



**O oszuście
Sokołowskim**

str. 4



**Wspominamy
zmarłych**

str. 14-15



**11. przykazanie:
Nie bądź
obojętny!**

str. 3



Tygodnik **KRAŁ**

27 października 2020

44/1488

rok XXVIII

cena: 3,00 zł (5% VAT)

Koszmar życia ze złodziejem nad głową

W niewielkim sklepie spożywczym po raz kolejny doszło do demolki. Młody sąsiad najpierw okradł właścicielkę, a teraz zniszczył jej drzwi. - Śmieje mi się w żywe oczy. Całe życie pracuję i nie sądziłam, że dożyję takich czasów – żali się właścicielka spożywczaka

Czytaj str. 13

Testy na koronawirusa

Rozpoczęły się prace w nowosolskim punkcie poboru wymazów do testów na obecność SARS-CoV-2



Czytaj str. 7

„Kolej
na rower”.
Wygraj grę!
str. 11

Sprawdź,
jak pracują
urzędy
str. 6

**Spacerkiem
po Czasie:
Cmentarz
przy ul. Wandy**

Czyt. str. 9

**W czerwonej
strefie**

Czyt. str. 6

**Kamila Pogoda:
Nic nie jest
na zawsze**

Czyt. str. 22

RADCA PRAWNY
Aleksandra Burchart-Miller
Tel.: 535 010 344
SPRAWY ROZWODOWE

RADCA PRAWNY
Emilia Kacprzak-Kopciowska
Tel. 604 230 798

NOWE MIESZKANIA
os. Armii Krajowej
oraz os. Majowe
w Nowej Soli
www.arkadiapark.pl
tel. 532 110 044

Sprzedaż drzewa
601 962 796

ZATRUDNIĘ FRYZJERKĘ
68 387 22 58
731 886 360

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

fredex tel. 68 387 22 70
602 511 623
604 557 022
Nowa Sól, ul. Piaskowa 23
KOTŁY - ECO,
BOJLERY, PIECOKUCHNIE,
OGRODZENIA, BRAMY,
FURTKI, BALUSTRADY,
KONSTRUKCJE STALOWE,
KONTENERY
możliwość montażu napędu NICE
e-mail: fredex@fredex.pl
www.fredex.pl

**PELLET OLIMP
PELLET LAW A
601 962 796**

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

Serwis anten
satelitarnych,
DVB-T i innych
Masz problemy
z odbiorem
programów
telewizyjnych?
ZADZWOŃ!
Sklep MAC
ul. Królowej Jadwigi 24,
tel. 667 323 026, 68 356 15 18

INDEX 320099



Justyna Gurban  redaktor naczelna tel. 515 444 948 naczeln@tygodnikkrag.pl	Mariusz Pojnar  dziennikarz tel. 502 433 019 m.pojnar@tygodnikkrag.pl	Mateusz Pojnar  dziennikarz tel. 793 051 133 mateusz.pojnar@tygodnikkrag.pl	Joanna Dysiewicz  grafika, skład DTP tel. 68 387 51 62 skladtk@tygodnikkrag.pl	Ewelina Majerska  reklama, ogłoszenia drobne tel. 502 919 029 reklama@tygodnikkrag.pl
---	---	--	---	---

Wszystkich Świętych: Zmiany w ruchu, inaczej pojedą autobusy

Tymczasowa organizacja ruchu w rejonie cmentarza przy ul. Wandy ma być receptą na zakorkowanie tej części Nowej Soli w okresie Wszystkich Świętych. Sprawdź, jakie zmiany zajdą też w rozkładzie jazdy autobusów



Już w niedzielę 1 listopada. Dzień Wszystkich Świętych

Całkowicie zostanie zamknięta ul. Wandy od skrzyżowania z Harcerską do skrzyżowania z Wyspiańskiego. - W celu uniknięcia wjazdu na zamknięty odcinek drogi na ul. Siennej (od ul. Wandy) zostanie wprowadzony zakaz wjazdu. Jedynie wyzna-

zione i znane policjantom pojazdy zaopatrzenia będą mogły wjechać na tę drogę – tłumaczy Ewa Batko, rzeczniczka nowosolskiego magistratu.

Ulice położone w części południowej od Dąbrowskiego będą dojeżdzo-

wymi do cmentarza, a ulice z części północnej względem Dąbrowskiego – ulicami wyjazdowymi.

Większość dróg będzie jednokierunkowa z możliwością zatrzymywania się po jednej stronie drogi. - Dzięki temu ruch będzie odbywać się płynnie, a w okolicach cmentarza powstaną miejsca umożliwiające pozostawienie pojazdu – tłumaczy Batko.

By odciążać skrzyżowania z ruchem okrężnym przy ul. Dąbrowskiego, Witosą nadal będzie dwukierunkowa.

Zgasną światła

Odcinek ul. Dąbrowskiego – od ronda do skrzyżowania z Drzymalą – pozostanie drogą dwukierunkową. - Dla usprawnienia dojazdu do cmentarza od strony cmentarza w Otyniu ruch jednokierunkowy zostanie wprowadzony na ul. Wodnej, Działkowej i Ceglanej – wymienia rzeczniczka urzędu miasta.

W mieście zostaną wyłączone

światła na skrzyżowaniu ul. Witosy i Piłsudskiego i na skrzyżowaniu Wojska Polskiego z Kościuszki. Ruchem w kluczowych momentach będzie kierować policja i straż miejska.

Miasto wskazuje parkingi, na których najlepiej zaparkować: ten przy ul. Fabrycznej, parking przy Żwirki i Wigury czy przy Al. Wolności (Park Krasnala). Na ulicach o ruchu jednokierunkowym po lewej stronie drogi zostanie dopuszczane parkowanie pojazdów równoległe do kierunku jazdy.

Przewidywany termin wprowadzenia tymczasowej organizacji ruchu to 30 października ok. godz. 15.00. A przywrócenia normalnej organizacji – 2 listopada o 12.00.

Na stronie www.nowasol.pl są dostępne mapki z organizacją ruchu.

Autobusy

Jeśli chodzi o autobusy, od 30 października do 2 listopada wyłączone z obsługi będą przystanki położone przy ul. Witosy, Wan-

dy i Wyspiańskiego. Autobusy komunikacji miejskiej linii nr 2 korzystać będą w tym czasie z przystanków położonych przy Piłsudskiego (przy urzędzie miasta). Także w przypadku cmentarza w Otyniu we Wszystkich Świętych wyłączony zostanie przystanek obok bramy wjazdowej na cmentarz. Autobusy linii nr 1 i 3 będą dojeżdżały i odjeżdżały z przystanku przy ul. Kościuszki w Otyniu. 1 listopada dojazd na cmentarz w Otyniu i powrót do miasta będzie możliwy autobusami linii nr 1 i 3 według obowiązującego rozkładu jazdy (tak jak w dni świąteczne). Dodatkowo w ramach linii 1 wszystkie kursy, które na co dzień kończą się w Modrzycy, będą wydłużone w kierunku cmentarza.

W przypadku linii nr 3 dojazd na cmentarz w Otyniu będzie możliwy kursami rozpoczynającymi się na przystanku przy Chałubińskiego (szpital) o godz.: 8.50, 10.30, 11.55, 13.15, 15.20 i 17.20.

Mateusz Pojnar

**Pani Sędzi Sądu Rejonowego w Zielonej Górze
Aleksandrze Piechockiej**
najgłębsze wyrazy współczucia i żalu powodu śmierci



Mamy

składają sędziowie oraz pracownicy
Sądu Rejonowego w Nowej Soli

Ze smutkiem żegnamy



śp. Stanisława Trziskę-Ozgowicza
Rodzinie i Bliskim
składamy wyrazy głębokiego współczucia
Zarząd ROD „Kopernik”

Wyrazy współczucia rodzinie i najbliższym
zmarłego w dniu 20.10.2020 r.



śp. Stanisława Trziskę-Ozgowicza
długoletniego Prezesa
Rodzinnych Ogrodów Działkowych „Jedynka” w Nowej Soli
i działacza Polskiego Związku Działkowców,
w imieniu Zarządu ROD „Jedynka” w Nowej Soli oraz
wszystkich działkowców zrzeszonych w tym stowarzyszeniu

Z wielkim smutkiem żegnamy



śp. Pawła Paczkowskiego

wieloletniego Dyrektora Zespołu Szkół Spożywczych

„Spożywczak” im. Jana Pawła II w Nowej Soli

w latach 1972 - 1991.

Dyrektor był inicjatorem budowy nowego obiektu szkoły
przy ul. Wojska Polskiego w Nowej Soli.

Łączymy się w bólu z Rodziną

Emerytowani nauczyciele,

pracownicy administracji i obsługi „Spożywczaka”

Pani Romanie Ligas

szczerze wyrazy współczucia

z powodu śmierci



Mamy

składają

Przewodniczący Rady Powiatu
Jarosław Suski
oraz Radni
Powiatu Nowosolskiego

Starosta Nowosolski
Iwona Brzozowska
Zarząd Powiatu Nowosolskiego
oraz Pracownicy Starostwa

Zapraszamy
do zakupu e-wydania

Tygodnika **KRAĞ**
na www.eprasa.pl

Możliwa opcja
zakupu prenumeraty

Tygodnik KRAĞ

WYDAWCA: Spółka z o.o. „Tygodnik Krag”
ADRES: 67-100 Nowa Sól, ul. Parafialna 2 B,
Tel. 68/ 387-51-62, tel./fax 68/ 387-54-35

E-mail:
redakcja@tygodnikkrag.pl;
reklama@tygodnikkrag.pl
www.tygodnikkrag.pl

DRUK:
Polska Press Sp. z o.o.
oddział w Poznaniu

NAKLAD: 3600 egz.

Redaktor naczelna - Justyna Gurban
Zespół redakcyjny: Mariusz Pojnar, Mateusz Pojnar.
Skład DTP: Joanna Dysiewicz.

Kolportaż: Ewelina Majerska.

Księgowość: ksiegowosc@tygodnikkrag.pl

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń, materiałów nie zamówionych nie zwraca. Zastrzega sobie prawo do skracania i adiacji nadesłanych tekstów.



Nie bądź obojętny



- Jak widzimy kogoś potrzebującego, głodnego, to reagujemy z empatią – apelują Aleksander Tomaszewski i Barbara Olek, którzy na co dzień pomagają ubogim w noclegowni przy ul. Topolowej. Reagujemy nie tylko w czasie pandemii, kiedy sytuacja jest trudniejsza niż zwykle

W październiku obchodziliśmy Międzynarodowy Dzień Walki z Ubóstwem i Światowy Dzień Walki z Głodem. Mają wyrażać solidarność z najbardziej potrzebującymi. - Problem biedy i wykluczenia społecznego dotyka wszystkie kraje, nawet te rozwinięte, dlatego wzmocnienie poczucia solidarności w walce z głodem, niedożywieniem i ubóstwem jest priorytetem i wymaga rozwiązań – podkreśla Karina Jarosz, naczelniczka Wydziału Spraw Społecznych urzędu miasta w Nowej Soli.

Dziś w skrajnym ubóstwie żyje 2 mln Polaków. Blisko 7 mln jest zagrożonych biedą. - Według wstępnych szacunków ta liczba zwiększy się z powodu pandemii koronawirusa – przyznaje Jarosz. - Ona dotyka miliony ludzi nie tylko bezpośrednio, zagrażając ich życiu i zdrowiu, ale też pośrednio, przyczyniając się do wzrostu ubóstwa i głodu.

Karina Jarosz zaznacza, że szczególnie teraz bardzo ważna jest solidarność i wrażliwość na potrzeby innych. - Pomóc może każdy – zwraca uwagę. - Choćby angażując się w akcje zbierania żywności i ubrań dla potrzebujących, które organizowane są przez lokalne organizacje społeczne. Zachęcamy wszystkich do reagowania i pomagania.

Byłem głodny – daliście mi jeść

Aleksander Tomaszewski z Towarzystwa im. Św. Brata Alberta od lat prowadzi noclegownię przy ul. Topolowej. Potrzeby biednych i głodnych zna od podszewki, bo pomaga im na co dzień.

- Codziennie gotujemy naszym podopiecznych około stu dwudaniowych obiadów – opowiada Tomaszewski. - Robimy to na zlecenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, bo osoby biedne są do nas kierowane przez MOPS. W taki sposób mają darmowe posiłki. Obiady cieszą się dużym zainteresowaniem, jest stała grupa ludzi, którzy z nich korzystają. W dobie koronawirusa po prostu biorą ze sobą ten posiłek, bo nie możemy skupiać większej liczby osób w stołówce.

Szef noclegowni dodaje, że mimo koronawirusa utrzymuje się liczba osób, które chcą korzystać z obiadów w siedzibie Towarzystwa. I jednocześnie ta liczba specjalnie nie rośnie.

Obiady są wydawane od poniedziałku do piątku w godz. 12.00-



Aleksander Tomaszewski i Barbara Olek w spiżarni noclegowni

-14.00. - Ale jeśli ktoś potrzebuje czegoś i zapuka do naszej kuchni, to zawsze dostanie jakiś suchy prowiant czy konserwę. Są różne sytuacje życiowe. Czasem ktoś akurat przyjeżdża z podróży, wysiada z pociągu i nie ma co ze sobą zrobić – podkreśla Tomaszewski. - W Nowej Soli ubodzy dostają też prowiant z PCK, gdzie są miesięczne przydziały.

Aleksander Tomaszewski zwraca uwagę na ważny problem. Wiele osób wstydzi się przyjść i poprosić o pomoc. O coś do jedzenia. - O tym mówi się mało, ale na pewno jest duża grupa takich osób. Szczególnie starsi ludzie – podkreśla szef Towarzystwa im. Św. Brata Alberta. - Z czego to wynika? Wcześniej często to były zaradne osoby, dawały sobie w życiu radę. A kiedy przyszedł pewien wiek i są słabsze, nie mogą pójść do pracy, to jest gorzej i nie mogą zrozumieć swojej sytuacji, jakoś ją przetrwać i zaakceptować. Myślą „jak to, mam prosić kogoś o pomoc?”.

Tomaszewskiemu w jego pracy bliskie są słowa Pisma Świętego: „Byłem głodny, a daliście mi jeść; byłem spragniony, a daliście mi

pić”. - Skąd biorę siły, żeby patrzeć na tę biedę? Traktuję to jako obowiązek. Nie tylko obowiązek pracy, ale też obowiązek chrześcijański – dodaje.

Układanka niepomyślnych sytuacji

- Basia opiekuje się teraz ogrzewalnią – Aleksander Tomaszewski przedstawia mi Barbarę Olek, swoją pracowniczkę. - Jest po socjologii i kursie streetworkera, ma wyjątkowo dobry kontakt ludźmi. Dogaduje się z naszymi podopiecznymi, potrafi łatwo z nimi znaleźć wspólny język.

- Rzeczywiście mam z nimi dobry kontakt – potwierdza Olek. - Nasze miasto tworzy niedużą społeczność, znamy się i dlatego jesteśmy w stanie nawiązać jakieś głębsze relacje. Myślę, że problem ubóstwa i głodu w Nowej Soli jest proporcjonalnie podobny do innych miast w kraju.

Barbara Olek zwraca uwagę na ważne kwestie: - Pracujemy z naprawdę biednymi ludźmi, którzy nie mają nic. Są często sami, nie mają wsparcia w rodzinie. Nie jest

prawdą, że wszyscy bezdomni to alkoholicy. Przyczyny bezdomności są różne, nie zawsze leżą po stronie samej osoby bezdomnej. Często to jest splot kryzysowych momentów, taka układanka niepomyślnych sytuacji, które mogą się przytrafić każdemu. Wystarczy choroba, jakieś zobowiązania kredytowe, utrata pracy, zerwane więzi rodzinne. Ważne jest to, żeby pomoc nie odbierała drugiemu człowiekowi godności ani nie ograniczała jego wolności. Często osoby pomagające są przekonane, że wiedzą lepiej, jak potrzebujący powinien żyć, co robić. Doraźna pomoc powinna być właśnie komplementarna z działaniami wzmacniającymi poczucie własnej godności, wartości, przede wszystkim odpowiedzialności za siebie i drugiego człowieka. Wielowymiarowa pomoc drugiemu powinna uzdalniać osoby potrzebujące do przejęcia kontroli nad własnym życiem.

Barbara Olek dodaje: - Jak widzimy kogoś potrzebującego, reagujemy z empatią. Pomóżmy, poprowadźmy kogoś, skierujmy np. do opieki społecznej. Zawsze warto organizować coś, co jest pomocne

dla ludzi, dlatego dobrze, że są te międzynarodowe dni walki z głodem i ubóstwem. Zwracają uwagę na problem, bo zwykle ludzie są zabiegani i często patrzą na czubek własnego nosa. Gdy zatrzymamy się i pomyślimy głębiej o tym wszystkim, docenimy to, co sami mamy.

Ostatnio noclegownia zaopatrzyła się w wiele rzeczy, które pomogą bezdomnym. „Dzięki wsparciu moich współpracowników z Wydziału Spraw Społecznych Towarzystwo Pomocy im. Św. Brata Alberta, prowadzące naszą noclegownię, pozyskało środki zewnętrzne w kwocie 52,5 tys. zł na zakup sprzętu i środków ochrony osobistej, które są niezbędne do funkcjonowania w czasie zagrożenia epidemiologicznego” – napisał w ub. tygodniu na Facebooku Jacek Milewski, prezydent Nowej Soli.

I wymienił, co zostało kupione: maseczki, rękawiczki jednorazowe, płyny do dezynfekcji rąk, fartuchy ochronne, bezdotykowe dystrybutory na płyn dezynfekujący do rąk, płyny do dezynfekcji powierzchni i sprzętów, dozowniki mydła, antybakteryjne mydło w płynie, pojemniki na ręczniki papierowe, ręczniczki, sztućce i naczynia jednorazowe, prześcieradła w rolce, materace antypoślizgowe, nakładki na materace, komplety pościeli bawełnianej, koce, poduszki, gumowe kłapki, wózek do sprzątania, maszyna do mycia podłóg, wózek na brudną bieliznę, termosy na ciepłe napoje. Ale też sprzęt do wyposażenia i obsługi izolatki, pralka przemysłowa, suszarka, zmywarka, leżanka lekarska, stół, dwa krzesła, lampy UV, mop parowy, nawilżacz powietrza, termometry bezdotykowe i ciśnieniomierze.

Mateusz Pojnar

Apelujemy do naszych Czytelników o pomoc osobom bezdomnym z noclegowni.

Na dziś potrzebne są przede wszystkim: czysta odzież, koszuły, bielizna, golarki, środki czystości i higieny osobistej, szczotki do zębów, wody toaletowe itd. - Gdyby ktoś chciał nam pomóc, można takie rzeczy przynieść do nas od poniedziałku do piątku, najlepiej w godz. 8.00-14.00 – mówi Aleksander Tomaszewski.

Andrzej Sokołowski z CBŚP, czyli seniorze, nie daj się oszukać!

Kryminalni zatrzymali mężczyznę, który oszukał 69-latkę metodą „na policjanta Centralnego Biura Śledczego Policji”. Ukradł mu 30 tys. zł. - Sprawa jest rozwojowa, nie wykluczamy kolejnych zatrzymań – mówi Renata Dąbrowicz-Kozłowska, rzeczniczka nowosolskiej policji



Zatrzymany mężczyzna (fot. lubuska policja)

Dyżurny dostał zgłoszenie od 69-letniego mężczyzny, który powiedział, że został oszukany przez człowieka podającego się za policjanta. Cwaniak wyłudził od niego 30 tys. zł. - Z relacji pokrzywdzonego wynika, że przed godz. 13.00 otrzymał telefon od mężczyzny przedstawiającego się za funkcjonariusza Centralnego Biura Śledczego Policji Andrzeja Sokołowskiego – opowiada Renata Dąbrowicz-Kozłowska z nowosolskiej policji. - Przestępca poinformował

starszego pana, że „w banku jest afera” i trzeba jak najszybciej wybrać swoje oszczędności, by ich nie stracić. Oszust poważnym głosem zaczął opowiadać historię, że wczoraj dyrektor banku zablokował próbę wypłaty z konta pokrzywdzonego znacznej kwoty pieniędzy. I że jeśli nie chce ich stracić, musi je wybrać i przekazać policjantowi. W trakcie rozmowy, w celu weryfikacji danych policjanta, nie rozłączając się nakazał pokrzywdzonemu wprowadzić na klawiaturze numer alarmowy 997. Po wykonaniu tego polecenia w słuchawce zgłosił się inny mężczyzna, który podawał się za dyżurnego jednostki i potwierdził, że akcja i dane

policjanta są autentyczne.

69-latek poszedł do banku i wypłacił kasę. Spakował swoje oszczędności do worka foliowego i zgodnie z instrukcją podał oszustowi pieniądze przez okno.

- Dwa dni później dzięki skutecznej pracy nowosolskich kryminalnych zatrzymano jednego ze sprawców – opowiada Dąbrowicz-Kozłowska. - Został doprowadzony do jednostki policji, gdzie usłyszał już zarzut oszustwa. Grozi mu do 8 lat więzienia.

Ale rzeczniczka policji w Nowej Soli przyznaje, że nie ma mowy o zakończonej akcji: - Ciągłe pojawiają się nowe wątki, ujawniane są kolejne dowody, które muszą zostać wnikliwie zbadane przez nowosolską policję pod nadzorem prokuratury. Sprawa jest rozwojowa.

Mateusz Pojnar

Pijany kierowca o godz. 8.45

Nowe Miasteczko: kierowca na gazie wjechał do rowu obok sklepowego parkingu. We krwi miał ponad 2 promile. Może drogo zapłacić za tę imprezę



To zdecydowanie nie było miękkie lądowanie (fot. lubuska policja)

Marek Hłasko napisał kiedyś opowiadanie „Pijany o dwunastej w południe”. Mężczyzna w Nowym Miasteczku przebił bohatera świetnej prozy Hłaski.

Otóż było tak. W ub. środę o 8.45 policjanci z nowosolskiej drogowki pojechali na parking obok jednego z marketów w Nowym Miasteczku. - Ze zgłoszenia wynikało, że pojazd miał zjechać z parkingu do przydrożnego rowu – mówi Renata Dąbrowicz-Kozłowska z nowosolskiej policji.

Policjanci ustalili, że kierowca to 59-letni mieszkaniec powiatu nowosolskiego. Badanie na zawartość alkoholu wykazało, że miał w organizmie ponad 2 promile.

Policja zatrzymała mu prawo jazdy. 59-latek usłyszał zarzut i przyznał się. Za prowadzenie auta po pijaku grozi mu do 2 lat więzienia, ale w pakiecie może dostać 3-letni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych.

I minimum 5 tys. zł świadczona pieniężnego.

- Pamiętajmy, że jadąc po alkoholu nie tylko narażamy siebie – przypomina Dąbrowicz-Kozłowska. - To przede wszystkim wielkie niebezpieczeństwo dla innych uczestników ruchu drogowego: rowerzystów, pieszych i pozostałych kierowców. Nieodpowiedzialne zachowanie może również skutkować utratą tego, co najcenniejsze – życia.

Mateusz Pojnar

MATERIAŁ INFORMACYJNY MINISTERSTWA ZDROWIA

JAK DBAĆ O SIEBIE, BY UNIKNĄĆ CHOROBY NOWOTWOROWEJ?

Organizm to wieka fabryka komórek, które nieustannie rodzą się i obumierają. Biolog molekularny, prof. Jonas Frisén z Karolinska Institute w Sztokholmie zbadał, że przeciętnie co 10-15 lat zmieniają się wszystkie komórki człowieka, a niektóre, jak np. komórki wątroby, odtwarzają się już w cyklu rocznym. Całą tę fabrykę zarządza DNA, czyli umieszczony w każdym jądrze komórkowym związek chemiczny z grupy kwasów o charakterystycznej spiralnej budowie dwóch splecionych nitki. W nich zapisany jest kod człowieka, czyli niepowtarzalna dla każdego z nas sekwencja ponad 40 tys. genów.

Jeśli dobrze dbamy o naszą „fabrykę” i jeśli nasza sekwencja genów nie zawiera żadnego błędu, który możemy niestety odziedziczyć po przodkach, to komórki dzielą się prawidłowo, zachowując ten sam kształt i funkcje poszczególnych organów. Wystarczy jednak nawet małe zakłócenie naszego „oprogramowania”, by komórki zaczęły się mnożyć w sposób niekontrolowany. Namnażają się w szalonym tempie, zmieniając kształt zdrowej skóry, jelita czy płuca. Tak pojawia się nowotwór, który w swojej złośliwej formie zwanej też rakiem, zagraża naszemu życiu.

Nowotwory, czyli nadmiar komórek w jakimś organie, przybierają często widoczną formę guzów. Czasem są to naturalne zmiany wynikające z „eksploatacji” organizmu. Wówczas nowotwory nie są złośliwe i po ich chirurgicznym usunięciu nie ma ani śladu, ani żadnych konsekwencji zdrowotnych. Niestety, nie wszystkie nowotwory są łagodne, a bywa, że i te łagodne pozostawione samym sobie zmieniają się w złośliwe i zaczynają siać spustoszenie w organizmie.

Na raka, czyli na nowotwór złośliwy, choruje w Polsce prawie milion osób. Ta choroba zabija już 100 tys. Polek i Polaków rocznie. Statystyki umieralności na nowotwory złośliwe w naszym kraju są wysokie w porównaniu z innymi rozwiniętymi krajami, gdzie jest większa świadomość obywateli, jak unikać choroby i zapobiegać jej rozwojowi. Płacimy wysoką cenę własnego życia za lekceważenie

zagrożeń i unikanie badań profilaktycznych, które są w naszym kraju dostępne za darmo.

Co robimy źle i jak to zmienić?

1 Lekceważymy pierwsze objawy. Większość pacjentów zgłasza się na badania profilaktyczne dopiero w III stadium choroby nowotworowej, a to obniża szanse na wyleczenie.

POZYTYWNA ZMIANA:

Sprawdź kalendarz badań okresowych i zapisz się!

2 Palimy papierosy, e-papierosy, nadużywamy alkoholu, używek, a to może spowodować trwałe zaburzenia w DNA, których skutkiem jest rak. Palenie jest wymieniane jako najczęstsza przyczyna nowotworów złośliwych w tym raka płuca.

POZYTYWNA ZMIANA:

Rzucić palenie! Zrezygnować z groźnych używek!

3 Jemy niezdrowo, za dużo czerwonego mięsa, cukru, soli i tłustych potraw, za mało warzyw i owoców oraz produktów nieprzetworzonych. Tymczasem otyłość jest czynnikiem zwiększającym ryzyko zachorowania na nowotwór złośliwy. Pomocne strony z darmowymi poradami dietetyka: poradnia.ncez.pl oraz diety.nfz.gov.pl

POZYTYWNA ZMIANA:

Utrzymuj prawidłową masę ciała! Dieta! Pić dużo wody!



4 Nie ćwiczymy regularnie i mamy za mało ruchu, zwłaszcza na świeżym powietrzu, przez co mamy kłopoty z przemianą materii i z krążeniem. W efekcie może dojść do uszkodzenia naszego wewnętrznego „komputera”, jakim jest DNA.

POZYTYWNA ZMIANA:

Codziennie rano 20 minut gimnastyki ogólnej i jeden długi spacer przed snem!

5 Wystawiamy skórę na słońce i promieniowanie UV bez stosowania filtrów i często bez umiaru, a to sprzyja rozwojowi nowotworów skóry w tym czerniaka.

POZYTYWNA ZMIANA:

Stosować kremy z filtrami! W słoneczne dni nosić okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV!

6 W wielu miejscach oddychamy powietrzem zawierającym szkodliwe cząstki stałe, smog. Wdychanie toksycznych substancji uderza w sam środek każdej komórki i sprzyja rozwojowi nowotworów.

POZYTYWNA ZMIANA:

Dbaj o ekologię, o zdrowe powietrze!

Zabezpiecz się maseczką przed smogiem!

7 Niektóre infekcje wirusowe sprzyjają rozwojowi nowotworów, tymczasem można uniknąć zagrożenia szczepiąc dzieci przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu B, a dziewczynki przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego HPV.

POZYTYWNA ZMIANA:

Zaszczep swoje dzieci!



Narodowa Strategia Onkologiczna

Oprócz emocjonalnych i medycznych aspektów każdej choroby, istotną rolę w obszarze publicznego zarządzania zdrowiem odgrywają też liczby. Pozwalają nadać pożądanym zmianom formę strategii i zaleceń dla jednostek opieki medycznej i dla pacjentów. Tak powstała Narodowa Strategia Onkologiczna, która opisuje kompleksową walkę z rakiem.

Jej trzy najważniejsze cele to:

- 1 uzyskać wzrost liczby pacjentów żyjących 5 lat i dłużej po zakończeniu leczenia onkologicznego (większość krajów OECD ma pod tym względem lepsze wskaźniki niż Polska);
- 2 zahamować wzrost zachorowań na raka (na razie, w ciągu 10 lat prognozuje się wzrost liczby chorych nawet o 28%);
- 3 zwiększyć wykrywalność choroby w jej początkowym stadium.

ZAPROSZENIE DO PROGRAMU PracoDawca Zdrowia:

Jesteś pracodawcą? Dbasz o zdrowie swoich pracowników? Weź udział w programie PracoDawca Zdrowia. **WIĘCEJ INFORMACJI NA STRONIE: planujedlugiezycie.pl**

ZAKŁADKA PracoDawca Zdrowia

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ – WEJDŹ NA www.planujedlugiezycie.pl

PLANUJĘ DŁUGIE ŻYCIE

Ministerstwo Zdrowia

Kampania społeczna „Planuj długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020-2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.

Inaczej pojedziesz, by odwiedzić bliskich

Ważne zmiany dla tych, którzy odwiedzają swoich zmarłych na cmentarzu przy Piaskowej. - Po przebudowie terenu w celu skomunikowania dróg przed cmentarzem z ul. Piaskową urząd miasta postanowił wprowadzić nowe zasady ruchu drogowego – mówi Ewa Batko, rzeczniczka nowosolskiego magistratu

Najpierw skupmy się na perspektywie jadących na cmentarz. Istniejąca droga dojazdowa do nekropolii została oznakowana jako jednokierunkowa – do miejsca z nowo wybudowaną drogą, z kierunkiem jazdy od strony ul. Piaskowej do cmentarza. Na odcinku od nowo wybudowanej drogi do cmentarza droga jest dwukierunkowa.

Od ul. Piaskowej, na wysokości przystanku autobusowego, został ustawiony znak B-2 zakazujący wjazdu pojazdom na nową drogę. - Umożliwiając tym samym swobodny wyjazd osobom z terenu przed cmentarzem na ul. Piaskową – tłumaczy Ewa Batko, rzeczniczka urzędu miasta w Nowej Soli.

Teraz perspektywa wyjeżdżających z cmentarza. Będą musieli wyjechać na ul. Piaskową wybudowaną drogą, o czym mówi znak C-2 – nakaz jazdy w prawo za znakiem. Jednocześnie droga jest jednokierunkowa z kierunkiem jazdy od Piaskowej.

- Za nowo wybudowaną drogą został ustawiony znak B-2, zakaz wjazdu zabraniający poruszania się pojazdom w stronę ul. Piaskowej – mówi Batko. To umożliwi swobodny dojazd osobom, które chcą odwiedzić groby swoich bliskich.

Dodatkowo dla parkujących wyznaczono dwa miejsca parkingowe z przeznaczeniem wyłącznie dla osób niepełnosprawnych.

(matp)



Są dwa miejsca parkingowe wyłącznie dla osób niepełnosprawnych

MATERIAŁ INFORMACYJNY MINISTERSTWA ZDROWIA

REGULARNE BADANIA

ZWIĘKSZAJĄ

SZANSE NA PRZEŻYCIE

Organizm to mechanizm

Organizm działa sprawnie i długo nam służy, jeśli należycie o niego dbamy. To znacznie bardziej skomplikowany i ważniejszy mechanizm niż np. samochód czy komputer. A czy poświęcamy mu dość uwagi? Jeździmy regularnie na przegląd techniczny swojego auta, a czy z taką samą regularnością i konsekwencją wykonujemy okresowe badania lekarskie?

Za nieaktualne badanie techniczne samochodu można dostać mandat, bo jeżdżąc niesprawnym pojazdem zagrażamy nie tylko sobie, ale także innym uczestnikom ruchu. Za brak badań lekarskich nie ma mandatów, a przecież ich lekceważenie jest bardziej szkodliwe dla człowieka i dla całego społeczeństwa, które płaci ogromne kwoty na leczenie zbyt późno wykrywanych chorób nowotworowych.

Nie ignoruj żadnego sygnału

Jak ważne są badania okresowe przekonała się boleśnie niejedna pacjentka. Np. Ewa powinna być osobą szczególnie świadomą zagrożeń, bo ukończyła medycynę. Nie pracowała w zawodzie lekarza, ale poświęciła się pracy społecznej na rzecz pacjentów, także tych onkologicznych. Zignorowała jednak własne badania profilaktyczne, a kiedy zdiagnozowano u niej nowotwór złośliwy było już za późno na skuteczną terapię.

Wiele chorób nowotworowych ma charakter cichych zabójców. Rak jajnika rozwija się praktycznie bezobjawowo. Jest wykrywany u ponad 3,5 tys. pacjentek rocznie. Jego przyczyną jest dziedziczna mutacja w genach BRCA. Świadomość zagrożenia częściej mają młode kobiety, które wykonują badania genetyczne w tym kierunku, o ile wywiad rodzinny potwierdza ich obawy, że mogły taką skłonność odziedziczyć.

Kobiety w starszym wieku niestety rzadziej się badają i śmiertelność w wyniku nowotworów w tej grupie wiekowej jest najwyższa. Dlatego szcze-



gólnie panie po 50. roku życia powinny pamiętać o regularnych wizytach u ginekologa i o wykonywaniu mammografii. Kobiety w wieku 25-59 powinny regularnie wykonywać cytologię. Wszystkie panie muszą regularnie samodzielnie kontrolować dłońmi stan piersi oraz okolic pach. Wszelkie zmiany, nieregularności lub nawet niewielkie podskórne zgrubienia wykryte podczas samobadania powinny skłonić do konsultacji ze specjalistą.

Męskie sprawy pod kontrolą

W Polsce raka prostaty wykrywa się u ponad 12 tys. mężczyzn rocznie. Nie każdy nowotwór gruczołu krokowego ma postać złośliwą z tendencją do przerzutów, ale każdy wymaga obserwacji i zastosowania leczenia. Im szybciej wykryty, tym łatwiej uporać się z nim przy pomocy środków i technik dostępnych we współczesnej medycynie.

Jedyną pewną diagnozę można usłyszeć podczas badania gruczołu krokowego przez urologa. Wykonuje się też badania krwi na wysokość stężenia białka PSA. Wcześniej jednak każdy pan powinien kontrolować częstość i sposób oddawania moczu. Wstawanie kilka razy w nocy do toalety, przerywany strumień czy krew w moczu to już są niepokojące sygnały, a bóle kostne mogą wręcz świadczyć o przerzutach.

Nie tylko badania przesiewowe

Każdy z nas w dowolnym momencie może zostać zaproszony na badanie w kierunku wczesnej wykrywalności nowotworów. Otrzymanie telefonu czy listu z informacją o możliwości odbycia takiego badania nie oznacza, że mamy raka. Oznacza natomiast, że z racji płci, wieku czy chorób współistniejących znaleźliśmy się w grupie ryzyka. Osoby z takiej grupy są poddawane badaniom przesiewowym. Ich celem jest wykrycie nowotworów na wczesnym etapie. To najskuteczniejszy sposób walki z tą chorobą, bo nowotwory wykryte w początkowym stadium choroby, kiedy nie ma jeszcze żadnych przerzutów leczy się skutecznie znanymi i dostępnymi metodami. Dlatego zawsze warto skorzystać z możliwości uczestnictwa w badaniach przesiewowych.

Niemniej jednak każdy, kto czuje się zagrożony, a nie jest w grupie określonej jako grupa ryzyka, także powinien poddać się badaniom, na które skieruje go lekarz rodzinny.

Jeśli zadbamy o organizm jak o najlepszy mechanizm, będzie dobrze działał i długo służył naszemu zdrowiu.

Kalendarz obowiązkowych badań profilaktycznych

KOBIETA:

- mammografia (piersi) – raz na 2 lata (kobiety w wieku 50-69),
- cytologia (szyjka macicy) – raz na 3 lata (kobiety w wieku 25-59).

MĘŻCZYZNA:

- badanie prostaty per rectum u urologa – raz do roku po 50. roku życia, a panowie których bliscy chorowali na raka prostaty powinni badać się już po 40 roku życia

WSZYSTYCH:

- kolonoskopia – co 10 lat po 50. roku życia; w miarę potrzeby w wieku 40-49 lat, o ile bliscy krewni cierpią na raka jelita grubego; a co 2-3 lata wszyscy w wieku 25-49, jeśli w rodzinie występuje dziedziczny rak jelita grubego,
- prześwietlenie klatki piersiowej – po 40. roku życia raz na 3 lata,
- w przypadku wystąpienia niepokojących zmian na skórze – wizyta u dermatologa i dermatoskopia.

ZAPROSZENIE DO PROGRAMU PracoDawca Zdrowia

Jesteś pracodawcą? Dbasz o zdrowie swoich pracowników? Weź udział w programie PracoDawca Zdrowia. WIĘCEJ INFORMACJI NA STRONIE: planujedlugiezycie.pl ZAKŁADKA PracoDawca Zdrowia

WIĘCEJ INFORMACJI NA TEMAT BEZPŁATNYCH BADAŃ REALIZOWANYCH W RAMACH PROGRAMÓW PROFILAKTYCZNYCH ZNAJDZIESZ NA STRONIE www.planujedlugiezycie.pl

PLANUJĘ DŁUGIE ŻYCIE

Ministerstwo Zdrowia

Kampania społeczna „Planuj długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020-2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.

Jesteśmy w czerwonej strefie

Koronawirus: decyzją rządu cały kraj trafił do pandemicznej czerwonej strefy. To oznacza nowe restrykcje, z których najmniej zadowoleni są przedsiębiorcy. W powiecie nowosolskim w ciągu tygodnia znacznie urosła liczba zakażonych. Według informacji starostwa w poniedziałek odnotowano 39 nowych chorych

Gdy zamykaliśmy poprzedni numer „Tygodnika Krak”, liczba wszystkich potwierdzonych zachorowań od początku pandemii wynosiła w powiecie nowosolskim 170 osób. W tydzień ta liczba urosła do 356.

- W ciągu ostatniej doby w powiecie nowosolskim stwierdzono 39 nowych przypadków zakaże-

nia koronawirusem – poinformowała w poniedziałek starosta Iwona Brzozowska.

105 spośród 356 osób wróciło już do zdrowia, więc w powiecie jest nadal 251 aktywnych przypadków COVID-19. 10 osób jest hospitalizowanych. W kwarantannie przebywa 660 osób. W kwarantannie granicznej – 169.

W sobotę na stadionie miejskim w Nowej Soli ruszył punkt poboru wymazów do testów na obecność koronawirusa, o czym piszemy więcej na str. 7.

W ub. tygodniu premier Mateusz Morawiecki ogłosił, że cała Polska ląduje w strefie czerwonej. To oznacza kolejne radykalne obostrzenia.

Nauka w podstawówkach w klasach 4-8 odbywa się w trybie zdal-

nym. W godz. 8.00-16.00 młodzież do 16. roku życia może przemieszczać się tylko pod opieką dorosłego. Rząd wprowadził ograniczenie spotkań, imprez, zebrań i zgromadzeń do pięciu osób spoza gospodarstwa domowego.

Znowu poważnie ucierpieli przedsiębiorcy. Zamknięte zostały puby i restauracje, dania można zamówić tylko na wynos.

Morawiecki na konferencji prasowej prosił seniorów powyżej 70. roku życia, by nie wychodzili z domu. Premier określił sytuację związaną z pandemią jako „niedobrą i dynamiczną”. - Mamy kolejny przyrost zakażonych i zgonów. Nasze działania muszą być bardzo zdecydowane. Druga fala uderzyła w Europę wszędzie z podobną siłą – stwierdził Morawiecki. - Niektó-

re państwa – choćby Czechy czy Irlandia – podjęły decyzję o całkowitym zamknięciu gospodarki. Inne wprowadziły godziny policyjne. Nasze obostrzenia mają mieć skutek za 10-14 dni. Jeśli nie poskutkują, podejmiemy kolejne kroki.

Zbliża się Wszystkich Świętych, dlatego dziennikarze dopytywali, czy zamknięte zostaną cmentarze. Morawiecki odparł, że decyzja w tej sprawie zostanie podjęta w tym tygodniu. - Kiedy będziemy wiedzieli, jak wygląda krzywa przyrostu zakażeń, decyzja będzie wtedy ostatecznie podjęta co do ewentualnych ograniczeń i zasad – powiedział premier.

Minister zdrowia Adam Niedzielski podkreślał, że jeśli tendencja się utrzyma, w tym tygodniu może być 20-25 tys. zachorowań

dziennie. - Taki scenariusz jest już scenariuszem gorszym od czarnego. Celem jest zahamowanie rozwoju i przejście do trendu liniowego – tak to określił Niedzielski. - W przyszłym tygodniu okaże się, czy obostrzenia działają. Bo najskuteczniejszą metodą walki z pandemią są nasze codzienne działania: maseczki, dezynfekcja, dystans czy izolacja.

W poniedziałek Ministerstwo Zdrowia ujawniło, że w ciągu doby w skali kraju odnotowano 10241 przypadków koronawirusa. W samym Lubuskiem 363. „Z powodu COVID-19 zmarło siedem osób, natomiast z powodu współistnienia COVID-19 z innymi schorzeniami – 38” – napisało w komunikacie Ministerstwo Zdrowia.

Mateusz Pojnar

Nowosolskie starostwo ogranicza bezpośrednią obsługę interesantów

W związku z sytuacją epidemiczną Starostwo Powiatowe w Nowej Soli ogranicza obsługę bezpośrednią mieszkańców powiatu.

Zapraszamy do kontaktu telefonicznego, mailowego oraz za pośrednictwem platformy ePUAP. Wnioski można składać również za pośrednictwem poczty oraz w wyznaczonym punkcie na terenie urzędu w skrzynkach podawczych przy Biurze Obsługi Interesantów.

Obsługa bezpośrednia w ograniczonym zakresie prowadzona jest w Wydziale Komunikacji oraz Wydziale Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami (z wyłączeniem śródl).

Przypominamy, że w Wydziale Komunikacji należy telefonicznie umówić termin:

➔ W celu umówienia się na wizytę w sprawach dotyczących rejestracji pojazdów, wymiany dowodów rejestracyjnych, wycofania czasowego pojazdów – należy kontaktować się na numer telefonu – 68 4586714.

➔ W celu umówienia się na wizytę w sprawach dotyczących praw jazdy – należy kontaktować się na numer telefonu – 68 4586713.

Aby usprawnić obsługę również Wydział Geodezji zachęca do składania wniosków pocztą elektroniczną lub w skrzynkach podawczych w urzędzie. O osobistym terminie odbioru dokumentów wnioskodawca zostanie poinformowany.

Pozostałe wydziały i referaty nie prowadzą obsługi bezpośredniej.

Wszystkie wnioski niezbędne do załatwienia spraw w Starostwie Powiatowym w Nowej Soli są dostępne w BIP w zakładce: „Co i jak załatwić w urzędzie?” oraz w urzędzie przy Biurze Obsługi Interesantów.

Przepraszamy za utrudnienia i dziękujemy za zrozumienie sytuacji.

DANE KONTAKTOWE

Sekretariat

sekretariat@powiat-nowosolski.pl

tel: +48 68 458 68 30

fax +48 458 68 31

adres skrytki ePUAP: /powiatfnw/skrytka

Komunikat Prezydenta Miasta Nowa Sól w sprawie funkcjonowania Urzędu Miejskiego

W trosce o bezpieczeństwo mieszkańców i konieczność podjęcia działań ograniczających rozprzestrzenianie się koronawirusa, od wtorku 27 października Urząd Miejski w Nowej Soli, zawiesza do odwołania bezpośrednią obsługę klientów.

Wyjątek stanowią zgłoszenia zgonów oraz narodzin w Urzędzie Stanu Cywilnego, które będą realizowane w budynku Urzędu – wejście od ulicy Szkolnej (od głównego parkingu).

Śluby już zaplanowane odbędą się w ustalonych terminach. Podczas ślubu dopuszczalna obecność wyłącznie Pary Młodej oraz świadków.

W pozostałych sprawach kontakt elektroniczny w tym: pisma zwykłe, wnioski o udostępnienie informacji publicznej mailowo na adres nowasol@nowasol.pl, a wnioski wymagające podpisu elektronicznego lub profilu zaufanego - przez platformę epuap.urzad.nowasol.pl/skrytka.

Druki wniosków są dostępne przy wejściu do Urzędu Miejskiego od ulicy Piłsudskiego, tam też wystawiona jest skrzynka podawcza do której możemy składać wnioski. Na wnioskach prosimy koniecznie o podanie danych kontaktowych: numer telefonu lub adres email.

Jeśli chcemy uzyskać informacje jak załatwić sprawę, dowiedzieć się na jakim etapie jest załatwiana już sprawa albo toczące się postępowanie, proponujemy kontakt telefoniczny z przedmiotowym wydziałem (numery telefonów oraz adresy mailowe poniżej):

- **Wydział finansowo-budżetowy:** karbnik@nowasol.pl 68 459 0306
- **Wydział programowania i promocji:** b.kulczycka@nowasol.pl 68 459 0 361
- **Wydział organizacyjny:** sekretarz@nowasol.pl 68 459 0 303
- **Wydział zamówień publicznych:** zampub@nowasol.pl 68 459 0 320
- **Wydział architektury:** architektura@nowasol.pl 68 459 0 332
- **Wydział spraw obywatelskich i administracji:** sa@nowasol.pl 459 0 324
- **Urząd Stanu Cywilnego:** usc@nowasol.pl 68 459 0 351
- **Biuro Rady Miejskiej:** br@nowasol.pl 68 459 0 350
- **Wydział inwestycji:** staruch@nowasol.pl 68 459 0 359
- **Wydział gospodarki komunalnej i ochrony środowiska:** bpietrzykowska@nowasol.pl 68 459 0 336
- **Wydział gospodarki nieruchomościami:** zuberek@nowasol.pl 68 459 0 340
- **Wydział spraw społecznych:** k.jarosz@nowasol.pl 68 459 0 367
- **Wydział oświaty:** i.sienkiewicz@nowasol.pl 68 452 60 81
- **Straż Miejska:** strazmiejska@nowasol.pl 68 4757 780
- **Miejskie zaplecze gospodarczo-techniczne (ul. Drzymały 4):** 68 47 57 784

Główny numer do Urzędu Miejskiego: 68 459 0 300, fax: 68 459 0 358

Wszystkie numery telefonów i adresy mailowe do Urzędu Miejskiego znajdziemy na <http://nowasol.pl/urzad-miejski/wydzialy>

Rachunek bankowy: PKO Bank Polski S.A. 62 1020 5402 0000 0302 0365 3466

Płatności za podatek od nieruchomości prosimy wpłacać na indywidualne rachunki bankowe podatników lub rachunek ogólny: PKO Bank Polski S.A. 62 1020 5402 0000 0302 0365 3466

Powyższe zalecenia będą stanowiły niedogodność - ale robimy to w trosce o bezpieczeństwo mieszkańców.

W tej trudnej i wyjątkowej chwili liczymy na zrozumienie mieszkańców Nowej Soli i apelujemy o dostosowanie się do wszelkich zaleceń.

Zatrudnię kierowców z kategorią C. Praca na miejscu. Mogą być emeryci. Tel. 609 818 209

Firma 3DFORM zatrudni przy produkcji obiektów reklamowych na stanowisku: **LAMINUJĄCY;** Dodatkowe informacje pod numerem telefonu **601 759 184** lub **68 356 90 01**

Koronawirus: Testy na stadionie

W sobotę rozpoczęły się prace w punkcie poboru wymazów do testów na koronawirusa na stadionie w Nowej Soli

O tym, że taki punkt ma powstać, pisaliśmy na naszym portalu w czwartek i piątek. W grę wchodziły cztery lokalizacje: dawna siedziba Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, była przychodnia Ars Medica w parku Odry, budynek na stadionie miejskim lub ten na przystani kajakowej.

Ostatecznie padło na budynek na stadionie (ten od strony ul. 1 Maja, gdzie mieszczą się szatnie sportowe).

Że punkt rozpoczął prace, poinformowała w sobotę starosta powiatu nowosolskiego Iwona Brzozowska: - W związku z rosnącą liczbą zakażeń i koniecznością wykonywania większej ilości testów nowosolski szpital uruchomił już punkt poboru materiału na obecność korona-

wirusa.

Będzie można się przetestować od poniedziałku do piątku w godz. 15.30-19.30, a w soboty i niedziele od 10.00 do 14.00. Z testowania będą mogli skorzystać nie tylko mieszkańcy Nowej Soli, ale i całego powiatu. - Punkt będzie dostępny dla wszystkich osób ze skierowaniami - precyzuje Jacek Milewski, prezydent Nowej Soli. - Bardzo dziękuję pracownikom nowosolskiego szpitala za zorganizowanie punktu i dyrektorowi Piotrowi Brombrowi z NFZ za pomoc w tej sprawie. To ważny element w walce z epidemią koronawirusa.

Miasto użyczyło obiekt szpitalowi nieodpłatnie. Zapłaci też koszty utrzymania budynku wraz z mediami.

Mateusz Pojnar



Punkt będzie otwarty od poniedziałku do piątku w godz. 15.30-19.30, a w soboty i niedziele od 10.00 do 14.00

OGŁOSZENIE

Rada Nadzorcza Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Nowej Soli ogłasza konkurs na stanowisko Prezesa Zarządu Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Nowej Soli.

Ofertę należy złożyć do dnia 16 listopada 2020 r. do godziny 12.00 w zamkniętej kopercie, bezpośrednio w sekretariacie siedziby Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej, w dni robocze w godzinach pracy Spółdzielni lub za pomocą poczty / kuriera przesłać na adres: Nowosolska Spółdzielnia Mieszkaniowa w Nowej Soli, ul. 1 Maja 16, 67-100 Nowa Sól z dopiskiem „Konkurs na stanowisko Prezesa Zarządu, nie otwierać przed rozpatrzeniem przez Radę Nadzorczą”.

Szczegółowe informacje dostępne są w „Regulaminie przeprowadzenia konkursu na stanowisko Prezesa Zarządu Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Nowej Soli” na stronie: www.nsm.net.pl w zakładce „Praca”.

Wyciąg z ogłoszenia o II przetargu ustnym nieograniczonym organizowanym przez Wójta Gminy Siedlisko na sprzedaż nieruchomości gruntowych stanowiących własność Gminy Siedlisko

Lp	Miejscowość- adres	Nr działki	Pow. w m ²	Numer KW	Cena wywoławcza w zł brutto	Wysokość wadium	Postąpienie
1.	Siedlisko ul. Kasztanowa, użytek Bp	1070/18	1530	ZG1N/00037717/2	41.000,00	4100	410
2.	Borowiec, użytek R	46/2	1536	ZG1N/00052712/8	17.000,00	1700	170
3.	Bielawy, użytek Ps, Lz-Ps	1149/34	1167	ZG1N/00037718/9	13.000,00	1300	130

Przetarg odbędzie się w dniu 27 listopada 2020r. o godz. 10⁰⁰ w Urzędzie Gminy w Siedliszku, Plac Zamkowy 6, pok. nr 1. Wadium w wysokości podanej w tabeli należy wpłacić na konto Urzędu Gminy Siedlisko BS Nowa Sól nr 74967400060000002044080005 do dnia 24 listopada 2020r. do godz. 14⁰⁰.

Ogłoszenie o przetargu zamieszczone jest na tablicy ogłoszeń Urzędu oraz na stronie www.bip.siedlisko.pl. Szczegółowe informacje udzielane są pod numerem telefonu 683883211 lub w siedzibie Urzędu Gminy.

100% DREWNO **DREWEXIM**

DREWEXIM A1 w cenie 980 zł

DREWEXIM ECO w cenie 880 zł

PELLET

Tel. 601 96 27 96, 68 458 98 13

ROMEKS POLSKI WĘGIEL - POLSKA JAKOŚĆ

PROMOCJA Skład opału

orzech - kostka - ekogroszek - pellet - miał wysokokaloryczny

ORZECH BOBREK KOSTKA JANKOWICE
ORZECH STASZIC KOSTKA STASZIC
ORZECH ZIEMOWIT ORZECH JANKOWICE

Godziny otwarcia:
 poniedziałek - piątek 8.00 - 16.00
 sobota 8.00 - 12.00

Sprzedaż RATALNA

Tel.: 601 96 27 96 lub 68 458 98 13
 Ul. Składowa 2, Nowa Sól

CHIGO GREE LG SAMSUNG

KLIMATYZACJA

SPRZEDAŻ • MONTAŻ
 • SERWIS •
 REKUPERACJA

USŁUGI KAMERA TERMOWIZYJNA

Tel. 513 179 899



Z myślą o bezpieczeństwie



Seniorze!
Masz więcej niż 70 lat
i potrzebujesz wsparcia?

Zadzwoń na specjalną infolinię*

22 505 11 11

*koszt połączenia wg standardowych stawek operatora



Seniorze, zostań w domu

W ramach Solidarnościowego Korpusu Wsparcia Seniorów został uruchomiony nowy program dla seniorów.

Seniorzy, aby chronić swoje zdrowie, nie powinni wychodzić z domu bez potrzeby. W sytuacji gdy nie posiadają rodziny ani wsparcia od osób bliskich lub swoich sąsiadów, seniorzy powyżej 70. roku życia mogą zadzwonić na numer infolinii **22 505 11 11**, gdzie zgłoszą potrzebę zrobienia im zakupów spożywczych, środków higieny lub leków.

Zgodnie z wytycznymi Programu koszty zakupów pokrywa senior.

SENIORZE, ABY OTRZYMAĆ WSPARCIE, MUSISZ:

1. Zadzwonić na infolinię - numer **22 505 11 11**,
2. Podać swoje dane oraz określić pomoc, o którą prosisz:
 - zrobienie i dostarczenie zakupów z podstawowymi artykułami spożywczymi,
 - zakup i dostarczenie niezbędnych środków czystości,
 - zakup i dostarczenie leków (senior musi otrzymać od lekarza numer recepty).
3. Oczekiwać na telefon pracownika socjalnego z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Nowej Soli w celu uzgodnienia szczegółów.

Pracownik przyjdzie o umówionej godzinie oraz okaże legitymację pracownika MOPS.

Spacerkiem po Czasie. Cmentarz przy ul. Wandy

Przed zbliżającym się niedzielnym świętem najbardziej oczywistym kierunkiem spacerku po czasie wydaje się być nasz nowosolski cmentarz. Ale w czym ciekawa może być historia cmentarza? Wszak nieustannie odbywa się tu od setek lat to samo. A jednak nie jest tak do końca, cmentarz przy ul. Wandy, jakkolwiek to brzmi, żyje, choć żyje swoim specyficznym cmentarnym życiem, którego paliwem jest... śmierć



Ul. Wandy. W tle widać dawną bramę prowadzącą na teren cmentarza

Zawsze kiedy zerkam myślą ku początkom Nowej Soli, w taki rok na przykład 1560, w czasy, w których pojawili się tutaj pierwsi ludzie niejako do tego miejsca przyszyli – pracą, domem, losem po prostu, nie tylko nad ich życiem się zastanawiam, ale też nad tym, że ktoś z nich musiał przecież w końcu umrzeć jako ten pierwszy i musiał z nim przecież coś zrobić.

Być może wcześniej po okolicy tułał się jakiś jeden z drugim, ale bez specjalnego celu. I nawet jak ich pod tym nowosolskim, sinym niebem czuła śmierć polizała po płatkach ucha, to w niebyt popadali bez widzialnego po nich znaku – rzeka ich kołdrą chłodną nakryła, ciemne moczary wessały lub szkliste zęby wilków rozniosły. Albo tak po prostu padali bez życia, a potem z wolna krzaki i robaki drobiły ich ciała na szkliste kuleczki atomów

i rozpyłali się w ziemi w nieistnienie wieczne. Ale co z tymi, którzy los z Nową Solą bardziej związała?

Haratali drzewa, ryli w ziemi, stawiali baraki, szopy, organizowali pierwszą przestrzeń miasta. Gdzieś w tej przestrzeni musieli wygospodarować miejsce, żeby tych, z których życia powietrze zeszło, przechować jako tako do martwych wstania, gdzieś na uboczu, bo przecież nie pod oknami, ale też nie zbyt daleko. Gdzie takie pierwsze miejsce było? Nie wiem, nikt pewnie

nie wie, zatarło się, zniknęło, a i kości prawnosolan dawno zmieniły się w gwiazdny pył.

Kiedy w 1597 r. pojawił się kościół św. Michała, było pewnie prościej, bo można było grzebać ludzi po bożemu przy kościele. Dobrze to miejsce na spoczynek, blisko Boga, ale pojemność przykościelnego placu nie jest niestety bezkresna jak wieczność. Gdzieś tym szwadronom chodzących jeszcze ulicami miasta żywych, choć z nieodwołalnym wyrokiem, trzeba było znaleźć jakieś przytulne miejsce, by mogli w spokoju oczekiwać kolejnego przyjścia Zbawcy.

Ścieżka zmarłych

Na mapie miasta z lat 1743-1753 „północną” granicą zabudowy jest dzisiejsza ul. Witosa, wtedy wytyczona, choć jeszcze niezabudo-

wana. Na południe od niej mamy miasto, na północ nie ma nic. Prawie nic. Uwagę przykuwa dróżka prowadząca gdzieś ku górze, trochę pokrywająca się z dzisiejszą ul. Szarych Szeregów. To na końcu tej dróżki w 1795 r. powstał ewangelicki cmentarz, a dróżka ta, łącząca dzisiejszą Witosa z cmentarzem, nosiła nazwę Totengasse, czyli coś w stylu alei, ścieżki zmarłych. Taki był początek dzisiejszego cmentarza przy ul. Wandy.

Był to całkiem spory cmentarz, ale nie tak duży jak dzisiejszy. Zaczynał się od dzisiejszej ul. Karola Miarki, nie od ul. Wandy – i obejmował dzisiejszą prawą część cmentarza. Ta droga, która dziś idzie środkiem nowosolskiej nekropolii, niegdyś Kirchofstrasse, była przedłużeniem dzisiejszej ul. Szarych Szeregów. Zaczynała się przy ul. Witosa i łączyła z dzisiejszą Wodną. Tę dzisiejszą, lewą stronę cmentarza powołano do życia (jakkolwiek to brzmi) w 1867 r. jako drugą część cmentarza ewangelickiego, która swoją granicę miała między ul. Wandy i Wodną. Cztery lata później przedłużono teren nekropolii i ustanowiono cmentarz dla katolików. Warto tutaj zaznaczyć, że większość mieszkańców Neusalz stanowili ewangelicy. Warto zaznaczyć tutaj również, że w tym okresie pojawił się na rogu ul. Wandy i Wyspiańskiego cmentarz żydowski.

Tak oto powstała duża miejska nekropolia z czterema kwatarami: dwiema ewangelickimi, jedną katolicką i jedną żydowską. Z czasem cmentarz powiększał się, włączano doń nowe tereny, pojawiła się kaplica cmentarna, potem druga, a także dom przedpogrzebowy czy... mieszkanie grabarza. Od strony dzisiejszego placu, przed wejściem głównym na cmentarz, na dwie części cmentarza przedzielone ul. Cmentarną stały dwie okazałe wejściowe bramy cmentarne, po których dziś nie ma śladu.

Próbuję sobie czasem tę różnorodność wyobrazić: katolicy, ewangelicy, tuż obok cmentarz żydowski. Tuż obok siebie – inne obrządki, inna kultura, inne formy hołdu. Tej różnorodności w jakiś sposób ówczesnym nowosolanom zazdroścę. W tamtych czasach stawiano rodzinne, ozdobne grobowce, także tych

najważniejszych nowosolan.

Kondukty ulicami miasta

A właściwie to po co tak to celebrować? Czemu zakładamy cmentarze, czemu czcimy pamięć tych, którzy byli tu przed nami? Choć brzmi to przewrotnie, według mnie ma ścisły związek z przyszłością. Grób przodka jest specyficzną kotwicą w przestrzeni. Chcemy być blisko niego, by czcić jego pamięć, a więc zakładamy, że w tym miejscu zostaniemy na dłużej, z tym kawałkiem planety wiążemy swoją przyszłość. Tak zapewne myśleli mieszkańcy Neusalz.

Ale huragan historii zmiotł ich wszystkie plany. Ba, zmiotł w dużej części również ich historię, wszak dziś groby dawnych mieszkańców Neusalz są szczątkowe, gdzieś tam tła się pod troskliwą ręką dobrych ludzi, którzy wydzierają nagrobki nieśmiertelnym bluszczom, jak choćby na zapomnianym cmenta-

tarz przy ul. Wandy ulicami Dąbrowskiego, Drzymały, Jaracza. Tak kondukty wspomina Janina Grzyb, mieszkanka Nowej Soli: „My, dzieci, świetnie byliśmy zorientowani, z jakiej rodziny pochodził zmarły. Jeżeli chowany pochodził z Buga [tak się to określało], to trumna była otwarta. Jeżeli zmarły pochodził z Wielkopolski lub Pomorza, to wszystkie panie za trumną miały kapelusze z ogromnymi, czarnymi woalkami. Jedną pani sąsiadka (bardzo miła) zawsze nas wysyłała na zwiady, zdawaliśmy relację – albo z Buga, albo »ktoś inny«”.

Cmentarz ma też swoje niezapomniane postacie, jak pan Januszewski, organiści, księża, a także ci specyficzni mieszkańcy, którzy nad wyraz ukochali sobie pogrzeby, wszelkie, każde i starają się być zawsze i na każdym.

Mroczne wydarzenia miały tu miejsce 28 lipca 1980 r. Do nowosolskiej kaplicy cmentarnej włamał się Edmund Kolanowski, seryj-



Wizja lokalna po wydarzeniach z lipca 1980 r.

ru na Pleszówku. Mało dawnych mieszkańców Neusalz spotkało takie szczęście, jak tych pochowanych na dawnym cmentarzu braci morawskich nieopodal parku Odry, o których pamięć stosownym pomnikiem i opisem zadbała dzisiejsza Nowe Sól. Z cmentarza na Wandy ci wszyscy dawni mieszkańcy czekający na zmartwychwstanie jakby się wyprowadzili, trochę jakby odkręcili tabliczki z nazwiskami od swoich drzwi i wyjechali.

Po 1945 r. nowosolski cmentarz stracił swoją wcześniejszą wielowyznaniowość, pochówki przebiegały według tego samego schematu. Zniknęły też stare, dostojne, cmentarne bramy.

Ale były też różnice, które brały się z pochodzenia nowych mieszkańców Nowej Soli. Jeszcze w latach 60. pogrzeby łączyły się z konduktami żałobnymi. Trumny z nieboszczykami przenoszono z kościoła św. Antoniego na cmen-

ny morderca i nekrofil powieszony za swoje czyny w 1986. Cierpiał cmentarz przez powodzie, które zalewały jego dolne części wielokrotnie.

Trudno zauważyć na nim jakieś zmiany, powstało co prawda kolumbarium, pojawiają się pomniki, ale reszta jest trwała i niezmienna: wysokie drzewa, grząskie ścieżki z kałużami, blask zniczy, żywość stroików, październikowe słońce przelewające się zza firan żółtych liści, niepokojąca woń z otwartej kaplicy.

Cmentarz potrafi złapać za ramię, wstrzymać w miejscu. Przypomnieć o nieuniknionym, kazać pamiętać, że tu, pod szarawym dekielkiem nowosolskiego nieba, też jesteśmy w jakiejś sztafecie.

Kiedy będziecie odwiedzać listopadowe groby, pospacerujcie po cmentarzu i po jego czasie. Tam jest to naprawdę dość łatwe.

Marek Grzelka



Lata 70. Jeden z pogrzebów na cmentarzu przy ul. Wandy

Odwołany spektakl

Koronawirus płała figle również w kulturze. Ważna informacja: spektakl „Krótka rozmowa ze śmiercią”, który był zaplanowany w Nowosolskim Domu Kultury na środę 28 października w ramach programu Teatr Polska, został niestety odwołany.

(red)

Koszt życia i przeklęty Stachura

Teatr Polska. Czekają nas kolejne dwa spektakle – „Koszt życia”, a później „Fabula Rasa”



Spektakl „Fabula Rasa” jest inspirowany prozą Edwarda Stachury (fot. mat. organizatora)

Program Teatr Polska trwa oczywiście w Nowosolskim Domu Kultury. W piątek 6 listopada o godz. 18.00 zobaczymy przedstawienie Teatru Śląskiego im. Wyspiańskiego „Koszt życia”. „Cztery osoby. Dwie opowieści. Jedna cena” – zapowiadają to wydarzenie organizatorzy.

Życie Eddiego i Ani od pewnego czasu zmieniało się nie do poznania. Może i wcześniej losy ich małżeństwa nie układały się jak w serialu, ale przynajmniej oboje byli samodzielnymi. Dziś tylko jedno z nich ma ten przywilej. „John to młody i ambitny mężczyzna, który odnosi kolejne sukcesy – czytamy w zapowiedzi. - W codziennym życiu nie potrafi jednak poradzić sobie z najprostszy czynnościami. Dlatego w jego mieszkaniu pojawia się Jess, która potrzebuje nieco dorobku”.

Pulitzer

„Koszt życia” to spektakl na podstawie tekstu Martyny Majok „Cost of Living”, który został nagrodzony

Pulitzerem. „To opowieść o przeżywanym samotności, dotkliwej tym bardziej, że doświadczanej w obecności drugiej osoby – tłumaczą autorzy. - Jego pierwsze polskie wystawienie przygotowała Małgorzata Bogajewska, która za pomocą swojej adaptacji pyta, co tak naprawdę znaczy »niepełnosprawność«. Czy jest to tylko kolejna z krzywdzących etykiet? A może każde z nas doświadcza jej na sobie, w innym aspekcie codziennego życia, często nie zdając sobie z tego sprawy? Czy bohaterki i bohaterowie tej opowieści mierzą się raczej z czyjąś, czy może jednak ze swoją niepełnosprawnością?”.

„Koszt życia” to intymna, poruszająca opowieść o sile, ale i bezradności. O miłości, ale i samotności. Przede wszystkim jednak o nadziei.

Wieczne powstawanie świata

Dwa dni później – w niedzielę 8 listopada o 18.00 – obejrzymy przed-

stawienie „Fabula Rasa” Polskiego Teatru Tańca.

Autorzy zapowiadają to wydarzenie nietuzinkowo: „Ten spektakl nie jest do oglądania. Ten spektakl jest do odkrycia. Co jest w nim do odkrycia? M.in. to, że każdy spektakl jest zawsze tylko spektaklem. Spektaklem-opisem – czegoś co jest. Spektaklem, w którym wszystkie gesty są tylko gestami. I nigdy nie są tym, co – z mniejszym lub większym opisem – usiłują pokazać”.

W zapowiedzi czytamy, że „Fabula Rasa” jest „opisem świata-który-powstał, czyli świata-który-nie-powstał, bo powstanie świata jest wiecznym powstawaniem świata”.

Dalej organizatorzy piszą: „Od pierwszej sekundy spektaklu wyruszamy w niepokojącą, hipnotyczną podróż w głąb osobowości człowieka, która ulega zagładzie, aby odrodzić się w perspektywie metafizycznej. Punktem zwrotnym jest moment przejścia granicy dwóch światów – doczesności i wieczności. Maciej Kuźmiński – twórca wielokrotnie nagradzany w Polsce i za granicą – odkrywa fascynujące cechy indywidualności scenicznych i artyzmu formalnego tancerzy Polskiego Teatru Tańca”.

Inspiracją do powstania spektaklu była oczywiście proza Edwarda Stachury, twórcy przeklętego, ale i rzecz teoretycznie od niej odległa – muzyka Stanisława Moniuszki.

Informacje o biletach i obstrzeżeniach związanych z koronawirusem znajdziecie na stronie www.nowosolski.pl.

Mateusz Pojnar

Miał przyjechać do nas Boczek...

Artyści z Kabaretu Pod Wyrwigroszem razem z Dariuszem Gnatowskim, znanym m.in. ze „Świata według Kiepskich”, mieli do nas przyjechać w listopadzie. Aktor zmarł w ub. tygodniu, występ został odwołany

Tydzień temu nadeszła bardzo smutna wiadomość. Zmarł Dariusz Gnatowski, świetny aktor filmowy i teatralny. Szeroko znany m.in. z roli Boczek w serialu „Świat według Kiepskich”. Okazało się, że Gnatowski był zakażony koronawirusem.

Awpułowie listopada w Nowosolskim Domu Kultury miał się odbyć występ artystów z Kabaretu Pod Wyrwigroszem. Ale nie tylko, bo ich najnowszy program „Wieża dwie i jaja na Boczkę” miał uświetnić w Nowej Soli właśnie

Dariusz Gnatowski. „Wszyscy członkowie zespołu to też aktorzy, więc w programie można będzie oglądać sceny rodem jak z teatru komediowego” – zapowiadali jeszcze niedawno organizatorzy wydarzenia. Gospodarzem programu i prowadzącym miał być Łukasz Rybarski. Szykowano nie tylko skecze, ale i stand-up z parodiami przebojów muzycznych.

Organizatorzy występu poinformowali już jednak, że został on odwołany.

(matp)



Występ miał się odbyć 14 listopada



Mulan

29.10 godz. 16.30 i 19.00
30.10 godz. 16.30 i 19.00 – 3D
31.10 godz. 16.30 i 19.00

Aby obronić kraj przed najeźdźcami z północy, cesarz Chin wydaje dekret nakazujący rekrutację do armii jednego mężczyzny z każdej rodziny. Hua Mulan, najstarsza córka utytułowanego wojownika, decyduje się w tajemnicy wyruszyć na wojnę zamiast niedomagającego już ojca. Przebrana za mężczyznę Hua na każdym kroku poddawana jest próbom wymagającym od niej zmobilizowania wewnętrznej siły i wykorzystania pełni swoich możliwości. W wyniku tej wielkiej przygody dziewczyna staje się niezłomną wojowniczką oraz zdobywa szacunek wdzięcznego narodu i... dumnego ojca.



Pinokio

31.10 godz. 14.00

Aktorska adaptacja niekwestionowanego klasyka. Stolarz Geppetto pewnego dnia z kawałka drewna tworzy postać chłopca. Figurka ożywa, zaczyna ruszać się i mówić.

Uwaga! Zmiany w funkcjonowaniu poradni



Poradnie specjalistyczne zawieszają funkcjonowanie do odwołania

W związku z pandemią szpital informuje, że zawiesza funkcjonowanie poradni specjalistycznych przy ul. Chałubińskiego: neurologicznej i diabetologiczno-internistycznej. Zawieszona jest też poradnia konsultacji anestezyjologicznej. „Na realizację świadczeń w formie teleporady przechodzą poradnie specjalistyczne: endokrynologiczna, kardiologiczna, nefrologiczna, reumatologicz-

na, alergologiczna, neurologii dziecięcej, neurochirurgiczna, kontroli stymulatorów, prelukacyjna, proktologiczno-stomijna – wylicza szpital. - Taka sytuacja potrwa do odwołania. Pozostałe poradnie są dostępne dla pacjentów na dotychczasowych zasadach”. Rejestracje do wszystkich poradni specjalistycznych odbywają się tylko telefonicznie.

(red)

Biblioteka: Wydarzenia odwołane

Niestety, najbliższe eventy organizowane przez Miejską Bibliotekę Publiczną zostały odwołane

Nowosolska biblioteka poinformowała o tym na swojej stronie internetowej. „W związku ze zwiększającym się zagrożeniem związanym z pandemią

koronowirusa informujemy, że w najbliższych tygodniach zawieszamy wszystkie imprezy organizowane przez bibliotekę – kawiarenki językowe, kawia-

renkę szachową, Dyskusyjne Kluby Książki i spotkania autorskie” – czytamy na stronie MBP.

(red)

Kupon konkursowy na grę „Kolej na rower”!

Mamy dla naszych Czytelników niedostępną w sprzedaży grę planszową. W sumie do wygrania jest 10 sztuk. Aby stać się jej posiadaczem, zbierz trzy kupony (z wydania „Tygodnika Krag” nr 44, 45 oraz 46) i odpowiedz na zawarte na nich pytania, a potem przynieś je do naszej redakcji. Pierwsze 10 osób, które do 6 listopada do godz. 15.00 przyniesie komplet kuponów, wygra.



KUPON KONKURSOWY nr 2

Imię i nazwisko

Numer telefonu

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na powyższym kuponie. Czytelny podpis osoby pełnoletniej:

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

Pytanie konkursowe nr 2

Jaki jest adres strony internetowej, na której znajdują się informacje na temat ścieżki rowerowej od Stypułowa do Sławocina oraz propozycja alternatywnych tras?

Odpowiedź:

.....

.....

.....

.....

kamyczek do ogródka

kamyczek@tygodnikkrag.pl

Remont zrobiony, śmieci wyrzucone

Znacie ten moment, gdy po trwającym wielki remoncie możecie odetchnąć z ulgą? Ale zaraz, co zrobić z pozostałymi śmieciami? Ktoś, jak widać, stanął przed tym dylematem, jednak wybrał najgorsze rozwiązanie – wywoził je do lasu przy Modrzycy. - Osoba, która to zrobiła, powinna za karę sprzątać lasy – złości się pani Joanna. Popieramy jej pomysł.



To się załata!

Na strefie ekonomicznej jest wielu pracowników. Nic dziwnego, że na ulicach w pobliżu jest wzmożony ruch. Jedną z tych ulic jest Ekonomiczna, gdzie jezdni jest już nieco wyeksploatowana. - Trzeba tu jeździć naprawdę ostrożnie, bo dziura w asfalcie jest głęboka - stwierdza pan Szymon. - To się załata - dodaje nieco ironicznie.

Uwaga na Inżynierskiej

Wzdłuż ul. Inżynierskiej przy terenach zielonych można spotkać wielu spacerowiczów ze swoimi czworonogami. Pani Magdalena pewnego wieczoru także wybrała się tam na spacer z pupilem. - Mojemu psu o mały włos nie wpadła łapa do niezabezpieczonej studzienki. Nie chcę nawet myśleć, co się mogło stać – złości się Czytelniczka. - Takie coś powinno zostać od razu zabezpieczone albo chociaż jakoś oznakowane.



Śmietnik pod wiaduktem. Znowu

Nie wiedzieć czemu, niektórzy mieszkańcy szczególnie upodobili sobie miejsce pod wiaduktem przy ul. Staszica jako wysypisko. Nie inaczej było i tym razem. Na kolejną stertę śmieci natknął się nasz Czytelnik. - Kiedy ludzie w końcu przestaną zaśmiecać ten teren? – pyta pan Andrzej. Ale chyba szybko nie uzyska odpowiedzi...

(ag)

Raphael Bistro



**Raphael Bistro zaprasza
na pyszne obiady w abonamencie po 16 zł
(tygodniowe lub miesięczne)
W CZASIE PANDEMII SERWUJEMY DANIA
NA WYNOS I Z DOSTAWĄ**



**ZAPRASZAMY OD PON. DO SOB.
od 12.00 do 19.00**

**Nowa Sól, ul. Wincentego Witosa 12a (deptak)
Tel: 68 307 02 10**



**POLSKO-UKRAIŃSKA RADA
WYMIANY MŁODZIEŻY**

ПОЛЬСЬКО-УКРАЇНСЬКА РАДА



**MINISTERSTWO
EDUKACJI
NARODOWEJ**

Projekt został sfinansowany ze środków
Polsko-Ukraińskiej Rady
Wymiany Młodzieży z dotacji MEN

Tytuł projektu: „Kolory Świata. Polsko-ukraińskie inspiracje”;

Projekt został sfinansowany ze środków Polsko-Ukraińskiej Rady Wymiany Młodzieży z dotacji Ministerstwa Edukacji Narodowej;

Realizator: Stowarzyszenie „Europejskie Centrum Innowacji” z Otynia;

Partner projektu: Liceum nr 23 im Romana Huryka w Iwano-Frankowsku na Ukrainie;

Partnerzy merytoryczni: CKZiU „Elektryk” w Nowej Soli, CKZiU z Sosnowcu, Instytut Sztuk Wizualnych Wydział Artystyczny UZ;

Termin realizacji: 21 – 27 września 2020;

Miejsce realizacji: sale multimedialne szkół w Nowej Soli (CKZiU „Elektryk”) oraz Iwano-Frankowsku (Liceum nr 23 im Romana Huryka);

Celem projektu była wymiana doświadczeń w zakresie funkcjonowania szkolnictwa w Polsce i na Ukrainie, doskonalenie umiejętności pracy międzynarodowej grupy projektowej, korelacja wiedzy i umiejętności z wielu dziedzin, w tym sztuki i mody.

„Kolory Świata. Polsko-ukraińskie inspiracje” - międzynarodowy projekt, który miał na celu uświadomienie wartości upcyklingu. O ile pojęcie recyklingu nie jest obce nie tylko miłośnikom ekologicznego stylu życia, o tyle z upcyklingiem nie każdy się spotkał. Termin ten odnosi się do tworzenia produktów wysokiej jakości, których materiałem wyjściowym były surowce pochodzące z recyklingu. Uczestnicy projektu realizowali działania pod kierunkiem prof. Jarosława Dziegielewskiego i prof. Radosława Czarkowskiego z Instytutu Sztuk Wizualnych Uniwersytetu Zielonogórskiego oraz nauczycieli z Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Sosnowcu.

Rezultatem projektu były pokazy mody w wykonaniu w Iwano-frankowsku i Nowej Soli oraz plakaty wykonane techniką kolażu, które zostaną zaprezentowane w Internecie w „Galerii Cyberprzestrzennej”. Odzież, plakaty zostały wykonane z surowców pochodzących z recyklingu.

Koszmar życia ze złodziejem nad głową

KOŻUCHÓW W niewielkim sklepie spożywczym obok zamku po raz kolejny doszło do demolki. Młody sąsiad najpierw okradł właścicielkę, a teraz zniszczył drzwi. - Śmieje mi się w żywe oczy. Całe życie pracuję i nie sądziłam, że dożyję takich czasów – żali się właścicielka spożywczaka

Przejeżdżając obok sklepu spożywczego Snikers, tuż przy zamku, od razu zwraca uwagę wybita szyba w drzwiach.

Jolanta Adamowska, właścicielka, opowiada rozżalona, że docho- dzi już do ściany. Nie wie, co ma robić. Jej koszmar zaczął się na po- czątku roku, gdy po 17 latach prze- niesła swój sklep z rynku w nowe miejsce do własnego lokalu.

- Miało być dobrze, bo na swoim. Trochę się martwiłam, czy klien- ci mnie znajdą. Ale wszystko do- brze się toczyło. Niestety – bardzo krótko. Przez 30 lat pracuję i teraz spotykają mnie takie nieszczęścia – smuci się Adamowska.

W kwietniu doszło do włama- nia. Złodziej wszedł przez zaple- cze. Zdemolował drzwi i pomiesz- czenie. Ze sklepu ukradł papierosy i wszystkie alkohole z górnej półki. Zabrał wszystkie pieniądze, jakie znalazł, niszcząc przy tym kasę fi- skalną.

Dobrze zna złodzieja

Sprawa została zgłoszona poli- cji. - Robione było przeszukanie,



Pani Jolanta jest zrozpaczona i nie wie, co dalej robić z zuchwałym sąsiadem

ale funkcjonariusze nic nie znaleź- li. Sami więc chodziliśmy, dopyty- waliśmy. W jednej z komórek zna- leźliśmy części kasy fiskalnej. Syn skontaktował się z przyjaciółką złodzieja i ta, po rozmowie, przeka- zała łup z naszego sklepu na komi- sariat. Dużo odzyskaliśmy – rela- cjonuje pani Jolanta.

Przyznaje, że dobrze zna złodzie- ja. - Wie pani, on od dziecka tutaj mieszka. Czasami, jak w jego domu było ciężko, to człowiek dał coś do jedzenia. Wychował się na moich oczach. Teraz mieszka tutaj z bab- cią – opowiada właścicielka sklepu. I dodaje, że rozmawiała z jego bab- cią na jego temat. - To jednak nie ma

sensu, jest starszą kobietą, która ma z wnukiem spore kłopoty – za- uważa Adamowska.

Co na to policja?

Po kwietniowym włamaniu zło- dziej został ustalony i zatrzymany. Po kilku tygodniach aresztu wy-

szedł i od tamtej pory wymachu- je groźnie rękami do właścicielki sklepu. W weekend 17-18 paździer- nika nie skończyło się na odgrąża- niu. W nocy z soboty na niedzielę w drzwiach sklepu została wybita szyba. Znowu doszło do próby wła- mania.

- Boję się, proszę mi wierzyć. Kie- dy po zmroku otwierają się drzwi, to serce skacze mi do gardła. Nie wiem, co mam dalej robić. Policja go zatrzymuje, a on za chwilę znowu się ze mnie śmieje. Po wybitej szy- bie pomachał do mnie już we wto- rek – mówi przerażona kobieta.

Skontaktowaliśmy się w tej spra- wie z nowosolską policję. Jej rzeczn-iczka Renata Dąbrowicz-Kozłowska informuje, że w obu sprawach toczy się postępowanie. - Policjan- ci zbierają materiał dowodowy do- tyczący włamania z kwietnia oraz z wspomnianego minionego week- endu, kiedy został złapany na go- rącym uczynku usiłowania wła- mania. W obu sprawach zostanie wkrótce skierowany akt oskarże- nia do sądu – zapowiada Dąbro- wicz-Kozłowska.

Monika Owczarek



HARD OAK
pellet dębowo – bukowy
oraz z trocin mieszanych

- **WYSOKA KALORYCZNOŚĆ** – 19,4 MJ/KG.
- **ŚREDNICA** – 6 MM.
- **WILGOTNOŚĆ** – DO 6%.
- **WORKI** – 15 KG.

Camino Sp. z o. o.

Ul. Piłsudskiego 40

67-100 Nowa Sól

Tel.: 48 570 415 300

www.kotlycamino.pl



**CAMINO 4 - żeliwny kocioł
z podajnikiem na pellet
5 klasa**

EcoDesign o mocy 10, 15 i 20 KW

- **OSZCZĘDNOŚĆ** - WYSOKA SPRAWNOŚĆ KOTŁÓW, SIĘGAJĄCA 93%,
- **GWARANCJA JAKOŚCI** - ŻELIWNY KORPUS KOTŁA O DOSKONAŁEJ PRZEWODNOŚCI CIEPLNEJ I ODPORNOŚCI KOROZYJNEJ,
- **KOMFORT** - OBROTOWA KOMORA SPALANIA I NADMUCHU PALNI- KA GWARANTUJE BEZAWARYJNĄ PRACĘ KOTŁA,
- **FUNKCJONALNOŚĆ** - SYSTEM AUTOMATYCZNEGO ROZPALANIA I PRACY KOTŁA,
- **TRWAŁOŚĆ** - 8 LAT GWARANCJI NA WYMIENNIK CIEPŁA,
- **PROSTA OBSŁUGA** - INTUICYJNE STEROWANIE JEST NIEZWYKLE PROSTE W OBSŁUDZE,
- **NIEWIELKIE GABARYTY** - MOŻLIWOŚĆ MONTAŻU W NAJMNIEJ- SZEJ KOTŁOWNI,
- **KLASA ENERGETYCZNA A+.**

Ich już z nami nie ma

W ciągu 12 miesięcy odeszło dużo zasłużonych osób z powiatu nowosolskiego. W przededniu Wszystkich Świętych wspominamy tych, których tak brakuje



Zbigniew Paw

ZBIGNIEW PAW

Największy talent w nowosolskiej bramce po Józefie Młynarczyku. Legendarny bramkarz Dozamecie zmarł w grudniu. Miał 60 lat. Grał wiele lat w nowosolskich zespołach – Dozamecie czy Polonii – ale i ościennych, m.in. w Weltonie Kiełcz czy w Rudnie. - To był superbramkarz, jeden z najlepszych w województwie. Miał papiery, żeby grać wyżej. Ale nie starał się o to – wspominał Zbigniewa Paw na naszych łamach

działacz sportowy, trener piłki ręcznej, ostatnio nowosolskiej Trójki. W 2018 dostał od prezydenta Andrzeja Dudy Srebrny Krzyż Zasługi za działalność w sporcie.

Był społecznikiem, lubił pomagać ludziom. W życiu cechowała go waleczność, a jednym z jego największych zwycięstw była wygrana walka z nowotworem.

Anna Ast, radna Nowej Soli: - Broniu był ciepłym człowiekiem, przede wszystkim bardzo mądrym. Zawsze mi pomagał,

oczywiście to trochę inaczej wyglądało [uśmiech]. Zawsze mu powtarzałam: masz taki radiowy głos. Ten głos koł. Ludzie lubili go słuchać.

Dr Eligiusz Balcerzak, działacz Trójki, mówił w styczniu: - Jestem lekarzem i na co dzień widzę śmierć, ale nie mogę się z tym do tej pory pogodzić. Zostawił sportową rodzinę, której był głową. Ostatni raz spotkaliśmy się na pogrzebie Janusza Wójcika. Po nim złapał za ręce moją żonę i mojego syna i powiedział: już was nie puszcze.

Szczególnie wzruszający był moment, w którym na pogrzebie trenera jego zawodnicy z Trójki odpalili race. W tym samym momencie wybrzmiały sygnały dźwiękowe karetki. Twardzi mężczyźni, piłkarze ręczni, stali z racami wyciągniętymi do góry i płakali. To był piękny hołd.

EDWARD MAZURKIEWICZ

- Wiem, że niby nie ma ludzi nie zastąpionych, ale jego naprawdę zastąpić się nie da – mówił o zmarłym w styczniu Edwardzie Mazurkiewicz Jan Dąbrowski, sportowy społecznik. Mazurkiewicz był wybitnym człowiekiem sportu. Pasjonatem lekkiej atletyki, pracownikiem MOSiR, zasłużonym działaczem i wiceprezesem Astry Nowa Sól, ojcem lekkoatletycznych Czwartków.

Zenon Sznajder, działacz sportowy, sędzia lekkiej atletyki, mówił w „TK”: - Był chodzącą encyklopedią sportu, miał wiedzę, jakiej wielu mogłoby mu zazdrościć. Prywatnie był bardzo szczerym, skromnym człowiekiem, a do tego bardzo pomocnym, czynnym. Nie potrafił odmówić pomocy w różnych sferach. Będzie mi go brakowało, ba, już brakuje!

Grzegorz Rogula, dyrektor nowosolskiego MOSiR, tak wspominał Mazurkiewicza: - Dał się



Edward Mazurkiewicz

kolegą z boiska Józef Śnieżko. - Jak usłyszałem o śmierci Zbyszka, był duży smutek, żal i zaskoczenie.

- Poznaliśmy się bardziej, jak już na emeryturze dołączyłem do grupy trenujących oldbojów – mówił Henryk Mazurkiewicz, trener piłkarski. - Nasze treningi to pełen relaks i dużo śmiechu, a Zbyszek był jednym z najlepszych żartownisiów. Takim prowadzącym, który potrafił podpuścić kolegę, np. coś mu schować w szatni [uśmiech]. Był bardzo lubiany, nigdy się nie złościł mimo swoich problemów.

BRONISŁAW MALY

W styczniu zmarł Bronisław Maly – miejski radny, nauczyciel,



Alfred Gąsior

poznać jako skromny, kompetentny, dobry człowiek. I dobry kolega. (...) Nigdy nie odmawiał pomocy, ciągle coś dla kogoś robił. Był wielkim pasjonatem sportu, a przede wszystkim królowej sportu – lekkiej atletyki.

ALFRED GĄSIOR

W lutym Alfred Gąsior odszedł na wieczną wachtę. Był znanym przedsiębiorcą, społecznikiem i żeglarzem.

Mirosław Olejniczak, w przeszłości dyrektor nowosolskich „Nitek”, przypominał, że Gąsior przez blisko pół wieku – obok działalności rzemieślniczej, jego produkty były i są znane w całym kraju – zajmował się nauką zawodu i wychowaniem młodzieży: - Przez jego ręce przeszły całe pokolenia m.in. ślusarzy, znanych i cenionych nie tylko w regionie. Obok bliskiej współpracy merytorycznej był prawdziwym przyja-

natem żeglarstwa, organizatorem regat, uczestnikiem rejsów. - W młodości, na Podkarpaciu, nigdy nie widziałem jeziora. Pamiętam, że w 1966 z kolegą poszliśmy pieszo z Lubina do Sławy. Doszliśmy po dwóch dniach. Jak zobaczyłem jezioro, że woda stoi w miejscu, to się w tym zakochałem, bo przecież u mnie cały czas płynęła – mówił kilka lat temu na naszych łamach.

Alfred Gąsior miał 74 lata.

ZDZISŁAW ROLA

W podróż na drugą stronę siatki wybrał się w marcu Zdzisław Rola, kolejna legenda nowosolskiego sportu, wieloletni prezes Astry Nowa Sól. Pracę w Nowej Soli jako nauczyciel wuefu zaczął w 1965 r. W 1990 reaktywował działalność Astry, przejmując sekcje sportowe upadających klubów przy dużych zakładach pracy: Dozamecie czy NFN Odra. Co



Zdzisław Rola

ciem, darczyńcą i dobrodziejem szkoły. W pamięci byłych i obecnych pracowników pozostanie jako ten, dzięki któremu szkoła nadal funkcjonuje i kształci. Miał satysfakcję, że to m.in. jego postawa jako radnego powiatowego się do tego przyczyniła.

Pan Alfred był wielkim pasjo-

roku jako współorganizator Rola wchodził do sztabu organizacyjnego Półmaratonu Solan. W latach 1994-1998 był radnym Nowej Soli.

„Żegnamy kolejną Wielką Osobę... Panie Prezesie, to był zaszczyt móc z Panem współpracować. Dziękujemy. Do zobaczenia



Roman Fiałkowski

po drugiej stronie siatki” – pożegnał prezesa Przemysław Jeton z Astry.

Jan Dąbrowski, społecznik, zaznaczał: - Mówi się, że nie ma ludzi niezastąpionych. Ale jego nie zastąpi nikt. To był człowiek, który potrafił obejmować swoją uwagę mnóstwo ważnych spraw. Nie mam pojęcia, jak on to robił. W sporcie działał od ok. 50 lat. Byliśmy blisko. Nie dopuszczałem takiej myśli, że może go zabraknąć. Będzie mi go brakować. Jak go zapamiętam? Jako serdeczne-

wał też fajne zadania domowe – takie, które z zapałem się odrabiało, a on zawsze nagradzał dodatkowy wysiłek ucznia. Był czasem surowy, ale zawsze sprawiedliwy. Pamiętam wypadki na ogniska i pieczenie ziemniaków gdzieś na polach. Przy ognisku zawsze opowiadał historie z wypadków w góry. Czasem zaczął o historię Polski, o której nie wszyscy nauczyciele chcieli w tych czasach mówić. Zostanie na długo w mojej pamięci. I na pewno nie tylko w mojej.



Mieczysław Lewandowski

go przyjaciela, brata, sportowca, działacza.

MIECZYŚLAW LEWANDOWSKI

„Dowieczności odszedł nauczyciel przez wielkie »N«” – smutną wiadomość o śmierci Mieczysława Lewandowskiego podaliśmy w marcu. Był lubianym nauczycielem geografii i niemieckiego, przysposobienia obronnego, przewodnikiem młodzieży, opiekunem harcerzy, wychowawcą setek młodych ludzi. Niestety, ze względu na koronawirusa i obustronne jego pogrzeb odbył się bez udziału wielu z tych, którzy chcieliby towarzyszyć swojemu nauczycielowi w ostatniej drodze. - Odszedł świetny przewodnik młodzieży, wspaniały pedagog. Często go wspominam, gdy siadam do lekcji geografii z synem – wzruszała się w „TK” jego uczennica Lidia Van Looy. Wspominała, że pan Mieczysław potrafił świetnie opowiadać o swoim przedmiocie: - Da-

soła, dopytująca o wszystko, co dotyczy ludzi. Śmiała, otwarta w kontaktach, z olbrzymim humorem, czasami z trafną – nie dającą się nie zauważyć – ripostą. Zawsze wydawało mi się, że wszędzie, gdzie się pojawiała, obowiązywała pandemia aktywności i pomysłu. Społeczniczka z krwi i z kości. Liderka. Radna. Sołtyska. Określić znalazłoby się znacznie więcej, ale jest też określenie najważniejsze – dobry człowiek”.

ROMAN FIAŁKOWSKI

„Społeczność »Elektryka« z żalem przyjęła wiadomość o śmierci Romana Fiałkowskiego, zasłużonego nauczyciela, wychowawcy, kolegi, światłego człowieka o niezłomnych zasadach. Czasem spotyka się takich ludzi, których się podziwia za wszystko, którym trudno dorównać” – pisała na naszych łamach na początku kwietnia dyrekcja CKZiU.

I dodawała: „Wiedza, doświadczenie zawodowe, talent pedagogiczny i cechy osobowe sprawiły, że w wizerunek Romana Fiałkowskiego samoistnie wpisuje się etos przedwojennego nauczyciela w najlepszym tego słowa znaczeniu. Uczniowie, którzy w procesie kształcenia byli »trzymani twardą ręką« pana od pracowni i uskarżali się na duże wymagania, po latach przyznawali, że doceniają zdobytą wiedzę, umiejętności praktyczne i ukształtowaną postawę moralną. Mimo upływającego czasu nadal czują się związani emocjonalnie ze swoim Profesorem i okazują zainteresowanie jego losem”.

Społeczność „Elektryka” podkreślała: „Poczytujemy sobie za zaszczyt i przywilej, że na naszej drodze spotkaliśmy niezwykłego Człowieka”.

ZBIGNIEW PALCZYŃSKI

- Być może łudzę się nieskromnie, że zasłużyłem na przyjazne uczucia dawnych uczniów, a dziś nauczycieli i wychowawców – pisał w 65. rocznicę powstania „Ogólniaka” Zbigniew Palczyński, polonista. Nie, to nie były złudzenia – uczniowie go szanowali i kochali. Na pogrzebie pożegnali go



Zbigniew Palczyński

setki osób. „Znał chyba wszystkich i kłaniał się zawsze z uśmiechem. Pełen optymizmu i życzliwości wobec innych, takiego go zapamiętamy – mówiła podczas mszy pogrzebowej Aleksandra Grządka, dyrektorka LO. - Dziś żegnamy pana, panie profesorze, w towarzystwie najbliższych, rodziny, ale także pogrążonych w ogromnym żalu twoich byłych

Eksterytorialnego Inspektoratu WiN z Komendą we Wrocławiu. W latach 1948-1956 pełnił funkcję kierownika punktu kontaktowego placówki WiN Koźuchów – Mirocin”.

W 1990 Konopacki został członkiem Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej Okręg Wielkopolska w Poznaniu. W strukturach związku był m.in.



Ludwik Konopacki

uczniów, których nauczył kochać literaturę, którzy uwielbiali, jak czytał poezję, jak ją interpretował. Wspominają z rozrzwieniem swoją miłość do romantyzmu i Adama Mickiewicza, a właściwie jego wizerunku na obrazie w sali nr 16”.

Zbigniew Palczyński miał 79 lat.

LUDWIK KONOPACKI

Sierpień: umiera Ludwik Konopacki, żołnierz wyklęty. „Jako 17-letni chłopak 20 sierpnia 1943 wstąpił do Armii Krajowej” – pisał w jego biogramie Lesław Urbanowski z nowosolskiej Samodzielnej Jednostki Strzeleckiej 3006.

Walczył dzielnie w II wojnie światowej, był ranny, później osiedlił się z rodziną w Nowej Soli. Tu dalej działał w konspiracji, a zaczęło się tak: „W styczniu 1948 skontaktował się z nim por. Antoni Wojtowicz, znany z okresu działalności w AK, i zaproponował wstąpienie do Wolności i Niezawisłości. Po wyrażeniu zgody został zapoznany z por. rez. Stanisławem Kulińskim ps. »Papcio«, »Legat«, który zaangażował go do działalności w strukturach

wiceprezesem Zarządu ŚZZAK Inspektoratu w Nowej Soli. Za zasługi wojenne został odznaczony szeregiem odznaczeń i medali, najważniejsze z nich to: Medal Wojska, Krzyż Armii Krajowej, Krzyż Wolności i Niezawisłości, Krzyż Partyzancki, Order Przełanej Krwi za Ojczyznę i Srebrny Krzyż Zasługi.

Ludwik Konopacki zmarł w wieku 94 lat.

Ten rok był wyjątkowo smutny. Odeszli od nas również m.in. biznesmen **Janusz Wójcik**, **Frank Weihmann**, przyjaciel Nowej Soli z niemieckiego Senftenbergu, wieloletni nowosolski działacz piłkarski **Stefan Przybysz**, działacz Ligi Obrony Kraju **Czesław Wider**, **ks. Roman Jarosz**, wikary z parafii św. Józefa w Nowej Soli, czy **Stanisław Bator**, którego wspominaliśmy na naszych łamach przed tygodniem – samorządowiec, wicedyrektor pośredniaka, ważny członek lokalnej OSP. Ostatnio zmarł też **Paweł Paczkowski**, wieloletni dyrektor „Spożywczaka”.

Mateusz Pojnar



Władysława Wyrwa (fot. „Gazeta Lubuska”)

To ci pomoże w tym trudnym czasie

Szczególnie w okresie pandemii warto wzmacniać swoją odporność. I uważać, ale nie „czarnomyśleć” – pisze w swoim cyklu „Cudowna medycyna” Barbara Habura

Mówi się, że nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło. Ale co dobrego może zostać po drugiej fali pandemii? Czego dobrego możemy się dziś nauczyć? Pomyślmy.

Naszym głównym orędziem jest własna odporność, więc należy ją odbudować. Warto przypomnieć sobie o porzekadzie: lepiej zapobiegać, niż leczyć. Teraz, gdy mamy ograniczoną wolność, mamy też czas na lepsze poznanie siebie, zmierzenie się z naszymi lękami. Możemy zmienić nasze nawyki żywieniowe. Mamy więcej czasu dla siebie: możemy go wykorzystać na to, co sprawia nam radość. Zamieniliśmy wypad do centrum handlowego na spacer w lasie i parku, więc częściej obcujemy z naturą, co poprawia odporność. Jednoczymy się, jak w każdym nieszczęściu. Pomagamy sobie wzajemnie. Poznajemy naszych sąsiadów. Oddajemy szacunek seniorom, którzy powinni być fundamentem społeczeństwa.

Sami widzicie, te plusy mimo wszystko się znajdują. Możemy je znaleźć pomimo tej całej tragedii związanej z koronawirusem.

Słowo o wirusie

Według danych u zdecydowanej większości zarażonych osób przebieg COVID-19 jest łagodny lub nie daje żadnych objawów. U części przebiega jednak podobnie do dobrze znanej grypy – bóle kości, gorączka i ogólna niemoc plus duszności, krótki oddech, suchy kaszel, wysoka temperatura, bóle mięśni, osłabienie, utrata węchu i smaku, a czasem dolegliwości ze strony układu pokarmowego. W przypadku ok. 5 proc. zakażonych pojawiają się osłabiające organizm choroby towarzyszące (obniżające sprawność układu odpornościowego choroby układu oddechowego, krążenia, cukrzyca, nowotwory, a także choroby wymagające stosowania leków immunosupresyjnych). U nich przebieg choroby jest bardzo ciężki, z potrzebą hospitalizacji i podłączenia do respiratora.

Rzecz o масечkach

Maski ochronne stały się symbolem pandemii. Można kupić zwykłe, jednorazowe, ale firmy specjalizujące się w szyciu odzieży – przewidując, że wirus zostanie z nami na



dłużej – prześcigają się w projektowaniu przeróżnych, zazwyczaj mających nas rozchmurzyć, wzorów.

Badania wyraźnie pokazują, że w placówkach służby zdrowia – szpitalach, przychodniach – stosowanie масек medycznych wyraźnie ogranicza przenoszenie wirusa SARS-CoV-2. Dane trudno jednak uporządkować ze względu na różnorodność масек używanych przez ludzi i poprawność sposobu ich stosowania. Fakt jednak pozostaje faktem: prawidłowe stosowanie масек ważne i skuteczne. Nauka potwierdza ich użyteczność, a ostatnie badania sugerują, że mogą one ratować życie na różne sposoby.

Ich działanie polega przede wszystkim na tym, że zmniejszają (nie eliminują całkowicie) szansę przeniesienia koronawirusa, bo ograniczają emisję kropelek i aerozolu śliny, czyli bazę transmisji wirusa.

Co więcej, niektóre badania wskazują, że maski mogą zmniejszyć ilość wirusa podczas przenoszenia, przez co przebieg choroby jest łagodniejszy lub bezobjawowy. Dzięki temu noszenie масечек może usprawnić wytworzenie się odporności zbiorowej.

Nosząc maskę ochronną należy przestrzegać paru zasad:

- zakładanie масечек powinno odbywać się w ściśle kontrolowanych warunkach: przed założeniem масечек należy dokładnie umyć i zdezynfekować dłonie, a najlepiej również twarz;
- масечка po ubraniu powinna zakrywać podbródek, usta i nos, przylegać do twarzy;
- jednorazowe maski należy wymieniać, gdy staną się wilgotne;
- jednorazowych масечек należy

ży faktycznie używać jednorazowo i je utylizować;

- maskę wielorazową zaleca się prać w temperaturze co najmniej 60 stopni, a dla zwiększenia bezpieczeństwa po osuszeniu ją wyprasować;

- масечка nie chroni również skutecznie przed infekcją, jeśli osoba, która ją nosi, nie przestrzega profilaktycznych zaleceń higienicznych – nosi maskę przez dłuższy niż zalecany czas, nie myje rąk i nie odkaża ich środkami na bazie alkoholu czy dotyka масечки.

Na ochronę

Szczególnie w tym okresie warto też wzmacniać swoją odporność. Poniżej podaję dwa przepisy, łatwe, smaczne i przyjemne, które wzmocnią twój organizm.

Korzenna herbata chroniąca płuca:

- Wymieszaj w szklance ciepłej wody z sokiem z cytryny:

- pół łyżeczki ekologicznego imbiru w proszku,
- pół łyżeczki ekologicznego cynamonu cejlońskiego,
- pół łyżeczki ekologicznej kurkumy w proszku,
- szczyptę czarnego, ekologicznego pieprzu,
- 1 łyżeczkę np. ekologicznego oleju kokosowego z pierwszego tłoczenia ekstra virgin

- 1 łyżeczkę surowego miodu z dobrej pasieki lub 2 ekologicznej sproszkowanej peruwiańskiej lucumy (ja wolę miodek!).

Herbatę stosujesz cyklicznie, jednorazowo przez około siedem dni, potem tydzień przerwy, a potem wracasz do picia.

Dlaczego ta mieszanka tak dobrze wspiera oczyszczanie płuc? Imbir ma długą historię stosowania w tradycyjnej medycynie jako lek wspierający zdrowie dróg oddechowych. Współcześni naukowcy sugerują m.in., że imbir może być wsparciem w stanach zapalnych dróg oddechowych towarzyszących alergii.

Kurkuma już w ajurwedzie była stosowana jako lek na problemy dróg oddechowych jak astma, alergie, kaszel, katar i zatkane zatoki.

Większość zalet kurkumy wynika z wyjątkowej, silnej przeciwzapalnej mocy zawartego w niej aktywnego składnika – kurkuminy. Dzięki niej korzeń kurkumy ma po-

parte badaniami działania wspierające drogi oddechowe.

Cynamon cejloński w problemach dróg oddechowych stosowali już starożytni Rzymianie. Jego wykorzystanie było powszechne także w medycynie ajurwedyjskiej. Ma silne działanie przeciwzapalne i przeciwutleniające, które wspierają proces oczyszczania organizmu.

Miód z kolei pomaga zmniejszyć wydzielanie śluzu i zredukować kaszel u dzieci. Dalsze badania sugerują również, że pomaga łagodzić stany zapalne i podrażnienia także u dorosłych.

Jeśli wybierzesz lucumę, zawiera 14 minerałów śladowych i wiele witamin. Jest świetnym źródłem cynku, wapnia, witaminy C, niacyny (B3) i żelaza. Jest też bogata w beta-karoten, któremu zawdzięcza swój intensywnie żółty kolor. Jest niezbędny do wytwarzania witaminy A i regulacji pracy układu odpornościowego. Ten owoc jest też bogaty w przeciwutleniacze, dzięki czemu zwalcza wolne rodniki.

A oto klasyczny przepis ajurweddy, czyli starożytnej medycyny hinduskiej. Pij 1-2 l tego napoju dziennie. Ma być ciepły, ale nie gorący. Zaopatrz się w termos, będzie dużo łatwiej.

Ajurwedyjski napój wzmacniający:

Zaparzaj 10 minut w szklance wody pogniecione w młóźnie lub mielone ziarna:

- kilka goździków,
- 2 ziarna czarnego pieprzu,
- 1 łyżeczka ziaren kopru włoskiego,
- 1 łyżeczka ziaren kuminu,
- 1 łyżeczka ziaren kolendry,
- świeży imbir – kawałek wielkości orzecha włoskiego.

Zaparz i przecedź. Pozostałe składniki to:

- sok z 1 cytryny (lub wit. C w proszku),
- miód: łyżka lub tyle, żeby ci smakowało.

Napar przecedź, uzupełnij wodą o odpowiedniej temperaturze do objętości 1 l, dodaj miód i cytrynę. Przelej do termosu i popijaj cały dzień.

Na lęk towarzyszący

Na pewno się boisz. To zrozumiałe. Wiadomości w radiu i telewizji są zawsze złe lub gorsze, znajomi

na kwarantannie, restauracje zamknięte, a ludzi na ulicy nie poznajesz, bo wszyscy mamy масечки.

I na to (na strach, nie масечки) spróbujemy znaleźć lekarstwo. Najbardziej polecam ashwagandhę (czyt. aszwagandę). To niezbyt smaczne, ale bardzo skuteczne zioło, a w zasadzie korzeń. Skutecznie napelni cię spokojem. Dostaniesz je w każdym sklepie zielarskim czy ze zdrową żywnością. Polecam prostą sproszkowaną, do zaparzania – moim zdaniem jest najskuteczniejsza. Pij ją wieczorem, bo ma działanie uspokajające i wyciszające.

Uspokajająca herbatka z ashwagandhą:

- 2 łyżeczki suszonej ashwagandhy,
- 1 szklanka wrzącej wody.

Wymieszaj wszystkie składniki w garnuszku i zaparzaj przez 15-20 minut. Ostudź do pijałnej temperatury. Spożywaj przed snem.

Czekolada na ukojenie nerwów:

- 2 łyżeczki sproszkowanej ashwagandhy,
- 3 łyżeczki organicznego kakao w proszku,
- 1 łyżeczka cynamonu,
- 1 szczypta cayenne,
- 2 szklanki roślinnego mleka.

Podgrzej całość w garnuszku, dokładnie mieszając aż do rozpuszczenia. Nie doprowadzaj napoju do wrzenia! Czekolada z ashwagandhą nie tylko wycisza i koi, ale też natychmiastowo poprawia nastrój, co czyni ją doskonałym napojem.

Posłowie

Oprócz powyższych sposobów, jak zwykle chcę zapewnić o wielkiej sile medytacji i modlitwy. Medytacja pozwala nabrać dystansu, zrehabilitować się, oddalić lęk. Podobnie działa modlitwa. Dodaj do tego odrobinę ruchu, śmiechu i pozytywnej myśli.

Nie zapominaj też, jak odważny/odważna jesteś. Odwaga to nie jest brak strachu, ale umiejętność odsunięcia go na bok. Zaakceptuj, że się boisz. I zajmij się czymś innym. Kontrolowania myśli i emocji można się nauczyć. Przede wszystkim ćwicz. Gdy zaczynasz „czarnomyśleć”, wybierz inną myśl. Wyobraź sobie szczęśliwe zakończenie. I wyłącz telewizor albo obejrzyj komedię.

Barbara Habura

INST-EL BUD

- Prace ziemne, usługi minikoparką,
- Wykopy pod przyłącza (kanalizacyjne, wodne, gazowe, prądowe) oraz pod fundamenty domów, garaży, płotów, wiat itp.
- Instalacje elektryczne

Tel. 693 345 566
instelbud.mb@gmail.com

STACJA DEMONTAŻU - RECYKLING

ZŁOMOWANIE samochodów osobowych, ciężarowych, motocykli, przyczep

ZA DARMO transport gratis

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

**Zatrudnię do prac remontowo-
- wykończeniowych**

Tel. 696 894 134

„Chiński wirus”, czyli Koziołek tropi fake newsy

Zakończył się miesiąc kryminalny w nowosolskiej bibliotece. Ostatnim autorem, który gościł w Galerii pod Tekstem, był nowosolanin Krzysztof Koziołek promujący swoją najnowszą książkę „Chiński wirus”

- Dziś spotkanie z trudno mi powiedzieć jaką osobą. Z wizjonerem? Jasnowidzem? – tymi słowami dyrektor biblioteki Tomasz Jędraszak rozpoczął wieczór autorski z Krzysztofem Koziołkiem w roli głównej. - Musicie państwo uwierzyć na słowo, nie umawialiśmy się na nic z panem dyrektorem – żartował pisarz.

Jak powstawał „Chiński wirus”?

Opowieść o tym, jak powstała jego najnowsza książka, Krzysztof Koziołek zainicjował od podania widzom definicji kryminału skandynawskiego. - Rasowy kryminał skandynawski to taki, w którym intryga jest mniej ważna, a najważniejsze jest dobro społeczne. Dlaczego o tym mówię? Z uwagi na to, co się dzieje na świecie – podkreślił pisarz. - Spotkaliśmy się z okazji premiery thrilleru „Chiński wirus”, który powstał w dość niecodziennych okolicznościach na przełomie marca i kwietnia, kiedy to szaleństwo nas dopadło i – jak widać – dalej trzyma nas mocno za gardło. Mam nadzieję, że nastąpi nagły twist, czyli zmiana akcji.

Ale autor zdradził, że przygodę z jego najnowszą książką rozpoczął tak naprawdę nieświadomie już trzy lata temu, gdy pisał „Nie pozwól mi umrzeć”. W bardzo dużym skrócie jest o przemy-



Krzysztof Koziołek opowiadał o swojej najnowszej książce „Chiński wirus” (fot. MBP)

śle farmaceutycznym i szczepionkowym. - Przy pisaniu tej książki chcąc nie chcąc musiałem dokonać researchu. Jeszcze na plecach gdzieś mam traumę związaną ze zbieraniem materiału do niej – powiedział Koziołek.

Później cytował fragmenty z tej książki, które, jak sądzi, wpisują się w aktualne wydarzenia. I przeszedł do podsumowania pierwszego punktu spotkania cytując kolejny fragment „Nie pozwól mi umrzeć”, tym razem o zarządzaniu strachem. - Zastanawiam się

kto obecnie zarządza naszym strachem? – zapytał. - W książce oczywiście jest pewna teoria fikcyjna, ale trochę z tego jasnowidztwa się trafiło. Chodzi o zdrowie czy pieniądze?

Warsztaty z eliminowania fake newsów

Krzysztof Koziołek przez 10 lat pracował jako dziennikarz, m.in. w redakcji „Tygodnika Krąg”. W tym czasie nabył wiele przydat-

nych umiejętności. Najważniejsza z nich to umiejętność obserwowania rzeczywistości i poznanie działania mechanizmów życia społecznego. - „Chińskiego wirusa” zacząłem pisać drugiego albo trzeciego dnia, jak nas zamknęli, na podstawie tylko swoich obserwacji i nabytych wcześniej umiejętności. Doszedłem do wniosku, że ktoś robi operację na żywym organizmie – uważa Koziołek.

Pisarz prowadzi warsztaty „Pogromcy fake newsów” w bibliotekach w całej Polsce. Podczas

czwartkowego spotkania nowosolanie mieli okazję uczestniczyć w miniwarsztatach z eliminowania fałszywych wiadomości. Przytoczył sytuację, gdy do internetu wyciekły informacje, że rzekomo Donald Trump nazwał prezydenta Włoch Sergio Mattarellę – mozaiką. - Jestem mistrzem od pozyskiwania informacji i manipulowania nimi, ale robię to w celach pożytecznych, bo wpuszczam czytelnika w maliny. Coś mnie wtedy tknęło i wystarczyło wpisać hasła „Trump Mattarella fake news”. I od razu wyszło, że to bzdura – wyjaśnił Krzysztof Koziołek.

Tę błędną informację podało wtedy mnóstwo opiniotwórczych mediów. Post w sieci rozprzestrzenił się błyskawicznie. - Wystarczyło wpisać cztery czy pięć słów, żeby się dowiedzieć, że to fake – wspominał Koziołek.

- Z żalem stwierdzam, że to nie jest pierwsza książka, w której wymyśliłem coś, co później okazało się, że napisało samo życie – mówił w bibliotece. - Tak wyszło, że stałem się pisarzem profetycznym. Jestem z tego powodu śmiertelnie przerażony. Właśnie zaczynam pisać thriller postapokaliptyczny. Jest o czymś takim, że jeśli się sprawdzi, to COVID będzie tylko niewinną przykrywką. A najbardziej się obawiam tego, że znowu trafię – spuentował Krzysztof Koziołek.

Aleksandra Gembia

Zimnolubni w wymarzonym miejscu

Grupa Nowosolskie Morsy tym razem wybrała się do Przesieki, by tam pokąpać się w zimnej wodzie



72-letni Stefan Wasilewski zachęca seniorów do morsowania

- I zdobyć w naturalny sposób odporność przed wirusami – stwierdza Grzegorz Cegiełka, jeden z liderów grupy. W Przesiece znajduje się Wodospad Podgórznej, gdzie spotykają się morsy z całej Polski, by wykąpać się w wymarzonym dla zimnolubnych miejscu.

- Hartuję się już od 10 lat – dodaje Stanisław Łuszczwki, który morsował w już w przeróżnych miejscach. - Ale zimna, góraska woda sprawia, że co roku tutaj wracamy.

Po raz pierwszy wybrała się tam z grupą morsów Agnieszka Wołodkowicz, która jest pod wielkim wrażeniem tego, że zimna woda może wytwarzać tyle hormonów szczęścia. A one spr-

wiają, że ludzie są uśmiechnięci i mają pełno energii.

Z morsami po raz pierwszy wybrała się także Olya Keda, która wie, że teraz systematycznie będzie zażywać zimnych kąpiei, bo sprawia to jej wiele radości, a przy okazji hartuje zdrowie.

Do Przesieki pojechał też 72-letni kierowca Stefan Wasilewski z Niedoradza, który morsuje drugi rok. Zachęca do tego wszystkich seniorów. - Jestem przykładem, że wiek do hartowania nie ma żadnego znaczenia i można zacząć przygodę z tym sportem przeżywając drugą młodość – mówi Wasilewski. - Ostatnio wykonałem pierwszy reset, czyli całkowicie zanurzyłem całe ciało. Po wyjściu z wody czułem

się fantastycznie, bo chwile spędzone z morsami dają wiele satysfakcji.

Nowosolskie Morsy w Przesiece podsumowali też swój udział w rywalizacji o Rowerową Stolicę Polski. Zajęli w grupach drugie miejsce, co ich bardzo cieszy. Nagrodzeni zostali najlepsi uczestnicy zabawy: Mariusz Miniach, Krystyna Cegiełka, Małgorzata Borowiak i lider grupy Marek Rytwiński, który dla zdobył dla NM największej punktów, przejeżdżając na rowerze 2001 km.

- Taki wyjazd jest wspaniałą odskocznią od codzienności, pozwala naładować akumulatory na kolejne dni – dodaje na koniec Agnieszka Stanisłewska.

Justyna Gurban

Radość, przyjaźń, olimpiada

Za nami olimpiada sportowo-rekreacyjna Radość. Została zorganizowana przez stowarzyszenie pod tą samą nazwą. - Była skierowana do środowisk zrzeszających osoby niepełnosprawne – mówi Małgorzata Górna ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego



Uczestnicy musieli przejść wiele ćwiczeń sprawnościowych: slalomy, tory przeszkód, równoważnie czy ćwiczenia poprawiające refleks i koncentrację

To jest zawsze mocno wyczekiwana impreza w ośrodku. Odbyła się już po raz ósmy. Jej organizatorami są członkowie Stowarzyszenia Działającego na Rzecz SOSW Radość. - Zwykle olimpiada odbywała się w maju, ale z powodu pandemii przenieśliśmy ją na październik. Z nadzieją, że warunki do przeprowadzenia tak dużej imprezy będą bardziej sprzyjające – tłumaczy Małgorzata Górna, nauczycielka SOSW. - Realia okazały się podobne do tych majowych, więc członkowie stowarzyszenia postanowili zmienić formę olimpiady, nie zmieniając jej idei i celów.

Impreza potrwała dwa dni, a miała jeden. Zespoły były podzielone tak, by nie miały ze sobą kontaktu. Wszystko odbyło się z zachowaniem środków bezpieczeństwa. - To się wiązało z wielkim wyzwaniem, ale okazało się możliwe do zrealizowania – uśmiecha się Górna.

Uczestnicy musieli przejść wiele ćwiczeń sprawnościowych: slalomy, tory przeszkód, równoważnie czy ćwiczenia poprawiające refleks i koncentrację.

W olimpiadzie wzięli udział uczniowie SOSW, nowosolskiej SP 2 z oddziałami integracyjnymi i uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej, członkowie Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych Przystań w Bytomiu Odrzańskim i Środowiskowego Domu Samopomocy w Nowej Soli. Działania Radości wspierali też wolontariusze z „Ogólniaka” i szkoły branżowej działającej przy SOSW – czuwali nad przygotowaniem posiłków.

Zadanie było współfinansowane z pieniędzy nowosolskiego urzędu miasta i starostwa powiatowego. Olimpiada nie doszłaby do skutku, gdyby nie wsparcie inicjatywy przez dyrekcję naszego SOSW – podkreśla Małgorzata Górna.

Mateusz Pojnar

Wojewoda szuka społeczników roku

Sam możesz ich zgłosić do konkursu. To może być twój sąsiad, pracownik socjalny czy grupa osób, jakaś instytucja, która zasługuje na takie wyróżnienie



Spółecznicy często jako pierwsi wyciągną do ciebie pomocną dłoń

- Zachęcamy do wzięcia udziału w kolejnym konkursie „Społecznik roku” ogłoszonym przez wojewodę lubuskiego – mówi Karina Jarosz, naczelniczka Wydziału Spraw Społecznych urzędu miasta w Nowej Soli. - Zaangażowanie w pomoc drugiemu człowiekowi, szczególnie w tym trudnym okresie epidemii, wymaga od wszystkich nowatorskich i często innowacyjnych rozwiązań. Konkurs ma na celu docenienie pracy osób, organizacji czy instytucji, które potrafią dotrzeć z pomocą do wykluczonych, słabszych osób, wymagających pomocy i wsparcia w codziennym funkcjonowaniu.

Przewodnią myślą tegorocznej edycji jest sentencja Williama Barclaya: „W życiu każdego człowieka są dwa wielkie dni – pierwszy, w którym się rodzimy, i drugi – w którym odkrywamy

po co”.

- Jeżeli znacie osoby czy instytucje, których działalność zasługuje na wyróżnienie, zachęcamy do nominowania i składania wniosków konkursowych – podkreśla Jarosz.

W konkursie mogą wziąć udział jednostki organizacyjne pomocy społecznej, wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej, organizacje pozarządowe działające w obszarze pomocy społecznej i poszczególne osoby, które pracują lub działają na rzecz klientów pomocy społecznej.

Są cztery kategorie: wydarzenie roku (nagroda zespołowa), działania na rzecz środowiska lokalnego (zespółowa), szczególne osiągnięcia w obszarze pomocy społecznej (nagroda indywidualna) i przyjaciel roku – nagroda indywidualna.

Wypełnione i podpisane

wnioski z materiałami, które dokumentują działania, należy składać:

- za pośrednictwem urzędu miasta w Wydziale Spraw Społecznych – do 3 listopada,
- bezpośrednio do Wydziału Polityki Społecznej urzędu wojewódzkiego w Gorzowie (ul. Jagiellończyka 8) pocztą lub drogą elektroniczną – do 6 listopada.

Więcej informacji o regulaminie konkursu czy koniecznych dokumentach znajdziesz na stronie internetowej Lubuskiego Urzędu Wojewódzkiego. W przypadku pytań nowosolscy urzędnicy proszą o kontakt z Wydziałem Spraw Społecznych: - tel. 68/459 03 27 – inspektor ds. pożytku publicznego i spraw społecznych Jolanta Kabzińska,

- tel. 68/459 03 67 – naczelniczka wydziału Karina Jarosz.

Mateusz Pojnar

**CYKLINOWANIE
LAKIEROWANIE
RENOWACJA SCHODÓW**
▶Zapewniamy materiały,
▶maszyny bezpyłowe
Tel. 664 760 247, 68/ 356-40-28

**Instalacje
LPG montaż,
naprawa. Wrociszów 30.**
Tel. 602 271 644

**TRANSTOL
DREWNO OPAŁOWE
/ KOMINKOWE**
Transport 4mp do 30 km GRATIS
Facebook: fb.me/transtolpphu
Tel.: 600 056 867, 665 996 815

• **PODNOŚNIK KOSZOWY
WYNAJEM**
• **WYCINKA DRZEW**
Tel. 693 844 743
www.wer-lift.pl

**CYKLINOWANIE
BEZPYŁOWE**
✓ układanie parkietów,
podłóg, paneli
✓ renowacja schodów
Tel. 790 584 982

**Uczciwego znalazcę
portfela z dokumentami
zgubionego w okolicy
pomiędzy ul. Okrężną
w Nowej Soli a Ługami
prosimy o zwrot
za wynagrodzeniem**
Tel. 798 663 996

**WĘGLOTRANS
WĘGIEL PROMOCJA**
• Groszek 710 zł/t
• Orzech 780 zł/t
• Orzech 980 zł/t
• Brykiet 650 zł/t
tel. 608 352 482

**NAPRAWA
PROTEZ ZĘBOWYCH**
♦ protezy elastyczne
♦ nakładki do wybielania
Tel. 881 300 655
ul. Kościuszki 21/1
Nowa Sól, w godz. 9.00-17.00

**SKŁAD OPAŁU
WĘGIEL
R a w s c y
Modrzyca
ul. Makowa 3
TEL. 888 093 093**

**Biuro Rachunkowe
ROBAKOWSKA**
księgi handlowe,
księga podatkowa, ryczałt,
pomoc w zakładaniu firmy
NOWY ADRES
Nowa Sól, ul. Odrzańska 8/2
Tel./fax 68 4 588 588
biuro.robakowska@wp.pl

TygodnikSPORT

Mistrzostwa Polski: Srebro Norberta Losiaka!

Nasz judoka zaliczył świetny występ w Zamościu. - Norbert walki eliminacyjne przeszedł jak burza. Każdą kończył przed czasem – mówi „Tygodnikowi Krąg” Dariusz Giedziun, trener Olimpu Nowa Sól

Finał 26. Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży tym razem odbył się jakieś 750 km od Nowej Soli. - Zamość to piękne miasto, życzliwi ludzie, a za organizację mistrzostw Polski dałbym im szóstkę z plusem – mówi trener Olimpu Nowa Sól Dariusz Giedziun.

To kolejne mistrzostwa kraju juniorów młodszych, w których Pomarańczowi mocno zaznaczyli swój udział. - Po limitach w Piasecznie, w których Norbert Losiak zdobywając złoto automatycznie dostał się do OOM, i eliminacjach regionalnych z pierwszym miejscem Huberta Ratajczaka ruszyliśmy właśnie do Zamościa. Start w OOM jest najważniejszy w Polsce w roku kalendarzowym. Zdobyliśmy punkty w rywalizacji sportowej dzieci i młodzieży i potwierdziliśmy swój poziom w krajowym judo – podkreśla Giedziun.

Do tego startu nasi przygotowawali się długo. Szlifowanie formy utrudniała pandemia, było wiele znaków zapytania. - Stworzenie miejsca do treningów i łapa-

nie każdej możliwej rywalizacji było wyzwaniem – zaznacza trener Olimpu. - Cel był jeden: wrócić z medalem.

W kategorii do 55 kg startował w Zamościu Hubert Ratajczak. Nie miał szczęścia w losowaniu. Trafił na mocnego zawodnika, który w kolejnej walce przegrał i nie pociągnął go do repasaży. - Hubert jest pierwszym rocznikiem juniora młodszego – przypomina Giedziun. - W ubiegłym roku zdobył brązowy medal MP młodzików, a ten rok w nowej kategorii zakończył na eliminacjach. Przed Hubertem dużo pracy. To wyzwanie dla niego i dla mnie.

Nowa Sól liczyła na medal Norberta Losiaka, który od początku roku ciężko trenował. Stawał na podium podczas zawodów w Ostrawie, Brnie, Teplicach czy Piasecznie. Podczas wakacji był na zgrupowaniu kadry narodowej i innych obozach. To musiało przynieść efekt.

- Kategoria do 81 kg była nafaszerowana dobrymi zawodnikami

- zwraca uwagę trener Pomarańczowych. - Norbert walki eliminacyjne przeszedł jak burza. Każdą kończył przed czasem. Doszliśmy do finału. Medal był pewny, ale celem było złoto. Tutaj zdecydowało zaskoczenie, Norbert przegrał na uchwycie. Po pierwszym wazari dla przeciwnika Norbert zaatakował na tai-otoshi. Ręce nie dokręciły, przeciwnik upadł na brzuch. Po wznowieniu walki kolejny mocny uchwyt i atak zakończył się obaleniem i drugim wazari, co niestety zakończyło walkę.

Tym samym Losiak został wicemistrzem Polski juniorów młodszych, co też jest wielkim sukcesem! - Szkoda tego finału – przyznaje Giedziun. - Ale wicemistrzostwo to dobry wynik. Dwa lata temu, będąc młodzikiem, mistrzostwa Polski zakończył także ze srebrem. Czas na analizę i wypracowanie wniosków. Mam nadzieję, że niedosyt będzie dopingiem do dalszej pracy. Dziękuję wam za emocje!

Mateusz Pojnar



Wicemistrz Polski Norbert Losiak ze swoim trenerem Dariuszem Giedziunem

Trójka ograła beniaminka



Kibiców może cieszyć powrót na boisko Patryka Bortnowskiego (fot. MMF Fotografia Sportowa Jarek Chróściel)

Spartakus Buk w sobotę mocno postawił się w Nowej Soli. Ale w drugiej połowie Trójka złapała swój rytm i mogła świętować zdobycie trzech punktów. - Spartakus jest beniaminkiem, więc spodziewaliśmy się, że będzie walczył o każdy centymetr boiska – mówi trener nowosolskiego zespołu Alan Raczkowiak

Trójka Nowa Sól – Spartakus Buk 26:24 (13:14)

Trójka: Rapijko, Ostrowski, Kokot (5 bramek), Stelmasik, Bortnowski, Uchal (2), Orliński (4), Kowalski (2), Jaskółka, Kujawa, Sz. Lisiewicz (4), Kwiatkowski (1), Paszkiewicz (5), Jaskulski, Kiciński, Stokowski (3)

Z powodu pandemicznych obustrzeń kibice mogli oglądać ten

mecz tylko w internecie. Szkoda, bo emocji nie brakowało!

Trójka miała kryzysowe momenty w tym spotkaniu, bo w 22. minucie przegrywaliśmy już 9:13. Dobrze, że szybko złapaliśmy Spartakusa za gardło, bo na przerwę schodziliśmy już tylko z jedną bramką straty.

- Spartakus jest beniaminkiem, więc spodziewaliśmy się, że będzie walczył o każdy centymetr boiska – podkreśla Alan Raczkowiak, trener Trójki. - Wiem, że u nich nastawienie było bojowe, są szczęśliwi, że mogą grać w II lidze. To młode, ambitne, waleczne chłopaki.

Inna sprawa jest taka, że Trójka nie weszła dobrze w ten mecz. - Najgorsze jest to, że nie realizowaliśmy założeń taktycznych – ocenia Raczkowiak. - Moim zdaniem

nie wyszliśmy w stu procentach skoncentrowani w obronie. W ataku sobie radziliśmy. W przerwie padły mocne słowa i zaczęliśmy grać bardzo dobrze w defensywie, ale z drugiej połowie kulał atak pozycyjny. Na całe szczęście sprawnie wychodziliśmy do kontr i zdobywaliśmy bramki.

W 53. minucie wyszliśmy na dwubramkowe prowadzenie, które dowieźliśmy do końca meczu. Nowosolanie pokonali gości 26:24 i zainkasowali cenne trzy punkty.

Teraz Trójka ponownie zagra u siebie, tym razem mecz zaległy. W piątek przyjedzie do nas trzecia w tabeli Tęcza Kościan. Start o 19.30.

Mateusz Pojnar

6. kolejka II ligi:		
Wolsztyn – Środa Wlkp. 34:25		
Dzierżonów – Legnica 27:38		
Oborniki – Kościan 24:37		
Świdnica – Oleśnica 31:24		
1. Świebodzin	5	15
2. Legnica	6	15
3. Kościan	4	12
4. Świdnica	5	12
5. Nowa Sól	5	9
6. Wolsztyn	5	9
7. Oborniki	5	6
8. Środa Wlkp.	5	6
9. Oleśnica	5	3
10. Komprachcice	4	3
11. Buk	5	3
12. Brzeg	4	3
13. Dzierżonów	6	0

Ares wystartował z III ligą

Dwa mecze – jedna porażka, jedno zwycięstwo. To bilans Aresa Nowa Sól na początku nowego sezonu III ligi dolnośląsko-lubuskiej



Nowosolanki zgarnęły trzy punkty w Zbąszynku (fot. OSiR Zbąszynek)

- Tydzień wcześniej zegraliśmy słaby mecz, przegraliśmy 0:3 ze Złotoryją – wspomina Radosław Abramczyk, trener Aresa. - W ubiegły weekend było już lepiej, pokonaliśmy 3:1 SPS Zbąszynek. Graliśmy mieszanym, ale ciekawym składem – w kadrze było pięć senierek i pięć junierek.

Kadra Aresa w meczu ze Zbą-

szynkiem: Ewa Bereżańska, Zofia Osińska, Alicja Wijatkowska, Klaudia Budzińska, Katarzyna Różycka, Oliwia Trznadel, Klaudia Magda, Alicja Dancewicz, Natalia Siwak i Milena Piaskowska.

Areski kolejne mecze zagrają 7 i 8 listopada – w III lidze i lubuskiej lidze junierek.

(red)

Marceli Borowiecki: To był mój ostatni mecz



Marceli Borowiecki, legenda Odry

41-letni kapitan Odrzy Bytom Odrzański przeszedł na piłkarską emeryturę. - Do tej pory trudno mi się pogodzić z moją własną decyzją. Mam nadzieję, że to pogodzenie po jakimś czasie przyjdzie. Zrozumienie, że jednak zrobiłem dobrze - mówi Marcel, który zrezygnował z dalszej gry z powodu kontuzji

Mateusz Pojnar: Nie żal ci odejść?

Marceli Borowiecki: Jak najbardziej jest żal, w klubie są coraz fajniejsze warunki do trenowania, m.in. mamy nowe szatnie, jest zrobione drugie boisko, a teraz nasi prezesi Antoni Bernat i Piotr Michalewicz zaczęli prace nad oświetleniem. Ale cóż - zdrowie nie pozwala na dalszą grę. I tak dość długo odwlekąłem tę decyzję. Tak naprawdę co pół roku przebąkiwałem, że to ostatnie pół roku. Ale chciałem jednak dograć cały sezon, skończyć w czerwcu.

To dlaczego teraz zdecydowałeś się na ten krok?

Tydzień temu przyjechał mnie okleić przed meczem fizjoterapeuta Łukasz Kierul. Doskwierał mi mięsień czworogłowy, do tego problemy z plecami, kolanem itd. Zaczęliśmy rozmawiać, pokazałem mu wynik rezonansu i Łukasz zasugerował mi, że nie jest zbyt dobrze i powinienem dać sobie spokój. Taką decyzję podjąłem. W czwartek po meczu byłem u neurochirurga, który stwierdził, że jeżeli po leczeniu zachowawczym nie przejdą mi dolegliwości bólowe, to czeka mnie operacja.

Rano, przed meczem z Ochłą, powiedziałem o tym synkowi Marcelowi i mojej Gosi. Nie wiem, czy od razu uwierzyła, bo przecież od dawna o tym mówiłem.

Później, jeszcze przed startem meczu, szepnąłem o tym Piotrkowi Michalewiczowi i Michałowi Konsewiczowi.

Po wygranym spotkaniu z lide-

rem była feta na boisku i w szatni. Tam przekazałem tę informację chłopakom. To było szalenie trudne, nie mogłem wydusić słowa. Ze łzami w oczach wyrzuciłem z siebie, że to był mój ostatni mecz, nie daję rady. Było im przykro, zdziwili się i dziękowali mi za te lata.

Jestem starym facetem i płakałem... Ale to jednak naprawdę był długi czas.

Do tej pory jak o tym mówisz, jest wzruszenie.

Jest ciężko. Najbardziej było chyba w niedzielę przed tygodniem, jak został opublikowany na naszej stronie post, że rezygnuję. Jak to zobaczyłem, rozpłakałem się, na to do pokoju wszedł Marcelek i mówi: mama, tato płacze [uśmiech]. Tam była lawina miłych komentarzy z różnych stron.

Ale to już tak definitywnie z tym końcem? Czy może zostawisz sobie małą furtkę, żeby jednak w pewnym momencie wrócić?

Nie, to definitywna decyzja. Trudna, ale definitywna. Klamka zapadła. Ale oczywiście bardzo chciałbym wybiec jeszcze na boisko i jest mi przykro, że tego już nie zrobię.

Marzy mi się, żeby chociaż czasami podejść do chłopaków na trening, pokręcić jakiegoś dziadka, pobawić się w piłkę. Będę grywał też z moimi zawodnikami z młodzików Odrzy, których trenuję - to mi sprawia radość.

A byłeś na sobotnim meczu Odrki z Chynowianką?

No pewnie, że tak!

Co czułeś, jak oglądałeś ten pierwszy mecz po odejściu?

Jeszcze do końca do mnie to nie dotarło, pojechałem trochę tak, jakbym po prostu pauzował za kartki. Szkoda, że nie mogę już chłopakom pomóc, ale oni to zrozumieją.

A swój pierwszy piłkarski trening jeszcze pamiętasz?

Oj, Mati, jak to dawno było [śmiej]. Zacząłem w trampkarzach, w jakiejś czwartej klasie. Moim pierwszym trenerem był pan Marian Gałązkiewicz.

Tata cię zaprowadził?

Tego akurat nie pamiętam, to było prawie 30 lat temu. I cały ten czas grałem w Odrze. Z małą, dwuletnią przerwą w Czarnych Rudno.

Na początku seniorskiej piłki grałem w rezerwach Odrzy. Po pewnym czasie zadebiutowałem w pierwszym zespole u trenera Grzegorza Szałaty, on dał mi szan-

se. To był rok '97 albo '98. Pierwszy mecz pamiętam jak dzisiaj - wszedłem na 20 minut u siebie z Syreną Zbąszynek. Wygraliśmy 7 czy 8:0. Przed tym meczem przez sam fakt, że byłem w kadrze meczowej, pół nocy nie przespałem.

Kiedy przyszła pierwsza bramka?

Wybacz, ale nie pamiętam.

A które momenty w Odrze są dla ciebie najważniejsze? Które będziesz wspominał już do końca życia?

Po pierwsze - debiut. Po drugie, awans do IV ligi w 2004 r. za kadencji trenera Sobczaka. Pierwszy mecz graliśmy u siebie z Czarnymi Żagań, to pamiętam doskonale. Zremisowaliśmy 0:0, na trybunach było z 500 osób. IV liga była wtedy bardzo mocna: GKP Gorzów, Pogoń Świebodzin, Czarni Witnica, Celuloza Kostrzyn. Masa fajnych zawodników.

Po dwóch latach od awansu spadliśmy, by w 2009 awansować ponownie. Pierwszy sezon skończyliśmy w środku tabeli, ale w kolejnym zajęliśmy trzecie miejsce. Pogoń Skwierzyna i Spójnia Ośno Lubuskie były wyżej, jednak nie chciały awansować do III ligi i otworzyła się szansa dla nas. Zrezygnowaliśmy z niej, zdecydował zdrowy rozsądek: chłopaki uczyli się i pracowali, a przede wszystkim finansowo nie było nas stać na grę wyżej.

Z perspektywy czasu nie żałujesz tego, że jednak nie spróbowaliście?

Na pewno w piłkarskim CV III liga wyglądałaby inaczej. Na początku może i żałowałem? Ale tak miało być, to była roztropna decyzja. Wiesz, jak jest, zagralibyśmy parę meczów w III lidze i mogłoby być tak, że to się rozpada, zosta-



„Borka” na boisku zawsze cechowała ambicja. Grał w meczach również z kontuzjami

je trzech-czterech zawodników i trzeba startować od okręgówki.

A kolejny ważny moment? Przejście do Rudna, o którym wspominaleś?

W 2013 r. miałem kontuzję kolana i operację, po czym długo nie grałem. Już wtedy lekarz powiedział, żebym dał sobie spokój z piłką. Nie sądziłem już, że do niej wrócę. Trenowałem indywidualnie, a na grę w Czarnych namówił mnie mój serdeczny przyjaciel Michał Konsewicz. Michał grał wtedy w Rudnie, oni wówczas zrobili awans do okręgówki. Zadzwonił do mnie też trener Rafał Galas, zapytał, czy nie pomogę. Stwierdziłem: spróbuję.

Miło wspominam grę w Rudnie. Chłopaki po paru meczach przekazali mi opaskę kapitana. Dziwnie się czułem, bo tam od lat grali niektórzy zawodnicy, ale zaufali mi, co było świetne. Do tej pory mam z nimi kontakt - z Danielem Bebrysem czy Pawłem Kasprzakiem, z Kubą Boruszewskim, Kamilem Ozgowiczem.

Po tych dwóch latach wróciłeś do Odrzy. Ciągnęło do domu.

Wróciliśmy razem z Michałem Konsewiczem. Żartują, że my chodzimy w pakiemie [śmiej]. Namówił nas Kuba Wolny i ten powrót to też był miły moment. Kolejny - jak po powrocie strzeliłem bramkę na 3:2 w 94. minucie.

Fajny był też wyjazd do Pössneck, naszego miasta partnerskiego, na mecz towarzyski. Chociaż wszyscy wtedy nie mogli pojechać, bo Michał Oborski miał ślub.

Pamiętasz piłkarzy, z którymi zaczynałeś? Oni się mentalnie różnią od dzisiejszej młodzieży?

Ich mentalność jest całkowicie odmienna od tej, którą my mieliśmy. Do szatni pierw-

szego zespołu wprowadzał mnie niejako Mariusz Lorenc. Zawsze przychodziłem pół godziny przed treningiem, chciałem ogarnąć sprzęt itd. Schodziłem ostatni. Dziś jest inaczej. Nas też było więcej, teraz jest, jak to nazywam, pokolenie pada. Pozmieniało się.

Ciebie na boisku zawsze cechowała ambicja. Skąd brałeś aż takie jej pokłady? Z miłości do piłki?

To na pewno. Pierwszą poważną kontuzję miałem w 1999 po sparingu z Rudnem. Złamałem kość strzałkową i piszczelową. To się długo ciągnęło, leczenie nie przebiegało tak, jak powinno. W końcu po wizycie u lekarza w Poznaniu rodzice załatwili mi operację w Świebodzinie. Na nowo łamał mi te kości, stabilizował nogę, umieścił z dziewięć drutów. Potwornie bolało, darłem się, że nie chcę już piłki. Ale po czasie powiedziałem sobie: wróć. I wróciłem. W 2006 r. miałem złamany obojczyk - też wróciłem.

Tak jak mówisz - to jest miłość do piłki nożnej. Dlatego trudno mi się pogodzić do tej pory z moją własną decyzją. Mam nadzieję, że to pogodzenie po jakimś czasie przyjdzie. Zrozumienie, że jednak zrobiłem dobrze.

Czego ci będzie najbardziej brakowało?

Piłkarskiej szatni, codziennych treningów z chłopakami. Tu nie chodziło tylko o piłkę, ale my tworzyliśmy zgrany kolektyw, znamy się od lat. Na tyle, ile będę mógł, będę jeździł oglądać ich mecze. I jak będą chcieli jakiejś porady, zawsze pomogę.

Chcesz komuś podziękować za te piłkarskie lata?

Tym wszystkim, z którymi się spotkałem grając w piłkę. Za te wszystkie lata, niezapomniane chwile. Kolegom z zespołów, w których grałem, piłkarzom z przeciwnych drużyn, trenerom - a było ich sporo - działaczom, kibicom, fizjoterapeutom Łukaszowi Kierulowi i Krzysztofowi Krupie.

I z całego serca chcę podziękować Gosi, Marcelkowi i rodzicom za ich wyrozumiałość, wsparcie. I nieustanny doping.



Marceli ze swoim synkiem Marcelem

Rachunek sumienia

Arka Nowa Sól szybko chciałaby zapomnieć o sobotnim meczu z Lechią II. Tym bardziej że już w sobotę Grand Derbi: Arka – Korona Kozuchów



Nowosolanie stracili cztery bramki w 13 minut

Arka Nowa Sól – Lechia II Zielona Góra 2:4 (1:0)

Bramki: Nazar 5', Zawojek 89'
Arka: A. Stankiewicz – Lewandowski, Dębiczak (72' Ekiert), Paweł Dykta (62' Greszta), Żurawski, Zawojek (ż), Walter, Rozynek, Nazar (65' Bajorski), Piotr Dykta (ż), Ajryś

W 5. minucie meczu z Lechią II cieszyliśmy się po bramce Dariusza Nazara na 1:0. Ale schody wyrósł w drugiej połowie. W ciągu 13 minut straciliśmy aż cztery bramki, a potem odpowiedzieliśmy tylko jedną – Patryka Zawojka w przedostatniej minucie meczu. Zespół z Zielonej Góry pokonał Arkę 4:2.

- Lechia cały mecz miała optyczną przewagę – podkreśla Jakub Dębiczak, piłkarz Arki. - Zielonogórzanie przeważali, mieli dużo stałych fragmentów gry. Grali piłką, ale w pierwszej połowie nic groźnego nie stworzyli. W drugiej zaczął się nasz festiwal błędów w obronie jako całej formacji, ale też poszczególnych osób. Mogliśmy jeszcze strzelić bramkę przy 1:1, ale Bartek Żurawski niestety trafił w słupek.

- Piłkarze Lechii pokazali się z dobrej strony, byli bardzo wybiegani i dobrze operowali piłką – ocenia sobotniego rywala wspomniany wcześniej Bartosz Żurawski. - My graliśmy dobrze w pierwszej połowie, głównie

14. kolejka IV ligi:
Tęcza – Stilon 0:6
Carina – Dąb przeł.
Syrena – Korona 1:1
Nietków – Meprozet 3:0
Witnica – Żagań 3:0
Iłowa – Stal 4:1
Spójnia – Skwierzyna 0:1
Ślubice – Świebodzin 2:1

1. Carina	12	29
2. Dąb	12	29
3. Iłanka	12	26
4. Witnica	13	25
5. Stilon	13	24
6. Nietków	12	24
7. Ślubice	14	21
8. Spójnia	14	20
9. Arka	13	19
10. Meprozet	13	18
11. Lechia II	13	17
12. Iłowa	14	17
13. Syrena	13	16
14. Żagań	12	15
15. Korona	12	13
16. Świebodzin	14	8
17. Tęcza	12	8
18. Skwierzyna	14	8
19. Stal	12	4

z kontry, co potwierdziliśmy strzelając bramkę. Mniejsze lub większe problemy pojawiły się w drugiej części: parę błędów indywidualnych, niewykorzystane sytuacje – choćby moja, jak uderzyłem w słupek. Przeciwnik wykorzystał swoje sytuacje i dlatego wygrał. Przed nami kolejny mecz.

14. kolejka okręgowki:
Lubsko – Alfa 2:0
Promień – Delta 4:1
Grabik – Racula 2:6
Siedlisko – Kunice 3:7
Szprotawa – Pogoń 0:1
Lech – Górzyn 0:2
Ochla – Łęknica 2:2
Chynowianka – Odra 3:1
Mieszko – Czerwieńsk przeł.

1. Łęknica	14	34
2. Promień	13	33
3. Lubsko	13	32
4. Ochla	14	32
5. Pogoń	14	30
6. Górzyn	13	27
7. Kunice	13	24
8. Czerwieńsk	12	20
9. Odra	14	20
10. Szprotawa	13	17
11. Chynowianka	14	16
12. Alfa	14	15
13. Mieszko	13	14
14. Grabik	13	10
15. Lech	14	9
16. Racula	14	8
17. Siedlisko	13	3
18. Delta	14	3

Zrobimy sobie rachunek sumienia, postaramy się poprawić nasze słabsze strony na treningach. I wyjdziemy z podniesioną głową na następne spotkanie, żeby je wygrać. Zawsze razem jako drużyna wygrywamy i przegrywamy.

Już w sobotę czekają nas derby

12. kolejka klasy A:
Siednica – Lubięcin 2:1
Łężyca – Wierzbica 2:3
Modrzew – Kargowa 3:1
Szlichtyngowa – Rudno 1:4
Trzebiechów – Dąb II 1:4
Klenica – MKS 2:4
Wschowa – Cuprum 1:0

1. Wschowa	12	29
2. Łężyca	21	21
3. MKS	12	21
4. Szlichtyngowa	12	19
5. Klenica	12	18
6. Dąb II	12	18
7. Kargowa	12	17
8. Trzebiechów	12	17
9. Rudno	12	16
10. Siednica	12	16
11. Lubięcin	12	15
12. Cuprum	12	14
13. Modrzew	12	14
14. Wierzbica	12	3

11. kolejka klasy B:
MKS II – Amator 7:2
Pogoń II – Zorza 4:3
Kielcz – Łupice 3:3

1. Pogoń II	10	18
2. Łupice	8	17
3. Amator	10	15
4. MKS II	9	12
5. Zorza	8	10
6. Kielcz	9	9
7. Lubięcin II	8	8

Korona – Arka! Duża szkoda, że przy pustych trybunach...

Mateusz Pojnar

Żeglarski puchar Polski: Nasi wysoko

Załoga Grzegorz Bitner, Jarosław Bitner i Daniel Suchobieski zajęła czwarte miejsce w omedze standard



Nowosolanie kolejny raz potwierdzili swoją klasę



W całym cyklu rozegrano tym razem cztery zawody

Puchar Polski już się zakończył. - Był dość mocno okrojony, bo z ośmiu zaplanowanych imprez rozegraliśmy cztery – przyznaje nowosolski żeglarz Grzegorz Bitner.

Zawody odbywały się w Puc-

ku, Lubiadowie, Krynicy Morskiej i Niesulicach. W całym cyklu sklasyfikowano 70 załóg z całej Polski – 41 w klasie omega standard i 29 w klasie sport.

- Imprezy odbywały się od

połowy sierpnia do połowy października, oczywiście w reżimie sanitarnym – podkreśla Grzegorz Bitner. - Na szczęście w tych terminach dopisywała frekwencja i pogoda.

Załoga Grzegorz Bitner, Jaro-

staw Bitner i Daniel Suchobieski, reprezentująca BITNAIR Nowa Sól i nasz TKKF Żeglarz, zajęła czwarte miejsce w klasie omega standard. Brawo, panowie! Szóste miejsce wywalczył team Aleksandra Mi-

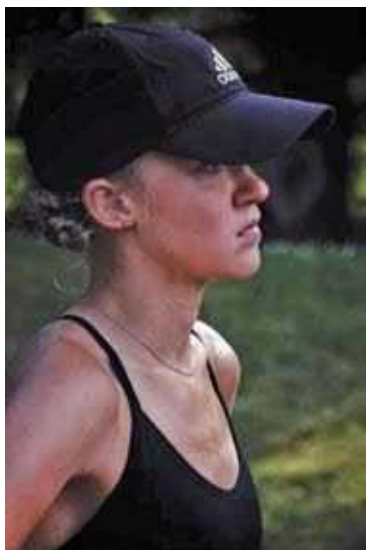
chalskiego, który reprezentował Politechnikę Gdańską i UKS Sława.

Ósme miejsce w klasie sport dla załogi Jakuba Pankiewicza Porta Sailing Team.

Mateusz Pojnar

Zrozumiałam, że nic nie jest na zawsze

W tej rozmowie Kamila Pogoda potwierdza to, że jest nie tylko świetnym, ale i mądrym, poukładanym sportowcem. - Nie doceniałam tego wcześniej, że biega mi się szybko i dobrze. A teraz oddałabym wszystko, żeby to wróciło – mówi „Tygodnikowi Kraków” tuż po powrocie do lekkich treningów po dłuższej przerwie



- Trzeba podchodzić z szacunkiem do tego, co się robi, bo nic mi się nie należy i na wszystko muszę zapracować sama – podkreśla Kamila

Mateusz Pojnar: Miałas prawie trzy miesiące przerwy w treningach z powodu kontuzji. Powiedz przede wszystkim, jak z twoim zdrowiem?

Kamila Pogoda: Mówiąc szczerze, kontuzja jeszcze trochę mnie męczy. Myślałam, że już będzie okej, ale to jest niestety chroniczny stan zapalny łydki połączony z zapaleniem okostnej. Ten jeden punkt promieniuje na całą nogę. Na ten moment nie jestem w stanie odbić się z niej tak jak przed kontuzją. Pierwsze trzy dni po po-

wrocie było w porządku, biegałam bez bólu. Teraz z kolei ból wrócił. Jestem dobrej myśli, ale może się wydarzyć wszystko.

Będzie potrzebny jakiś zabieg na tę nogę?

Byłam na prześwietleniu u dra Moszko. Powiedział, że nic nie pomoże, jeśli mi samo to nie przejdzie. To oznaczałoby, że mój organizm zaakceptował ten stan zapalny i przestał walczyć z nim walczyć, bo on się de facto utrzymywał bardzo długo. Z cztery miesiące biegałam z tym bólem. I trochę zrobiłam sobie tym krzywdę, bo później stał się już nie do zniesienia.

Jak znajdzie się jakaś opcja zabiegu czy zabiegów, to oczywiście z niej skorzystam. Bardzo chcę wrócić do pełni zdrowia, bo chodzę regularnie do fizjoterapeuty, ale to nie wystarczy.

Tęskniłaś pewnie za bieżnią?

Oj, strasznie! I dalej mi tego brakuje, bo moje bieganie na dziś to tak naprawdę truchtanie, po którym nie ma takiego zmęczenia, jakie towarzyszyło mi wcześniej po treningach. Jego też brakuje, ale nie mogę tego przeskoczyć.

A w okresie, kiedy nie mogłaś biegać, rekompensowałaś to sobie jakoś?

Tak, sporo jeździłam na rowerze w ramach Rowerowej Stolicy Polski. Dużo pływałam na basenie, miałam też treningi z piłką lekarską z trenerem, ale i dodatkowo sama w domu, bo zawsze było

mało [uśmiech]. Do tego jakieś brzuszki, stabilizacyjne ćwiczenia – takie rzeczy. Nie było tak, że siedziałam i nic nie robiłam w tym czasie.

Jakie starty ominęły cię w tym roku?

Przede wszystkim mistrzostwa Polski na 5 i 10 km. I jak oglądałam je w internecie, było mi strasznie przykro, bo taki rezultat, jaki dał zwycięstwo na 5 km, osiągałam w tamtym roku na treningach... Naprawdę z ciężkim sercem to oglądałam. Szkoda, bo MP 2020 przepadły i już nie wrócą.

Ta przerwa czegoś cię nauczyła jako sportowca? Coś ci dała wbrew pozorom?

Tak, bardzo dużo mi się poukładało w głowie. Zrozumiałam, że nic nie jest na zawsze: sponsorzy, kontrakty, stypendia. Teraz straciłam większość sponsorów. Zdro-

wie też nie jest dane raz na zawsze. Przychodzi moment i znika.

Wszyscy mi też mówili: Kamila, idź na poważniejsze studia, żebyś miała inną drogę, gdyby coś się wydarzyło. Poszłam, ale w pewnym momencie byłam pewna, że w bieganiu mi wyjdzie na sto procent. A tu przyszła kontuzja i trudno z tego wyjść.

To jest pewnego rodzaju lekcja pokory. Trzeba podchodzić z szacunkiem do tego, co się robi, bo nic mi się nie należy i na wszystko muszę zapracować sama.

Podczas tej przerwy najbardziej wspierał mnie mój trener Adam Draczyński. Nauczyłam się, że zawsze można na niego liczyć.

Pewnie też uświadomiłaś sobie jeszcze mocniej, jak bardzo kochasz to bieganie? Jak pierwszy raz po przerwie wbiegłaś na bieżnię, co sobie pomyślałaś?

Bardzo się cieszyłam. Podczas pierwszego treningu w ogóle nie czułam prędkości ani zmęczenia. Już trochę zapomniałam, jak się biega [śmiech]. Brakowało mi tego, w domu byłam pewnie nie do wytrzymania – nie miałam miejsca, gdzie mogłam się wyżyć. Zaczęłam truchtać z chłopakami z klubu na stadionie, gdzie zaczynałam, i to wszystko wróciło.

Jeśli wszystko się ułoży – tego ci życzę i w to wierzę – gdzie w najbliższym czasie cię zobaczymy?

Przez pandemię terminarz imprez lekkoatletycznych jeszcze nie jest ustalony. Orientacyjnie pod koniec kwietnia powinny odbyć się mistrzostwa Polski na 10 km, a w maju – na 5. Ale teraz nic nie jest pewne.

Są jeszcze przełaje w listopadzie, ale na pewno nie zdążę się na nie przygotować. O ile się odbędą, bo to są eliminacje do mistrzostw Europy, a mistrzostwa zostały już wcześniej odwołane.

Moim jedynym marzeniem na ten moment jest to, żebym wróciła do pełni zdrowia. W tamtym roku miałam inne marzenia, np. wyjazd na ME i walka o – powiedzmy – pierwszą ósemkę. Teraz jedyne, czego bym chciała, to się dobrze czuć. I tyle.

Wiesz, nie doceniałam tego wcześniej, że biega mi się szybko i dobrze. A teraz oddałabym wszystko, żeby to wróciło.



Trzymajcie kciuki, żeby Kamila doszła do pełni zdrowia i formy!

Kapela Piłkarsko-Baletowa...

... to kolejna ekipa, która zapisała się na 17. Turniej Mikołajkowy im. Radka Druciaka. Witamy naszych przyjaciół z Głogowa!

Cały czas trwają zapisy na nasz charytatywny turniej piłkarski, który organizujemy zawsze z MO-SiR-em, Markiem Grzelką i przy współpracy z Nowosolską Paczką.

Przypomnijmy: jeżeli pozwoli nam na to sytuacja epidemiologiczna, tym razem zagramy 15, 22 i 29 listopada, a wielki finał chcemy rozegrać 6 grudnia. Spotkamy się w hali przy ul. Botanicznej.

Zgłaszać się można pod nr tel. 793 051 133. Możecie również pisać w sprawie zapisów na messengerze do autora tego tekstu albo wysłać wiadomość ze swoim nr tel. i nazwą drużyny na FB Tygodnika Sport. Wpisowe to koszt 250 zł.

W tym tygodniu zgłosiła się kolejna ekipa, która chce z nami pograć. To Kapela Piłkarsko-Baletowa, czyli Michał Kumczyk i spółka.

„Kumę” kibice znają z gry dla Arki Nowa Sól w trzecioligowych czasach. Nasi przyjaciele z Głogowa od dawna biorą udział w turnieju mikołajkowym. Cieszymy się, że znowu jesteście z nami!

Tym samym lista uczestników na dziś wygląda następująco: Pędzące Naleśniki, Masa Team, Klimat Bistro, Gang Bang Squad, Football Time, Rzeczpospolita Babska, Lagato, Gina Team, Bombowiaci, Anomalia, Borów Wielki, Pikka Reunion, GKS Gromadka, Amator Bobrowniki, Polska Spedycja i Transport, Team Bagdor, LKP Stypułów, Lucky Footballers, Piękni Kawalerzy, Fiesta i Sjesta. Restauracja i Hotel, Kobięca Odra, MKS, Firlej Niedoradz, Kosa Team FC Czarni i Kapela Piłkarsko-Baletowa.

Zostało 15 wolnych miejsc.

Mateusz Pojnar



Kapela Piłkarsko-Baletowa to stały bywalec naszej imprezy





Trzy punkty z odwiecznym rywalem

Spotkanie Astry Nowa Sól z Bielawianką Bielawa zakończyło się zwycięstwem Koliberków. Idziemy konsekwentnie do przodu, nie przegraliśmy do tej pory ani jednego meczu

Bielawianka Bielawa – Astra Nowa Sól 0:3 (19:25, 23:25, 30:32)

Astra: Ruciński, Trzeciak, Brzeziński, Goltz, Skibicki, Polus, Odwarzny, Sławnikowski, Witkiewicz, Kuwaczka, Michalak

Bielawianka ma w tym sezonie jeszcze mocniejszy zespół niż przed rokiem. Było się czego obawiać. Zgodnie z reżimem sanitarnym w hali w Bielawie nie było kibiców. Mecz był jednak transmitowany w internecie na YouTube. Kibice Koliberków wspierali swoją drużynę z domu, co chętnie pokazywali na Facebooku.

Pierwszy set nie zaczął się najlepiej dla naszych siatkarzy, przegrywaliśmy 1:5. Trener Astry Wiktor Zasowski poprosił o przerwę, po której nasi zawodnicy wrócili bardziej skoncentrowani. Z biegiem czasu Koliberki przejmowały inicjatywę. Po 18. punkcie dominacja nowosolan była bezdyskusyjna. Zdobyliśmy siedem punktów z rzędu i wygraliśmy seta 25:19.

W drugiej partii obie drużyny zaczęły równo. Bielawianka nie pozwoliła nam uzyskać jakąś większą przewagę, deptała Astrze mocno po piętach, a nawet prowadziła. Drużynie z Nowej Sól udało się jednak odrobić stratę i osiągnąć przewagę, żeby wygrać ostatecznie 25:23. - Staliśmy się kontrolować przebieg gry i zyskać przewagę. Wygrany drugi set sprawił, że przystąpiliśmy do trzeciego starcia trochę w taki sposób, jakbyśmy byli już zwycięzcami – przyznaje trener Zasowski.

A w trzeciej części Bielawian-



W najbliższą sobotę Astra zmierzy się na własnym parkiecie z Wałbrzychem

ka pokazała, na co ją stać. Pomimo prowadzenia Astry 23:18 przeciwnik odrobił straty i doprowadził do wyrównania. Koliberki zgubiły koncentrację.

Zacząła się mordercza walka o każdą piłkę.

- Musieliśmy się bronić i szybko reagować. Wprawdzie nie było sytuacji, że to rywal miał piłkę setową, ale musieliśmy uspokoić głowy. Byliśmy stroną atakującą i dominującą, a mimo to trudno było nam zdobyć dwa punkty przewagi i zamknąć seta – podkreśla Zasowski.

Ostatecznie Astra wygrała trzecie starcie 30:28. Tym samym z wyjazdu wróciliśmy z cennymi trzema punktami.

Najlepszym zawodnikiem meczu został wybrany Marcin Brzeziński. - Zagrał bardzo dobry mecz, na miarę pokładanych w nim oczekiwań. Był dobry na zagrywce, przyjęciu i ataku – komplementuje swojego zawodnika trener Zasowski.

- Cieszę się, że wygraliśmy. Po trudnym spotkaniu z Sobieskim Żagań potrzebowaliśmy zdecydowanego zwycięstwa. Wtedy

zgubiliśmy koncentrację i nie odbudowaliśmy się, żeby ostatecznie wygrać za trzy punkty. W Bielawie mieliśmy już więcej doświadczenia i utrzymaliśmy nerwy na wodzy – zaznacza Wiktor Zasowski. I dodaje, że wygrana z Bielawą tym bardziej cieszy, bo to trudny przeciwnik.

Teraz przed Koliberkami analiza meczu i wyciąganie wniosków. - Mamy potencjał i możemy sobie ustawiać rywala. Najważniejsze, żeby trzymać koncentrację nawet wtedy, gdy nam się wydaje, że prowadzimy. Walka zawsze

musi trwać do ostatniej piłki. Mecz trzeba zawsze jak najszybciej zakończyć. To my jesteśmy swoim największym przeciwnikiem. Musimy pokazywać moc nie tylko na początku, ale przez całość partii – zwraca uwagę Zasowski.

W najbliższą sobotę Astra zmierzy się na własnym parkiecie z Wałbrzychem. To będzie załegły mecz, który uciekł drużynie w związku z kwarantanną.

Przemysław Jeton, prezes Astry Nowa Sól, dziękuje kibicom za wspieranie drużyny online: - Postaramy się, żeby nowosolska transmisja była jak najlepszej jakości. Zawodników bardzo cieszy fakt, że są wspierani. Zauważana jest aktywność kibiców na Facebooku. W tych trudnych czasach, w jakich się znaleźliśmy, to jedyna forma wsparcia, za co jesteśmy wdzięczni.

Przemysław Jeton zwraca uwagę, że prezes klubu kibica Małgorzata Pitrowska-Osuch i organizowane przez nią akcje wsparcia to wielka pomoc dla drużyny.

Monika Owczarek

5. kolejka II ligi:

Sobieski – Chelmieć 3:0
AZS Zielona Góra – Chrobry 0:3
Olawa – Jelcz-Laskowice 2:3
Milicz – Ikar 3:1

1. Sobieski	5	11
2. Astra	3	8
3. Milicz	4	8
4. Olawa	5	7
5. Ikar	5	7
6. Jelcz-Laskowice	4	5
7. Chrobry	2	4
8. Chelmieć	2	3
9. Bielawianka	3	3
10. AZS Zielona Góra	5	1

Sponsorzy strategiczni



Sponsorzy wiodący



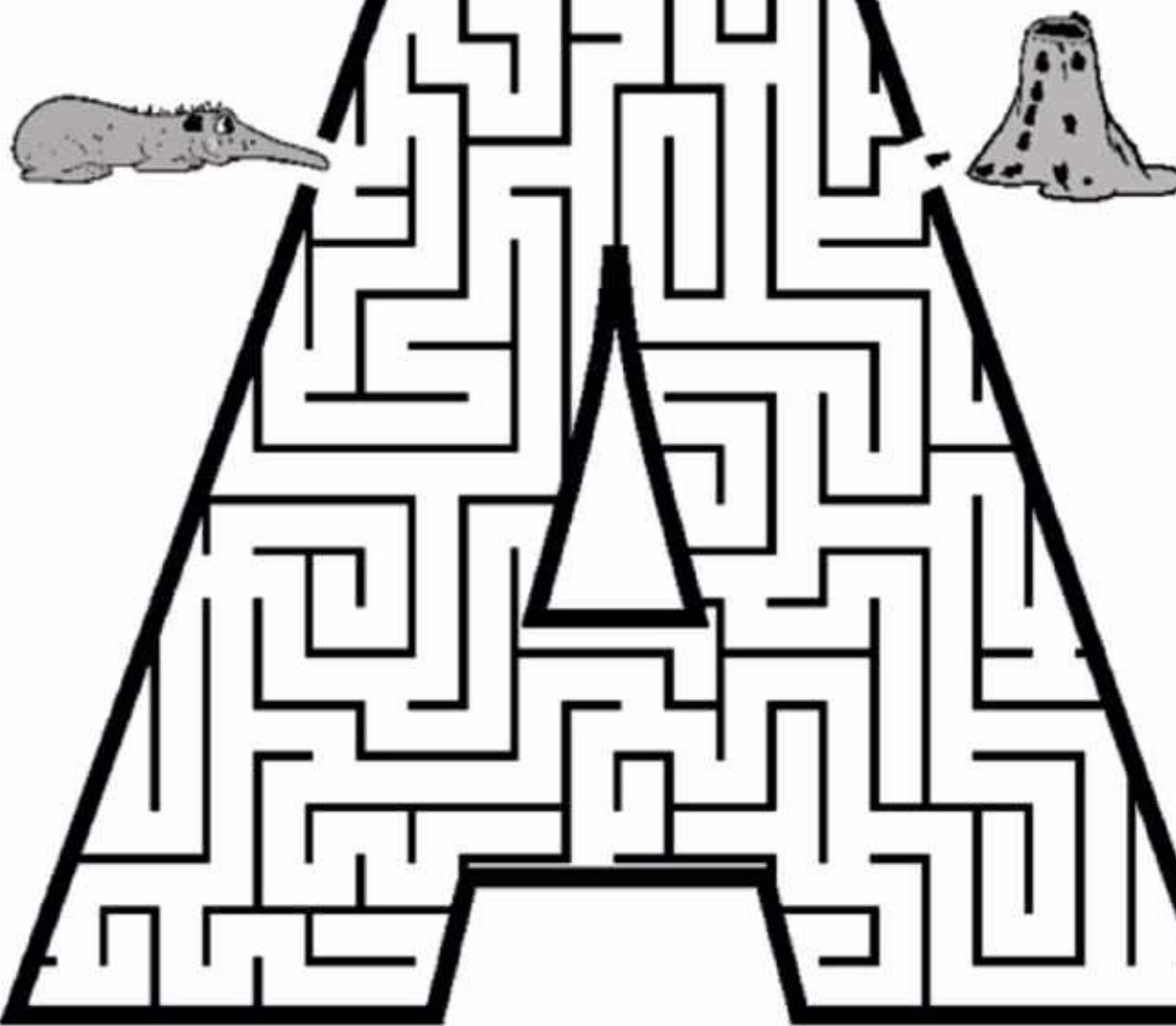
Sponsorzy



Partnerzy



LABIRYNT



REBUS

NR 44

HASŁO:



+pi



~~m~~ +ne



+f ~~row~~



~~p~~ ~~nik~~

Piotruś Pan
Świat klocków LEGO

RABAT 10%
z kuponem ul. Konstytucji
3 Maja 3

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

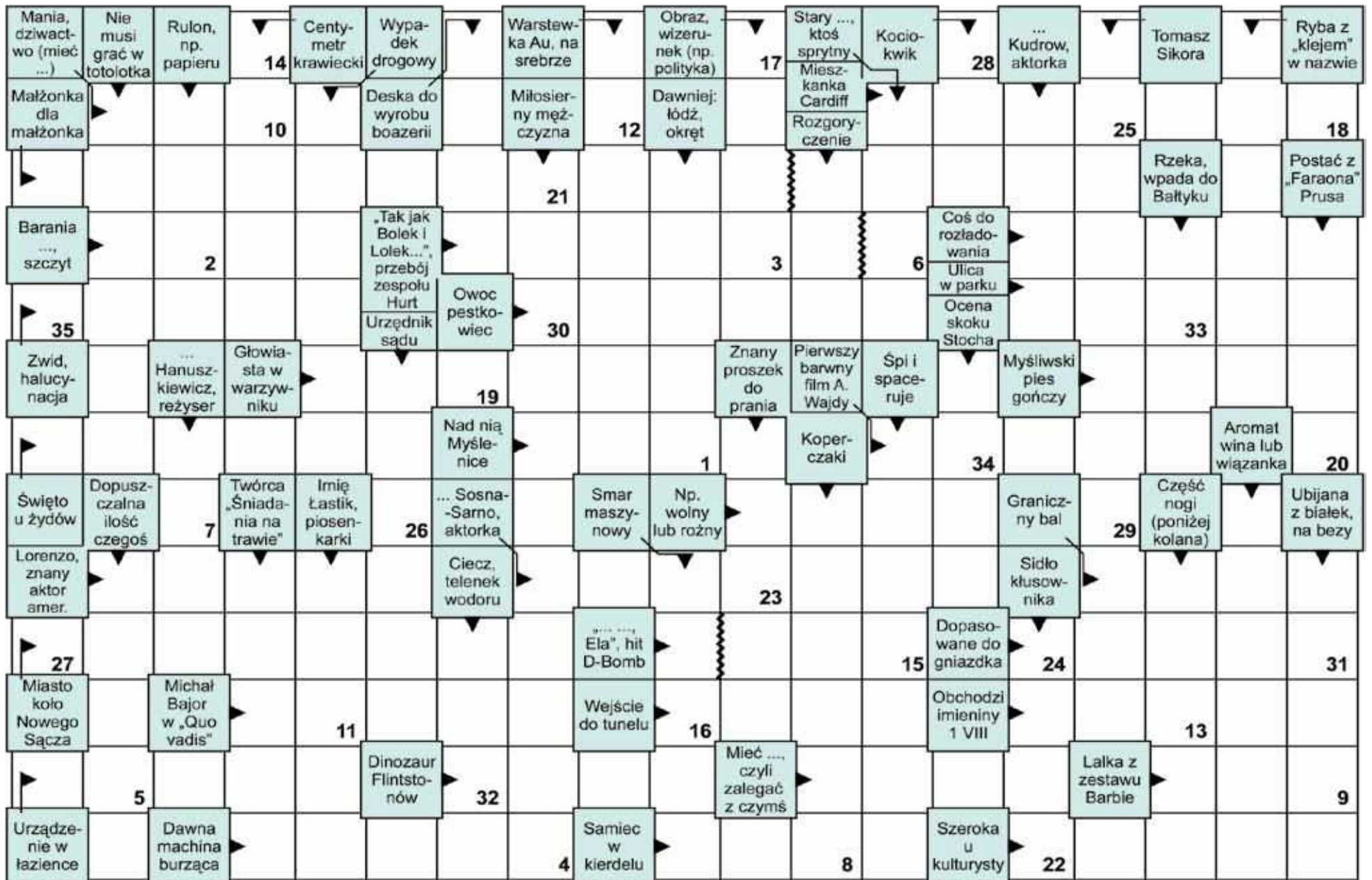


ZWYCIĘZCA Z NUMERU 43:
KASIA MUGHA
GRATULUJEMY!

CZAS NA ODEBRANIE NAGRODY:
5 DNI ROBOCZYCH.

PO ODBIÓR MOGĄ ZGŁASZAĆ SIĘ TYLKO OSOBY PEŁNOLETNIE.

Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdują się na str. 30.
Dane zawarte na wyżej wymienionym zgłoszeniu będą przetwarzane przez 30 dni po wyłonieniu zwycięzcy.
Dane zwycięzców opublikowanych w papierowej formie gazety oraz w formie pdf będą przechowywane bezterminowo.
☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na zgłoszeniu zawierającym rozwiązanie rebusu ze strony 24.
Czytelny podpis pełnoletniej:



TELEWIDZ

PROGRAM TELEWIZYJNY
28.10.-3.11.2020

ŚRODA



KOMEDIA

W gronie przyjaciół

22.30 Trzej przyjaciele wybierają się razem w rejs na malowniczą Korsykę. Liczą na wypoczynek i dobrą zabawę. Wycieczka nie przebiega jednak zgodnie z oczekiwaniami, a dobry humor jej uczestników szybko przygasa.

TVP 2

FRANCJA 2015, REŻ. OLIVIER BAROUX, WYK. GÉRARD JUGNOT, FRANÇOIS BERLEAND, ZABOU BREITMAN, MÉLANIE DOUTEY

SOBOTA



MELODRAMAT

Ciemniejsza strona Greya

22.40 Skomplikowany związek Christiana i Any przechodzi kolejną fazę. Grey proponuje, żeby zrezygnowali z układu dominujący oraz poddana. Steele zaś u boku partnera poznaje, czym jest luksusowe życie.

TVN

USA/CHINY 2017, REŻ. JAMES FOLEY, WYK. DAKOTA JOHNSON, JAMIE DORNAN, ERIC JOHNSON, ELOISE MUMFORD, BELLA HEATHCOTE

CZWARTEK



KOMEDIA

Podatek od miłości

22.30 Marian zarabia na życie jako mężczyzna do towarzysstwa. Mimo godziwych dochodów popada w problemy. Do kontroli jego sytuacji materialnej zostaje oddelegowana inspektor Klara.

TVN

POLSKA 2018, REŻ. BARTŁOŚMIJ IGNACIUK, WYK. ALEKSANDRA DOMAŃSKA, GRZEGORZ DAMIĘCKI, ROMA GĄSIOROWSKA

NIEDZIELA



OBYCZAJOWY

Ponad wszystko

20.00 Osiemnastoletnia Maddy cierpi na rzadką chorobę i musi żyć w izolacji od świata. Pewnego dnia nawiązuje kontakt wzrokowy z nowym sąsiadem. Młodzi zakochują się w sobie.

TVP 2

USA 2017, REŻ. STELLA MEGHIE, WYK. AMANDA STENBERG, NICK ROBINSON, ANIKA NONI ROSE, ANA DE LA REGUERA

PIĄTEK



DRAMAT

Wszystkie pieniądze świata

21.00 Słynący ze skąpstwa Jean Paul Getty jest jednym z najbogatszych ludzi. Pewnego dnia nieznani sprawcy porywają jego wnuka. Przestępcy żądają okupu. Miliarder odmawia jednak wypłacenia pieniędzy.

TVP 1

USA/WŁOCHY/WIELKA Brytania 2017, REŻ. RIDLEY SCOTT, WYK. MICHELLE WILLIAMS, CHRISTOPHER PLUMMER, MARK WAHLBERG

PONIEDZIAŁEK



KOMEDIA

Kingsman - tajne służby

20.05 Harry Hart, członek elitarniej siatki szpiegowskiej, zostaje mentorem młodego Eggsy'ego. Gdy wychodzi na jaw, że bogacz Valentine planuje ludobójstwo, obaj usiłują go powstrzymać.

POLSAT

WIELKA Brytania 2014, REŻ. MATTHEW VAUGHN, WYK. COLIN FIRTH, TARON EGERTON, SAMUEL L. JACKSON, ADRIAN QUINTON

28 PAŹDZIERNIKA
ŚRODA

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Rodzinny ekspres - magazyn, Pol. 08.00 Wiad., Pogoda, Kwadrans polityczny 08.40 Kasta (12) - serial parodiok, Polska 09.20 Ranczo 8 (104) - serial obycz., Pol. 10.15 Komisarz Alex 10 (120) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 13 (173) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Rok w ogrodzie extra - magazyn 12.55 Wielkie koty w domu (2/3) - dok. 14.00 Elif (845) - serial obycz., Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (286) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress, Pogoda - int. 17.25 Jaka to melodia? 18.00 Klan (3686) - telenowela, Polska 18.30 Kasta (13) - serial parodiok, Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.25 Leśniczówka (273) - telen., Polska 20.55 Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz: Juventus FC - FC Barcelona 23.10 Cud na Nowolipkach - film dok. 00.05 Ludzie i bogowie (7/13) - serial	05.50 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (141) - serial 06.45 Pozyteczni.pl - magazyn 07.20 Familiada - teleturniej 07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.25 Rodzinka.pl (271) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2314) - serial 12.25 Koło fortuny - teleturniej, Polska 13.00 Va banque - teleturniej, Polska 13.30 Uzdrowisko (41) - telen., dok., Pol. 14.10 M jak miłość (1537) - serial, Polska 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (150) - serial 16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Wiele miłości (419) - telen., Tur. 18.00 Panorama, Pogoda - program int. 18.30 Va banque - teleturniej, Polska 19.00 Uzdrowisko (42) - telen., dok., Pol. 19.30 Barwy szczęścia (2314, 2315) 20.50 Na dobre i na złe (786) - serial 21.50 Na sygnale (277) - serial, Polska 22.30 W gronie przyjaciół - komedia obyczajowa, Francja 2015 00.10 Doktor Foster 2 (9/10) - serial	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program int. 08.40 Małanowski i partnerzy (739, 740) 09.40 Sekrety rodziny (170) - serial, Pol. 10.40 Dlaczego ja? (997) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (316) - serial, Polska 12.40 Dzień, który zmienił moje życie (43) - serial parodiok, Polska 13.40 Trudne sprawy (874) - serial, Pol. 14.40 Dlaczego ja? (880) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program int. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (495) - serial, Pol. 17.00 Gliniarze (505) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3100) - serial 18.50 Wydarzenia - program int. 19.30 Gość „Wydarzeń” - publik. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Nasz nowy dom - reality show 21.10 Seksmisja - komedia SE Polska 1983, reż. Juliusz Machulski 23.55 Dyktator - komedia, USA 2012 01.50 Tajemnice Iosu - program rozr.	05.15 Uwaga! - magazyn reporterów 05.35 Mango - telezakupy 06.50 Kuchenne rewolucje 07.50 Doradca smaku - magazyn, 2020 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Ukryta prawda (1181) - serial, Pol. 12.30 Rozwody (10) - serial, Polska 13.30 Szpital (977) - serial parodiok, Pol. 14.25 Defektywi (726): Bagno - serial 15.00 Kuchenne rewolucje 16.00 Szpital (978) - serial parodiok, Pol. 17.00 Rozwody (11) - serial parodiok, Pol. 18.00 Ukryta prawda (1182) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - int. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku - magazyn, 2020 20.15 Na Wspólnej (3114) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2020 21.30 Top Model - reality show, Pol. 2020 23.00 Uśpieni - dramat sens., USA 1996 02.05 Superwizjer - mag. reporterów 02.40 Uwaga! - magazyn reporterów 03.00 NOC Magli	06.00 Strażnik Teksasu (57, 58) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 10.25 Sekrety sąsiadów (4, 5) - serial 11.25 Pamiętniki z wakacji (43) - serial 12.25 Święty (58) - serial kom., Polska 12.55 Uzdrowisko (41) - telen., dok., Pol. 13.55 Kobra - oddział specjalny (9) 14.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 15.55 Kobra - oddział specjalny (10) 17.00 Nowe sekrety sąsiadów (19, 20) 18.00 Policjantki i Policjanci (697) 19.00 Policjantki i Policjanci (698) 20.00 Święty (59) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (424) - serial krym., Polska 21.40 Poza zasięgiem - dramat sensacyjny, USA/Polska 2004 23.25 Rzykanci - reality show, USA 2016 00.30 Śmierć na 1000 sposobów (11) 00.55 Śmierć na 1000 sposobów (12) 01.25 STOP Drogówka - magazyn, Polska 02.25 Disco Polo Life - muz., Polska 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	04.55 Szkoła (360) - serial parodiok, Pol. 05.55 Mango - telezakupy 07.35 Wiza na miłość 4 - reality show 08.35 Ukryta prawda (690-692) - serial 11.35 Szpital (579) - serial parodiok, Pol. 12.35 Sąd rodzinny (13/52) - serial, Pol. 13.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (537) - serial fabi-dok., Polska 14.35 Ukryta prawda (732) - serial, Pol. 15.35 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 15.40 Brzydula 2 (17/62) - serial, Polska 16.10 Szkoła (839) - serial parodiok, Pol. 18.55 19+ (547) - serial parodiok, Polska 17.40 Zakochani po uszy 4 (232) 18.10 Idealna niania 2 - reality show 17.10 19+ (546) - serial parodiok, Polska 19.25 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 19.30 Zakochani po uszy 4 (233) 20.00 Brzydula 2 (18/62) - serial, Polska 20.30 Hotel Paradise 2 - reality show 21.30 Zielona miła - dramat obycz., USA 1999 01.25 Druga strona medalu 02.00 Druga strona medalu 2 02.40 NOC Magli 04.50 Zakofczenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
08.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (336) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw (17) 10.00 Kobra - oddział specjalny (5, 6) 12.00 Zaklinaczka duchów (8, 9) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw (18, 19) 16.00 Reporterzy. Z życia wzięte (2, 3) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (336, 337) 20.00 Księga dzurzy - film przygodowy, USA/Wlk. Brytania 2016 22.10 Wysoka fala - dramat, USA 2012 00.25 Trener bardzo osobisty - komedia	13.15 Alvin!!! i wiewiórki 4 (4, 5, 8, 9) 14.10 Mustard: Duch wolności 2 (12, 13) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (4, 5) 16.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (12) 16.20 Pingwiny z Madagaskaru (6, 9, 10) 17.45 Alvin!!! i wiewiórki 4 (10, 11) 18.15 Psi Patrol 3 (17, 18) 19.00 Śmierć (166, 167) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (326, 327) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (17, 18) 23.50 Wstydliwe choroby (10)	08.55 Klara i wszystko jasne 3 (1, 2) 11.00 Komisarz Rex II (149) 12.00 Allo, Allo (21, 22) 13.20 Katastrofy w przestworzach (45, 118) 15.30 Ostatnie godziny Ziemi - film SE Kanada 2011 17.10 Chicago Fire 2 (12, 13) 19.05 Wojny kontenerowe 2 (4, 5) 20.00 Hannibal. Po drugiej stronie maski - thriller Wlk. Brytania/Czechy/Pc/Wł. 2017 22.35 Weekend - komedia, Pol. 2010 00.55 Czarny czwartek. Janek Wiśniewski pada! - dramat, Polska 2011	13.10 Kiedy dzieci mają dzieci 2 (10) 14.05 Dany i wiewiórki. Ukraina 5 (20-ost.) 15.10 Patent na... 15.45 Express, Pogoda 16.05 Ruchowcy 2 (7) 16.55 Królowa życia 8 (8) 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defecto 9 18.35 Gogglebox. Przed telewizorem 12 19.45 Express, Pogoda 20.05 Kanapowcy 2 21.10 Fobie (1) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 13 23.05 Usłyszcie nas! 23.55 Usterka (2, 47)	09.00 Galileo 10.00 Tuż przed tragedią (5) 11.00 Pęknięcie ze śmiechu 12.00 Młode lata (83, 73) 13.40 Święty (43) 14.15 Policjantki i Policjanci (697) 15.15 Defektywi w akcji (153) 16.15 Septagon (43) 17.15 Hawaje 5-0 (19) 18.15 Młode lata (43, 71) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (79, 80) 23.00 Operacja: Chromit - dramat, Korea Południowa 2016 01.20 Tuż przed tragedią (5)	06.00 Boks 07.30 Piłka nożna: FORTUNA 1 Liga 10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 12.30 Piłka nożna: FORTUNA 1 Liga 15.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 17.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Ślepsk Małowski - Carrad Enna Czarni Radom 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: VERVA Warszawa ORLEN Polite - Stal Nysa 23.00 Piłka nożna: Liga włoska - mecz: Juventus FC - Hellas Verona 01.00 Sporty walki: KSW

29 PAŹDZIERNIKA CZWARTEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Przysięga (286) - telenowela, Tur 06.00 Elif (845) - serial obcy, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Coś dla ciebie - magazyn 08.00 Wiad., Pogoda, Kwadrans polityczny 08.40 Kasta (13) - serial parodi, Polska 09.20 Ranczo 9 (005) - serial obcy, Pol 10.15 Komisarz Alex 10 (121) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 14 (174) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Magazyn rolniczy - mag rolniczy 12.55 Wielkie koty w domu (3-ost.) - dok 14.00 Elif (846) - serial obcy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (287) - telenowela, Tur 17.00 Telexpress, Pogoda - inf. 17.25 Jaka to melodia? 18.00 Klan (3687) - telenowela, Polska 18.30 Kasta (14) - serial parodi, Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (274) - telen., Polska 20.55 Ojciec Mateusz 24 (310) - serial 21.40 Sprawa dla reportera - magazyn 22.30 Magazyn Śledczy Anity Gargas 23.05 Motel Polska - reality show 23.35 Magazyn kryminalny 997	04.50 Cafe piosenka - magazyn, Polska 2019 05.50 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (142) - serial 06.40 Operacja zdrowie! - magazyn 07.20 Familiada - teleturniej 07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.35 Rodzinka.pl (272) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2315) - serial 12.25 Koko fortuny - teleturniej, Polska 13.00 Ya banque - teleturniej, Polska 13.30 Uzdrowisko (42) - telen. dok, Polska 14.10 Na dobre i na złe (706) - serial 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (151) - serial 16.00 Koko fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Włazień miłości (420) - telen., Tur 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Ya banque - teleturniej, Polska 19.00 Uzdrowisko (43) - telen. dok, Polska 19.35 Barwy szczęścia (2315, 2316) 20.40 Piłka nożna: Liga Europy - studio 20.55 Piłka nożna: Liga Europy - mecz: Rangers FC - Lech Poznań 23.10 Gunman: Odkupienie - film sens. USA/Hispania/Wielka Brytania/ir 2015 01.15 W gronie przyjaciół - komedia oby- czajowa, Francja 2015	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Malanowski i partnerzy (741) 09.10 Malanowski i partnerzy (742) 09.40 Sekrety rodziny (171) - serial, Polska 10.40 Dlaczego ja? (996) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (317) - serial, Polska 12.40 Dzień, który zmienił moje życie (44) - serial parodi, Polska 13.40 Tłumne sprawy (875) - serial, Polska 14.40 Dlaczego ja? (997) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (496) - serial, Pol 17.00 Gliniarze (506) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3801) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Nasz nowy dom - reality show 21.10 Przyjaciółki (190) - serial, Polska 22.15 Burleska - film muzyczny, USA 2010 reż. Steve Antin, wyk. Cher 01.00 Mc Deeds - milioner z przypadku - komedia romant., USA 2002 03.05 Tajemnice losu - program rozr.	05.15 Uwaga! - magazyn reporterów 05.35 Mango - telezakupy 06.50 Kuchenne rewolucje 14: Eddi, Bi- stro Oliwka - rozr. Polska 2016 07.50 Doradca: smaku - magazyn, 2020 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Ukryta prawda (1182) - serial, Pol 12.30 Rozwody (12) - serial parodi, Pol 13.30 Szpital (978) - serial parodi, Pol 14.25 Detektywi (727): To nieprawda 15.00 Kuchenne rewolucje - program rozr. 16.00 Szpital (979) - serial parodi, Pol 17.00 Rozwody (12) - serial parodi, Pol 18.00 Ukryta prawda (1183) - serial, Pol 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca: smaku - magazyn, 2020 20.15 Na Wspólnej (3115) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2020 21.30 Kuchenne rewolucje - program rozr. 22.30 Podatek od miłości - komedia ro- mantyczna, Polska 2018 00.45 Przemyt - film sensacyjny, USA/Ka- nada 2000, reż. Antoine Fuqua 03.15 Uwaga! - magazyn reporterów 03.35 Noc Magii	06.00 Strażnik Teksasu (59, 60) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Sędzia Judy - reality show 09.55 Sędzia Judy - reality show 10.25 Sekrety sąsiadów (6, 7) - serial 11.25 Pamiętniki z wakacji (44) - serial 12.25 Święty (59) - serial kom., Polska 12.55 Uzurpatorka (21) - telen., Meksyk 13.55 Kobra - oddział specjalny (00) 14.55 STOP! Drogówka - magazyn, Polska 15.55 Kobra - oddział specjalny (1): Ze- nista jest słodka - serial, Niem. 17.00 Nowe sekrety sąsiadów (20) 17.30 Nowe sekrety sąsiadów (21): Po- wrót Marka - serial parodi, Pol. 18.00 Policjantki i Policjanci (698) 19.00 Policjantki i Policjanci (699) 20.00 Święty (60) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (425) - serial krym., Polska 21.40 Metro - film katastrof., Rosja 2018 00.25 Wspaniali ludzie (8) - serial, Pol 00.55 Śmierć na 1000 sposobów (13) 01.25 STOP! Drogówka - magazyn, Polska 02.25 Disco Polo Live - muz., Polska 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	04.55 Szkoła (361) - serial parodi, Polska 05.55 Mango - telezakupy 07.35 Wiza na miłość 4 - reality show 08.35 Ukryta prawda (693-695) - serial paradokumentalny, Polska 11.35 Szpital (581) - serial parodi, Pol 12.35 Sąd rodzinny (14/52) - serial, Polska 13.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (538) - serial fab-dok, Polska 14.35 Ukryta prawda (733) - serial, Polska 15.35 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 15.40 Brzydula 2 (1962) - serial, Polska 16.10 Szkoła (840) - serial parodi, Pol. 17.10 19+ (547) - serial parodi, Polska 17.40 Zakochani po uszy 4 (233) 18.10 Idealna niania 2 - reality show 18.55 19+ (548) - serial parodi, Polska 19.25 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 19.30 Zakochani po uszy 4 (234) 20.00 Brzydula 2 (1962) - serial, Polska 20.30 Hotel Paradise 2 - reality show 21.30 Jestem na tak - komedia roman- tyczna, USA/Wielka Brytania 2008 23.45 Szybko i wściekle - film sensacyjny, USA 2009, reż. Justin Lin 01.55 Druga strona medalu - talkshow 02.35 Noc Magii 04.50 Zakończcie program
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Nash Bridges (7) 07.00 Reportery: Z życia wzięte (3) 08.00 Lombard: Życie pod zastaw (338) 09.00 Lombard: Życie pod zastaw (339) 10.00 Kobra - oddział spe- cjalny (6, 7) 12.00 Zaklinaczka duchów (9) 10.14.00 Lombard: Życie pod zastaw (339) 20.00 Niekłótni - komediodramat, Ir 2017 22.25 Kobieta na krawędzie, mężczyzna na Wenus - komedia, Francja 2008 00.05 Gra dla dwójki - komedia, USA/Niemcy 2009	11.45 Gumisie 5 (6, 7) 12.45 Blaze i me- gamaszyny (13) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 4 (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13) 14.10 Mustang: Duch wolności 2 (18, 19) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (5, 6) 16.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (13) 16.20 Pin- gowiny z Madagaskaru (7, 11, 12) 17.45 Alvin!!! i wiewiórki 4 (14, 15) 18.15 Psi Pa- trol 3 (18, 19) 19.00 Śmierć (167, 168) 20.00 Lombard: Życie pod zastaw 7 (328, 329) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 16 (1, 2-ost.) 23.50 Wstydliwe chłopy (11)	06.55 Złotopłósczy (334, 335) 07.55 Pleba- nia (171, 172) 08.55 Klara i nieszyjko jasne 3 (2, 3) 11.00 Komisarz Rex 11 (60) 12.05 Al- lo, Allo (22, 23) 13.20 Katastrofy w prze- stworach (3, 19) 15.30 100 stopni poniżej zera - film katastroficzny, USA 2013 17.10 Chicago Fire 2 (13, 14) 19.05 Włoty konte- nery 2 (5, 6) 20.00 Psy - dramat, Pol 1992 22.15 Champion 3: Odkupienie - film sensac., USA 2010 00.30 Superhero - ko- medial, USA 2008 02.05 Linz - dramat, Polska 2010 03.45 Miłość tropiaka (12)	12.10 Historia wielkiej wagi 4 13.10 Kiedy dzieci mają dzieci 2 (1) 14.05 Dany i wie- śniaczki: Ukraina 4 (1) 15.10 Patent na... 15.45 Express, Pogoda 16.05 Fachowcy 2 (8) 16.55 Królowe życia 8 (9) 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 9 18.35 Gogolebox. Przed telewizorem 13 19.45 Express, Pogoda 20.05 Dany i wieśniacz- ki: PL (4) 21.10 Fobie (2) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Patent na... - film 22.15 Królowe życia 9 (7) 23.15 Królowe życia 5 (6) 00.00 Gogolebox. Przed telewizorem 13	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Mac- Gyver (119, 120) 09.00 Galileo 10.00 Tuż przed tragedią (6) 11.00 Północ z szmery- chu 12.00 Miodowe lata (71, 72) 13.40 Świę- ty (44) 14.15 Policjantki i Policjanci (598) 15.15 Detektywi w akcji (154) 16.15 Septa- gon (44) 17.15 Hawaje 5-0 (20) 18.15 Miodo- we lata (42, 64) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (81, 82) 23.00 Śmiertelna odwaga - horror USA/Kanada 2009 01.00 Tuż przed tragedią (6) 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów	06.00 Boks 07.30 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga mecz: Śląsk Mława Suwałki - Cerrad Enea Czarni Radom 12.30 Piłka nożna: Liga wło- ska - mecz: Juventus FC - Hellas Verona 15.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: VERA Warszawa ORLEN Polnia - Stal Nysa 16.50 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski - mecz: Włó finał: Podbeskidzie Bieł- sko-Biała - KGHM Zagłębie Lubin 20.30 Siat- kówka mężczyzn: PlusLiga 23.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 01.00 Sporty walki: KSW

30 PAŹDZIERNIKA PIĄTEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.15 Przysięga (287) - telenowela, Tur 06.00 Elif (847) - serial obcy, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.35 Rwanda 2020: Misje na wzgórzach 08.00 Wiad., Pogoda, Kwadrans polityczny 08.40 Kasta (14) - serial parodi, Polska 09.20 Ranczo 9 (006) - serial obcy, Pol 10.15 Komisarz Alex 10 (122) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 14 (175) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Magazyn rolniczy - mag rolniczy 12.55 Pustoloty - niewidzialny sąsiad - film dokumentalny, Austria 2017 14.00 Elif (847) - serial obcy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (288) - telenowela, Tur 17.00 Telexpress, Pogoda - inf. 17.25 Jaka to melodia? 18.00 Klan (3688) - telenowela, Polska 18.30 Kasta (15) - serial parodi, Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (275) - telen., Polska 21.00 Wszystkie pieniądze świata - dra- mat, USA/Włochy/Wielka Brytania 2017 23.20 Wyspa strachu - thriller, USA 2009 01.00 SEAL Team - komando Foki (7)	04.50 Cafe piosenka - mag., Polska 2019 05.50 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (143) - serial 06.40 Anna Dymna - spotkanie się 07.20 Familiada - teleturniej 07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.35 Rodzinka.pl (273) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2316) - serial 12.25 Koko fortuny - teleturniej, Polska 13.00 Ya banque - teleturniej, Polska 13.30 Uzdrowisko (43) - telen. dok, Polska 14.05 Noce i dnie (912) - serial, Polska 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (152) - serial 16.00 Koko fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Włazień miłości (421) - telen., Tur 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Ya banque - teleturniej, Polska 19.00 Uzdrowisko (44) - telen. dok, Polska 19.35 Barwy szczęścia (2317) - serial 20.10 Barwy szczęścia (2317) - serial 20.45 Postaw na milion - teleturniej, Polska 21.40 Anything Goes. Ale jazda! - rozr. 22.40 Muzyka, taniec, zabawa - koncert 23.40 Bąkilkilny Grom - film sens., USA 1983 01.40 Wzgórze nadziei - melodramat, USA 2003, reż. Anthony Minghella	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Malanowski i partnerzy (743) 09.10 Malanowski i partnerzy (744) 09.40 Sekrety rodziny (172) - serial, Pol 10.40 Dlaczego ja? (999) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (318) - serial, Polska 12.40 Dzień, który zmienił moje życie (45) - serial parodi, Polska 13.40 Tłumne sprawy (876) - serial, Pol 14.40 Dlaczego ja? (998) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (497) - serial, Pol 17.00 Gliniarze (507) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3802) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Narzeczony na niby - komedia ro- mantyczna, Polska 2018, reż. Bartosz Prokopowicz 22.35 The Four. Bitwa o sławę 00.35 A.I.: Sztuczna inteligencja - film SF USA 2001, reż. Steven Spielberg 03.40 Tajemnice losu - program rozr.	05.15 Uwaga! - magazyn reporterów 05.35 Mango - telezakupy 06.50 Kuchenne rewolucje 14: Wrocław, Bar na Szybkiej - rozr. 07.50 Doradca: smaku - magazyn, 2020 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Ukryta prawda (1183) - serial, Pol 12.30 Rozwody (12) - serial parodi, Polska 13.30 Szpital (979) - serial parodi, Pol 14.25 Detektywi (728): Muszę ją zna- leźć - serial fab-dok, Polska 15.00 Kuchenne rewolucje: Złierzch, No i Tajnie - program rozr. Polska 2018 16.00 Szpital (980) - serial parodi, Pol 17.00 Ukryta prawda (1184) - serial, Pol 18.00 Ukryta prawda (1184) - serial, Pol 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.05 Jurassic World - film SF, USA 2015, reż. Colin Trevorrow 22.45 Kosmiczni kowboje - film SF, USA 2000, reż. Clint Eastwood 01.20 Kuba Wojewódzki - talk-show 02.20 Kuchenne rewolucje - rozr. 03.20 Uwaga! - magazyn reporterów 03.35 Noc Magii	06.00 Strażnik Teksasu (61, 62) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Sędzia Judy - reality show 09.55 Sędzia Judy - reality show 10.25 Sekrety sąsiadów (8, 9) - serial 11.25 Pamiętniki z wakacji (45) - serial 12.25 Wspaniali ludzie (9) - serial, Polska 12.55 Uzurpatorka (22) - telen., Meksyk 13.55 Kobra - oddział specjalny (11) 14.55 STOP! Drogówka - magazyn, Polska 15.55 Kobra - oddział specjalny (12) 17.00 Nowe sekrety sąsiadów (21): Po- wrót Marka - serial parodi, Pol. 17.30 Nowe sekrety sąsiadów (22): Wa- kacyjny wypad w góry - serial 18.00 Policjantki i Policjanci (699) 19.00 Policjantki i Policjanci (700) 20.00 Gwiazdy Kabarelu - program rozr. 21.00 Gwiazdy Kabarelu - rozr. Pol. 2018 22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (422) - serial krym., Polska 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (423) - serial krym., Polska 00.05 Odcy 4 - horror SE USA 1997 02.25 Disco Polo Live - muz., Polska 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	04.55 Szkoła (862) - serial parodi, Polska 05.55 Mango - telezakupy 07.35 Wiza na miłość 4 - reality show 08.35 Ukryta prawda (696-698) - serial paradokumentalny, Polska 11.35 Szpital (581) - serial parodi, Polska 12.35 Sąd rodzinny (15/52) - serial, Polska 13.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (539) - serial fab-dok, Polska 14.35 Ukryta prawda (734) - serial, Polska 15.35 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 15.40 Brzydula 2 (1962) - serial, Polska 16.10 Szkoła (841) - serial parodi, Polska 17.10 19+ (548) - serial parodi, Polska 17.40 Zakochani po uszy 4 (234) 18.10 Idealna niania 2 - reality show 18.55 Ukryta prawda (697) - serial, Polska 20.00 Brzydula 2 (2062) - serial, Polska 20.30 Kto odmówił panie miłość? 21.30 Seks w wielkim mieście 2 - komed- ia romantyczna, USA 2010, reż. Mi- chael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall 00.40 Choć gonisz czas - komediodra- mat, USA 2007, reż. Rob. Reiner, wyk. Jack Nicholson, Morgan Freeman 02.45 Noc Magii 04.55 Zakończcie program
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Nash Bridges (8) 07.00 Reportery: Z życia wzięte (4) 08.00 Lombard: Życie pod zastaw (339) 09.00 Lombard: Życie pod zastaw (340) 10.00 Kobra - oddział spe- cjalny (10, 11) 14.00 Lombard: Życie pod zastaw (340) 20.00 Niekłótni - komediodramat, Ir 2017 22.25 Kobieta na krawędzie, mężczyzna na Wenus - komedia, Francja 2008 00.05 Gra dla dwójki - komedia, USA/Niemcy 2009	12.45 Blaze i megamaszyny (14) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 4 (12, 13, 14, 15) 14.10 Mustang: Duch wolności 2 (19, 20) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (6, 7) 16.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (14) 17.45 Alvin!!! i wiewiórki 4 (18, 19) 18.15 Psi Patrol 3 (19, 20) 19.00 Śmierć (168, 169) 20.00 Lombard: Życie pod zastaw 7 (330, 331) 22.00 Lombard: Życie pod zas- taw (332) 23.00 Noc rekina - thriller, USA 2011 00.50 Gole i wesołki	06.50 Stawka większa niż życie (9, 10) 09.10 Miś - komedia, Pol. 1981 11.30 Kata- strofy w przestworach (4, 120) 13.35 Apo- kalipsa - II wojna światowa: Pozar 14.45 Zagadki kryminalne: panny Fisher (1, 2) 17.10 Hudson i Rex (15, 16) 19.05 Wojny kontenerowe 2 (6) 19.35 Włoty konte- nery 3 (1) 20.00 Killer-ów-żoch - komedia Pol. 1999 22.20 Omen - horror, Wlk. Bryta- nia 1976 00.50 [Rec] 3: Genetza - horror Hiszp. 2012 02.30 Ogniem i mieczem - film hist., Pol. 1999 05.30 Zakończcie progr.	13.10 Kiedy dzieci mają dzieci 2 (12) 14.05 Dany i wieśniaczki: Ukraina 4 (2) 15.10 10 zadań specjalnych: Michela Ma- rona 5 15.45 Express, Pogoda 16.05 Fa- chowcy 2 (9) 16.55 Królowe życia 8 (10) 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 9 18.35 Dany i wieśniaczki: Za granicą (7) 19.45 Express, Pogoda 20.05 Usłyszenie nas 20.55 Gogolebox. Przed telewizorem 3 21.45 Express, Pogoda 22.00 Sport 22.15 Królowe życia 9 (18) 23.15 Królowe życia 5 (7) 00.00 Królowe życia 3 (4)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Mac- Gyver (121, 122) 09.00 Galileo 10.00 Tuż przed tragedią (1) 11.00 Najdziwniejsze zwierzęta świata: Mieszkańcy wód 12.00 Miodowe lata (64, 42) 13.40 Święty (45) 14.15 Policjantki i Policjanci (599) 15.15 Detektywi w akcji (155) 16.15 Septa- gon (45) 17.15 Hawaje 5-0 (21) 18.15 Miodo- we lata (53, 186) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (101, 102) 23.00 Oko za oko (17, 18) 01.00 Tuż przed tragedią (1) 02.00 Benny Hill	06.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 08.30 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 10.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 12.30 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 14.30 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 16.50 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski - mecz: Włó finał: Arka Gdynia - Korona Kielce 19.50 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski - mecz: Włó finał: Widzew Łódź - Le- gia Warszawa 22.30 Sporty walki: KSW 02.00 Boks: Gala w Indio - waga średnia: Jaime Munguia - Jureano Johnson

28 program TV

Tygodnik KRAK

31 PAŹDZIERNIKA
SOBOTA

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
04.45 Klan (3634, 3685) - telenowela 05.30 Magazyn Śledczy Anity Gargas 06.00 Sprawa dla reportera - magazyn 07.00 Transmisja mszy świętej 07.35 Rok w ogrodzie - magazyn 08.15 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży 08.40 Pełnośprawni - magazyn 09.10 Komisarz Alex 10 (123) - serial 10.05 Ojciec Mateusz 14 (176) - serial 11.10 Zachodni szlak - western, USA 1967 13.20 Singapur. Miasto przyszłości (1/2) - film dokumentalny, Francja 2019 14.15 Z pamięci - cykl felietonów, Polska 14.25 Weterynarze z sercem - magazyn 15.05 Dom nad rozlewiskiem (1/33) 15.55 Rolnik szuka żony 7 (6) 17.00 Telexpress, Pogoda - inf. 17.30 Jaka to melodia? 18.30 Ludzie i bogowie (7/13) - serial 19.25 Sport, Wiadomości, Ōredzie abp. Wojciecha Polaka, Prymasa Polski, na uroczystości Wszystkich Świętych, Pogoda, Alarm! 20.35 Komisarz Alex 15 (179) - serial 21.35 Papillon. Motylek - dramat biograf., Czechy/Hiszpania/USA 2017 23.55 Wszystkie pieniądze świata - dramat, USA/Włochy/Wielka Brytania 2017	05.00 Cafe piosenka - mag., Polska 2019 05.50 Barwy szczęścia (2313, 2314) - serial 06.50 M jak miłość (536) - serial, Polska 07.40 Spiszmy się, jak na rolników przystało - magazyn, Polska 2020 07.55 Pytania i odpowiedzi - magazyn 11.15 Spiszmy się, jak na rolników przystało - magazyn, Polska 2020 11.25 Rodziny ekspres - magazyn, Polska 12.00 Postaw na milion - teleturniej, Polska 12.55 Anything Goes. Ale jazda! - rozr. 14.00 Familiada - teleturniej 14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 15.15 Rodzinka.pl (139) - serial, Polska 15.50 Czerwona królowa (8) - serial 16.50 Słowo na niedzielę - preleginy 17.00 Nabożeństwo Święta Reformacji z parafii ewangelicko-anglikańskiej w Łodziach - preleginy 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.35 Przyjaciele na zawsze - program rozr. 19.35 Lajki - magazyn kulturalny 20.00 Ameryka da się lubić - program rozr. 21.00 The Voice of Poland 11. Bitwa 23.20 Muzyka, taniec, zabawa - koncert 00.20 Ponad wszystko - film obcy, USA 2017 02.05 Gunman: Odkupienie - film sens., USA/Hiszpania/Wielka Brytania/Francja 2016	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 08.40 Scooby-Doo i miecz samuraja - film animowany, USA 2009 10.10 Ewa gotuje - magazyn, Pol. 2020 10.40 Nasz nowy dom - reality show 11.40 Bogaty dom - biedny dom 12.40 Rolnicy: Podlasie (9) - serial, Polska 13.45 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi (17) - serial dok., Polska 14.15 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi (18) - serial dok., Polska 14.45 Budowlancy (19) - serial dok. 15.45 Węzienie (52) - serial dok., Polska 16.15 Węzienie (53) - serial dok., Polska 16.45 Węzienie (54) - serial dok., Polska 17.15 Węzienie (55) - serial dok., Polska 17.45 Chłopaki do wzięcia (141) - serial 18.20 Chłopaki do wzięcia (142) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.00 Bez skrupułów (1) - serial, Polska 21.00 Bez skrupułów (2) - serial, Polska 22.05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 13 00.10 Czarny Świat - film sensacyjny, USA 2005, reż. Alexander Gruszynski 02.20 Tajemnice losu - program rozr.	04.55 Uwaga! - magazyn reporterów 05.15 Mango - telezakupy 07.25 Kosmiczny wykop (9): Sparing 07.40 Kosmiczny wykop (10): Porwanie 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Brzydula 2 (16, 17) - serial kom. 12.30 Na Wspólnej (3112) - serial, Polska 13.00 Na Wspólnej (3113) - serial, Polska 13.30 Na Wspólnej (3114) - serial, Polska 14.00 Na Wspólnej (3115) - serial, Polska 14.20 MasterChef - rozr., Polska 2020 15.55 Top Model - reality show, Pol. 2020 17.25 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką - magazyn, Polska 2020 17.55 Szal! Mat! - magazyn, Polska 2020 18.00 Kuchenne rewolucje - rozr. 19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf. 19.45 Uwaga! - magazyn reporterów 20.00 Druhu! - komedia romantyczna, USA 2011, reż. Paul Feig, wyk. Kristen Bell, Rose Byrne, Milla Jovovich 22.40 Ciemniejsza strona Greya - melodramat, USA/Chiny 2017, reż. James Foley, wyk. Dakota Johnson 01.05 Szubienica - horror, USA 2015, reż. Travis Cluff, Chris Lofing, wyk. Cassidy Gifford, Reese Mishler 02.50 Uwaga! - magazyn reporterów	06.00 Szczepię lata Toma i Jerry'ego (7, 8, 9, 10) - serial anim., USA 08.00 Rzyzykanci - reality show, USA 2015 09.00 Galileo - prapopulamonaukowy 10.00 Galileo - prapopulamonaukowy 11.00 Mój przyjaciel, robot - film familijny, Francja/USA 2020 13.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska 14.00 Policjanci i Policjanci (695) 15.00 Policjanci i Policjanci (697) 16.00 Policjanci i Policjanci (698) 17.00 Policjanci i Policjanci (699) 18.00 Policjanci i Policjanci (700) 19.00 Galileo - prapopulamonaukowy 20.00 Święty (57) - serial kom., Polska 20.30 Święty (58) - serial kom., Polska 21.00 Święty (59) - serial kom., Polska 21.30 Święty (60) - serial kom., Polska 22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (424) - serial krym., Polska 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (425) - serial krym., Polska 00.00 Efekt motyla 3 - thriller SF, USA 2009, reż. Seth Grossman 01.55 Śmierć na 1000 sposobów (14) 02.25 Disco Polo Live - muz., Polska 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Ukryta prawda (690) - serial, Polska 06.00 Mango - telezakupy 08.05 Kosmiczny wykop (7/26): Training - serial animowany, Polska 08.20 Kosmiczny wykop (8/26): Poznaj swego przeciwnika - serial 08.35 Zakochani po uszy 4 (231) 09.05 Zakochani po uszy 4 (232) 09.40 Ukryta prawda (684) - serial, Polska 10.40 Ukryta prawda (686) - serial, Polska 11.40 Ukryta prawda (688) - serial, Polska 12.40 Ukryta prawda (689) - serial, Polska 13.40 Hotel Paradise 2 - reality show 14.40 Hotel Paradise 2 - reality show 15.45 Shrek 2 - film animowany, USA 2004, reż. Andrew Adamson, Kelly Asbury 17.45 Szybko i wściekle - film sensacyjny, USA 2009, reż. Justin Lin 20.00 Sekretne życie zwierzków domowych - film animowany, Japonia/USA 2016 21.50 Polowanie na druhu! - komedia romantyczna, USA 2005 00.20 Aż po grób - komediodramat, USA/Włochy/Polska 2019 02.30 Komórka - film sensacyjny, USA/Niemcy 2004, reż. David R. Ellis 04.55 Zakłócenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Na wianach papierach (58) 07.00 Tak jest świat 5 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (335, 336) 17.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (337, 338, 339) 20.00 Rocky 5 - dramat, USA 1990 22.05 Riddick - thriller SF, USA/Wielka Brytania 2013 00.25 Chronik pres - dramat, Francja/USA/Wlk. Brytania 2005 02.20 Kobra - oddział specjalny (7) 03.35 Zobacz to! Tak jest świat 5 04.20 Z archiwum polki (7) 05.00 Dyzur 3 (34) 05.35 Dyzur 3 (35)	10.00 Tomek i przyjaciele 21 (5, 16) 10.35 Psi Patrol 3 (21) 11.15 Cafe Myszka - Cafe Szwarc - film anim., USA 2001 12.35 Asterix podbija Amerykę - film anim., Niem./Fr. 1994 14.20 Przynim z Madagaskaru (10, 11, 12, 13) 16.20 Balerina - film animowany, Fr./Kanada 2016 18.00 Gdzie jest Dory - film anim., USA 2016 20.00 Varana: Skarb oceanu - film anim., USA 2016 22.05 Kabaretobranie 2017, czyli 9. Zielonogórska Noc Kabaretowa 23.05 Halloween - horror, USA 1979 01.00 Lombard. Życie pod zastaw (16)	06.00 Klara i wszystkie jasne 3 (8) 07.00 Klara i wszystkie jasne 4 (9) Harceyry Kormancze 08.00 Komisarz Rex 11 (16), 152 10.00 Hudson i Rex 2 (4) 11.00 Stawka wieksza niż życie (9, 10) 13.45 Dwaj przyjaciele 17 (1) 14.45 Gogolebox. Przed telewizorem 13 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 12 (7) 18.35 Kanapowcy 2 19.45 Express, Pogoda 20.00 Patent na... 21.15 Królów żyć 9 (18) 22.15 Kanapowcy 2 23.15 Gogolebox. Przed telewizorem 13 00.15 Gogolebox. Przed telewizorem 8	10.35 Defacto 7 - flesz 10.50 Defacto 9 11.20 Fobie (12) 12.20 Dany i wieśniaczki. Za granicą (7) 13.20 Królów żyć 9 (17) 14.20 Usterka 12 (8) 14.55 Odjazdowe braci Collins 2 15.45 Express, Pogoda 16.00 Ostrze dęde 16.45 Gogolebox. Przed telewizorem 13 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 12 (7) 18.35 Kanapowcy 2 19.45 Express, Pogoda 20.00 Patent na... 21.15 Królów żyć 9 (18) 22.15 Kanapowcy 2 23.15 Gogolebox. Przed telewizorem 13 00.15 Gogolebox. Przed telewizorem 8	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.05 Szczepię lata Toma i Jerry'ego 3 (3-6) 09.00 STOP Drogówka 10.05 Magiczny kamień - baśń film., Słowacja/Czechy 2019 12.00 Hawaj 5-0 (9, 10) 14.00 Wzór (33, 34) 16.00 Szklane piekło - dramat, Fr/Belg. 2017 18.00 Wzór (35) 19.00 Wzór (36) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Norwegii 22.00 Jorki (103, 104) 23.00 Nokaut (4) 00.00 Nokaut (5) 01.00 Śmierć na talerzu (8) 02.00 Wiatry móch (5) 02.30 SuperLudzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów	06.00 Siatkówka mężczyzn PlusLiga 08.30 7. strafa 10.00 Boks: Gala w Indio - waga średnia: Jaime Munigua - Tursano Johnson 12.20 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polso 1 mecz: 1/16 finału: Świt Szczecin - Cracovia 14.45 Siatkówka mężczyzn PlusLiga - mecz: TeFi Gdańsk - Indykpol AZS Olsztyn 16.20 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski - mecz: 1/16 finału: PGE Stal Mielec - Piast Gliwice 20.30 Siatkówka mężczyzn PlusLiga 23.30 Strzelnica Renaty Maier 00.00 Boks 03.00 Sporty walki

1 LISTOPADA
NIEDZIELA

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
04.40 Klan (3686, 3687) - telenowela, Polska 06.00 Słownik polski@polsat 06.25 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży 07.00 Transmisja mszy świętej 08.00 Tydzień - magazyn rolniczy, Polska 08.30 Las bliżej nas (35) - serial, Polska 09.00 Kariera Nikodema Dyzmy (Post.) 10.05 Stulecie Wymyśli - (8) - serial 10.55 Msza święta z Jasnej Góry 12.00 Anioł Pałacu - program religijny 12.15 Między ziemią a niebem - mag. 12.45 Rwanda 2020. Misja na wzgórzach 13.15 Jedna planeta. Siedem kontynentów (5/7) - serial 14.25 Z pamięci - cykl felietonów, Polska 14.35 Testimonium Veritatis. 7 cnot według Papieża i Prymasa 15.45 Pełną bez ciebie - Wojciech Młynarski - koncert, Polska 2020 17.00 Telexpress, Pogoda - inf. 17.30 Komisarz Alex 15 (179) - serial 18.30 Ojciec Mateusz 24 (310) - serial 19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda - inf. 20.15 Ludzie i bogowie (8/13) - serial 21.15 Rolnik szuka żony 7 (7) 22.15 41 dni nadziei - dramat przygodowy, USA/Indonezja/Hongkong 2016 00.00 Papillon. Motylek - dramat biograf.	05.15 Barwy szczęścia (2315-2317) - serial 06.55 M jak miłość (537) - serial, Polska 07.40 Spiszmy się, jak na rolników przystało - magazyn, Polska 2020 07.55 Pytania i odpowiedzi - magazyn 11.15 Spiszmy się, jak na rolników przystało - magazyn, Polska 2020 11.20 Wspomnienie - zostawili swój Ślad 11.35 Człowiek w żelaznej masce - film kostium., Wielka Brytania/USA 1998 14.00 Familiada - teleturniej 14.30 Wspomnienie - zostawili swój Ślad 14.40 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 15.15 Wspomnienie - zostawili swój Ślad 15.30 Znachor - dramat obcy, Polska 1981 17.45 Wspomnienie - zostawili swój Ślad 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Na dobre i na złe (106) - serial 19.25 Wspomnienie - zostawili swój Ślad 19.30 Na sygnale (277) - serial, Polska 20.00 Ponad wszystko - film obcy, USA 2017, reż. Stella Meghie 21.45 Czysta jak ta - muzyka Romualda Lipki - koncert, Polska 2020 23.50 Wzgórze nadziei - melodramat, USA 2003, reż. Anthony Minghella 02.30 Błękitny Grom - film sens., USA 1988 04.25 Zakłócenie programu	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Smierć: Legenda Smierci Doliny - film animowany, USA 2013 09.05 Księga Życia - film animowany, USA 2014, reż. Jorge R. Gutierrez 11.15 Spider-Man - film przygodowy, USA 2002, reż. Sam Raimi, wyk. Tobey Maguire, Willem Dafoe 13.50 Kevin sam w domu - po raz czwarty - komedia, USA 2002, reż. Rod Daniel, wyk. Mike Weinberg 15.40 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 13 17.40 Nasz nowy dom - reality show 18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf. 19.30 Państwo w państwie - public. 20.00 Forrest Gump - komediodramat, USA 1994, reż. Robert Zemeckis, wyk. Tom Hanks, Robin Wright 23.05 Poszukiwacze zaginionej Arkii - film przygodowy, USA 1981, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford 01.45 Kingsman: Tajne służby - komedia sensacyjna, Wielka Brytania 2014, reż. Matthew Vaughn, wyk. Colin Firth, Taron Egerton 04.20 Kabaretowa Ekstraklasa - rozr.	04.55 Uwaga! - magazyn reporterów 05.15 Mango - telezakupy 07.25 Nowa Majja w ogrodzie - magazyn 07.55 Akademia reżysjera - magazyn 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Kobieta na krańcu świata (2) 12.00 Brzydula 2 (18-20) - serial komedyczny, Polska 13.30 Co za tydzień - mag. informacyjny 13.55 Kosmiczny wykop (11): Nuka 14.10 Kosmiczny wykop (12): Ekipa 14.25 Największe polskie katastrofy (1) - serial dokumentalny, Polska 15.30 Jurassic: World - film SF, USA 2015, reż. Colin Trevorrow 18.00 Totale remonty Szlagowskiej 19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf. 19.40 Raport smogowy - program inf. 19.45 Uwaga! - magazyn reporterów 20.00 MasterChef - rozr., Polska 2020 21.30 Królestwo kobiet (3/8) - serial 22.35 Sherlock Holmes: Gra cieni - film kryminalny, USA 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr. 01.10 Ciemniejsza strona Greya - melodramat, USA/Chiny 2017, reż. James Foley, wyk. Dakota Johnson 03.40 Uwaga! - magazyn reporterów	06.00 Szczepię lata Toma i Jerry'ego (11) - serial animowany, USA 06.30 Dzieńna Mysz (2) - serial 06.30 Rzyzykanci - reality show, USA 2015 08.30 Alvin i wiewiórki 3 - film familijny, USA 2011, reż. Mike Mitchell, wyk. Jason Lee, David Cross, Jenny Slate 10.20 Galileo - prapopulamonaukowy 11.20 Galileo - prapopulamonaukowy 12.25 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.25 Gwiazdy Kabaretu - program rozr. 14.30 Cuda z nieba - dramat obyczajowy, USA 2016, reż. Patricia Riggen, wyk. Jennifer Garner, Katie Rogers 16.45 August Rush - dramat obyczajowy, USA 2007, reż. Kirsten Sheridan 19.05 Galileo - prapopulamonaukowy 20.05 Straszny film 5 - horror komedowy, USA 2013, reż. Malcolm D. Lee 22.00 Wspaniali ludzie (9) - serial, Polska 22.30 Wspaniali ludzie (2) - serial, Polska 23.05 Korpus weteranów - film sensacyjny, USA 2006, reż. Sheldon Letich, wyk. Jean-Claude Van Damme 01.25 Śmierć na talerzu 2 (9) - serial 02.25 Disco Polo Live - muz., Polska 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.00 Ukryta prawda (687) - serial, Polska 06.00 Mango - telezakupy 08.05 Kosmiczny wykop (9/26): Sparing - serial animowany, Polska 08.20 Kosmiczny wykop (10/26): Porwanie - serial animowany, Polska 08.35 Zakochani po uszy 4 (233) 09.05 Zakochani po uszy 4 (234) 09.40 Ukryta prawda (690) - serial, Polska 10.40 Ukryta prawda (692) - serial, Polska 11.40 Ukryta prawda (694) - serial, Polska 12.40 Hotel Paradise 2 - reality show 13.40 Hotel Paradise 2 - reality show 14.40 Kto odnowi państwo młody? 15.45 córka prezydenta - komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2004, reż. Andy Cadiff 18.10 Sekretne życie zwierzków domowych - film animowany, Japonia/USA 2016, reż. Chris Renaud, Yarrow Cheney 20.00 Szybko i wściekle 1.5 - film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin 22.45 Przysięga trzech - film katastroficzy, Chile/Kolumbia/Hiszpania 2015, reż. Patricio Riggen 01.25 Prosto z Compton - dramat biograficzny, USA 2015 04.12 Zakłócenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Reportaż. Z życia wzięte (1, 2) 08.00 Zakonnica w przebraniu - kom., USA 1992 10.20 Trzy życzenia - film obcy, USA 1995 12.45 Królów żyć 9 (18) 13.45 Błaze i megamaszyny (16) 08.45 Anystoraci - film anim., USA 1970 10.25 Kopciuszek: Spełnione marzenia - film anim., USA 2002 11.50 Księżniczka i zaba - film anim., USA 2009 13.50 Gdzie jest Dory - film anim., USA 2016 15.50 Varana: Skarb oceanu - film anim., USA 2016 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (331-335) 22.55 Agenci NCIS 12 (14, 15) 00.45 Lekarze na start (8)	05.40 Ale numer 07.00 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta (8) 07.30 Wojciech Cejrowski. Boso - Karabie (1) 08.10 Błaze i megamaszyny (16) 08.45 Anystoraci - film anim., USA 1970 10.25 Kopciuszek: Spełnione marzenia - film anim., USA 2002 11.50 Księżniczka i zaba - film anim., USA 2009 13.50 Gdzie jest Dory - film anim., USA 2016 15.50 Varana: Skarb oceanu - film anim., USA 2016 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (331-335) 22.55 Agenci NCIS 12 (14, 15) 00.45 Lekarze na start (8)	06.00 Klara i wszystkie jasne 4 (12) 08.00 Komisarz Rex 12 (153, 154) 10.00 Hudson i Rex 2 (2) 11.00 Przygody Merlina 5 (54-56) 14.05 Premiera: Polowanie na mysz - komedia, USA 1997 16.20 Staj, bo mamusia drzela - kom., USA 1992 18.15 Punkt Wzrostu Wzrostu 5 wietnych - dramat, Wlk. Brytania 2010 20.00 Zatańcz ze mną - komedia, USA 2004 22.05 Nawiedzony - horror, USA 1999 00.35 Układ zamknięty - dramat, Pol. 2016 02.55 Obława - dramat, Pol. 2012 04.40 Mój brat Juan - studia film.	12.10 Fobie (12) 12.40 Kanapowcy 2 13.40 Kanapowcy 2 14.40 Gogolebox. Przed telewizorem 13 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogolebox. Przed telewizorem 13 17.05 Fobie (2) 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 18.40 Królów żyć 9 (17) 19.45 Express, Pogoda 20.00 O tym się nie mówi 20.20 Dany i wieśniaczki. PL 4 (4) 21.25 Gogolebox. Przed telewizorem 13 22.30 Usyszcie nas! 23.15 Królów żyć 9 (18) 01.15 Kanapowcy 2	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.05 Szczepię lata Toma i Jerry'ego 3 (7, 8) 08.00 Dzieńna Mysz (18) 08.20 STOP Drogówka 09.20 STOP Drogówka 10.20 Hawaje 5-0 (11, 12) 12.25 Prawdziwa historia - dramat, USA/Nowa Zel. 2005 15.00 Policjanci i Policjanci (600, 601, 602, 603) 19.00 Policjanci i Policjanci (604) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (105, 106) 23.00 Arena - thriller, USA 2011 01.00 Spadkobiercy 02.00 Wiatry móch (6) 02.30 SuperLudzie Extra	06.00 Siatkówka mężczyzn PlusLiga 08.30 Siatkówka mężczyzn PlusLiga 11.00 Cafe Futbol 12.30 Siatkówka mężczyzn PlusLiga 14.45 Siatkówka mężczyzn PlusLiga - mecz: PGE Skra Belchatów - Slepski Malow Suwałki 17.30 Siatkówka mężczyzn PlusLiga - mecz: Jastrzębski Węgiel - GKS Katowice 20.30 Siatkówka kobiet TAURON Liga - mecz: Energa MKS Kalisz - #Volley Wrocław 23.00 Strzelnica Renaty Maier 00.00 Siatkówka mężczyzn PlusLiga 02.00 Boks

program TV 29

Tygodnik KRAK

2 LISTOPADA
PONIEDZIAŁEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDM
05.15 Przysięga (288) - telenowela, Tur 06.05 Elif (847) - serial obcy, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Odkryta prawda - magazyn, Polska 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Kasta (15) - serial parodok, Polska 09.15 Ranczo 9 (107) - serial obcy, Polska 10.20 Komisarz Alex 10 (124) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 14 (177) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 To się opłaca - magazyn 12.50 Jedna planeta: Śledzi kontynentów (577) - serial 14.00 Elif (848) - serial obcy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra o wszystko - Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (289) - telenowela, Tur 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.25 Jaka to melodia? 18.00 Klan (3589) - telenowela, Polska 18.30 Kasta (16) - serial parodok, Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (276) - telen., Polska 21.00 Piętnastu - serial, Polska 2001 22.40 USA: wojna o pomniki - film dok. 23.45 Warto rozmawiać - talkshow	04.50 Cafe piosenka - mag., Polska 2019 05.45 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (144) - serial 06.40 Coś dla ciebie - magazyn 07.15 Familiada - teleturniej 07.55 Pytania i odpowiedzi - magazyn 11.25 Rodzinka.pl (274) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2317) - serial 12.25 Kolo fortuny - teleturniej, Polska 13.00 Ya Banque - teleturniej, Polska 13.35 Uzdrowisko (44) - telen. dok., Polska 14.05 Coś dla ciebie - magazyn 14.30 Operacja zdrowie! - magazyn 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (153) - serial 16.00 Kolo fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Węzła miłości (422) - telen., Tur 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Ya Banque - teleturniej, Polska 19.00 Uzdrowisko (45) - telen. dok., Polska 19.35 Barwy szczęścia (2317) - serial 20.10 Barwy szczęścia (2318) - serial 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20.55 M jak miłość (533) - serial, Polska 21.50 O mnie się nie marzy 13 (4/13) 22.50 Deep State: tajny układ (7/8) 23.55 Klient - dramat, Iran/Francja 2016	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 06.40 Malanowski i partnerzy (745) 09.10 Malanowski i partnerzy (746) 09.40 Sekrety rodziny (173) - serial, Pol. 10.40 Dlaczego ja? (1000) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (319) - serial, Polska 12.40 Dzień, który zmienił moje życie (46) - serial parodok, Polska 13.40 Tłumne sprawy (877) - serial, Polska 14.40 Dlaczego ja? (883) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (493) - serial, Polska 17.00 Gliniarze (508) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3803) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Kingsman - tajne służby - komedia sensacyjna, Wielka Brytania 2014 22.55 Obcy kontra Predator - honor SF USA/Kanada/Niemcy/Czechy 2004 01.05 Wrogu bram - dramat wojenny, Niemcy/USA/Irlandia/Wielka Brytania 2001 03.55 Tajemnice losu - program rozr.	04.40 Uwaga! - magazyn reporterów 04.55 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn 05.25 Akademia ogrodnika - magazyn 05.35 Mango - telezakupy 06.50 Kuchenne rewolucje - rozr. 07.50 Szaf. Mat. - magazyn, Polska 2020 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Ukryta prawda (1184, 415) - serial 13.30 Szpital (980) - serial parodok, Pol. 14.25 Kobieta na krawędzi świata (2) 15.00 Kuchenne rewolucje - program rozr. 16.00 Szpital (981) - serial parodok, Pol. 17.00 Rozwody (13) - serial, Polska 18.00 Ukryta prawda (1185) - serial, Pol. 19.00 Fakty, Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.50 Raport smogowy - program inf. 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca: smaku - magazyn, 2020 20.15 Na Wspólnej (3116) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019 21.30 Totalne remonty Szelągowskiej 22.30 Projekt Lady - reality show 23.30 Szadź (3) - serial krym., Polska 00.30 Co za tydzień - mag. informacyjny 01.00 Zabójcza broń 3 (9) - serial, USA 02.05 Uwaga! - magazyn reporterów 02.25 Noc Magii	06.00 Strażnik Teksasu 4 (63) - serial 07.00 Strażnik Teksasu (64) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Sędzia Judy - reality show 09.55 Sędzia Judy - reality show 10.25 Sekrety sąsiadów (10, 11) - serial 11.25 Pamiętniki z wakacji (46) - serial 12.25 Święty (50) - serial kom., Polska 12.55 Uzurpator (23) - telen., Meksyk 13.55 Kobra - oddział specjalny (12) 14.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 15.55 Kobra - oddział specjalny (13) 17.00 Nowe sekrety sąsiadów (22, 23): Wakacyjny wypadek w górach, Extra Turbo - serial parodok, Polska 18.00 Policjanci i Policjanci (700, 701) 20.00 Święty (51) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (426) - serial krym., Polska 21.40 Krew za krew - western, USA 2006 23.55 Rzyżkanci - reality show, USA 2016 00.55 Rzyżkanci - reality show, USA 2016 01.55 Galileo - program naukowy 02.55 SuperLudzie (7, 8) - serial, Polska 03.55 Irons World Sport - magazyn 04.55 SuperLudzie (9) - serial dok., Pol. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	04.55 Szkoła (363) - serial parodok, Polska 05.55 Mango - telezakupy 07.35 Przypis na życie 2 (6) - serial 08.35 Ukryta prawda (699) - serial, Polska 09.35 Ukryta prawda (700) - serial, Polska 10.35 Ukryta prawda (701) - serial, Polska 11.35 Szpital (582) - serial parodok, Pol. 12.35 Ślad rodzinny (16/52) - serial, Polska 13.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (540) - serial fab-dok, Polska 14.35 Ukryta prawda (735) - serial, Polska 15.40 Brzydula 2 (2062) - serial, Polska 16.10 Szkoła (842) - serial parodok, Pol. 17.10 Miłość od kuchni - rozr., Pol. 2019 18.10 Idealna niania 2 - reality show 18.55 19+ (549) - serial parodok, Polska 19.25 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 19.30 Zakochani po uszy 4 (235) 20.00 Brzydula 2 (2162) - serial, Polska 20.30 Hotel Paradise 2 - reality show 21.30 Francuski numer - komedia, Polska 2006, reż. Robert Wichowski 23.40 Oszukać przeznaczenie - honor, USA 2000, reż. James Wong 01.40 Druga strona medalu: Aneta Krawczyk - talkshow, Polska 2010 02.15 Druga strona medalu 02.45 Noc Magii
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Nash Bridges (9) 07.00 Reportery: Z życia wzięte (5) 08.00 Lombard: Życie pod zastaw (20) 10.00 Kobra - oddział specjalny (8, 9) 11.00 Węzła miłości 12.00 Zaklinaczka duchów (1, 12) 14.00 Lombard: Życie pod zastaw (21, 22) 16.00 Reportery: Z życia wzięte (6, 7) 18.00 Lombard: Życie pod zastaw (7, 339, 340) 20.00 Django - western, USA 2012 23.20 Nienawistna osiemka - western, USA 2015 02.50 Zobacz to!: Taki jest świat 5 03.35 Niesamowite (20)	11.30 Kol-od-ia (14) 11.35 Bing (3) 11.45 Gumisie 5 (3) 12.20 Gumisie 6 (1) 12.45 Blaze i megamaszyny (17) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 4 (16, 17, 20, 21) 14.10 Mustang: Duch wojny 2 (20, 21) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarna Kot (7, 8) 16.00 Power Players (1, 2) 16.20 Pingwiny z Madagaskaru (4, 15, 16) 17.45 Alvin!!! i wiewiórki 4 (22, 23) 18.15 Psi Patrol 3 (22, 23) 19.00 Smerfy (169, 170) 20.00 Lombard: Życie pod zastaw (17, 118) 22.00 Agenci NCIS 12 (16, 17) 23.50 Wspaniałe choroby (12)	06.05 Scena śmiechu 07.10 Złotopolscy (336, 337) 08.20 Plebania (175, 176) 09.30 Wyspa skarbów - film przyg., Wlk. Brytania/Kanada 1999 11.25 Premiera: Nefertiti i zaginiona dynastia - film dok., USA 2007 12.35 Katastrofy w przestworzach (15, 12) 14.45 Krytyczne 24 godziny - film sensac., USA 2019 16.40 Mis - komedia, Pol. 1981 19.00 Wojny kontenerowe 3 (2, 3) 20.00 Inferno: Piękna walka - film sensac., USA 1999 21.55 Złoty wiek - film sensac., USA 1994 23.55 Pulp Fiction - dramat	14.30 Najgorsze lata sześciu Ameryki (1) 15.05 Mądre Jedy z Katarzyną Bosacką 15.45 Express, Pogoda 16.05 Tygodnik 17.05 Patent na... - fiesz 17.25 Patent na... - fiesz 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Defacto 9 18.35 Googlebox: Przed telewizorem 12 19.45 Express, Pogoda 20.05 Król życia 9 (7) 21.05 Usterka 12 (9) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Googlebox: Przed telewizorem 13 23.00 Googlebox: Przed telewizorem 7 23.50 Tygodnik 00.50 Fobie (1, 2)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (123, 124) 09.00 Galileo 10.00 Tuż przed tragedią (2) 11.00 Północy ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (36, 53) 13.40 Święty (46) 14.15 Policjanci i Policjanci (600) 15.15 Detektywi w akcji (56) 16.15 Septagony (46) 17.15 Hawaje 5-0 (22) 18.15 Miodowe lata (56, 65) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (83, 84) 23.00 Eden Lake - thriller, Wlk. Brytania 2008 00.55 Tuż przed tragedią (2) 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów	06.00 Boks 07.30 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 09.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 11.30 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 13.50 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 16.20 Formuła 1: GP Emilia-Romagna - skrót 17.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga 19.50 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski - mecz: 1/16 finału: Znicz Pruszków - Lech Poznań 22.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: VERVA Warszawa ORLEN Paliwa - Gorzów Śląski - Radom 01.00 Sporty walki: KSW

3 LISTOPADA
WTOREK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDM
05.10 Przysięga (289) - telenowela, Tur 06.00 Elif (848) - serial obcy, Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Agape - magazyn, Pol. 2018/2020 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Kasta (16) - serial parodok, Polska 09.20 Ranczo 9 (108) - serial obcy, Polska 10.20 Komisarz Alex 10 (125) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 14 (178) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy 12.55 Wielkie rzeki świata (1/3) - film dok. 14.00 Elif (849) - serial obcy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra o wszystko - Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (290) - telenowela, Tur 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.25 Jaka to melodia? 18.00 Klan (3590) - telenowela, Polska 18.30 Kasta (17) - serial parodok, Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (277) - telen., Polska 21.00 Magazyn kryminalny 997 21.40 Magazyn Ekspresu Reporterów 22.45 Ocaleni - reality show 23.50 Dobry, zły i brzydki - western	05.20 Cafe piosenka - mag., Polska 2019 05.50 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (145) - serial 06.45 Tu ziemia spotyka niebo - reportaż 07.20 Familiada - teleturniej 07.55 Pytania i odpowiedzi - magazyn 11.25 Rodzinka.pl (275) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2318) - serial 12.25 Kolo fortuny - teleturniej, Polska 13.00 Ya Banque - teleturniej, Polska 13.35 Uzdrowisko (45) - telen. dok., Polska 14.15 M jak miłość (537) - serial, Polska 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (154) - serial 16.00 Kolo fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Węzła miłości (423) - telen., Tur 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Ya Banque - teleturniej, Polska 19.00 Uzdrowisko (46) - telen. dok., Polska 19.35 Barwy szczęścia (2319) - serial 20.10 Barwy szczęścia (2319) - serial 20.45 Kulisy serialu „M jak miłość” 20.55 M jak miłość (538) - serial, Polska 21.50 Czerwona królowa (9/12) - serial 22.55 Ludzkie historie: Hand Made - film dokumentalny, Polska 2020 23.55 O mnie się nie marzy 13 (4/13)	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 06.40 Malanowski i partnerzy (747) 09.10 Malanowski i partnerzy (748) 09.40 Sekrety rodziny (174) - serial, Pol. 10.40 Dlaczego ja? (1001) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (320) - serial, Polska 12.40 Dzień, który zmienił moje życie (47) - serial parodok, Polska 13.40 Tłumne sprawy (878) - serial, Polska 14.40 Dlaczego ja? (884) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (494) - serial, Pol. 17.00 Gliniarze (509) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3804) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.00 Piraci z Karaibów: Kłątwa „Czarnej Perły” - film przyg., USA 2008 23.25 W cywilu - dramat, sensacyjny, USA 2006, reż. John Bonito 01.10 Cloverfield Lane 10 - thriller, USA 2016, reż. Dan Trachtenberg 03.35 Tajemnice losu - program rozr.	05.15 Uwaga! - magazyn reporterów 05.35 Mango - telezakupy 06.50 Kuchenne rewolucje - rozr. 07.50 Doradca: smaku - magazyn, 2020 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.30 Ukryta prawda (1185) - serial, Pol. 13.30 Szpital (981) - serial parodok, Pol. 14.25 Detektywi (729) - serial, Polska 15.00 Kuchenne rewolucje - rozr. 16.00 Szpital (982) - serial parodok, Pol. 17.00 Rozwody (14) - serial, Polska 18.00 Ukryta prawda (1186) - serial, Pol. 19.00 Fakty, Uwaga! Koronawirus 19.35 Sport, Pogoda 19.50 Raport smogowy - program inf. 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca: smaku - magazyn, 2020 20.15 Na Wspólnej (3117) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019 21.30 Szadź (4/7) - serial krym., Polska 22.30 Kuba Wojewódzki - talkshow 23.30 Superwizjer - mag. reporterów 00.05 Królestwo kobiet (3) - serial, Pol. 01.05 Projekt Lady - reality show 02.05 Uprowadzona 2 (6) - serial, Fr/USA 03.05 Uwaga! - magazyn reporterów 03.25 Noc Magii	06.00 Strażnik Teksasu (65, 66) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Sędzia Judy - reality show 09.55 Sędzia Judy - reality show 10.25 Sekrety sąsiadów (12, 13) - serial 11.25 Pamiętniki z wakacji (47) - serial 12.25 Święty (51) - serial kom., Polska 12.55 Uzurpator (24) - telen., Meksyk 13.55 Kobra - oddział specjalny (13) 14.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 15.55 Kobra - oddział specjalny (14) 17.00 Nowe sekrety sąsiadów (23, 24) 18.00 Policjanci i Policjanci (701) 19.00 Policjanci i Policjanci (702) 20.00 Święty (52) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (427) - serial krym., Polska 21.40 Arena - thriller, USA 2011 23.35 Rzyżkanci - reality show, USA 2016 00.55 Rzyżkanci - reality show, USA 2016 01.55 Galileo - program naukowy 02.55 Irons World Sport - magazyn 03.55 SuperLudzie (9) - serial dok., Polska 04.25 SuperLudzie (10) - serial dok., Pol. 04.55 SuperLudzie (11) - serial dok., Polska 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	04.55 Szkoła (844) - serial parodok, Polska 05.55 Mango - telezakupy 07.35 Przypis na życie 2 (7) - serial 08.35 Ukryta prawda (702) - serial, Polska 09.35 Ukryta prawda (703) - serial, Polska 10.35 Ukryta prawda (704) - serial, Polska 11.35 Szpital (583) - serial parodok, Pol. 12.35 Ślad rodzinny (17/52) - serial, Polska 13.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (541) - serial fab-dok, Polska 14.35 Ukryta prawda (736) - serial, Polska 15.35 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 15.40 Brzydula 2 (2162) - serial, Polska 16.10 Szkoła (843) - serial parodok, Pol. 17.10 19+ (549) - serial parodok, Polska 17.40 Zakochani po uszy 4 (236) 18.10 Idealna niania 2 - reality show 18.55 19+ (550) - serial parodok, Polska 19.25 Gosia i Ernest - Nowe Porządki 19.30 Zakochani po uszy 4 (236) 20.00 Brzydula 2 (2162) - serial, Polska 20.30 Hotel Paradise 2 - reality show 21.30 Człowiek demokracji - film sensacyjny, USA 1993, reż. Marco Brambilla 23.55 Mad Max pod Kopułą Gromu - film SF, Australia/USA 1985 02.10 Druga strona medalu: Jan Mela 02.45 Noc Magii
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Nash Bridges (10) 07.00 Reportery: Z życia wzięte (6) 08.00 Lombard: Życie pod zastaw (7, 340) 09.00 Lombard: Życie pod zastaw (21) 10.00 Kobra - oddział specjalny (9, 10) 12.00 Zaklinaczka duchów (2, 13) 14.00 Lombard: Życie pod zastaw (22, 23) 16.00 Reportery: Z życia wzięte (7, 8) 18.00 Lombard: Życie pod zastaw (7, 340, 341) 20.00 Wznieście się w ogniu - film sensacyjny, USA 2016 21.50 W porządku - thriller, USA 2020 23.35 Złoty wiek - film sensacyjny, USA 2015 01.20 Castle 2 (14)	11.30 Kol-od-ia (15) 11.35 Bing (4) 11.45 Gumisie 6 (1, 2) 12.45 Blaze i megamaszyny (18) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 4 (20, 21, 24, 25) 14.10 Mustang: Duch wojny 2 (21, 22) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarna Kot (8, 9) 16.00 Power Players (2, 3) 16.20 Pingwiny z Madagaskaru (15, 16) 17.45 Alvin!!! i wiewiórki 4 (26, 27) 18.15 Psi Patrol 3 (22, 23) 19.00 Smerfy (170, 171) 20.00 Lombard: Życie pod zastaw (18, 22) 22.00 Agenci NCIS 12 (18, 19) 23.50 Wspaniałe choroby (13)	06.00 Scena śmiechu 06.55 Złotopolscy (338, 339) 08.00 Plebania (176, 177) 09.05 Klara i wspaniałe jasy 3 (3, 4) 11.10 Alfo, Ali i O (23, 24) 12.20 Chicago Fire 2 (14) 13.15 Katastrofy w przestworzach (16, 122) 15.30 Znaki destrukcji - film SF, USA/Kanada 2014 17.10 Chicago Fire 2 (15) 18.05 Wojny kontenerowe 3 (2, 5) 20.00 Wyborcze jaja - komedia, USA 2012 21.50 Wszystko zostaje w rodzinie - komediodramat, Wlk. Bryt./USA 2005 23.55 Obława - dramat, Pol. 2012 01.50 Krótki film o zabijaniu - dramat, Pol.	11.25 Kartkówka 10 (12) 12.30 Historie wielkiej wagi 4 13.30 Kiedy dzieci mają dzieci 2 (4) 14.30 Najgorsze lata sześciu Ameryki (2) 15.05 Patent na... 15.45 Express, Pogoda 16.05 Fachowcy 2 (10) 16.55 Król życia 8 (11) 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Defacto 10 18.35 Googlebox: Przed telewizorem 12 19.45 Express, Pogoda 20.05 Król życia 9 (8) 21.05 Usterka 12 (11) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Fobie (2, 4) 23.05 Kanapowicz 2 00.05 Odjazdowe bryki braci Collins 2	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (125, 126) 09.00 Galileo 10.00 Tuż przed tragedią (3) 11.00 Północy ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (68, 81) 13.40 Święty (47) 14.15 Policjanci i Policjanci (601) 15.15 Detektywi w akcji (57) 16.15 Septagony (47) 17.15 Hawaje 5-0 (23) 18.15 Miodowe lata (56, 66) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (85, 86) 23.00 Cyberjawa - film SF, Wlk. Brytania 2009 00.55 Tuż przed tragedią (3) 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów	06.00 Boks 08.00 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 10.10 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 12.20 Piłka nożna: FORTUNA Puchar Polski 15.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Jastrzębski Węgiel - GKS Katowice 17.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Aluron CMC Warta Zawiercie - Grupa Azoty ZARSA Kedzierzyn Koźle 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Indykpol AZS Olsztyn - Stal Nysa 23.00 Szereźnica Penaty Mayer 00.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 02.00 Boks

Ochrona Danych Osobowych w „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli

„Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. informuję że:

1. Administratorem Pana/i danych osobowych jest „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli (ul. Parafialna 2b,

67-100 Nowa Sól) w imieniu, którego działa i reprezentuje go na zewnątrz Prezes Zarządu.

2. Inspektorem Ochrony Danych w „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli jest Ewelina Majerska, adres do korespondencji: e.majerska@tygodnikkrag.pl

3. Pana/i dane osobowe przetwarzane są w celu realizacji obowiązków wynikających z przepisów

prawa prasowego, realizacji zadań podmiotu, rekrutacji, pełnienia funkcji pracodawcy – na podstawie art. 6 ust. 1 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.

4. Dane osobowe mogą być przekazywane innym organom i podmiotom wyłącznie na podstawie obowiązujących przepisów prawa.

5. Pana/i dane osobowe będą przetwarzane przez okres niezbęd-

ny, wynikający z obowiązujących przepisów prawa prasowego, realizacji zadań podmiotu, rekrutacji, pełnienia funkcji pracodawcy.

6. Posiada Pan/i prawo do: dostępu do treści swoich danych i ich poprawiania, sprostowania oraz prawo do usunięcia i cofnięcia zgody w dowolnym momencie (art 13 ust 2 pkt b i c).

7. Ma Pan/i prawo wniesienia

skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy przetwarzanie danych osobowych Pana/ią dotyczących naruszałoby przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.

8. Podanie przez Pana/ią danych osobowych jest niezbędne ze względu na cele, jakie realizuje „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli”.

LOKALE

SPRZEDAM

- Oferuję kawalerkę w centrum, niskie opłaty ok 120zł/m-c. Lokal do własnej aranżacji. Tel. 889 225 280 po 16-tej
- Sprzedam mieszkanie w Nowej Soli, 2 pokoje 52m2, parter, ogrzewanie gazowe. Tel. 784 540 346
- Sprzedam mieszkanie 48m2 w domku jednorodzinnym na I p. do kapitalnego remontu, ogródek 200m2 oraz zamienię na samochód. Tel. 792 719 017
- Sprzedam mieszkanie od 12m2 do 25m2 w centrum miasta. Tel. 698 282 381 lub 792 719 017
- Sprzedam mieszkanie w Nowej Soli, bardzo dobra lokalizacja, 58m2, IV p., 3 pokoje, łazienka, wc oddzielne. Tel. 504 210 574 lub 661 257 162
- Sprzedam nowe mieszkanie 65m2, III p. z V + winda, blok z 2015r.; stan mieszkania idealny. Tel. 726 814 395
- Sprzedam mieszkanie 3 pokoje 62,7m2 IV p. okolice stadionu, klimatyzacja, zostają meble w kuchni, łazience, przedpokoju, inne meble. Tel. 505 524 460
- Sprzedam mieszkanie 2 pokoje, III p. 50m2 ul. Okrężna Nowa Sól. Tel. 509 790 046
- Sprzedam mieszkanie 59,3m2 III p. os. Konstytucji. Tel. 885 709 699
- Sprzedam kawalerkę 27m2 w centrum miasta II p., niski czynsz. Tel. 697 222 999
- Sprzedam lub zamienię mieszkanie 56m2, parter, 3-pokojowe z balkonem do remontu, na Zatorzu. Tel. 601 363 902
- Sprzedam mieszkanie ok 135m2 ul. Muzealna. Tel. 506 092 424
- Sprzedam mieszkanie ok 40m2 ul. Zielonogórska. Tel. 506 092 424

- Sprzedam w Byczu dom do remontu 70m2 3 pokoje, kuchnia, zabudowania gospodarcze na działce 11ar. Tel. 608 199 746
- Sprzedam lokal użytkowy 133m2, parter, centrum. Tel. 604 983 295
- Sprzedam lub wynajmę dwa lokale użytkowe ok 30m2 jeden na ul. Wrocławskiej. Tel. 506 092 424
- Lokal 60m2 podzielony (z przejściem lub bez) na dw mniejsze, na parterze przy ul. Kościuszki. Lokal wiele lat funkcjonował z profilem związanym ze zdrowiem i urodą. Tel. 784 028 076
- Sprzedam garaż w Nowej Soli przy ul. Granicznej. Tel. 509 624 799
- Sprzedam działkę ogrodniczą przy ul. Południowej. Działka- altana murowana -szklarnia. Działka typowo rekreacyjna. Tel. 664 201 946
- Sprzedam tanio działkę 550m2 ze stodołą w Byczu koło Bytomia Odrzańskiego. Tel. 608 199 746
- Sprzedam działkę budowlaną, zagospodarowaną 9,23 ara, wszystkie media, prąd, woda, kanalizacja, gaz. Bytom Odrzański ul. Lipowa 6. Tel. 698 411 302
- Sprzedam działki na ul. Nowowiejskiego w Nowej Soli, między 550m2 a 950 m2. Tel. 697 140 731
- Sprzedam działkę w Uściu, przylegającą do rzeki Obrzy- cy o pow. 0,3 ha, ustalone warunki zabudowy. Tel. 509 803 099
- Sprzedam działkę 15 ar w Solnikach. Tel. 796 412 714
- Sprzedam grunt rolny klasy średniej 4,15ha w okolicy Siedliska. Tel. 509 803 099
- Sprzedam działkę o pow. 74 arów częściowo zalesioną nad jeziorem w Lginu powiat Wschowa. Tel. 698 805 051
- Sprzedam działkę 6 arów z pomieszczeniem gospodarczym, Otyń ul. Krótka.

Tel. 608 425 724

- Sprzedam działkę 7 arów w Otyniu ul. Topolowa. Tel. 608 425 724
- Sprzedam działkę ogrodową na ul. Chałubińskiego, domek, prąd i woda. Tel. 603 876 390

ZAMINIĘ

- Zamienię mieszkanie komunalne 37m2 po generalnym remoncie w kamienicy na parterze na większe, Mieszkanie może być zadłużone i do remontu. Tel. 794 559 556

WYNAJME

- Do wynajęcia garaż przy stadionie. Kanał, prąd. Tel. 880 275 071
- Mieszkanie do wynajęcia, 3 pokoje, kuchnia, łazienka, balkon- parter, stare budownictwo. Tel. 664 548 453
- Wynajmę kawalerkę w centrum miasta dla niepalących. Tel. 517 237 867
- Wezmę w dzierżawę grunty rolne, łąki, ugory oraz nieużytki. Tel. 795 681 247
- Wynajmę lokal usługowy 70m2, parter, duża witryna, ścisłe centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Wynajmę mieszkanie 70m2 ścisłe centrum w kamienicy, I piętro. Tel. 795 978 353
- Wynajmę Lokal dwa poziomy 140m2 ścisłe centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Wynajmę mieszkanie lub pokoje od 15m2 do 30m2 centrum miasta. Tel. 698 282 381 lub 792 919 017
- Garaż do wynajęcia na ul. Topolowej, kanał i energia. Tel. 609 709 913
- Do wynajęcia umeblowany pokój z dostępem do kuchni i łazienki, 1-osoba niepaląca, dobre warunki. Tel. 730 583 116
- Wynajmę mieszkanie, pokój z kuchnią wc-Co w centrum miasta, cena do uzgodnienia. Tel. 795 893 546

- Wynajmę mieszkanie 50m2 na I p. w Nowej Soli na ul. Portowej przy promenadzie. Tel. 601 768 360
- Nowy właściciel wynajmie lokal w ścisłym centrum Nowej Soli róg ul. Piłsudskiego i Głowackiego, ok 50m2, atrakcyjna lokalizacja. Tel. 795 978 353

- Do wynajęcia mieszkanie 52m2, 2 pokojowe w Nowej Soli ul. Cicha. Tel. 600 293 763

KUPIĘ

- Kupię mieszkanie do remontu, zadłużone, z lokatorem, Nowa Sól i okolice. Tel. 888 159 739 lub 664 138 567
- Kupię lokal na parterze w ścisłym centrum Nowe Soli. Tel. 795 978 353
- Kupię garaż jak najbliżej ul. Paderewskiego, wyłącznie z prądem. Tel. 692 997 528
- Kupię garaż w Nowej Soli. Tel. 784 388 883
- Kupię dom, mieszkanie, pola, działki, stan obojętny-gotówka od ręki. Tel. 888 159 739 lub 664 138 567

SPRZEDAŻ

- Sprzedam Poloneza Caro rok1996, pierwszy właściciel- garażowany, przebieg 142 tyś km, stan bardzo dobry, kolejne badanie techniczne luty 2021 rok. Tel. 600 400 342
- Sprzedam Mercedesa kombi 211E automat 2006r. poj. 3,0 diesel, srebrny metalik, stan dobry. Tel. 699 432 641
- Sprzedam Skoda Octavia 2004r., przebieg 220 tys km, kolor ciemno-szary metalik 1,9TDI 110KM, kraj pochodzenia Polska, przegląd techniczny do 10.09.2021, klimatyzacja, bezwypadkowy, ASR, ABS, radio Pionier RDS z CD+ koła z oponami zimowymi, garażowany. Tel. 791 917 759
- Sprzedam Fiata Panda 2008r. Poj. 1100Cm3, przebieg ok 90 tys km, kolor-

wiśnia, ABS, wspomaganie, stan idealny, opony lato-zima. Tel. 68 3886070

- Sprzedam samochód osobowy Opel Astra II kombi, przebieg-200 tys km, zarejestrowany po przeglądzie. Tel. 68 3872160 lub 570 644 289
- Fiat Punto 1996r. Poj 1,6 88KM, przebieg 210 tys km, ABS, poduszki powietrzne, wspomaganie. Tel.
- Sprzedam: Opel Vectra benzyna+gaz; materac pole magnetyczne, nowy aparat do oddychania. Tel. 664 989 934
- Sprzedam auto VW Golf kombi 2011r. Zadbany. Tel. 604 086 618
- Sprzedam Busa Fiata Ducato 2000r. 3 osobowy-bla-szak. Tel. 788 845 189
- Sprzedam Skuter S-50 Kymco Super 8, stan idealny. Tel. 68 4186289
- Sprzedam silnik brazylijski do VW LT busa poj. 2,8cm3, stan dobry na chodzie. Tel. 699 432 641
- Sprzedam Forda Fiestę 1,4 2002r. Stan bardzo dobry, bogato wyposażony, garażowany rej. Do 8/2021r, ubezpieczony, przebieg-113 000km+komplet opon zimowych z felgami, cena do negocjacji. Tel. 695 649 608
- Sprzedam belkę tylną aluminiową do Renault Megane rocznik 2004. Tel. 530 094 731
- Oponę używaną w dobrym stanie o wym 149/28 z firmy Stomil Olsztyn w rozsądnej cenie. Tel. 695 681 326
- Sprzedam opony zimowe 4 szt tanio-nowe 195/65 R15(opona, felga, kołpak); rower męski 283/7 stan bdb-300zł.; samowary-elektryczne i na węgiel. Tel. 517 770 307
- Sprzedam felgi stalowe 3 x 108 plus opony zimowe 215/66 R16 komplet.; rower męski Pegasus koła 29. Tel. 882 111 292
- Sprzedam-felgi 4 szt Golf 3,

lampa przód; krzesła 6 szt; kruszarka do gałęzi 250zł; dojazdówka-20zł. Dwie komody 4 szuflady. Tel. 731 447 970

- Sprzedam:rower damski 26cali oprzyrządowany-120zł.; rower góral damski aluminiowy-250zł.; gitar elektryczna+wzmacniacz-200zł.; gitara akustyczna-80zł.; narty z wiązaniami-80zł.; rower treningowy stacjonarny-100zł.; Tel. 694 993 607
- Sprzedam butle szklane kpl. 15L, 25l; trociniak-1m; szlifierka kątowa 170m dużej mocy. Tel. 795 300 022
- Sprzedam Jacht żaglowy, klasa typ ELBIMBO długi LC 6,00 szr.BC2,05. Tel. 662 033 954
- Sprzedam parasol ogrodowy czteroramienny-ramię 1,60m i duży parasol bez pokrycia-ramię 3 m. Tel. 604 194 938
- Sprzedam siatkę ogrodzeniową ocynkowaną powlekana plastikiem, różnej wielkości. Tel. 697 638 521
- Hulajnoga, Radio-odtworacz samochodowy CD Sony, reflektory przednie Ford KA 2000r, podnośnik samochodowy, felgi stalowe z oponami 14 cali, deska snowboardowa,. Tanio. Tel. 604 678 082
- Sprzedam figury: mikołaje (duże, małe) krasnale, zwierzęta od 20 do 200cm; formy, maszyny i urządzenia do produkcji. Tel. 788 845 189
- Sprzedam: tuje szmaragdy-60cm-6,5zł i 40cm po 3,50zł.; tuje szmaragdy-100cm-22zł.-140cm-29zł.; tuje szmaragdy 40cm 3,5zł.; tuje brabant80cm-9zł.; bukszpan-40cm-3,5zł, drewno kominkowe suche. Tel. 698 834 544 lub 799 109 529
- Opalarka, monitor 19", fotelik samochodowy, podnośnik samochodowy i spacerówka, podkaszarkę do żywopłoty elektryczną, piła tarczowa ręczna elektryczna, dmuchawa do zbierania liści. tanio. Tel. 604 678 082
- Junkers nowy Lamborgini, belki stopowe betonowe 6,3m, granit łupki na ogniomurki i posadzki, wyciągarka budowlana, drzwi zewnętrzne, nowe. Tel. 788 845 189
- Sprzedam:wieszak sklepowy(okrągły), monitor

18", rzutnik lata 70, biurko, biurko pod komputer, stolik szklany, stół kuchenny, kanapa dziecięca rozkładana, prasownica elektryczna (Sonta) niemiecka, silniki do automatów pralniczych, maszyna do szycia trzynitkowa overlok 1973r. (zabytek) sprawna. Tel. 698 898 448

- Sprzedam nowy odkurzacz wieloczynnościowy, pranie, sprzątanie i inne, prod. Niemcy „Ambasador”; matę masującą na pilota Body Sharp; nowa mata do ćwiczeń rodzinnych. Tel. 510 593 535
- Sprzedam sofę z funkcją spania, mało używana, stan bardzo dobry. Stara Wieś. Tel. 664 252 012
- Telewizor LCD 43,32 cali z DVD, monitor 19" płaski, laptop Toshiba bardzo tanio, fotelik samochodowy, piła łańcuchowa elektryczna, pralka frania. Bardzo tanio. Tel. 604 678 082
- Sprzedam króliki duże, rasa Belgijska; przecinarkę- szlifierkę kątową-Celma 180mm dużej mocy. Tel. 795 300 022
- Sprzedam króliki młode do dalszego chowu, rasa mięsna, Nowa Sól. Tel. 698 639 831
- Lodówka mała 90cm 60zł.; telewizor 28" płaski 180zł; bojler Gamlet 120L80zł.; odkurzacz Zlemer90zł.; kuchenka gazowa -60zł.; grzejnik nowy 60x60cm 70zł.; silnik do pompy60zł.. Tel. 661 855 291
- Ziemniaki paszowe w rozsądnej cenie sprzedam. Tel. 695 681 326
- Sprzedam słomę małą. Kostka i talerzówkę 2,50m Unia Grudziądz cena 2900 zł. Tel. 68 3553458 Tel. kom. 787 830 885
- Szlifierka kątowa wyrzynarka,piła tarczowa ręczna elektryczna, odkurzacz, fotelik dziecięcy samochodowy i spacerówka, farelka. Tanio. Tel. 604 678 082
- Sprzedam drewno opałowe i kominkowe. Tel. 884 205 000

KUPNO

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

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

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

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

- Stare radia, gramofony, mebel, obrazy, lustra kupię. Tel. 601 397 208
- Skup aut, złomowanie pojazdów do 1000zł. Odbiór własnym transportem, mogą być uszkodzone bez przeglądu i OC. Tel. 726 860 601 lub 603 462 462
- Kupię lepik, smołę i busa blaszaka. Tel. 788 845 189
- Kupię telewizory, wiertarki, szlifierki kątowe, wyrzynarki do 10 lat mogą być do naprawy. Tel. 604 678 082
- Kupię auto całe, uszkodzone, może być bez przeglądu i OC, atrakcyjne ceny. Tel. 603 340 832
- Kupię stary samochód minimum 25-letni: Maluch, Fiat, Polonez, Opel, Ford, Audi i inne, również do remontu. Tel. 513 055 300

RÓŻNE

- Odbiorę stare meble, telewizory, pralki, lodówki, gazówki, zmywarki, kaloryfery, złom, wywiozę zbędne rzeczy. Tel. 723 753 196
- Odbiorę gruz budowlany, remontowy, dachówkowy, styropian, piec kaflowy (rozbiore) i inne niepotrzebne rzeczy. Tel. 609 703 878
- Odbiorę zbędne-pralki, lodówki, gazówki, zamrażarki, wanny, bojler, silniki, grzejniki, piece, akumulatory oraz zbędny złom. Tel. 661 855 291
- Dwie tablice na reklamę wynajmę na ul. Wojska Polskiego przy rondzie k/Orlenu, 1) 400cm x 200cm 1900zł./rok; 2) 200cm x 130cm1000zł. /rok. Tel. 501 700 533

PRACA

- OGŁOSZENIA PŁATNE

Wykonam prace ogólnobudowlane, posiadam profesjonalny sprzęt i 20-letni staż. Tel. 695 537 202

Zatrudnię krawcowe do szycia odzieży. Tel. 604 086 618

Korepetycje z j. niemieckiego (poziom podstawowy- rozszerzony), rozwiązywanie zadań. Tel. 513 779 158

Usługi ogólnobudowlane, wykończenia wnętrz. Tel. 729 692 552

- Wykonam malowanie, szpachlowanie, płytki, panele, regipsy i inne remonty. Nowa Sól i okolice 697 924 312
- Popiłuje drzewo. Tel. 723 753 196
- Kompleksowe usługi elektryczne, wykonanie, naprawa instalacji elektrycznych, odbiory, dokumentacja, uprawnienia, długoletnie doświadczenie. Tel. 733 357 919
- ANTENY-montaż, ustawienie anten satelitarnych i naziemnych DVB-T. Cały powiat dojazd do klienta. Tel. 503 837 598
- Wymiana filtra, wiercenie studni, naprawa hydroforów oraz pomp. Proszę dzwonić do godziny 19-tej. Tel. 699 432 641
- Posiadam 20 letni staż (10 lat w Norwegii) w branży budowlano-remontowej, wykona szpachlowanie, malowanie, regipsy, płytki oraz ogólne prace wykończeniowe. Jesteś zainteresowany zadzwoń. Tel. 602 397 590
- Remonty łazienek, płytki+montaż, szpachlowanie, malowanie, montaż stelaży, regipsy, murowanie, tynkowanie, naprawa dachów, docieplenie domów, elewacje. Tel. 537 397 917
- Kompleksowe wykończenia, remonty mieszkań i łazienek, hydraulika wod-kan i co, inst elektryczne upr

(SEP) i inne prace ogólnobudowlane. Tel. 696 894 134

USŁUGI

MASAŻE LECZNICZE REHABILITACJA U PACJENTA W DOMU mgr fizjoterapii Maciej Bezak Nowa Sól i okolice dojazd gratis TEL. 600 385 049

Pranie tapicerek w domu i samochodzie, wszelkie pojazdy. Pranie dywanów, wykładzin. Czyszczenie płytek. Mycie okien. Wystawiamy faktury VAT. Jesteśmy skuteczni już od 10 lat. Parowe-mycie.pl 517 331 808

- Rehabilitacja-masaż, kriolipoliza. Tel 508 538 235
- Serwis, naprawa rowerów. Możliwość transportu. Nowa Sól i okolice. Tel. 606 464 852

ODDAM

- Oddam gruz budowlany, transport we własnym zakresie. Tel. 698 805 051
- Oddam dwie nowe peruki damskie, krótkie włosy. Tel. 605 977 253

ZAPRASZAMY
www.tygodnikkrag.pl

OGŁOSZENIE DROBNE KUPON nr 44
Ogłoszenia do 15 słów!
Kupony ważne tylko z 3 ostatnich tygodni
Ogłoszenia na najbliższe wydanie przyjmujemy do czwartku do godz. 16⁰⁰
PUBLIKOWANE BĘDĄ WYŁĄCZNIE OGŁOSZENIA NIEZAWIERAJĄCE DANYCH OSOBOWYCH.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TEL.

ZAKŁAD POGRZEBOWY S.C.

Jarostaw Nowak

Administrator Cmentarzy Komunalnych w Nowej Soli

POGOTOWIE CAŁODOBOWE: TEL. 603-367-176

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

www.uslpogrzebowe.pl

WĘGIEL

PELLET - LAVA

ZUT - Sawicz

SIEDLIKO

tel. 68/ 388-30-37

606 675 315

ZAKŁAD POGRZEBOWY

Ω OMEGA

Nowa Sól
ul. Chałubińskiego 6

POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h

TEL: 68 387 85 70 lub 601 768 145

www.zakladpogrzebowy-omega.pl

Produkcja okien z ciepłych profili

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

Atrakcyjne ceny producenta

BRAMY • ROLETY • ŻALUZJE • MOSKITIERY

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

TŁUMACZENIA

PRZYSIĘGŁE, RÓŻNE JĘZYKI
DOKUMENTY SAMOCHODOWE
URZĘDOWE I INNE

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

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

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

POSZUKUJEMY GRUNTÓW

do wydzierżawienia pod budowę
farm słonecznych (fotowoltaicznych)

Podstawowe kryteria elektryczności słonecznej:
powierzchnia ok 2-100 ha, bez planu
zagospodarowania terenu, klasa gruntu IV
lub gorsza, bez drzew i zabudowań,
obszar nie objęty formami ochrony
przyrody, linia SN (średniego napięcia)
przebiegająca przez działkę lub w bliskiej
odległości stacja energetyczna GPZ.

Oferujemy atrakcyjne warunki współpracy
ok. 10 000 zł rocznie za 1 ha.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt
pod nr Tel. 519 879 590,

biuro@peo24.pl, Adrian Nycze



MODRZYCA, UL. E. PLATER 42

Pon. - pt.: 7.30 - 16.00

Sobota: 8.00 - 14.00

Możliwość płatności kartą

- ★ Węgiel kamienny MARCEL, JANKOWICE, ZIEMOWIT
- ★ Ekogroszek luzem i workowany
- ★ Brykiet UNION / REKORD
- ★ Pellet LAVA
- ★ Kostki i płyty brukowe ZIEL-BRUK (skład fabryczny)
- ★ Materiały budowlane, ocieplenia (styropian i wełny mineralne)
- ★ Kruszywa budowlane oraz ozdobne, piaski, żwir

ZAMÓWIENIA TELEFONICZNE:

68 355 02 84 • 667 950 205

ZAKŁAD TAPICERSKI

Poszukuję tapicera wykwalifikowanego

Andrzej Sury

OFERUJEMY:

- ♦ renowacja mebli
- ♦ szeroka gama tkanin

ul. 8 Maja 5A (w podwórzu), 67-100 Nowa Sól

tapicer@opoczta.pl

www.zaklad-tapicerski-andrzej-sury.eu

Tel. 509 918 750

CZYNNE:

Pon. - Pt.: 8.00-17.00, Sobota: 8.00 -12.00

EXPERT MEBLE

kuchnie, szafy
garderoby, wnęki
na wymiar.

Atrakcyjne ceny.

Nowa Sól, ul. Graniczna 15
tel. 694 636 766, 606 551 393
www.expertmeble.com.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY



KRYSTIAN BIERNACKI

„ARKA”

ADRES: Nowa Sól, Ul. Staszica 17a (Estakada)

TELEFON 24/7: 887 028 000 • 601 716 070

www.pogrzeby-biernacki.pl

pogrzeby.biernacki.nowasol@interia.pl

1

PIERWSZE KUPUJESZ

2

DRUGIE -50%

3

OKULARY
PRZECIWSŁONECZNE
GRATIS

visionoptyk®
Blżej Ciebie

KOMPLEKSOWE BADANIE WZROKU

Nowa Sól, Pl. Wyzwolenia 7, tel: 518 847 176, pn. - pt.: 10.00 - 17.30, sb. 10.00 - 13.00