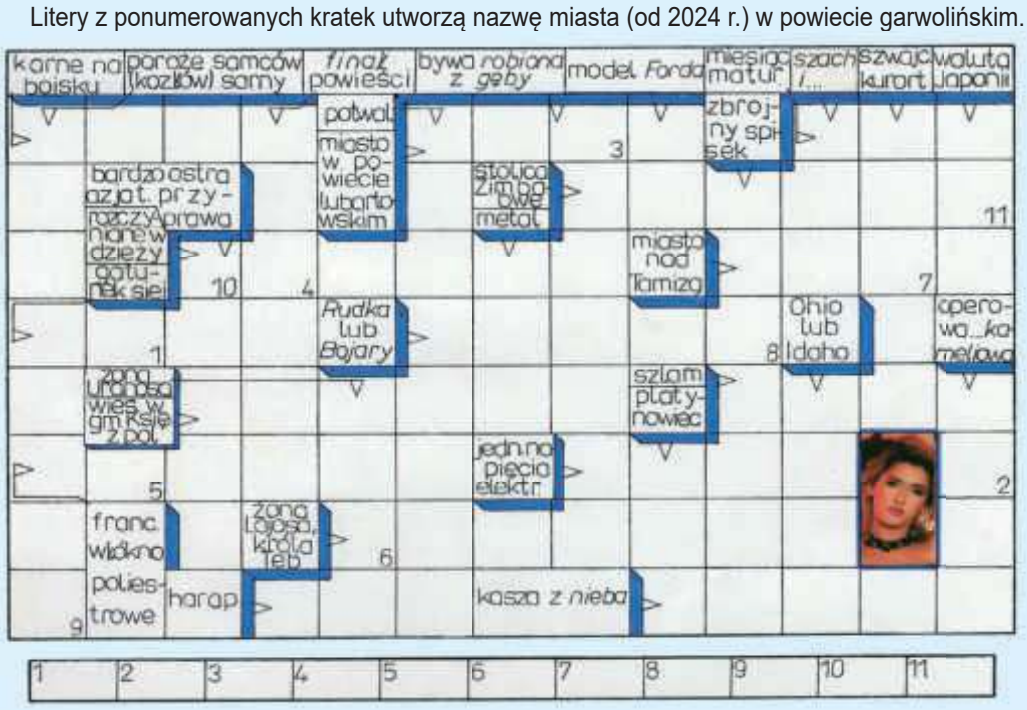
Nagrodę – gitarę klasyczną Alvaro Guitars No.20 Satin, którą ufundował **Salon Muzyczny Sopran**, mieszczący się w **Zamościu przy ul. Piłsudskiego 53** – wylosowała:

Bogusława Danilewicz z **Zamościa**.

Po odbiór nagrody zapraszamy do redakcji TZ.

PANORAMKA

Litery z ponumerowanych kratek utworzą nazwę miasta (od 2024 r.) w powiecie garwolińskim.



eprasa.pl 3866f3208b



Józef Koper otrzymał tytuł Prezesa Honorowego OSP Grabowica.

Druhny i druhowie podziękowali dh. Józefowi Koprowi za lata oddanej służby

Strażak honorowy

Przez 56 lat był strażakiem-ochotnikiem, przez 50 – prezesem OSP. Teraz Józef Koper, w uznaniu zasług, decyzją Zarządu OSP **Grabowica** – otrzymał tytuł Prezesa Honorowego.

16 stycznia w Grabowicy (gm. Susiec) odbyło się zebranie sprawozdawczo-wyborcze. Podczas tego spotkania, w imieniu strażaków z Grabowicy, wdzięczność za lata pracy społecznej i gotowość do niesienia pomocy wyrazili dh **Joanna Kowalczuk**, dh **Krzysztof Byra** oraz dh **Wiesław Caryk**.

W wydarzeniu wzięli udział także zaproszeni goście. Powiat Tomaszowski reprezentował radny Rady Powiatu **Tadeusz Suski**. Obecni byli również: przewodnicząca Rady Gminy Susiec **Urszula Bartoszek**, emerytowany kapelan Wojska Polskiego ks. ppłk **Eugeniusz Łabisz**, komendant gminny Związku OSP RP w **Suścu Szczepan Łasocha** oraz prezes Zarządu Oddziału Gminnego ZOSP RP w Suścu **Piotr Korkosz**.

Józef Koper wstąpił do ochotniczej straży pożarnej w Grabowicy w 1969 r. Funkcję prezesa pełnił przez pół wieku – od 1975 do 2025 r. Wyrazem uznania dla zasług jubilata była też pamiątkowa statuetka oraz kwiaty.

mm

KULTURA KUSI

Banknoty, tańce, ptaki

Miejska Biblioteka Publiczna w **Hrubieszowie** 27 stycznia o godz. 16 zaprasza na „Wieczór Taneczny przy Świecach”, a także aromatycznej kawie i herbacie.

W Tomaszowskim Domu Kultury w **Tomaszowie Lub.** 29 stycznia o godz. 17 odbędzie się Powiatowy Przegląd Kolęd i Pastorałek. To nowy termin – wcześniejszy „odwołała” awaria wodociągu w mieście. Wstęp wolny.

Zamojski Dom Kultury w **Zamościu** zaprasza 27 stycznia o godz. 9 i 11 na koncert noworoczny „Z kolędą przez Polskę”. Wystąpi Zespół Pieśni i Tańca Zamojszczyzna, który zaprezentuje tradycyjne kolędy, tańce narodowe oraz scenki przybliżające dawne obrzędy bożonarodzeniowe. Bilety są po 15 zł.

Książnica Zamojska w **Zamościu** zaprasza 28 stycznia o godz. 16 na spotkanie poświęcone powieści „Nie opuszczaj mnie” **Kazuo Ishiguro**.

Klub Filmowy „Senso” w sali kinowej Akademii Zamojskiej 29 stycznia o godz. 18.30 zaprasza na pokaz dokumentu **Siergieja Łoźnicy** „Dwaj prokuratorzy”, opartego na wspomnieniach z sowieckiego gułagu. Bilety są po 12 i 25 zł.

W Zamojskim Domu Kultury 15 lutego o godz. 17 wystąpi **Edyta Geppert**. Artystka da recital, obejmujący piosenkę literacką, dramatyczną oraz kabaretową. Podczas koncertu będzie można usłyszeć utwory z jej bogatego dorobku, w tym z ostatniej płyty „The Best of”. Bilety są po 130, 140 i 150 zł.

W Zamojskim Centrum Ilustracji w **Zamościu** (w ZaK) otwarto wystawę „Wiersze staroświeckie, co wzruszają teraz”, poświęconą twórczości ks. **Jana Twardowskiego** w 20. rocznicę jego śmierci. Ekspozycja zbiera prace powstałe podczas Międzynarodowego Pleneru Ilustratorów w **Zwierzyńcu**. Prezentują je m.in.: **Adam Bańkowski**, **Joanna Hrk**, **Marianna Jagoda**, **Mikołaj Kamler** oraz **Serhij Michnowskij**. Poezja duchownego, unikająca patosu i pełna paradoksów, stała się inspiracją dla artystów z Polski, Ukrainy i Rosji.

W BWA Galerii Zamojskiej w **Zamościu** do 8 lutego można oglądać wystawę **Elżbiety Dudek** „Utkane srebrną nicią”. Artystka, absolwentka warszawskiej ASP, prezentuje rysunki monochromatyczne, tworzone kreską. Inspiruje się litografią, sztuką japońską oraz rysunkami **Albrechta Durera**.

W Zamojskiej Akademii Kultury w **Zamościu** otwarto Galerię Fotografii AZ. Inauguracyjną wystawą jest ekspozycja **Elżbiety Rogaczewskiej-Czempińskiej** zatytułowana „Nie tylko ptaki”. Fotografie autorka zrobiła m.in. w Dolinie Baryczy i na Maderze.

W Muzeum Regionalnym w **Krasnymstawie** do 8 lutego można oglądać wystawę „Banknoty kolekcjonerskie oraz monety kolekcjonerskie i okolicznościowe NBP emisji 2024”. Ekspozycja przygotowana przez kustosza **Artura Capałę** prezentuje numizmaty z Narodowego Banku Polskiego, w tym unikatowe banknoty próbne.

Również w muzeum w **Krasnymstawie** trwa wystawa modeli kartonowych i obrazów malowanych po numerach. Swoje prace – w tym makiety okrętów, samolotów, lokomotyw i czołgów wykonane na podstawie planów rzeczywistych jednostek historycznych – prezentują członkowie klubu modelarskiego „MINI”: **Tomasz Guz**, **Jakub Podgórski**, **Krzysztof Zarębski**, **Maciej Herbut** i **Łukasz Wdowiak**.

W Muzeum Zamojskim w **Zamościu** do marca czynna jest wystawa „Badania archeologiczne Muzeum w Zamościu”, otwierająca tegoroczny jubileusz 100-lecia placówki. Dokumentuje odkrycia na kilkunastu stanowiskach regionu prowadzone od 1981 r., w tym badania nad lokalizacją zamku w **Skokówce**.

W Muzeum Fortyfikacji i Broni Arsenał w **Zamościu** już tylko do 8 lutego prezentowana będzie wystawa „KL Ravensbrück. Obóz koncentracyjny dla kobiet 1939-1945…”. Można na niej oglądać m.in. oryginalne rysunki i przedmioty osobiste więźniarek z Zamojszczyzny. Scenariusz przygotowały **Kinga Kołodziejczyk** i **Julia Pomian**.

mm

Plakat Łukasza Zwolana, utalentowanego plakacisty z Zamościa z główną nagrodą

„Uwaga, wiadomość!”

Łukasz Zwolan, znany również pod pseudonimem Luk, po raz kolejny znalazł się wśród najlepszych, zdobywając główną nagrodę w ogólnopolskim konkursie Scamming Out! za plakat „Uwaga, wiadomość!”. To wizualna interpretacja hasła „Nie daj się złapać cyberprzestępcom – stop oszustwom w sieci”.

Podsumowanie drugiej edycji akcji odbyło się 13 stycznia we wnętrzach Królewskiej Galerii Rzeźby w Starej Oranżerii w Łazienkach Królewskich w **Warszawie**.

Na konkurs wpłynęło 774 prace, z których jury wybrało 30 plakatów finałowych, w tym dwa autorstwa Łukasza Zwolana. Zwycięski plakat oraz pozostałe wyróżnione zostaną zaprezentowane na wystawie w galerii plenerowej w Łazienkach Królewskich oraz w kampanii outdoorowej w centrum Warszawy.


Łukasz Zwolan i jego praca.

Łukasz Zwolan od lat swoimi plakatami komentuje aktualną sytuację: społeczną, polityczną, kulturalną, przyrodniczą. Doceniają to jurorzy z całego świata, nagradzając jego prace w najbardziej prestiżowych konkursach.

Łukasz Zwolan (38 l.) pochodzi z **Wierzbia** (gm. Łabunie), związany jest z Zamościem. Jest absolwentem Liceum Plastycznego im. B. Morando w Zamościu. Dyplom z wyróżnieniem uzyskał w 2008 r. w pracowni reklamy wizualnej, pod kierunkiem **Michała Mazurkiewicza**. W tym samym roku rozpoczął studia na Wydziale Grafiki i Malarstwa Akademii Sztuk Pięknych im. Wł. Strzemińskiego w **Łodzi**. Jego mistrzem jest **Lex Drewinski**, za którym chętnie powtarza „W plakacie odejmować znaczy dodawać”.

Od kilku miesięcy Łukasz Zwolan pracuje w wydziale kultury UM Zamość – jest referentem ds. projektowania graficznego w magistracie. Jego zadaniem jest stworzenie identyfikacji wizualnej marki turystycznej miasta Zamość.

her

„105 lat tak szybko zleciało, jakby ktoś otworzył drzwi i zamknął”

Urodziny najstarszej mieszkanki

Genowefa Lechowska z **Łabuń** obchodziła 105. urodziny. Urodziła się 10 stycznia 1921 r. Z dużą dozą prawdopodobieństwa można przyjąć, że jest najstarszą mieszkanką powiatu zamojskiego oraz województwa lubelskiego.

Genowefa Lechowska urodziła się w **Chodywańcach** w obecnym powiecie tomaszowskim. Krótko mieszkała w **Szewni**. W czasie wojny została wywieziona na roboty do Niemiec, a była wówczas w ciąży. Z tego też powodu zwolniono ją z robót.

Po powrocie zamieszkała w Łabuniach i spędziła w nich resztę życia. Przez kilkadziesiąt lat pracowała w miejscowym Domu Dziecka, najpierw prowadzonym przez Siostry Franciszkanki Misjonarki Maryi, a potem upaństwowionym.


Genowefa Lechowska wciąż cieszy się dobrym zdrowiem.

– Nie mam żadnego sposobu na długowieczność: żadnej diety i ziółek. Lubię wszystko jeść, ale najbardziej takie proste i wiejskie potrawy: pierogi, kapustę. W sumie nie myślałam, że pożyję tak długo. Tak szybko zleciało, jakby ktoś drzwi otworzył i zamknął – mówiła w wywiadzie, którego udzieliła **Dominice Saran-Kudybie** 5 lat temu, z okazji swoich 100. urodzin (tekst ukazał się w gminnym czasopiśmie „U źródeł”).

Stupięciolatka mieszka z rodziną i wciąż cieszy się dobrym zdrowiem i jeszcze lepszą pamięcią. Wspomnieniami dzieliła się także, gdy z okazji 105. urodzin odwiedzili ją wójt gminy Łabunie **Mariusz Kukiełka** oraz przewodnicząca Rady Gminy **Elżbieta Kuźma**. Jubilatka otrzymała kwiaty i życzenia.

Genowefa Lechowska urodziła jednego syna. Dochowała się jednak aż 9 wnuków, 21 prawnuków i 30 praprawnuków.

Z danych Zakładu Ubezpieczeń Społecznych wynika, że w ub. roku w województwie lubelskim żyło 138 stulatków. Najstarszym mieszkańcem regionu był 106-letni mężczyzna. W 2019 r. zmarła w wieku 110 lat **Marianna Błaziak** z **Łopiennika Górnego** w powiecie krasnostawskim. Była najstarszą mieszkanką Lubelszczyzny i trzecią najstarszą Polką. Obecnie najstarszą żyjącą osobą w Polsce jest **Jadwiga Żak-Stewart** z **Łodzi**, urodzona w lipca 1912 r. – ma 113 lat.

(ar)

eprasa.pl 3866f3208b

Amerykańska polityka niepokoi

Ostatnie wypowiedzi i decyzje urzędującego od 20 stycznia 2025 roku 47 Prezydenta USA, **Donalda Trumpa**, dotyczące zasadniczej rewizji m.in. relacji z najbliższymi sąsiadami: Kanadą i Meksykiem, najbliższymi sąsiadami czy z Europą i Chinami, sprawy własności Kanału Panamskiego, przywołują echa bardzo dawnego sposobu prowadzenia polityki przez Stany Zjednoczone.

Wypowiedzi i realne działania zaniepokoiły wielu obserwatorów, zarówno amerykańskiej, jak i europejskiej sceny politycznej. Warto więc w tym miejscu przypomnieć, jak w przeszłości realizowana była amerykańska polityka niezaangażowania w sprawy Europy i koncentrowania się wyłącznie na własnym interesie i jakie w przeszłości wynikały z tego konsekwencje.

Izolacjonizm amerykański

Koncepcja polityczna zakładająca zabezpieczenie państwa poprzez nieangażowanie się w sprawy międzynarodowe jest obecna w myśli politycznej Stanów Zjednoczonych od samego początku jego istnienia. Popularność oddzielenia i odizolowania od wszystkiego, czyli polityki izolacjonizmu były zarówno położenie geograficzne USA, jak i okoliczności i ideologia stojące za procesem emancypacji i uzyskania niepodległości angielskich kolonii na wschodnim wybrzeżu Ameryki Północnej.

Po uniezależnieniu się od europejskich protektorów klasa polityczna tworzącego się państwa stała na stanowisku, że angażowanie się w spory i wojny toczące się w Europie nie będzie służyć rozwojowi USA. Podstawą polityki USA w XVIII w., XIX w. i w pierwszej połowie XX w. nie był jednak izolacjonizm całkowity, jaki istniał w skrajnej formie w Japonii, która do połowy XIX w. nie była uczestnikiem międzynarodowych stosunków zarówno politycznych, jak i ekonomicznych.

Amerykańska odmiana izolacjonizmu opierała się na zasadzie, której podstawy nakreślił w swoim przemówieniu pierwszy prezydent Stanów Zjednoczonych **Jerzy Washington**. Jego proklamacja o neutralności z 1796 roku zakładała utrzymywanie jak najluźniejszych związków politycznych z innymi państwami, ze szczególną ostrożnością w kwestiach zawierania wszelakich umów czy sojuszy militarnych. Nie dotyczyło to oczywiście związków handlowych.

Koncepcję tą podtrzymał w czasie inauguracji swojej prezydentury w 1801 r. **Thomas Jefferson**, stwierdzając: „pokój, handel i przyjazne stosunki ze wszystkimi narodami, wiążące sojusze z żadnymi". Innymi słowy, doktryna ta oznaczała niechęć do zawierania sojuszy politycznych, przy zachowaniu otwartości w polityce ekonomicznej, wolnym handlu oraz akceptacji dla imigracji.

Doktryna Monroe'a

Powyższe cele najpełniej wyrażała następnie tzw. doktryna Monroe'a. Prezydent **James Monroe** przedstawił podstawowe założenia polityki zagranicznej USA, opracowane przez sekretarza stanu **Johna Quincy Adamsa**, w corocznym orędziu prezydenta do Kongresu wygłoszonym 2 grudnia 1823 roku. Wyrażały one sprzeciw wobec prób ekspansji państw europejskich na obu kontynentach amerykańskich oraz deklaracji nieangażowania się USA w konflikty w Europie i w sprawy wewnętrzne państw europejskich.

Założenia te posłużyły sformułowaniu hasła „Ameryka dla Amerykanów". Zgodnie tymi założeniami Stany Zjednoczone mogły interweniować na obszarze Ameryki Północnej i Południowej wobec ingerencji w rozwój państw amerykańskich oraz wykazywać neutralność w sprawach ściśle europejskich.


Jerzy Washington.


Donald Trump.

Było to działanie, mające na celu zapobiegnięcie ingerowaniu państw europejskich na półkuli zachodniej. Dzięki zapewnieniom doktryny Stany Zjednoczone mogły skupić się nie tylko na scaleniu ze sobą nowo nabytych obszarów, lecz na osiągnięciu dominacji na swoim kontynencie, następnie zaś – na zdominowaniu całej półkuli zachodniej.

Jak stwierdził amerykański historyk, **Hugh Brogan**, doktryna (Monroe'a) zawierała także kiełkujące aspiracje Stanów Zjednoczonych, aby narzucić własną hegemonię nad Nowym Światem – aspiracje, które w odpowiednim czasie dojrzeją do działania. Kluczowa w tej kwestii była zdefiniowana w doktrynie Monroe'a neutralność wobec konfliktów kolonii państw europejskich, nie zaś niepodległych państw półkuli zachodniej. Przypomnieć w tym miejscu należy toczące się już od 1810 roku wojny niepodległościowe ze strony kolonii hiszpańskich.

W samym roku 1821 niepodległość proklamowały Gwatemala, Honduras, Kostaryka i Meksyk. Dawało to Stanom Zjednoczonym możliwości zdobywania wpływów na obszarach niegdyś pozostających pod władaniem Hiszpanii.

Od 1880 r., dokonawszy podboju zachodu, kierowały się na południe. W trakcie prezydenckiej kadencji generała **Granta** w latach 1869-1877, teoria „objawionego przeznaczenia" odsłoniła charakter amerykańskich ambicji: dążenie do kontroli całego kontynentu. Stany Zjednoczone mówiły łagodnie o „obronie demokracji", a działając za pomocą metody grubego kija – wysyłały swoich żołnierzy.

Obok sporadycznych interwencji militarnych miały miejsce inwazje, których wynikiem było tworzenie protektoratów. Kluczowy dla tego punktu widzenia teorii był z pewnością rok 1898 i wojna hiszpańsko - amerykańska. Pretekstem do wypowiedzenia wojny była eksplozja w **Hawanie** amerykańskiego statku USS Maine 15 lutego 1898 roku, o wywołanie której oskarżono Hiszpanię. Ta zaś nie mogła dorównać hegemonowi półkuli zachodniej, którym już wtedy były Stany Zjednoczone. W wyniku tej wojny na mocy traktatu paryskiego z 1898 roku USA nie tylko przyłączyły do swoich obszarów Puerto Rico i wyspę Guam, lecz także zdobyły kontrolę nad Filipinami. Dodatkowo objęły protektorat nad Kubą, de facto choć nie de iure sprowadzając ją do roli swojej kolonii.

Przypieczętowaniem hegemonicznych skłonności USA było uzupełnienie do doktryny Monroe'a autorstwa prezydenta **Theodora Roosevelta** z 6 grudnia 1904 roku, przyznające Stanom pierwszeństwo w jakiejkolwiek interwencji na zachodniej półkuli.

Pretekstem do tego uzupełnienia było zapobiegnięcie działaniom militarnym ze strony Europy w celu pozyskania zwrotu długów zaciągniętych przez kraje Ameryki Łacińskiej. W efekcie jednak stanowiło ono doktrynalne uzasadnienie interwencji zbrojnych Stanów Zjednoczonych wobec kontynentu południowoamerykańskiego. Przykładami tego są m.in. meksykańska kampania graniczna, interwencje USA na Karaibach czy sprawa budowy Kanału Panamskiego.

Amerykański kanał

O budowie kanału żeglownego poprzez Przesmyk Panamski dla skrócenia transportu bogactw z Peru do Hiszpanii marzył też już w XVI wieku król **Karol V Habsburg**. Jednak budowę kanału zainicjował dopiero w 1879 roku Francuz **Ferdinand de Lesseps**, budowniczy Kanału Sueskiego.

Kierował on francuskim przedsiębiorstwem Compagnie Universelle du Canal Interocéanique, które w latach 1881-1889 prowadziło tu prace, przerwane jednak bankructwem firmy. W roku 1903 teren pod kanał (późniejszą Strefę Kanałową) wydzierżawili Amerykanie od nowo powstałego państwa Panamy, terytorium oderwanego od Kolumbii przy wsparciu USA. Kanał długości ponad 80 km (12 śluz) został zbudowany w latach 1904-1914, a oficjalnie otwarty w roku 1920.

> *Rola supermocarstwa, którą USA pełnią od lat 40. XX w., ale także charakter współczesnych stosunków międzynarodowych wyklucza powrót do polityki nie interwencjonizmu na wzór XIX-wieczny.*

Stał się on jedną z najważniejszych dróg wodnych świata, która wydatnie skróciła trasę, jaką musiały pokonywać wcześniej statki, np. droga morska z **San Francisco** do **Nowego Jorku** uległa skróceniu o 14 500 km. Podczas budowy Kanału Panamskiego zmarło około 25 tys. robotników, a około 20 tys. z nich zaraziło się malarią i żółtą febrą.

Przez ponad 75 lat Strefa Kanału Panamskiego znajdowała się pod jurysdykcją amerykańską, dopiero traktat w sprawie trwałej neutralności i funkcjonowania kanału podpisany w Panamie 7 września 1977 roku zapewnił Panamie prawa do terenu, którego ostateczne przekazanie przez Amerykanów odbyło się w 1999 roku.

Tendencje izolacjonistyczne w XX wieku

Wraz ze wzrostem potęgi przede wszystkim gospodarczej, Stanów Zjednoczonych w końcu XIX w. ich udział w światowej polityce rósł. Ambicje USA nie ograniczały jedynie do Ameryki Środkowej. Wspomnieć należy np. o zmuszeniu Japonii do otwarcia na handel w latach 1852-1854 czy też lata 1899-1890 i proklamowanie przez Stany Zjednoczone polityki „otwartych drzwi" w Chinach.

Niemniej, silne tradycje izolacjonistyczne spowodowały, że udział USA w I wojnie światowej od 1917 roku był niewspółmierny do ich potencjału gospodarczego, a Kongres amerykański ostatecznie nie zatwierdził ani traktatu wersalskiego z 1919 roku, ani akcesji USA do powstałej wówczas Ligi Narodów. W latach 30. XX w. Amerykę pochłonęła walka z Wielkim Kryzysem. W rezultacie USA miały minimalny wpływ na rozwój sytuacji na Starym Kontynencie i w żaden sposób nie zapobiegły wybuchowi II wojny światowej.

Znacząca rola na wszystkich frontach II wojny światowej uświadomiła Amerykanom skalę własnej potęgi. Olbrzymie osłabienie wszystkich państw europejskich, w tym potęg takich jak Wielka Brytania i Francja stworzyło próżnię, którą zaczęły wypełniać Stany Zjednoczone. Po wojnie konieczność powstrzymania Związku Radzieckiego i poczucie odpowiedzialności za pokój na świecie sprawiło, że Stany Zjednoczone stały się obecne militarnie, politycznie i ekonomicznie na każdym kontynencie, a w szczególności w Europie, która stała się główną sceną zimnowojennej rywalizacji bloków: zachodniego i wschodniego.

Rola supermocarstwa, którą USA pełnią od lat 40. XX w., ale także charakter współczesnych stosunków międzynarodowych wyklucza powrót do polityki nie interwencjonizmu na wzór XIX-wieczny.

Mimo tego, wciąż istnieje w Stanach Zjednoczonych nurt polityczny, który domaga się ograniczenia aktywności **Waszyngtonu** w świecie. Ostatnia dekada przyniosła wydarzenia i procesy, które doprowadziły do wzmocnienia argumentów neoizolacjonistów i spowodowały, że w nadchodzących latach istotnie może dojść do zmniejszenia zaangażowania USA w wybranych regionach świata.

Obecna popularność tego zjawiska ma swoje główne źródło w niepowodzeniu projektu eksportu demokracji, który uwikłał USA w dwie kosztowne i długotrwałe wojny. Dodatkowym czynnikiem jest kryzys gospodarczy i rosnące zadłużenie Ameryki, które w ciągu ostatnich 11 lat zwiększyło się prawie trzykrotnie. Fakt ten wpływa na wzrost popularności polityków koncentrujących swoje programy na sprawach wewnętrznych. Mimo tego, rozległość interesów Stanów Zjednoczonych w świecie powoduje, że trudno oczekiwać, aby zrezygnowały one z mocarstwowej roli. Można jednak spodziewać się ograniczania ze względów finansowych obecności w niektórych regionach. Ze względu na wzrost znaczenia Azji w polityce USA, zmiana ta może dotknąć państwa europejskie, w tym Polskę.

Oprac. Jacek Feduszka, fot. wikipedia.org

na podst. C. Mojsiewicz (red.), Leksykon współczesnych międzynarodowych stosunków politycznych, Wrocław 1998; P. Włuczkowski, Izolacjonizm a izolacjonizm amerykański. Wyróżnienie pojęciowe na podstawie analizy polityki zagranicznej USA na tle historycznym, Academic Journal of Modern Philology Vol. 4 (2015) 145–153; P. Pacuła, Symptomy neoizolacjonizmu w USA, „Bezpieczeństwo Narodowe", 2011, nr 19, s. 115-128.

eprasa.pl 3866f3208b

Mróz najbardziej szkodzi osobom starszym, z chorobami przewlekłymi, po alkoholu i dzieciom

Niebezpieczny mróz

Z policyjnych statystyk wynika, że tylko w styczniu z powodu wychłodzenia organizmu w Polsce zmarło ponad 20 osób. Już przy temperaturze powietrza wynoszącej około minus 17 st. C. nasze płuca stają się bardziej podatne na uszkodzenia.



Ekstremalne zimno powoli „wyłącza" organizm i może mieć tragiczne skutki.

Hipotermia

Gdy mechanizmy termoregulacji zawodzą, dochodzi do hipotermii, czyli spadku temperatury wewnętrznej ciała poniżej 35 st. C. Medycyna precyzyjnie definiuje etapy tego stanu. Z hipotermią łagodną mamy do czynienia gdy temp. ciała spada do 32-35 st. C. Ciało reaguje wówczas silnymi dreszczami, starając się wytworzyć ciepło poprzez pracę mięśni.

Hipotermia umiarkowana to stan, gdy ciało ma temp. od 28 do 32 st. C. Dreszcze ustają, tętno i oddech zwalniają, pojawia się groźna dla życia senność oraz dezorientacja.

Hipotermia głęboka następuje poniżej 28 st. C. To stan krytyczny, w którym funkcje układu sercowo-naczyniowego niemal zamierają, co może prowadzić do migotania komór serca i śmierci.

Mróz najbardziej szkodzi osobom starszym, dzieciom, niemowlętom, osobom z chorobami przewlekłymi (serca, krążenia, cukrzycą, chorobami układu oddechowego), a także tym, które są długo narażone na zimno, co prowadzi do hipotermii, odmrożeń, zawałów, udarów. Ekstremalne zimno powoli „wyłącza" organizm i może mieć tragiczne skutki. A wysiłek fizyczny taki, jak odśnieżanie, dodatkowo obciąża serce.

Tragiczne w skutkach może być przebywanie na mrozie pod wpływem alkoholu. Alkohol rozszerza naczynia krwionośne, dając złudzenie ciepła. W rzeczywistości przyspiesza wychłodzenie. Bardzo dużym zagrożeniem są także gwałtowne wahania temperatur, np. gdy wychodzimy z mocno ogrzanych pomieszczeń na zewnątrz.

Jak pomóc?

Osobę w łagodnej hipotermii trzeba przebrać w suche, ciepłe ubrania. Należy przykryć ją kocem, kołdrą itp., podać coś ciepłego do picia. Jeśli wychłodzenie jest silniejsze, należy taką osobę ułożyć z podkurczonymi kończynami, przykryć czymś ciepłym i wezwać pomoc.

Jeśli osoba w hipotermii jest nieprzytomna, trzeba sprawdzić czy oddycha i czy tętno jest wyczuwalne. Jeśli nie oddycha lub nie ma tętna, należy sprawdzić czy drogi oddechowe są drożne – i rozpocząć wentylację, a następnie resuscytację.

Mróz też leczy

Kontrolowana, laboratoryjna forma mrozu może być potężnym sojusznikiem w rehabilitacji. Krioterapia wykorzystuje temperatury znacznie niższe niż te spotykane w naturze – od minus 110 st. C do nawet minus 160 st. C. Kluczem do bezpieczeństwa jest tu całkowity brak wilgoci w powietrzu oraz precyzyjnie ograniczony czas zabiegu, który nie przekracza kilku minut.

Działanie krioterapii opiera się na gwałtownej, dwufazowej reakcji układu krwionośnego. W pierwszej fazie, pod wpływem skrajnego zimna, naczynia krwionośne gwałtownie się zwężają, kierując krew do wnętrza organizmu. Po opuszczeniu przez pacjenta kriokomory następuje faza druga: gwałtowne rozszerzenie naczyń i potężne przekrwienie tkanek.

Ten mechanizm działa silnie przeciwzapalnie poprzez obniżenie poziomu markerów zapalnych w surowicy krwi. Stymuluje też układ hormonalny do produkcji endorfin, co przynosi natychmiastową ulgę w bólu stawów i mięśni. Przyspiesza również regenerację.

Współczesna medycyna estetyczna i dermatologia wykorzystują te same właściwości do usuwania zmian skórnych poprzez ich miejscowe wymrażanie parami ciekłego azotu. Dzięki temu zabiegi są niemal bezkrwawe, a rany szybko się goją.

juliam

Ta metoda walki z nowotworami męskiego układu moczowo-płciowego to rewolucja

Mikrofalą w raka

W grudniu zeszłego roku w warszawskim Szpitalu Carolina zespół urologów: dr **Stefan W. Czarniecki**, dr **Marek Zawadzki** oraz dr n. med. **Marek Filipek** przeprowadził pierwsze w Polsce zabiegi Celowanej Terapii Mikrofalowej Raka Prostaty (TMA).

Ta innowacyjna metoda, stosowana dotychczas jedynie w nielicznych ośrodkach w Hongkongu, **Brukseli**, **Londynie** i **Mediolanie**, stanowi fundamentalną zmianę w podejściu do leczenia raka prostaty.



Zastosowanie technologii TMA niesie ze sobą szereg korzyści.

Precyzja zamiast skalpela

Celowana Terapia Mikrofalowa to procedura mikroinwazyjna, która opiera się na milimetrowej dokładności. Wykorzystuje zaawansowane obrazowanie z biopsji fuzyjnej, opartej na rezonansie magnetycznym i badaniu PET, aby zlokalizować ognisko choroby. Zamiast usuwania całego gruczołu, lekarze wprowadzają precyzyjną igłę bezpośrednio w miejsce nowotworu.

Dostarczana tą drogą energia mikrofalowa powoduje denaturację białek i nieodwracalną martwicę wyłącznie tkanek zmienionych chorobowo.

Minimalne powikłania

Zabieg odbywa się w ramach hospitalizacji jednodniowej i trwa zazwyczaj od 30 do 60 minut. A aktywna faza podawania energii zajmuje zaledwie kilka minut.

Procedura przeprowadzana jest w znieczuleniu ogólnym lub od pasa w dół. Po zabiegu pacjenci zazwyczaj nie zgłaszają dolegliwości bólowych. W zależności od położenia zmiany, część chorych może opuścić szpital bez cewnika, u innych jest on utrzymywany przez około trzy dni.

Zastosowanie technologii TMA niesie ze sobą szereg korzyści, które istotnie odróżniają ją od tradycyjnej chirurgii radykalnej czy radioterapii. Chodzi m.in. o minimalizację powikłań. Ryzyko wystąpienia nietrzymania moczu czy zaburzeń erekcji jest redukowane do minimum.

Co ważne, wykonanie terapii mikrofalowej nie zamyka drogi do zastosowania klasycznych metod leczenia w przyszłości, jeśli zajdzie taka potrzeba.

Choć technologia nie jest jeszcze szeroko znana i stosowana, to dotychczasowe wyniki są obiecujące – skuteczność w miejscu leczenia w perspektywie dwóch lat oceniono na ponad 90 proc.

juliam

Rak prostaty jest najczęściej diagnozowanym nowotworem u mężczyzn w Polsce. Rocznie choruje na niego ponad 20 tys. mężczyzn, a około 5,5-6 tys. Rak ten odpowiada za około 20 proc. wszystkich nowotworów złośliwych u mężczyzn.

Przełomowa metoda wykrywania Alzheimera

Z kropli krwi

Test, oparty na pobraniu niewielkiej próbki krwi z opuszka palca, ma w przyszłości zastąpić drogie i inwazyjne procedury, takie jak punkcja lędźwiowa w celu pobrania płynu mózgowo-rdzeniowego czy zaawansowane badania obrazowe mózgu w diagnostyce choroby Alzheimera.

Nowa technika koncentruje się na wykrywaniu trzech specyficznych białek – markerów choroby Alzheimera.

Prace nad nową metodą są prowadzone w ramach międzynarodowego projektu badawczego Bio-Hermes-002. W badaniach, prowadzonych na terenie takich państw jak Wielka Brytania, USA oraz Kanada, bierze udział grupa 1000 ochotników. Obejmuje ona szerokie spektrum pacjentów – od zdrowych, niezakwalifikowanych jako wykazujące zaburzenia poznawcze, po osoby w łagodnym i umiarkowanym stadium choroby.

Badacze mają nadzieję, że sukces ich przedsięwzięcia umożliwi tanie i szybkie diagnozowanie pacjentów bezpośrednio w gabinetach lekarzy rodzinnych. Mają też nadzieję, że nowa metoda pozwoli na wykrywanie zmian jeszcze przed wystąpieniem pierwszych widocznych objawów. Zakończenie prac nad tym nowym standardem diagnostycznym przewidziane jest na 2028 r.

juliam

Szczególnie silne reakcje zapalne wywoływały barwniki w kolorach czarnym i czerwonym

Uważaj na tatuaże

Choć wiele osób postrzega tatuaże jedynie jako zabieg estetyczny, badacze z Università della Svizzera Italiano w **Lugano** alarmują, że wprowadzanie barwnika pod skórę to poważna ingerencja, która trwale zmienia funkcjonowanie układu immunologicznego. Zespół badaczy poddał analizie toksyczność powszechnie stosowanych barwników.

Eksperymenty przeprowadzone na myszach wykazały, że barwnik nie pozostaje wyłącznie w miejscu aplikacji. Jego cząsteczki przemieszczają się wewnątrz organizmu, osiadając m.in. w węzłach chłonnych. A to prowadzi do powstania przewlekłego stanu zapalnego, który bezpośrednio oddziałuje na makrofagi – komórki odpowiedzialne za eliminację wirusów, bakterii oraz komórek nowotworowych. Szczególnie silne reakcje zapalne wywoływały barwniki w kolorach czarnym i czerwonym.

Z badań wynika, że z tatuażami powinny szczególnie uważać osoby cierpiące na choroby autoimmunologiczne. Wprowadzenie substancji obcej, która w przeciwieństwie do wypełniaczy kosmetycznych, pozostaje w ciele na lata, może drastycznie zaostrzyć przebieg schorzeń.



Z tatuażami powinny szczególnie uważać osoby cierpiące na choroby autoimmunologiczne. Fot. pixabay.com

Problemem może być też to, że skład chemiczny barwników jest bardzo złożony: mogą zawierać nawet 100 różnych substancji, z których każda ma potencjał uczulający.

Jeszcze bardziej niepokojące wnioski płyną z badań przeprowadzonych w Szwecji. Naukowcy z Uniwersytetu w **Lund**, analizując dane z Krajowego Rejestru Nowotworów ustalili, że posiadanie tatuażu może zwiększać o 21 proc. ryzyko wystąpienia chłoniaka. Według badaczy, nawet niewielki tatuaż na skórze generuje stały stan zapalny o niskim nasileniu, co sprzyja procesom nowotworowym w układzie limfatycznym.

juliam

eprasa.pl 3866f3208b

OGŁOSZENIE

Na podstawie art. 38 ust. 1, 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r., poz. 1445 z późn. zm.) w związku § 6 ust. 1, 2, 3, 6, 7 i § 15 ust. 1 Rozporządzenia Rady Ministrów z 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz. U. z 2021 r. poz. 2213) § 4 Uchwały Nr IV/29/07 Rady Gminy Komarów-Osada z dnia 22 lutego 2007 roku w sprawie określenia zasad nabywania, zbywania i obciążania nieruchomości stanowiących własność Gminy Komarów-Osada oraz ich wydzierżawiania lub najmu (Dz. Urz. Woj. Lub. Nr 86, poz. 1737 z późn. zm.) Wójt Gminy Komarów-Osada ogłasza **przetarg ustny ograniczony dla mieszkańców Gminy Komarów-Osada** (wybór formy przetargu jest uzasadniony zabezpieczeniem interesu społeczności lokalnej) na sprzedaż działki stanowiącej własność Gminy Komarów-Osada oznaczonej w ewidencji gruntów obrębu:

1. – **Komarów Osada numerem 933 o powierzchni 0,87 ha,** cena wywoławcza **55.000,00 złotych** (słownie: pięćdziesiąt pięć tysięcy złotych);
   - Śniatycze numerem 1055 o powierzchni 0,27 ha, cena wywoławcza 40.000,00 złotych (słownie: czterdzieści tysięcy złotych).
2. Przedmiotowe nieruchomości stanowią własność Gminy Komarów-Osada na podstawie księgi wieczystej ZA1T/00044335/9 prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Tomaszowie Lubelskim (działka numer 1055) i ZA1T/00044413/0 (działka numer 933) prowadzonych przez Sąd Rejonowy w Tomaszowie Lubelskim.
3. Ceny nieruchomości, które będą zobowiązani zapłacić nabywcy, zostaną ustalone w wysokości cen uzyskanych w wyniku przetargu i wymagane będą w terminie do zawarcia aktu notarialnego.
4. Zgodnie z obecnie obowiązującym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego Gminy Komarów-Osada uchwalonym Uchwałą Rady Gminy Komarów-Osada Nr X/64/2003 z dnia 5 grudnia 2003 roku, ogłoszonym w Dzienniku Urzędowym Województwa Lubelskiego z 2004 r. Nr 16, poz. 483 ze zmianami *działki przeznaczone są pod tereny budownictwa zagrodowego (działka numer 1055) oraz pod tereny upraw rolnych (działka numer 933).*
5. Nieruchomości przeznaczone są do sprzedaży.
6. Przeniesienie własności nieruchomości nastąpi w formie aktu notarialnego i **przy przenoszeniu prawa własności mają zastosowanie przepisy ustawy z dnia 11 kwietnia 2003 roku o kształtowaniu ustroju rolnego (Dz. U. z 2024 r., poz. 423 z późn. zm.).**
7. Przetarg odbędzie się **w dniu 5 marca 2026 roku**, w siedzibie Urzędu Gminy Komarów-Osada, o godzinie **8.30 na działkę numer 1055**, o godzinie **8.45 na działkę numer 933.**
8. Wadium w wysokości 20 % ceny wywoławczej należy wpłacić najpóźniej do **dnia 2 marca 2026 roku**, na konto Urzędu Gminy Komarów-Osada w PBS Zamość o/Komarów 28 9644 0007 2001 0050 0539 0001. **Za dzień wpłaty wadium uważa się dzień wpływu na konto Urzędu Gminy.** Wadium wpłacone przez osobę, która wygra przetarg zostanie zaliczone na poczet ceny nieruchomości, natomiast wadia wpłacone przez pozostałe osoby podlegają zwrotowi.
9. **Z dniem 2 marca 2026 roku upływa termin zgłoszenia uczestnictwa w przetargu.**
10. Uchylenie się osoby, która przetarg wygra, od zawarcia aktu notarialnego w ustalonym terminie, spowoduje unieważnienie przetargu z jednoczesnym przepadkiem wpłaconego wadium.
11. Ogłoszenie zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Komarów-Osada, na wioskowych tablicach ogłoszeń w miejscowości Komarów-Osada i Śniatycze, a także zamieszczone w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Komarów-Osada oraz na stronie **www.komarow.pl**.
12. Szczegółowe informacje o przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy Komarów-Osada w godzinach 7.30 – 15.30 lub telefonicznie 84 638 86 45, 84 615 31 02.
13. Zastrzega się możliwość odwołania bądź unieważnienia przetargu z przyczyn uzasadnionych.

(-) Wojciech Łoś
Zastępca Wójta

WÓJT GMINY SUSIEC

Wójt Gminy Susiec informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Susiec i na stronach internetowych Urzędu Gminy **www.susiec.pl** oraz w Biuletynie Informacji Publicznej **ugsusiec.bip.lubelskie.pl** od dnia **27.01.2026 r.** na okres **21 dni** zostały podane do publicznej wiadomości wykazy nieruchomości gminnych przeznaczonych do dzierżawy.

OGŁOSZENIE

Burmistrz Tyszowiec informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Tyszowcach od dnia 27 stycznia 2026 roku na okres 21 dni został wywieszony wykaz nieruchomości położonej w Mikulinie przeznaczonej do oddania w dzierżawę.

Szczegółowe informacje dotyczące nieruchomości można uzyskać na tablicy ogłoszeń tutejszego Urzędu Miejskiego lub pod telefonem (84) 66-12-135 oraz na stronie internetowej Urzędu – **www.tyszowce.pl** i w BIP na stronie **http://umtyszowce.bip.lubelskie.pl**

OGŁOSZENIE

Burmistrz Tyszowiec informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Tyszowcach od dnia 27 stycznia 2026 roku na okres 21 dni został wywieszony wykaz do oddania w najem budynku gospodarczego położonego w Klątwach stanowiącego mienie gminy.

Szczegółowe informacje dotyczące nieruchomości można uzyskać na tablicy ogłoszeń tutejszego Urzędu Miejskiego lub pod telefonem (84) 66-12-135 oraz na stronie internetowej Urzędu – **www.tyszowce.pl** i w BIP na stronie **http://umtyszowce.bip.lubelskie.pl**

OGŁOSZENIE

Na podstawie art. 38 ust. 1, 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 z późn. zm.) w związku z § 15 Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 roku w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz.U. z 2021 r. poz. 2213), § 4 Uchwały Nr IV/29/07 Rady Gminy Komarów-Osada z dnia 22 lutego 2007 roku w sprawie określenia zasad nabywania, zbywania i obciążania nieruchomości stanowiących własność Gminy Komarów-Osada oraz ich wydzierżawiania lub najmu (Dz. Urz. Woj. Lub. Nr 86, poz. 1737 z późn. zm.) Wójt Gminy Komarów-Osada ogłasza **ustny przetarg ograniczony (dla mieszkańców Gminy Komarów-Osada)** na dzierżawę działki stanowiącej własność Gminy Komarów-Osada, oznaczonej w ewidencji gruntów obrębu:

- Komarow Osada numerem 80 o powierzchni 0,40 ha (powierzchnia całkowita działki 22,50 ha);
- Komarów Osada numerem 57 o powierzchni 1,54 ha (powierzchnia całkowita działki 60,57 ha)
- Komarów Osada numerem 57 o powierzchni 0,63 ha (powierzchnia całkowita 60,57 ha).

Przedmiotowe działki stanowią własność Gminy Komarów-Osada na podstawie księgi wieczystej ZA1T/000473776/4 prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Tomaszowie Lubelskim.

Zgodnie z obecnie obowiązującym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego Gminy Komarów-Osada uchwalonym Uchwałą Rady Gminy Nr X/64/2003 z dnia 5 grudnia 2003 roku, ogłoszonym w Dzienniku Urzędowym Województwa Lubelskiego z 2004 r. Nr 16, poz. 483, z późniejszymi zmianami działki przeznaczone są pod tereny upraw rolnych.

Przetarg odbędzie się w dniu **5 marca 2026 roku** w sali Urzędu Gminy Komarów-Osada, ul. Rynek 15, 22-435 Komarów-Osada **o godzinie 9.00** na działkę numer 80, **o godzinie 9.15** na działkę numer 57 (powierzchnia 1,54 ha) i o godzinie 9.30 na działkę numer 57 (powierzchnia 0,63 ha). .

Cena wywoławcza:

- 350,00 zł rocznie za każdy hektar.

Wadium w wysokości równowartości 1 q pszenicy – **95,02 zł** (wysokość ustalona na podstawie Obwieszczenia Prezesa Głównego Urzędu Statystycznego z dnia 17 lipca 2025 roku w sprawie średniej krajowej ceny skupu pszenicy za okres 11 kwartałów poprzedzających drugie półrocze 2025 roku MP z 2025 r. poz. 656) należy wpłacić najpóźniej na trzy dni przed terminem przetargu, to jest do dnia **2 marca 2026 roku**, na konto Urzędu Gminy Komarów-Osada w PBS Zamość o/Komarów **28 9644 0007 2001 0050 0539 0001**. Za dzień wpłaty wadium uważa się datę wpływu na konto Urzędu Gminy. Wadium wpłacone przez osobę, która wygra przetarg zostanie zaliczone na poczet czynszu dzierżawnego, natomiast wadia wpłacone przez pozostałe osoby podlegają zwrotowi. **Z dniem 2 marca 2026 roku upływa termin zgłoszenia uczestnictwa w przetargu.**

Przy przetargu będą przestrzegane procedury zgodnie z Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 roku w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz. U. z 2021 r., poz. 2213).

Uchylenie się osoby, która przetarg wygra, od podpisania umowy dzierżawy w ustalonym terminie, spowoduje unieważnienie przetargu z jednoczesnym przepadkiem na wpłaconego wadium.

Z osobą, która wygra przetarg zostanie zawarta umowa dzierżawy na czas określony, to jest na 3 lata z możliwością dalszego przedłużenia.

Szczegółowe informacje o przetargach oraz działkach przeznaczonych do dzierżawy można uzyskać w Urzędzie Gminy Komarów-Osada, pokój numer 17 w godzinach 7.30 – 15.30 lub telefonicznie 84 638 86 45.

(-) Wojciech Łoś
Zastępca Wójta

OBWIESZCZENIE STAROSTY ZAMOJSKIEGO

Na podstawie art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz.U. z 2025 r. poz. 1691 z późn. zm.) w związku z art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. „O szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych" (tekst jednolity Dz.U. z 2024 r. poz. 311) zawiadamiam, że dla **Wójta Gminy Zamość** w dniu **16.01.2026 r.** wydana została decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej:

„Budowa drogi gminnej nr 110445L i 110401L w m. Borowina Sitaniecka"

- teren i działki nr ewid.: 60/10, 60/6, 153 - obręb Borowina Sitaniecka, gm. Zamość,
- działki przewidziane do zatwierdzenia podziału nieruchomości w decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej: dz. nr ewid. 65/6, 65/1, 60/9, 49/1, 66/5, 66/11, 66/2, 50, 52, 67/1, 51/1, 67/2, 51/2, 51/3, 53/1, 68, 53/2, 55, 69, 70, 56, 57, 58, 71/1, 59/11, 59/10 - obręb Borowina Sitaniecka, gm. Zamość,
- działki poza liniami rozgraniczającymi pod przebudowę: istn. sieci uzbrojenia terenu lub dróg innych kategorii, czasowe zajęcie: dz. nr ewid. 160, 65/6, 60/9, 49/1, 66/5, 66/11, 66/2, 51/1, 51/2, 68, 53/3, 54/8, 54/5, 57, 72/7, 72/8, 72/5- obręb Borowina Sitaniecka, gm. Zamość, dz. nr ewid. 77- obręb Czołki, gm. Sitno,

Zakres inwestycji obejmuje:

– budowę drogi wraz ze zjazdami i dojściami,
– przebudowa drogi dla pieszych,
– umocnienie skarp,
– budowa odwodnienia drogi,
– budowę oświetlenia ulicznego,
– przebudowę i budowę przepustów,
– przebudowę skrzyżowań z innymi drogami.

Decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

Z treścią decyzji można zapoznać się w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Zamościu ul. Przemysłowa 4, (I piętro, pokój nr 121) w godzinach pracy Starostwa.

Od decyzji jw. służy stronom odwołanie do Wojewody Lubelskiego za pośrednictwem Starosty Zamojskiego w terminie czternastu dni od dnia upływu 14-dniowego terminu, który zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego, uważany jest za równoznaczny z terminem doręczenia decyzji.

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY TOMASZÓW LUBELSKI

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz.1130) oraz w związku z art. 67 ust. 3 pkt z dnia 7 lipca 2023 r. o zmianie ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz niektórych innych ustaw (tekst jednolity Dz. U. z 2023 r. poz. 1688) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Tomaszów Lubelski Uchwały Nr XIX/176/2025 Rady Gminy Tomaszów Lubelski z dnia 28 sierpnia 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego miejscowość Pasieki w Gminie Tomaszów Lubelski.

Wnioski do projektu planu mogą być składne wyłącznie za pomocą formularza, który jest dostępny:

- w postaci elektronicznej w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Tomaszów Lubelski pod adresem: https://ugtomaszowlubelski.bip.lubelskie.pl/index.php?id=89&action=details&document_id=2123478

oraz

- w postaci papierowej - w pokoju nr 14 Urzędu Gminy Tomaszów Lubelski, ul. 29-go Listopada 9, 22-600 Tomaszów Lubelski.

Wnioski do w/w planu należy składać na piśmie na adres: Urząd Gminy Tomaszów Lubelski, ul. 29-go Listopada 9, 22-600 Tomaszów Lubelski, pocztą lub osobiście w Sekretariacie pok. nr 11, ul. 29-go Listopada 9, 22-600 Tomaszów Lubelski lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej w formie dokumentu elektronicznego na adres e-doręczeń: AE:PL-40334-44051-ABTAI-17 w terminie do dnia 20 lutego 2026 r.

Organem właściwym w sprawie rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Tomaszów Lubelski. Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy a także wskazanie, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem oraz przedmiot wniosku.

Ponadto na podstawie art. 39 ust. 1, art. 40, art. 46 pkt 1, art. 54 ust. 2 i ust. 3 ustawy z dnia

3 października 2008 r. o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa

w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. 2024 r. poz. 1112 ze zm.) zawiadamiam o przystąpieniu do sporządzenia prognoz oddziaływania na środowisko do ww. miejscowych planów.

Zainteresowani mogą składać wnioski do prognozy oddziaływania na środowisko:

- w formie pisemnej w siedzibie Urzędu Gminy ul. 29-go Listopada 9, 22-600 Tomaszów Lubelski
- ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Gminy w Tomaszowie Lubelskim, ul. 29-go Listopada 9, 22-600 Tomaszów Lubelski
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, o którym mowa w ustawie z dnia 18 września 2001 r. o podpisie elektronicznym na adres: sekretariat@tomaszowlubelski.pl

w terminie do dnia 20 lutego 2026 r.

Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Przedłożone wnioski podlegają rozpatrzeniu przez Wójta Gminy Tomaszów Lubelski.

Informuje się o możliwości zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy w siedzibie Urzędu Gminy w Tomaszowie Lubelskim w godzinach pracy Urzędu.

WÓJT GMINY
TOMASZÓW LUBELSKI

Obowiązek informacyjny:

Administratorem danych osobowych jest Wójt Gminy Tomaszów Lubelski, 22-600 Tomaszów Lubelski, ul. 29-go Listopada 9. Więcej informacji na temat przetwarzania danych osobowych w Urzędzie Gminy Tomaszów Lubelski znajduje się na stronie internetowej pod adresem: www.ugtomaszowlubelski.bip.lubelskie.pl/



Nadaj ogłoszenie drobne przez Internet: www.tygodnikzamojski.pl
oraz w naszych biurach
ZAMOŚĆ ul. Pereca 1, tel. 84 638 55 09, e-mail: tzm@za.onet.pl,
BIŁGORAJ ul. Bankowa 4a, tel. 84 688 02 39 (sklep „Forset"),
HRUBIESZÓW ul. Rynek 24, tel. 84 696 23 30,
TOMASZÓW LUB ul. Rynek 10, tel. 84 664 10 72



e-wydanie (w PDF-ie) tylko 2,50 zł, szczegóły na www.tygodnikzamojski.pl

eprasa.pl 3866f3208b

TYLKO 5 zł dodatkowo za zdjęcie



SPRZEDAM DOM, DZIAŁKA 30 A, KALINOWICE, PILNE! TEL 84 000 00 00

OGŁOSZENIA DROBNE ZE ZDJĘCIEM



SPRZEDAM PORCHE BOXTER, 2012 ROK, BEZWYPADKOWY, TANIO, TEL. 84 000 00 00

TYLKO 5 zł dodatkowo za zdjęcie

SKUP FASOLI
najlepsze ceny!
AGROTIX
✓ fasola bezpośrednio z pola
✓ skup mokrej fasoli
✓ usługowe przebieranie fasoli
✓ suszenie fasoli
22-652 Telatyn
Łykoszyn 70
508 773 836
02091JO

02850JO
AgriProduct
Szybkie terminy płatności!
skup fasoli
z przebieraniem na sortowniku optycznym
Żaneta Górnik
Łykoszyn 33 A
782-071-417
Nie pobieramy opłaty za przebieranie przy sprzedaży!

BIŁGORAJ Krzeszowska 72
superpaliwa.pl
ON 5.46
84 686 33 10
OD 1000 L
01717K0

WYLĘGARNIA DROBIU
22-400 Zamość, Płoskie 53
PRZYJMUJE ZAMÓWIENIA NA
PISKLĘTA I KURCZĘTA
ODCHOWANE Z PEŁNYM PROGRAMEM SZCZEPIEŃ
tel. 84 631 42 49, 600 232 009
0J9900O

UWAGA ROLNICY
Skup Fasoli
WSZYSTKIE ODMIANY, TAKŻE NIEPRZEBIERANEJ
Usługi suszenia i przebierania fasoli
Modryniec 6, 22-530 Mircze
Najlepsze ceny
AGNES-MAR Tel. 605-091-142, 601-665-512, 697-246-781
0J9360O

SPRZEDAŻ

DREWNO OPAŁOWE BUKOWE, GRABOWE I SOSNOWE, GAŁĘZIE BUKOWE, Z DOSTAWĄ DO KLIENTA TEL. 692-883-062

SPRZEDAM PROSO ŻÓŁTE. TEL. 790-888-852

DREWNO OPAŁOWE TARTAK TEL. 501-733-990

SPRZEDAM PIEC C.O. PER-EKO STARACHOWICE NA WĘGIEL, DREWNO, KOKOS W DOBRYM STANIE, MAŁO UŻYWANY NIEDROGO TEL. 510-682-310

KUPNO

KUPIĘ ORZECHY ODBIÓR OD KLIENTA. TEL. 512-686-321



SKUP, SORTOWANIE FASOLI VITALPOL TEL: 500-464-029

SKUP AUT, CIĄGNIKÓW I PRZYCZEP KAŻDY STAN, NAJLEPSZA CENA TEL. 669-077-970

PSZENICA, JĘCZMIEŃ, ŻYTO PSZENŻYTO. „WITRON" UDRYCZE TEL. 84-621-29-18, ŁABUNIE TEL. 84-611-30-35

SKUP ORZECHÓW ODBIÓR WŁASNY TEL. 667-019-250

NIERUCHOMOŚCI



SPRZEDAM DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ PRZY LESIE - OK. 27 ARÓW - PŁOSKIE TEL. 789-114-504

DZIAŁKA BUDOWLANA 0.62 A, STARY ZAMOŚĆ , TEL. 669-380-417

DZIAŁKA ROLNA NR 483/1 O POWIERZCHNI 1,3473 HA W MIEJSCOWOŚCI ROGÓŹNO, GMINA TOMASZOW LUBELSKI. KONTAKT TEL. 004745211661



SPRZEDAM GOSPODARSTWO ROLNE, SAD LESZCZYNOWY OKOŁO 10 HA, GRUNTY ORNE 3,10 HA, CAŁOŚĆ LUB POJEDYNCZO. ZABUDOWANIA GOSPODARCZE W BARDZO DOBRYM STANIE. DZIAŁKI WSZYSTKIE OGRODZONE, DOJAZD UTWARDZONY PODWYSOKIE GMINA SKIERBIESZÓW. TEL. 660-677-847

SPRZEDAM SIEDLISKO NA ROZTOCZU W HUTKOWIE TEL. 500-430-202, 502-789-520

SPRZEDAM DZIAŁKI BUDOWLANE PRZY ROZTOCZAŃSKIM PARKU NARODOWYM, ATRAKCYJNA LOKALIZACJA 10 KM OD ZAMOŚCIA TEL. 501-727-142, 501-733-990

WYNAJEM

STANCJA UMEBLOWANA 2 POKOJE W ZAMOŚCIU TEL. 516-055-166

MOTORYZACYJNE

STACJA DEMONTAŻU POJAZDÓW ŁABUNIE, UL.LIPOWA 9. SKUP SAMOCHODÓW. ZAŚWIADCZENIE DO WYREJESTROWANIA OD RĘKI. HOLOWANIE GRATIS. TEL. 664-495-731



AUTA Z NIEMIEC WYJAZDY PO AUTA AUTA POD ZAMÓWIENIE SZYBKO TANIO SKUTECZNIE 516-339-121

LAWETA DO PRZEWOZU KOPARKI TEL. 883-865-798

MOTOCYKL, BMW- GS-310, 2023R, BMW-X5 - 2001 R PLUS CZĘŚCI, AUDI Q5 - 2013 R., CITROEN C5 - 2003 R. TEL. 669-380-417, 669-380-416

ZŁOM I SAMOCHODY, ZAŚWIADCZENIA DO WYREJESTROWANIA, ODBIÓR Z DOMU. TEL.880-159-886, 667-346-914



SKUP TOYOTY I MERCEDESA. KAŻDY STAN. W CAŁOŚCI BĄDŹ NA CZĘŚCI. TEL. 577-611-082. ZAPRASZAM

MOBILNY MECHANIK TEL. 782-072-230

SKUPUJEMY SAMOCHODY DO ZŁOMOWANIA. WYDAJEMY ZAŚWIADCZENIA DO WYREJESTROWANIA. STACJA DEMONTAŻU POJAZDÓW UL. GŁOGOWA-7, 22-400 ZAMOŚĆ. TEL. 84-641-16-13 LUB 602-153-371

NAUKA

ANGIELSKI TEL. 795-721-451

ART. ROLNICZE

ZAKUPIĘ CIĄGNIKI I PRZYCZEPY REJESTROWANE BĄDŹ NIE. TEL. 669-681-711

KUKURYDZA SUSZONA JARCZÓW TEL. 501-404-821

SPRZEDAM SIANO, SŁOMĘ TEL. 889-121-757

DAVID BROWN 996, SANIE, UPRZĄŻ, TEL. 509-059-690

SPRZEDAM CIĄGNIK 330 TEL. 694-222-805

KUPIĘ CIĄGNIK URSUS C-330 C-360 W KAŻDYM STANIE. TEL. 666-941-477

AGREGAT PODORYWKOWY MANDAM TEL. 605-456-234

SIEWNIK BURAK FASOLA BIZON Z-056 TEL. 664-655-586

SPRZEDAM CIĄGNIK T 25 1985 R. LUB ZAMIENIĘ NA SAMOCHÓD OSOBOWY TEL. 721-254-071

SIANO, SŁOMA, SIANOKISZONKA, KLATKA DO PRZEWOZU BYDŁA, CHWYTAK DO BEL., CHWYTAK DO PODNOSZENIA BYDŁA. TEL. 669-380-417

SPRZEDAM CIĄGNIK 330 TEL. 694-222-805

OrCal®
ORCAL - NIEZWYKŁE „WAPNO"!!! ODKWASZA, UŻYŹNIA, DOŻYWIA GLEBĘ. DORADZTWO I ZAMÓWIENIA: TEL. 570-607-223

PRZYCZEPA WYWROTKA 8T I TOKARKA DO METALU TEL. 693-727-479

SPRZEDAM PROSO ŻÓŁTE. TEL. 790-888-852

PRACA

DAM PRACĘ KIEROWCY Z WŁASNYM SAMOCHODEM (NIE MUSI BYĆ DOSTAWCZY). PRZEWÓZ TOWARU NA TRASIE: POTOCZEK (22-442) › PYSZNICA (37-403). PRACA TYLKO W PONIEDZIAŁKI. ZAINTERESOWANYCH PROSZĘ O KONTAKT. TEL. 512-344-605

DAM PRACĘ W BELGII PRZY PODCINCE DRZEWEK OWOCOWYCH. WYJAZD STYCZEŃ 2026. TEL. 798-874-366, 510-320-654

TOWARZYSKIE

OLA TEL. 513-256-765

MARTA TEL. 42 731-432-055

DANPOL PALIWA
06318G8
ON olej napędowy
olej opałowy OO
DOWÓZ DO KLIENTA
Biłgoraj, tel. 535-22-55-22

SKUP FASOLI
LUCJAN HOJDA – WOLICA K. HRUBIESZOWA
NEGOCJACJA CENY
KRÓTKIE TERMINY PŁATNOŚCI
604 125 143
0505165

BeanPol
Nowość: Skup grochu polnego
Hostynne-Kolonia 23 – tel. 693 458 129
Punkty skupu fasoli:
Ulhówek - tel. 694 894 234
Posadów - tel. 793 813 794
Nabróż - tel. 600 295 537

XV ZAMOJSKA WYSTAWA GOŁĘBI RASOWYCH I DROBIU OZDOBNEGO
31 STYCZEŃ 2026 r.
01 LUTY 2026 r.
ZAMOŚĆ
ul. Królowej Jadwigi 8
w hali OSIR

P.P.H.U „FASOLEX"®
Sahryń 63
01848JO
Nasz punkt skupu Kopyłów – tel. 691 697 420
Bezpłatne czyszczenie i sortowanie optyczne
Skup każdego rodzaju fasoli i grochu polnego
Odbiór również od rolnika
Tel: 84-611-62-94, 601-708-911 Email: biuro@fasolex.pl

FERMY DROBIU SOŁODUCHA
PROWADZIMY ZAPISY NA:
– kurki, kogutki odchowane
– pisklęta 1-dniowe
– kurczęta brojlery W RÓŻNYM WIEKU
MOŻLIWOŚĆ DOWOZU!
Pełna profilaktyka szczepień
Punkt sprzedaży drobiu: Łabuńki Pierwsze 182
tel. 502 679 718, 504 050 709, 510 232 163
0020GJO

eprasa.pl 3866f3208b

TYLKO 5 zł dodatkowo za zdjęcie



SPRZEDAM DOM, DZIAŁKA 30 A, KALINOWICE, PILNE! TEL. 84 000 00 00

OGŁOSZENIA DROBNE ZE ZDJĘCIEM



SPRZEDAM PORCHE BOXTER, 2012 ROK, BEZWYPADKOWY, TANIO, TEL. 84 000 00 00

TYLKO 5 zł dodatkowo za zdjęcie

SKUP FASOLI
Przebieranie sortownikiem optycznym
Przelew w dniu odbioru!
FHU Jarosław Kozar – MIRCZE
Tel. 503 142 481
01744L0

"SPRZEDAŻ PASZ"
Prowadzimy zapisy na:
– kurki, kogutki odchowane
– kurczęta brojlery
– pisklęta 1-dniowe
Pełna profilaktyka szczepień
Zamość, ul. Lwowska 11
tel. 537 811 896 - sklep, 510 232 163
01190J0



USŁUGI



NAGROBKI WWW.GRANBET.PL 502-480-543

REMONTY, WYKOŃCZENIA. TEL. 506-680-340

DOCIEPLENIA BUDYNKÓW. TANIO. TEL. 515-655-085



KRYCIE DACHÓW, CIESIELSTWO, DEKARSTWO. TEL. 514-286-692

REMONTY WYKOŃCZENIA TEL. 601-197-417

WYCINKA DRZEW NIEBEZPIECZNYCH. FORMOWANIE TUJ. TEL.739-698-395

WYNAJM, PRZEPROWADZKI. TEL. 665-003-528



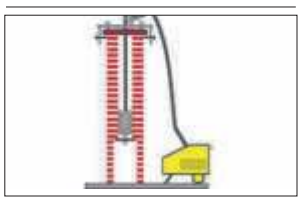
KOMINKI. 600-498-445



WKŁADY KOMINOWE. 502-665-656

MALOWANIE, GLAZURA, PANELE, GŁADZIE. TEL. 605-180-045

MYCIE KOSTKI BRUKOWEJ, ELEWACJI, DACHÓW. TEL. 571-275-433



ROZWIERCANIE KOMINÓW I MONTAŻ RUR KWASOODPORNYCH ORAZ CERAMICZNYCH. TEL. 502-665-656

REMONTY I WYKOŃCZENIA. TEL. 884-609-403



USŁUGI KOMINIARSKIE TEL. 502-665-656

MALOWANIE I MYCIE ELEWACJI TEL. 571-275-433

BUDOWA DOMKÓW 35 MKW. TEL. 601-684-254

WYCINANIE DRZEW Z PODNOŚNIKA TEL. 571-275-433

WYMIANA PODWALIN TEL. 601-684-254



PRZYDOMOWE OCZYSZCZALNIE, PROJEKTOWANIE, MONTAŻ. TEL. 793-911-200

SZALOWANIE, DOCIEPLANIE DOMÓW DREWNIANYCH, TEL. 601-684-254

GŁADŹ MALOWANIE PANELE PŁYTKI K/GIPS TEL. 669-418-585

POMPY WODNE NAPRAWA TEL. 604-200-271

KONSTRUKCJE DREWNIANE, DOMKI, WIATY, ZADASZENIA, TEL.504-195-361

OFERUJE KOMPLEKSOWE REMONTY ŁAZIENEK. RÓWNIEŻ CAŁYCH MIESZKAŃ TEL. 571-512-160

MALOWANIE, GLAZURA, PANELE, GŁADZIE. TEL. 605-180-045

OCIEPLENIA BUDYNKÓW CZYSTE POWIETRZE SZYBKO SOLIDNIE TEL.785-487-485

MATRYMONIALNE

SAMOTNY WDOWIEC ZAPOZNA SAMOTNĄ PANIĄ TEL. 785-017-499

ZWIERZĘTA

SKUP CIELĄT TEL. 513-247-412

TUCZNIK, TEL. 518-543-962

KURCZĘTA ODCHOWANE, KURKI, KOGUTKI, BROJLERY. SITANIEC ZAPISY TEL. 504-411-349. MOŻLIWOŚĆ DOWOZU.

SPRZEDAM 3 KLACZE, 3-LETNIE, 4-LETNIE TEL. 694-222-805

ODDAM PIESKI 4-MIESIĘCZNE TEL. 694-222-805

KURCZĘTA ODCHOWANE, KURKI, KOGUTKI, BROJLERY. SITANIEC - ZAPISY - TEL. 504- 411- 349

Biuro Ogłoszeń TZ online
Nadaj ogłoszenie przez Internet
https://tygodnikzamojski.pl/dodajogloszenie

OGŁOSZENIA DO TYGODNIKA ZAMOJSKIEGO przyjmuje Biuro Reklam i Ogłoszeń: ZAMOŚĆ, ul. Pereca 1, tel. 84 638 55 09 w godz. 8-16.



Dorota Wiatr
specjalista ds. marketingu i reklamy, tel. 693 727 399



Adam Lackowski
specjalista ds. marketingu i reklamy, tel. 510 932 248



Dorota Świstowska
specjalista ds. marketingu i reklamy, tel. 501 653 786

MEDYCZNE

GASTROENTEROLOG

ZAMOSC

DR HAB. ANDRZEJ PRYSTUPA, PROF. UM, GASTROENTEROLOG, ZAMOŚĆ TEL. 602 39 77 55

KARDIOLOG

ZAMOSC

WOJCIECH CZOCHRA KARDIOLOG, SPECJALISTA CHORÓB WEWNĘTRZNYCH , EKG, ECHO, KONSULTACJE UL.CIEPŁA 10, ZAMOŚĆ REJESTRACJA TELEFONICZNA 696-530-327

ORTOPEDA

ZAMOSC

ORTOPEDA ŁUKASZ BARCZEWSKI. PROMED. UL. LIPSKA 61A/1 CZWARTEK GODZ.15-19, PT9:30-15 TEL. KOM. 736-900-910. USG STAWÓW

UROLOG

BIŁGORAJ

GABINET UROLOGICZNY TOMASZ ZIÓŁKOWSKI: CZWARTEK 16.00 - 18.00, BIŁGORAJ UL. POPRZECZNA 3A TEL. 84 686 56 88

ZAMOSC

GABINET UROLOGICZNY ZIÓŁKOWSKI TOMASZ. PONIEDZIAŁEK, ŚRODA, 15.30. ZAMOŚĆ, UL. PEOWIAKÓW 6, PRZYCHODNIA „ŻAK" TEL. 510-971-951

eprasa.pl 3866f3208b

42. Plebiscyt Sportowy Tygodnika Zamojskiego na 10 Najlepszych i Najpopularniejszych Sportowców oraz 5 Trenerów na Zamojszczyźnie w 2025 roku

Zaczynamy!



Martyna Dzida, siatkarka Tomasovii Tomaszów Lubelski i **Radosław Niziołek** z Roztoczańskiego Klubu Karate Tradycyjnego, to laureaci 41. Plebiscytu Sportowego Tygodnika Zamojskiego za rok 2024. Kto wygra tym razem?

W tegorocznej edycji Plebiscytu uczestniczy 59 sportowców i 20 trenerów zgłaszanych przez kluby sportowe, działaczy i czytelników naszej gazety, ostatecznie zatwierdzonych przez Kapitułę Plebiscytu. Głosowanie rozpocznie się 27 stycznia 2026 r., a zakończy 6 marca 2026 r. Głosy z kuponów i esemesów będą sumowane. Regulamin plebiscytu jest dostępny w siedzibie organizatora i na stronie internetowej Tygodnika Zamojskiego.

PLEBISCYT SPORTOWY 2025

Sportowiec (imię i nazwisko):

Trener (imię i nazwisko):

Biłgoraj Hrubieszów Krasnystaw Tomaszów Zamość
TZ tygodnik zamojski

Głosujący: imię i nazwisko

adres

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Tygodnik Zamojski.

podpis

kupon nr 1

WYŚLIJ ESEMESA I ZAGŁOSUJ NA SWOJEGO FAWORYTA



Przy każdym kandydacie jest litera z numerem. Te informacje będą potrzebne w głosowaniu esemesowym. Głosować można tylko na jedną osobę. Jeżeli chcemy oddać głos na sportowca, powinniśmy wysłać wiadomość o treści TZW.Sx na numer 7248, gdzie x jest numerem kandydata, np. TZW.S7 (wielkość liter nie ma znaczenia).

Jeżeli głosujemy na trenera, wówczas wysyłamy esemes o treści TZW.Tx na numer 7248, gdzie x jest numerem kandydata, np. TZW.T4. Każdy esemes liczony jest, jako jeden głos, koszt jednego wynosi 2,46 zł z VAT.

Zachęcamy do oddawania głosów!

Aby kupon był ważny, musi być wypełniony czytelnie we wszystkich (!) rubrykach. Oczywiście kupony muszą być oryginalne, czyli wycięte z TZ. Kupony można dostarczać do redakcji osobiście lub przesyłać pocztą. W drugim przypadku decyduje data stempla pocztowego. **Kupony należy wysyłać na adres: Tygodnik Zamojski, ul. Grecka 6, 22-400 Zamość, koniecznie z dopiskiem „Plebiscyt 2025”.**

SPORTOWCY

Boks

(S1) Szymon Gryszyn (ASB Hetman Zamość) – Mistrz Polski Juniorów w kategorii wagowej 48 kg. Sklasyfikowany na 5-8 miejscu na Mistrzostwach Europy Juniorów. Reprezentant Polski juniorów.

Jiu-Jitsu

(S2) Karol Swatko (Stronghold Zamość) – srebrny medalista Mistrzostw Polski w kategorii brązowe pasy, adult w wadze do 82,3 kg. Złoty medalista Mistrzostw Polski Masters NO-Gi w kategorii brązowe pasy, adult w wadze do 79,5 kg.

Karate

(S3) Kamil Jakubczak (Zamojski Klub Karate Kyokushin) – brązowy medalista Wagowych Mistrzostw Europy Juniorów Młodszych w kumite w kat. +75 kg. Mistrzostwo Polski Kyokushin IKO Poland w kumite w kat. +90 kg.

(S4) Krystian Jakubczak (Zamojski Klub Karate Kyokushin) – brązowy medalista Mistrzostw Polski Kyokushin IKO Poland w kumite w kat. +80 kg

(S5) Patryk Jankowski (Tomaszowska Akademia Sztuk Walki) – złoty medalista Mistrzostw Świata w konkurencji enbu. Mistrz Polski młodzieżowiec – senior w kategorii enbu.

(S6) Hanna Kuczma (Tomaszowska Akademia Sztuk Walki) – złota medalistka Mistrzostw Świata w konkurencji enbu. Mistrzostwo Polski młodzieżowiec – senior w kategorii enbu.

(S7) Wioleta Szerafin (Zamojski Klub Karate Tradycyjnego) – 1. miejsca w Mistrzostwach Europy i Polski w kumite drużynowym.

(S8) Martyna Zeń (Zamojski Klub Karate Kyokushin) – brązowa medalistka Wagowych Mistrzostw Europy Juniorek Młodszych w kumite w kat. 55 kg Mistrzostwo Polski Kyokushin IKO Poland w kat. 60 kg

Lekka atletyka

(S9) Dawid Czapka (Agros Zamość) – Halowy Mistrz Polski Juniorów Młodszych w trójskoku. Reprezentował Polskę na Olimpijskim Festiwalu Młodzieży Europy w **Skopje.** Wygrał trójskok w wielomeczu międzypaństwowym juniorów U18.

(S10) Magdalena Dąbska (Agros Zamość) – halowa i letnia wicemistrzyni Polski Juniorek Młodszych w trójskoku.

(S11) Joanna Fus (Tomasovia Tomaszów Lub.) – złota medalistka Mistrzostw Polski U20 w sztafecie 4x100 m i klubowa rekordzistka Polski Juniorek w tej sztafecie.

(S12) Wiktoria Gajosz (Tomasovia Tomaszów Lub.) – brązowa medalistka Mistrzostw Europy w kategorii U20 w sztafecie 4x100 m i rekordzistka Polski w tej konkurencji w barwach Polski. Halowa Mistrzyni i rekordzistka Polski Juniorek U20 na dystansie 200 m. Podczas Letnich Mistrzostw Polski U20 złota medalistka na 200 m i w sztafecie 4x100 m z klubowym rekordem Polski U20 oraz srebrna medalistka na 100 m.

(S13) Dominik Kopeć (Agros Zamość) – drużynowy wicemistrz Europy w sztafecie 4x100 m. Uczestnik Word Athletics Relays w **Guangzhou** (Chiny). Uczestnik Mistrzostw Świata w **Tokio** w sztafecie 4x100 m. Siódmy raz został Mistrzem Polski w biegu na 100 m. Zajmował czołowe miejsca w mityngach międzynarodowych.

(S14) Adrian Lepionka (Agros Zamość) – brązowy medalista w sztafecie 4x100 m podczas Mistrzostw Europy Juniorów U20. Podczas tych zawodów zajął też 4. miejsce w biegu na 100 m.

(S15) Małgorzata Pojęta (Tomasovia Tomaszów Lub.) – brązowa medalistka Mistrzostw Europy w kategorii U20 w sztafecie 4x100 m i rekordzistka Polski w tej konkurencji w biało-czerwonych barwach. Podczas mistrzostw Polski U20 srebrna medalistka na 200 m i brązowa na 100 m oraz złota w sztafecie 4x100 m z klubowym rekordem Polski.


Martyna Dzida.

(S16) Monika Romaszko (Agros Zamość) – brązowa medalistka Halowych Mistrzostw Polski na 200 m. Halowa rekordzistka województwa lubelskiego na dystansie 50 m.

(S17) Kinga Staszczuk (Agros Zamość) – brązowa medalistka Młodzieżowych Halowych Mistrzostw Polski w trójskoku.

(S18) Józef Wąsiel (Mircze/Unia Hrubieszów) – dwukrotny srebrny medalista podczas Mistrzostwa Świata Masters w lekkoatletycznych rzutach nietypowych w Discus Greek Triathlon i Shockorama. Dwukrotny srebrny medalista i brązowy podczas Lekkoatletycznych Mistrzostwa Polski w Rzutach Nietypowych Masters M75.

(S19) Liwia Włoszczyk (Agros Zamość) – brązowa medalistka Młodzieżowych Mistrzostw Polski w biegu na 100 m przez płotki.

Narciarstwo

(S20) Karolina Kuć (MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski) – podczas Mistrzostw Polski Juniorek odebrała złoty medal za 10 km stylem dowolnym i srebrny za 10 km st. klasycznym. Uczestniczka Mistrzostw Świata Juniorek w **Schilipano** (Włochy).

(S21) Antoni Żółkiewski (MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski) – podczas Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży U18 zdobył trzy medale: srebrny w sprincie techniką klasyczną, srebrny na 7,5 km oraz brązowy w Team Sprincie.

(S22) Monika Skinder (MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski) – w Mistrzostwach Świata w **Trondheim** z **Izabelą Marcisz** w sprincie drużynowym wywalczyły 11. miejsce, a indywidualnie zajęła 39. w sprincie techniką dowolną. Złota medalistka Mistrzostw Polski w sprincie st. klasycznym i brązowa na dystansie 10 km st. dowolnym. Uczestniczka rywalizacji w ramach Pucharu Świata i Kontynentalnego. Mistrzyni Polski w sprincie klasycznym na nartorolkach.

Piłka nożna

(S23) Wojciech Białek (Łada 1945 Biłgoraj) – najbardziej doświadczony zawodnik zespołu. Najlepszy strzelec drużyny. W sezonie 2024/25 i rundzie jesiennej 2025 rozegrał 45 spotkań w których zdobył 35 bramek.

(S24) Igor Leszczyński (Tomasovia Tomaszów Lubelski) – piłkarska nadzieja IV-ligowej Tomasovii Tomaszów Lubelski. Rozegrał w IV lidze już 17 spotkań, zdobył 5 bramek, a 2 kolejne dołożył w rozgrywkach Pucharu Polski.

(S25) Kamil Sikora (Hetman Zamość) – środowy pomocnik. Nieustępliwy, waleczny, bardzo dobrze grający w odbiorze piłki. Potrafi też uderzyć z dystansu, co potwierdził bramkami w lidze i Pucharze Polski.

(S26) Dominik Skiba (Hetman Zamość) – klasyczna dziewiątka. Potrafi utrzymać piłkę i jest skuteczny pod bramką przeciwnika. Najlepszy strzelec IV ligi rundy jesiennej: 20 bramek i 4 asysty.

(S27) Łukasz Strug (Start Krasnystaw) – ofensywna siła zespołu krasnostawskiego. Strzela bramki i często asystuje. Doskonały przegląd pola gry.

Piłka ręczna

(S28) Kacper Adamczuk (Padwa Zamość) – zawodnik uniwersalny, filar obrony i doświadczony rozgrywający, który potrafi wykonać kluczowe podania otwierające kolegom drogę do bramki.

(S29) Łukasz Szymański (Padwa Zamość) – pomimo tego, że jest najstarszym z zawodników, to jest wzorem zaangażowania i profesjonalizmu dla młodszych kolegów. Wielokrotnie nominowany do skrzydłowego kolejki Ligi Centralnej.

(S30) Daniel Wardach (MKS Biłgoraj) – najskuteczniejszy atakujący w II-ligowej drużynie. Zdobywca 55 bramek w rundzie jesiennej.

Piłka siatkowa

(S31) Gabriela Kostur (Tomasovia Tomaszów Lubelski) – wychowanka klubu, gra na pozycji środkowej, od lat czołowa zawodniczka drużyny.

(S32) Aleksandra Tabaczuk (Tomasovia Tomaszów Lubelski) – libero. Wychowanka klubu – podstawowa zawodniczka drużyny.

Pływanie

(S33) Zuzanna Zdybel (UKS Wodnik Krasnystaw) – zdobyła dwa srebrne medale na 100 i 200 metrów stylem grzbietowym podczas Mistrzostw Polski Juniorek Młodszych w **Olsztynie**.

Podnoszenie ciężarów

(S34) Maksymilian Dorn (Agros Zamość) – Młodzieżowy Mistrz Polski w kat. 102 kg.

(S35) Wiktoria Głuszczak (Znicz Biłgoraj) – srebrna medalistka Mistrzostw Polski Juniorek w kategorii wagowej 49 kg.

(S36) Agnieszka Kuczmaszewska (Agros Zamość) – brązowa medalistka Mistrzostw Polski w kat. 48 kg.

(S37) Adam Lipiński (Znicz Biłgoraj) – złoty medalista Mistrzostw Polski Juniorów Młodszych w kategorii wagowej 55 kg. Zajął 9. miejsce na Mistrzostwach Europy U17 w kategorii 56 kg.

(S38) Klaudia Luterek (Agros Zamość) – brązowa medalistka Mistrzostw Polski w kat. 53 kg.

(S39) Kacper Magielnicki (Agros Zamość) – srebrny medalista Mistrzostw Polski w kat. 65 kg.

(S40) Weronika Ostrówka (Agros Zamość) – podczas Mistrzostw Europy Juniorek zajęła 7. miejsce w kat. 77 kg., Złota medalistka Mistrzostw Polski Juniorek w kategorii wagowej 76 kg, reprezentowała Polskę w Turnieju Olimpijskim w **Nyíregyháza**.

(S41) Emilia Rechul (Agros Zamość) – brązowa medalistka Mistrzostw Polski w kat. 69 kg.

(S42) Jakub Trytek (Agros) – brązowy medalista Młodzieżowych Mistrzostw Polski w kat. 67 kg.

(S43) Kordian Pisklak (Znicz Biłgoraj) – brązowy medalista Mistrzostw Polski Juniorów w kategorii wagowej 73 kg.

(S44) Kacper Popielewski (Agros) – złoty medalista Mistrzostw Polski Juniorów w kategorii wagowej 55 kg.

eprasa.pl 3866f3208b

(S45) Aleksandra Wachna (Agros Zamość) – brązowa medalistka Mistrzostw Polski Juniorek Młodszych w kategorii wagowej 76 kg.

Sumo

(S46) Monika Dadas (UKS Terminator Wysokie) – srebrna medalistka w kategorii wagowej 50 kg podczas Mistrzostw Polski Juniorek.

(S47) Wiktoria Dudek (Terminator Wysokie) – brązowa medalistka Mistrzostw Polski Kadetek w kat. wagowej +75 kg.

(S48) Miłosz Gołąb (Terminator Wysokie) – brązowy medalista w kategorii wagowej +102 kg podczas Mistrzostw Polski Juniorów.

(S49) Max Kupiec (Legion Zamość) – brązowy medalista Mistrzostw Polski Juniorów.

(S50) Wiktoria Pakuła (Lider Zamość) – podwójna brązowa medalistka Młodzieżowych Mistrzostw Polski w kategorii wagowej +80 kg i open.

(S51) Nikola Rudnicka (Terminator Wysokie) – brązowa medalistka w kategorii wagowej 50 kg podczas Mistrzostw Polski Juniorek.

(S52) Martin Sendłak (Legion Zamość) – zajął V miejsce w Mistrzostwach Europy Juniorów w sumo w **Budapeszcie**. Zdobył złoty medal w kategorii wagowej 92 kg podczas Mistrzostw Polski Juniorów w sumo oraz mistrz Polski Juniorów w judo.



Radosław Niziołek.

(S53) Weronika Zakrzewska (Lider Zamość) – brązowa medalistka Młodzieżowych Mistrzostw Polski w kategorii wagowej 60 kg.

Tenis stołowy

(S54) Jan Zandecki (Akademia Zamojska Zamość – obecnie Trefl Zamość) – Akademicki Mistrz Europy w grze drużynowej i brązowy medalista indywidualnie. Zajął 9. miejsca podczas Uniwersjady w deblu i drużynowo. Mocny punkt występującej w Superlidze drużyny.

(S55) Szymon Kolasa (Akademia Zamojska Zamość) – trzykrotny Młodzieżowy Mistrz Polski w grach: pojedynczej, deblu i mieszanej. Zajął 9. miejsca podczas uniwersjady w deblu, mikście i drużynowo.

Zapasy

(S56) Hubert Haładyj (LMKS Krasnystaw) – brązowy medalista Mistrzostw Polski Juniorów w kategorii 92 kg w zapasach w barwach LMKS Krasnystaw.

(S57) Konrad Ilczak (LMKS Krasnystaw) – młodzieżowy wicemistrz Polski w zapasach w stylu wolnym w kategorii wagowej 125 kg.

(S58) Agata Kucner (Sorga Zamość) – brązowa medalistka Mistrzostw Polski Juniorek w zapasach w kat. 59 kg.

(S59) Konrad Olech (LMKS Krasnystaw) – zdobył brązowy medal w kategorii 45 kg na Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży.

Trenerzy

(T1) Antoni Czerniak – trener podnoszenia ciężarów w Unii Hrubieszów.

(T2) Sławomir Dudek – trener w Liderze Zamość i UKS Terminatorze Wysokie.

(T3) Andrzej Gaweł – trener podnoszenia ciężarów w Agrosie Zamość.

(T4) Andrzej Gdański – trener sprintu w Agrosie Zamość i Tomasovii.

(T5) Łukasz Gieresz – trener piłkarzy IV-ligowego Hetmana Zamość, lidera rundy jesiennej.

(T6) Mirosław Kamień – trener biegów wytrzymałościowych i chodu sportowego w Unii Hrubieszów.

(T7) Jaromir Korkosz – szkoleniowiec MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski w narciarstwie biegowym i nartorolkach.

(T8) Waldemara Kołcun – wieloletni trener w MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski w narciarstwie biegowym i nartorolkach.

(T9) Piotr Kostrubiec – trener Akademii Zamojskiej (obecnie Trefl Zamość) w tenisie stołowym rywalizującej w Superlidze. Trener kadry Polski studentów na Uniwersjadzie.

(T10) Dariusz Kuzdra – trener skoków długich i biegów wytrzymałościowych w Agrosie Zamość.

(T11) Damian Leszczyński – trener biegów krótkich w Tomasovii (Wiktoria Gajosz).

(T12) Przemysław Maziarczuk – trener boksu w ASB Hetman Zamość.

(T13) Radosław Niziołek – Roztoczański Klub Karate Tradycyjnego.

(T14) Krzysztof Policha – szkoleniowiec w Zamojskim Klubie Karate Kyohushin.

(T15) Ryszard Skwarski – trener w Tomaszowskiej Akademii Sztuk Walki.

(T16) Andrzej Strzałka – trener podnoszenia ciężarów w Zniczu Biłgoraj.

(T17) Adam Swatek – trener zapasów w LMKS Krasnystaw.

(T18) Artur Szerafin – sensei w Zamojski Klub Karate Tradycyjnego.

(T19) Bartłomiej Wach – trener judo i sumo w Legionie Zamość.

(T20) Henryk Wybranowski – wieloletni trener podnoszenia ciężarów w LKS Znicz Biłgoraj.

Marek Ambroży Kitliński

Mikołaj Raczyński z Nieledwi przedłużył kontrakt z litewskim klubem

Trener ratownik

Mikołaj Raczyński (33 l.) zaczął od piłki nożnej w Płomieniu Sparta Nieledew, ale zapowiadał się też na dobrego lekkoatletę. Królową sportu na dobrym poziomie uprawiał w Unii Hrubieszów, jednak wybrał futbol. Jako piłkarz najwyżej grał na poziomie IV ligi – w RKS Okęcie Warszawa.

33-letni Mikołaj Raczyński piłkarską drużynę FC BE1 Jonava Kowno (Litwa) przejął w maju ub. roku, gdy była na ostatnim miejscu w tabeli Pirma Ligi (drugi poziom rozgrywek w kraju). Zespół nie wygrał ani jednego meczu, na koncie miał zaledwie dwa punkty, a do tego zdecydowanie najmłodszą kadrę w lidze.

Dzięki bardzo dobrej drugiej części rundy rewanżowej zespół zagwarantował sobie utrzymanie na zapleczu litewskiej ekstraklasy.

– Gratulacje należą się zawodnikom i sztabowi za dobrze wykonaną pracę, a podziękowania prezesowi **Andriusowi Markeviciusowi** za zaufanie. Wydaje mi się, że utrzymanie BE1 Jonava było najtrudniejszym wyzwaniem w mojej dotychczasowej karierze – powiedział nam Mikołaj Raczyński.

– W letnim okienku pozyskaliśmy trzech starszych zawodników, którzy wzmocnili rywalizację w drużynie. Kadra była wąska, dlatego w trakcie rozgrywek wprowadziliśmy do pierwszego składu zawodnika z rocznika 2009, który później dostał powołanie do kadry Litwy U-17 i rozegrał 90 minut w wygranym meczu eliminacji Mistrzostw Europy przeciwko Anglii. Zawodnicy z rocznika 2008 rywalizowali równolegle do czerwca w CLJ U-18. Dzięki wygraniu ligi i zdobyciu mistrzostwa Litwy, klub dostał przepustkę do gry w młodzieżowej Lidze Mistrzów, co było jednym z celów do zrealizowania, jaki przede mną postawiono – dodaje trener Raczyński.



Mikołaj Raczyński.

Po tych sukcesach klub zdecydował, że polski szkoleniowiec zostanie na kolejny sezon.

Marek Ambroży Kitliński, fot. str. M. Raczyńskiego

Osiągnięcia Mikołaja Raczyńskiego

2018 r. – z drużyną Drukarza Warszawa (rocznik 2005) wygrał Międzynarodowe Turnieje Api Cup Zakopane.

Asystent w drużynach: Olimpia Grudziądz (2020), Stal Rzeszów (2023).

2021 – wyciągnięcie ze strefy spadkowej i utrzymanie Orląt Spomlek Radzyń Podlaski.

2024 – utrzymanie Wisły Puławy, która przed pierwszym oficjalnym meczem zjechała do strefy spadkowej 2. ligi.

Z aren lekkoatletycznych

Pierwszy start

W **Rzeszowie** odbył się 1. Ogólnopolski Halowy Mityng POZLA 2026, w którym udanie zaprezentowali się zawodnicy Agrosu Zamość i Unii Hrubieszów, poprawiając wiele rekordów życiowych. Najlepsze wyniki uzyskali, Agros: 1. **Dawid Czapka** w trójskoku 14,68, 3. **Szymon Boć** w skoku w dal 6,60, **Marcel Hubala** 60 m – 7,45 i w skoku w dal – 6,25, **Małgorzata Chmiel** w trójskoku – 9,91, **Szymon Barabas** na 200 m – 22,46. Unia Hrubieszów: 3. **Magdalena Olchowska** 1000 m – 3:01,89, **Tomasz Aleksandrowicz** 1000 m – 2:37,47, **Katarzyna Duma** 60 m przez płotki – 9,63 i 60 m – 8,41, **Katarzyna Woźniak** 60 m – 8,19 i 200 m – 27,02, **Emila Gniecka** 60 m – 8,53 i 200 m – 29,00, **Gabriela Lipnicka** 60 m – 8,68 i 200 m – 30,00, **Maja Magdziak** 60 m – 8,83 i 200 m – 29,64, **Magdalena Korol** 300 m – 46,92. Na 60 m rywalizowało 160 sprinterek i 120 sprinterów.



Lekkoatleci Unii Hrubieszów.

Nie boją się zimy ani chrząszczy

W **Szczebrzeszynie** przy temperaturze minus 18 stopni i kopnym śniegu odbyły się zawody pod nazwą Bieg Chrząszcza. Uczestniczyło w nich 150 osób. Czołowe lokaty, dystans 10 km kobiety: 1. **Anna Śliwa** z **Tomaszowa Lubelskiego**, 2. **Jolanta Bojarczuk** z **Siennicy Nadolnej**, 3. **Jagoda Szercer** z **Krasnegostawu**, 4. **Sylwia Kozioł** z **Tomaszowa Lubelskiego**, 5. **Ula Pioś** ze **Skokówki**, 6. **Agnieszka Mateja** ze **Stanisławowa**, 7. **Roksana Sokalska- Pizun** z **Zamościa**. Mężczyźni 1. **Andrzej Łoiński** z Krasnegostawu, 2. **Krzysztof Mazurek** z **Rudki**, 3. **Kamil Mackiewicz** z **Cycowa**, 4. **Przemysław Strzelec**, 7. **Robert Szkoda** (obaj z **Biłgoraja**), 8. **Mariusz Sowa** z **Izbicy**, 9. **Dawid Cybulski** z Zamościa, 10. **Karol Kalita** z Izbicy. Dystans 20 km kobiety: 1. **Edyta Masternak** z **Lublina**, 2. **Justyna Dziadosz** z Biłgoraja, 3. **Martyna Jaworska** z **Kulczyna**, 5. **Dorota Szczepuch** z Zamościa, 6. **Katarzyna Jarosz** z **Fajsławic**, 8. **Anna Kasprzak** z Zamościa; mężczyźni: 1. **Piotr Choroś** (Niemce/Unia Hrubieszów), 2. **Rafał Klimek** z **Wisznice**, 3. **Władysław Jaremko** z **Oleszyc**, 10. **Wojciech Rosłan** z Biłgoraja.

Kadra czeka

Na stronie LOZLA ukazał się regulamin szkolenia kadry wojewódzkiej młodzików w województwie lubelskim. Szkolenie prowadzone jest w kategorii wiekowej U16 w oparciu o wytyczne Ministerstwa Sportu i Turystyki, Lubelskiej Unii Sportu oraz ustalony regulamin. Organizatorem szkolenia jest: Lubelska Unia Sportu. Zgłoszeń wstępnych do KWM dokonują kluby poprzez panel w systemie STARTER PZLA. Koordynator powołuje zawodników do kadry w oparciu o przyznany przez LUS limit na dany rok. Więcej informacji na stronie LOZLA.

mak

Hrubieszowskie szkoły dominowały w unihokeju

Niegościnni gospodarze

W hali Szkoły Podstawowej nr 2 w **Hrubieszowie** odbywały się, w trzech przedziałach wiekowych, międzyszkolne Mistrzostwa Województwa w unihokeju.

Hrubieszowskie szkoły nie były zbyt gościnne, bo wielokrotnie stawały na podium. Igrzyska Dzieci (szkoły podstawowe klasy VI i młodsze) dziewczęta: 1. SP nr 2 w Hrubieszowie, opiekun **Bartłomiej Sadowski**, skład: **Lilla Tyzo**, **Omelia Paszczuk**, **Zuza Koszerny**, **Zofia Gluch**, **Ola Wojtiuk**, **Karolina Ziółkowska**, **Julia Szostakiewicz**, **Łucja Kucy**, **Karolina Wsolak**. 2. SP nr 3 w Hrubieszowie, op. **Paweł Padkowski**, 3. SP nr 4 w **Lublinie**; chłopcy 1. SP nr 2 w Hrubieszowie, op. **Krzysztof Dąbrowski**, 2. ZS-P w **Janowie Lubelskim**, 3. SP nr 1 w **Chełmie**.

Igrzyska Młodzieży (klasy VIII-VII) dziewczęta: 1. SP nr 2 w **Świdniku**, 2. SP nr 1 w Hrubieszowie, op. **Tomasz Magdziak**, 3. SP nr 2 w Hrubieszowie, op. K. Dąbrowski; chłopcy: 1. SP nr 3 w Hrubieszowie, op. **Tomasz Szlonzak**, skład: **Kamil Roch**, **Eliasz Esing**, **Sebastian Romański**, **Bartek Misiak**, **Bartek Mazur**, **Piotrek Bucior**, **Kajtek Zirebiec, Michał Steciuk**, 2. SP nr 2 w Hrubieszowie, op. **Arkadiusz Sawicki**, 3. SP nr 7 w Świdniku.

Licealiada (szkoły średnie) dziewczęta: 1. I LO „Staszic" w Hrubieszowie, op. **Dominika Borys**, 2. ZS nr 3 w Hrubieszowie, op. **Krzysztof Brudnowski**, 3. II LO w **Chełmie**; chłopcy: 1. I LO „Staszic" w Hrubieszowie, op. **Andrzej Chwedczuk**, 2. ZSEiM w Chełmie, 3. ZS nr 3 w Hrubieszowie, op. K. Brudnowski.

Zespoły, które zajęły miejsca I-III nagrodzono pucharami i medalami, a wszystkie drużyny pamiątkowymi dyplomami.

mak

Pierwsze granie

- **JKS Jarosław – Tomasovia Tomaszów Lubelski 5:2** (4:2). Bramki dla Tomasovii: Maciej Szuta i Oleksandr Mishchenko.
- **KS Hetman Zamość – Start 1944 Krasnystaw 5:0**. Bramki: Igor Szczygieł, Daniel Eze, Wiktor Rugała, Mikołaj Kosior, Jakub Wardęski.
- **Tanew Majdan Stary – Pogoń-Sokół II Lubaczów 2:1**. Bramki dla Tanwi: Jakub Paćkowski i Łukasz Gajór.
- **Kryształ Werbkowice – Andoria Mircze 2:2**. Bramki: Bartłomiej Reszczyński i zaw. testowany – Artur Mac i Michał Herda.
- **POM Iskra Piotrowice – Victoria Łukowa 5:0**.

/MiT/



Fot. Kamil Gac/Hetman Zamość

Hetman wygrał ze Startem 5:0.

eprasa.pl 3866f3208b



Z ARCHIWUM KRZYSZTOFA KONOPY

TRZYNASTKA

Choć -podobno- nie najlepszy układ planet
I wróżbici radzą, żeby kombinować -
Będzie lepiej, a nie gorzej!
(Ponoć gorzej być nie może)
Kto powiedział, że trzynastka jest pechowa?

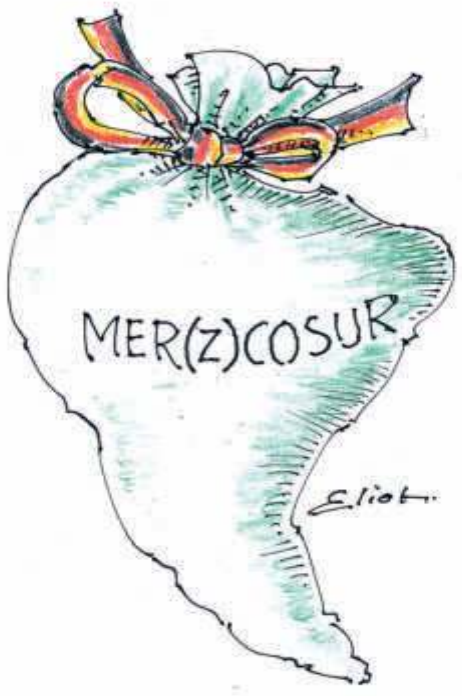
Choć ubodzy duchem tu i ówdzie kraczą:
Bieda z nędzą chcą po kraju kolędować -
Będzie fajnie, będzie ślicznie!
(Rząd pokocha opozycję)
Kto powiedział, że trzynastka jest pechowa?

Choć nam przyjdzie -jako twierdzą malkontenci-
Pas zaciskać i konsumpcję przystopować -
Razem -pro publico bono-
Damy odpór zabobonom!
Kto powiedział, że trzynastka jest pechowa?

Mamy zdrowie! (które wzmocni jeszcze E-WUŚ)
Nie ma mocnych (w całej Unii) na Polaka!
Gdyby jednak coś nie wyszło,
Chmury nad zieloną wyspą-
To się powie, że trzynastkę ktoś wykrakał.

Wiersz opublikowany w TZ 9 stycznia 2013 r.

JERZY LIPIEC rysuje



Biuro Ogłoszeń TZ online



www.tygodnikzamojski.pl/ogloszenia_add

Mogli liczyć tylko na siebie. Świat zwęził się do kilku kroków parkietu i cichego szmeru muzyki. Ona pierwsza skróciła dystans, kładąc dłoń na jego ramieniu stanowczo, jakby to było oczywiste, że teraz to ona nadaje rytm. Przyciągnęła go bliżej, biodrem zaznaczając tempo. Nie cofnął się ani na moment.

– Za blisko – szepnął, a jego głos zdradzał więcej, niż chciał.

– Właśnie o to chodzi – odpowiedziała i przesunęła palcami po jego karku, wolno, z rozmysłem.

Zapach jej perfum był ciepły, niemal duszący. Oddychała płytko, a on czuł to przy każdym ruchu, każdym delikatnym muśnięciu materiału. Zatrzymał jej dłonie, splótł ich palce, jakby próbował odzyskać kontrolę. Bezskutecznie.

– Spokojnie – powiedział ciszej. – Jeśli się nie zatrzymamy…

Nie dokończył. Uśmiechnęła się tylko, unosząc głowę. Ten uśmiech był obietnicą i wyzwaniem jednocześnie. Oparła się o jego pierś, zamknęła oczy, pozwalając, by kołysali się razem. Jego ręka spoczęła na jej plecach ostrożnie, ale zbyt pewnie, by był to przypadek. Pocałunek przyszedł nagle.

Cait London, „Romantyczne spotkanie”

SEX LEKTURKI



Horoskop

Baran
21.03-19.04

W najbliższych dniach nie spodziewaj się wyraźnej poprawy w pracy – wciąż mogą towarzyszyć Ci niepewność oraz obawy o dalszą przyszłość zawodową. Spokojnie, warto się jeszcze chwilę przemęczyć. Już niedługo wydarzenia zaczną układać się po Twojej myśli. Niewykluczone, że los zaskoczy Cię interesującymi propozycjami lub nowymi możliwościami na rynku pracy. Uważnie wsłuchuj się w sygnały płynące z otoczenia, bo mogą okazać się ważniejsze niż początkowo sądziłeś.

Byk
20.04-20.05

Los będzie Ci sprzyjał, obdarzając Cię drobnymi radościami i miłymi niespodziankami niemal na każdym kroku. Pojawią się interesujące propozycje wyjazdu – zarówno o charakterze służbowym, jak i prywatnym – które warto przyjąć bez długiego zastanawiania się. Szybka decyzja może przynieść więcej korzyści niż się spodziewasz. W sferze uczuciowej zapanują spokój i stabilizacja, a kondycja zdrowotna nie powinna budzić żadnych zastrzeżeń.

Bliźnięta
21.05-20.06

Zamiast ulegać panice z powodu dolegliwości i stałego zmęczenia, lepiej zdecyduj się na badania profilaktyczne. Wyniki rozwieją wszelkie wątpliwości i pozwolą lepiej zadbać o swoje zdrowie, co od razu poprawi samopoczucie. Regularne kontrolne badania pozwalają wychwycić problemy we wczesnym stadium, dzięki czemu łatwiej im zaradzić. Warto także wprowadzić drobne zmiany w codziennej diecie i aktywności fizycznej, które wzmocnią organizm.

Rak
21.06-22.07

Będziesz dążyć do odnalezienia wewnętrznej harmonii, choć droga do niej może okazać się wymagająca. Dadzą znać o sobie zmęczenie i narastający stres, dlatego szczególnie ważne stanie się panowanie nad emocjami. Zatrzymaj się na chwilę i pozwól sobie na regenerację, nawet jeśli obowiązki nie będą tego ułatwiać. Koniecznie zaplanuj wizytę u lekarza, aby wraz z nadejściem wiosny móc wrócić do aktywnego trybu życia.

Lew
23.07-22.08

Świat należy do odważnych i w najbliższym czasie wyraźnie to odczujesz. Obudzi się w Tobie pragnienie przygody oraz chęć posmakowania ryzyka, które dodadzą Ci energii i motywacji. Egzotyczne podróże w nieznane, żeglarska szkoła przetrwania czy intensywny kurs pilatesu mogą stać się kuszącą wizją, wartą realizacji. To również bardzo dobry moment na zmianę miejsca zamieszkania, jeśli od dawna rozważasz taki krok.

Panna
23.08-22.09

Nie pozwól, aby opinie innych miały zbyt duży wpływ na Twoje samopoczucie i decyzje. Szczególnie w pracy warto zachować dystans wobec szeptów i komentarzy zazdrosnych współpracowników. Najważniejsze pozostaje Twoje własne nastawienie do świata oraz relacji z ludźmi.

HOROSKOP DLA WERONIKI ROSATI. ZNAK ZODIAKU: KOZIOROŻEC



Fot. wikipedia.org, Fryta 73, CC BY-SA 2.0

To czas, w którym międzynarodowe doświadczenia Weroniki Rosati będą procentować nowymi propozycjami. Jej konsekwencja i profesjonalizm zwrócą na siebie uwagę reżyserów i producentów, otwierając drzwi do jeszcze ciekawszych wyzwań. W sferze osobistej Weronika może odczuwać potrzebę pogłębienia więzi z najbliższymi, zwłaszcza z córką, która jest dla niej źródłem motywacji i radości.

Staraj się dostrzegać wartość w każdej chwili, nawet tej z pozoru zwyczajnej i mało znaczącej. Świadome przeżywanie codzienności pozwoli Ci odnaleźć spokój i wewnętrzną równowagę.

Waga
23.09-22.10

Możesz odczuwać trudności z koncentracją oraz rozproszenie uwagi. Nie ignoruj nawracających objawów, ponieważ organizm może w ten sposób sygnalizować potrzebę odpoczynku. Zadbaj o regularne przerwy w pracy i postaraj się zwolnić tempo. Warto również ograniczyć nadmiar bodźców i znaleźć chwilę na wyciszenie. Spędzanie większej ilości czasu na świeżym powietrzu pomoże Ci odzyskać równowagę i lepsze samopoczucie.

Skorpion
23.10-21.11

Sam doprowadziłeś do sytuacji, z którą teraz musisz się zmierzyć i ponieść jej konsekwencje. Warto zadać sobie pytanie, czy wcześniejsze impulsywne decyzje były warte tego ryzyka. Teraz pozostaje Ci jedynie z pokorą przyznać się do błędu i poprosić o wybaczenie. Szczerość oraz gotowość do naprawienia szkód mogą zdziałać więcej, niż myślisz. Nie wszystko jest jeszcze stracone, a los bywa bardziej łaskawy.

Strzelec
22.11-21.12

Rozpiera Cię energia, którą warto mądrze spożytkować, zwłaszcza jeśli myślisz o zrzuceniu zbędnych kilogramów. Zamiast działać na własną rękę, najlepiej skonsultuj się z dietetykiem, który pomoże dobrać odpowiedni plan. Fachowe wsparcie pozwoli uniknąć błędów i zadbać o zdrowie. Pamiętaj, że trwałe efekty wymagają czasu i konsekwencji. Warto również połączyć odpowiednie odżywianie z umiarkowaną aktywnością fizyczną.

Koziorożec
22.12-19.01

Ostatnio nieco zlekceważyłeś warunki pogodowe, czego efektem są problemy z zatokami, bóle głowy oraz uporczywy katar. Teraz musisz uzbroić się w cierpliwość i dać organizmowi czas na regenerację. Na szczęście Twój stan zdrowia niedługo powinien wyraźnie się poprawić. Do tego czasu zadbaj o odpoczynek i odpowiednie nawodnienie. Warto również unikać przeciągów i gwałtownych zmian temperatury. Jeśli pozwolisz sobie na chwilę zwolnienia, szybciej wrócisz do pełni sił.

Wodnik
20. 01-18.02

Zdecydowanie za często sięgasz po kawę i herbatę, co może niekorzystnie odbijać się na kondycji Twojego organizmu. Warto ograniczyć te napoje i zastąpić je większą ilością wody mineralnej, która wspomaga oczyszczanie organizmu. Regularne nawodnienie poprawi Twoje samopoczucie i koncentrację. Zwróć uwagę na sygnały wysyłane przez ciało, takie jak zmęczenie czy rozdrażnienie. Jeśli dostosujesz dobry plan, dostaniesz drugie życie.

Ryby
19.02-20.03

Nie poddawaj się i z determinacją przeglądaj ogłoszenia, szukając nowych możliwości zawodowych. Odważnie umawiaj się na rozmowy kwalifikacyjne, bo każdy krok przybliża Cię do celu. Wytrwałość i pozytywne nastawienie z pewnością przyniosą efekty, a wkrótce znajdziesz to, czego od dawna poszukujesz. Warto też aktualizować swoje CV i profil zawodowy, aby wyróżnić się na tle innych kandydatów. Nie bój się pytać o rady i wsparcie osób z doświadczeniem w Twojej branży.

eprasa.pl 3866f3208b