

78. ROCZNICA WYBUCHU

Powstania Warszawskiego

- STR. 2, 23

59 lat JEZIORA Zegrzyńskiego!

- STR. 22

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
W TYM 5% VAT



NR 31 (1681)
2 SIERPNIA 2022

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

INDEKS 378461
ISSN 1426-6504

tołowo

M A Z O W I E C K I E

C O T Y D Z I E Ń O D 5 M A J A 1 9 9 0 R O K U

Skosztuj historii naszego miasta...

**RESTAURACJA
LEGIONOWSKA**

www.legionowska.pl
505-360-809

INFORMACJE
zakładu energetycznego
**GDZIE I KIEDY
WYŁĄCZA PRĄD** - str. 16

Musieli pożyczyć 10 mln zł na węgiel

Miejska ciepłownia nie ma środków
na zakup mialu węglowego. Złożono
wniosek o odwołanie prezesa PEC

CZYTAJ NA STRONIE 3

POWIAT
**Ogłosili wakacje
kredytowe** - STR. 3

NIEPORĘT
Zwłoki na przystanku - STR. 3

KRONIKA KRYMINALNA
- STR. 4

WIELISZEW
**Magazyny niezgodne
z planem** - STR. 5

POWIAT
**Ludzie toną,
a u nas spokojnie** - STR. 5
618 nowych zakażeń - STR. 5

LEGIONOWO
Przedszkole na Grudziach? - STR. 5

KULTURA
Festiwal A. Kondratiuka - STR. 8
Nowe „M” dla żołnierzy - STR. 9

DOBRA STRONA SEROCKA
**- Nowy wizerunek
Zegrza** - STR. 19

SPORT - STR. 23, 24

Czy basen jest potrzebny?

- STR. 5

REKLAMA

Kolejny etap inwestycji w Wieliszewie

Villa Park Wieliszew 3

Biuro sprzedaży
692-705-913

PHU
BUDOMUR
www.budomur.pl

MIESZKANIA I DOMY

LODY
by Szymon Sapiecha

LEGIONOWO, UL. BATOREGO 12

— LODY RZEMIEŚNICZE, NATURALNIE —

**LEGIONOWO.** 78. rocznica wybuchu Powstania Warszawskiego

Nie tylko Warszawa walczyła w Powstaniu

W poniedziałek (1 sierpnia) minęła 78. rocznica Wybuchu Powstania Warszawskiego. 1 sierpnia 1944 zbrojne oddziały Armii Krajowej wraz z mieszkańcami stolicy podjęły nierówną walkę z niemieckim okupantem. Podczas Powstania śmierć poniosło blisko 200 tys. osób, a kolejne 600-650 tys. zostało wypędzonych z Warszawy bądź wywiezionych na przymusowe roboty do Niemiec. 1 sierpnia Powstanie wybuchło również w Legionowie

Powstanie Warszawskie wybuchło również na terenie obecnego powiatu legionowskiego. Siły dwóch północnych rejonów „Obrozy” miały ubezpieczać Warszawę z kierunku Modlina. Rejon I miał za zadanie opanować Legionowo, Jabłonnę, Żegrze i zamknąć drogi prowadzące w kierunku Warszawy i Modlina, a potem dążyć do opanowania Nowego Dworu Mazowieckiego. Rzeczywistość szybko zweryfikowała te założenia.

28 lipca, piątek

- Wehrmacht przystępuje do budowy linii obronnej na prawym brzegu Wisły. Ludzie są wzywani do kopania rowów i umocnień.

- Wobec nadchodzącego frontu Niemcy ewakuują się w panice z Legionowa i Jabłonnę. Wojsko niemieckie opuszcza legionowskie koszary podpalając magazyny. Mieszkańcy gaszą pożary i zabierają sprzęt. Żołnierze plutonu 709 i harcerze wynoszą zapasy broni.

- W Warszawie odprawa dowódców rejonów prawobrzeżnych u dowódcy „Obrozy” mjr. Kazimierza Krzyżaka „Bronisława”.

- Po południ dowódca I Rejonu ppłk. „Grosz” zarządza stan pogotowia dla dowódców. Łączniczki czekają na stanowiskach. Broń przygotowana. Intendencja szykuje białoczerwone opaski dla całego pułku.

30 lipca, niedziela

- Dowództwo I Rejonu rozszerza pogotowie dla wszystkich mieszkańców, zabrania opuszczać domy. Żołnierzom nakazuje koncentrację.

- Oddziały batalionu nieporęckiego pod dowództwem ppor. „Zima” zajmują opuszczany przez Niemców obóz jeńców radzieckich w Beniaminowie, uwalniając kilkaset ludzi.

31 lipca, poniedziałek

- Po południ Niemcy zaczynają koncentrować w Jabłonce wielkie siły: oddziały dywizji pancernych „Herman Goering” i „Wiking” przeznaczone do walk frontowych.

1 sierpnia, wtorek

- Rano ok. 400. niemieckich wozów pancernych z Jabłonną wyrusza szosą Strużańską na front. Od godz. 15.00, od strony Rembertowa, słychać odgłosy walk frontowych

- Godzina 16.00. Do Legionowa dociera dwóch łączników z Warszawy.

Płk. „Grosz” odbiera od nich rozkaz o rozpoczęciu powstania. Do I batalionu (Legionowo) rozkaz dociera natychmiast. Do batalionów: II (Jabłonna) i III (Nieporęt) tuż przed 17.00.

- Ok. 16.30 Sztab I Rejonu przenosi się do powstańczego punktu dowodzenia w domu na legionowskim Rynku. Napotyka niemiecki patrol. Dochodzi do pierwszej w Rejonie wymiany ognia. Niemiecki czołg jadący szosą Jabłonna - Żegrze na odgłos toczonych walk ostrzeliwują miasto.

- 17.00 - godzina W. Wyznaczona godzina rozpoczęcia walki.

- Powstańcy zajmują koszarę w Legionowie, niszczą niemieckie warsztaty „Stralo” i zamykają barykadą szosę Legionowo - Struga.

- Podchorążowie „Orzeł” i „Dół”, z jabłonnowskiego oddziału ppor. Stefana Ziemińskiego „Soplicy” przepływają wpław Wisłę w celu rozpoznania sytuacji powstańczej w Warszawie.

- Komunikacja między dowódcą I batalionu z lasu na Bukowcu a oddziałami walczącymi w Legionowie utrzymana jest dzięki cywilnymi ochotnikom, małżeństwu Malechowskim. Przy przekraczaniu szosy mąż zostaje ciężko

ranny, jego misję bohatersko kontynuuje żona.

- Żołnierze III batalionu opanowują las nieporęcki po stację Wieliszew. Atakują samochody niemieckie na szosie Nieporęt-Struga. Przeprowadzają również atak na Żegrze. Udaje im się tam podpalić niemiecki skład paliwa, oddział powstańczy zostaje jednak rozbity. Kilku żołnierzy ginie. Kilku dostaje się do niewoli.

duże siły nieprzyjaciela, co umożliwia koncentrację II Batalionu.

- Około godz. 20.00 walki ustają.

2 sierpnia, środa

- O 4.00 nad ranem patrol powstańczy na szosie w rejonie Bukowa atakuje czołg, jadący z Jabłonną w kierunku Pragi. Po usunięciu uszkodzeń czołg wraz z dwoma innymi,

- Artyleria niemiecka ostrzeliwuje osiedla Legionowo i las na Bukowcu, paląc przy tym szereg domów wzdłuż drogi.

- Ataki żołnierzy III batalionu na samochody niemieckie na szosie Nieporęt-Struga.

- Niemcy zajmują Beniaminów i Nieporęt. Jeden z plutonów 3. Kompanii cofa się na wschód i dołącza do wojsk sowieckich by walczyć u ich boku.

„Fali” atakuje kolumnę czołgów jadących na linię frontu. Trzy czołgi zostają uszkodzone.

- O godz. 10.00 od strony Jabłonną rusza niemieckie natarcie, piechoty i czołgów, na stanowiska powstańcze przy szosie Jabłonna - Żegrze. Powstańcy cofają się do lasu. Niemcy rezygnują z dalszej walki.

- W tym samym czasie od strony Nowego Dworu przyjeżdża niemiecki pociąg z dwoma kompaniami piechoty. Niemcy naprawiają tory uszkodzone przez powstańców 1 sierpnia. Wojsko rozwija w tyralierę na odcinku długości paru kilometrów (od Olszewnicy do lasu Bagno). Przy wsparciu pociągu pancernego atakują stanowiska powstańcze. Dowódca batalionu por. „Znicz” przesyła obrońcom posiłki z oddziałów stacjonujących na Bukowcu - pluton 709 st. bosmana „Fali”. Z odeszczą przybywa także 705 pluton pchor. „Rabczyka” z terenu koszar oraz miejscowy oddział Armii Ludowej. Podczas walk ginie dowódca obrony por. „Kacper” i kilku żołnierzy. Wśród nich Antoni Grabowski „Czerwicz”, a krótko potem jego narzeczona, łączniczka, Henryka Narostkówna.

- Po ciężkiej walce około godz. 15.00 Niemcy wycofują się pospiesznie zostawiając na placu boju swoich poległych. Jest to najpoważniejsze stracie Powstania w I Rejonie.

- W okolicy Nieporętu oddziały III batalionu walczą w lasach z Niemcami pacyfikującymi teren. Wieczorem dowódca batalionu, por. „Bogdan” wobec niemożności dalszego prowadzenia walki dużymi siłami dokonuje reorganizacji tworząc jeden silny oddział pod dowództwem Konstantego Radziwiła „Koraba”. Reszta żołnierzy zostaje odesłana do domów.

red., fot. NAC



Czterech z nich zostaje natychmiast rozstrzelanych.

- Około 18.00, koło Chotomowa patrol saperów sierż. „Czorta” rozłącza tory i zakłada miny. Krótko potem wykoleja się w tym miejscu niemiecki pociąg wojskowy.

Załoga pociągu ostrzelana przez powstańców ewakuuje się w stronę Nowego Dworu. Zostaje zdobyty świetnie wyposażony wagon sanitarny. Sprzęt harcerze przenoszą natychmiast do powstańczego szpitala w Legionowie przy ul. Krasieńskiego.

- W Jabłonce stacjonują

kontynuuje drogę. W Henrykowie i Piekieleku strzela do przydrożnych domów. Ginie pięć osób.

- O świcie Niemcy rozpoczynają atak. Powstańcy zostają wyparci ze stanowisk przy szosie między Jabłonną a Legionowem do lasów oraz z barykady na Strużańskiej do legionowskich koszar.

- Na stanowiskach przy szosie giną ostrzelani przez załogi czołgów dwaj harcerze Zenon Kałamaja „Zienko” i Sławomir Klejment „Huragan”. Trzeci Zbigniew Zakrzewski „Arab”, zostaje śmiertelnie ranny.

- W Chotomowie panuje względny spokój.

- Z nadejściem nocy Powstańcy odzyskują panowanie nad szosami.

- Pluton 723, batalionu nieporęckiego likwiduje bandę żołnierzy węgierskich i niemieckich dokonując nocnych napadów na wsie Poddębice i Skrzyszew.

- Niemcy opanowują w nocy stację Wieliszew i część pobliskiego lasu.

3 sierpnia, czwartek

- Nad ranem, przy szosie Jabłonna, pluton st. bosmana

Z wielkim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

ŚP. ALINY TUREK

Emerytowanej pracownicy
Urzędu Miasta i Gminy w Serocku w latach (1997-2016)

Rodzinie i Najbliższym

składamy wyrazy głębokiego współczucia
i otuchy w tym bolesnym czasie

Przewodniczący
Rady Miejskiej w Serocku
Mariusz Rosiński

Burmistrz Miasta i Gminy
Serock
Artur Borkowski
wraz z pracownikami

Z głębokim smutkiem i żalem żegnamy

ŚP. BARBARĘ WIŚNIEWSKĄ

Wieloletnią Główną Księgową
Miejsko-Gminnego Zakładu Gospodarki Komunalnej
w Serocku

Rodzinie i Najbliższym

składamy wyrazy głębokiego współczucia i otuchy w tym
bolesnym czasie

Przewodniczący
Rady Miejskiej w Serocku
Mariusz Rosiński

Burmistrz Miasta i Gminy
Serock
Artur Borkowski
wraz z pracownikami

Z głębokim żalem i smutkiem

Zawiadamy, że 24 lipca 2022 roku zmarła

PANI BARBARA WIŚNIEWSKA

wieloletnia pracownica, Główna Księgową
Miejsko - Gminnego Zakładu Gospodarki Komunalnej
w Serocku

Wyrazy głębokiego współczucia oraz wsparcia i otuchy
w tych najtrudniejszych chwilach

Rodzinie i Przyjaciółom Zmarłej

składają:

Pracownicy Miejsko - Gminnego Zakładu Gospodarki
Komunalnej w Serocku



Redakcja: Maciej Lerman - Redaktor Naczelny, Jerzy Buze, Kuba Kamiński, Maja Zakaszewska.
Współpraca: Michał Derejski, Wojciech Dobrowolski, Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Zuzanna Maciakiewicz, Jacek Szczepański, Ewa Szulc, Paweł Szyling, Konrad Toporowicz, Jadwiga Wołynik.
Adres: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 92 00, 22 784 92 01; e-mail: toiowo@toiowo.pl.

Biuro ogłoszeń: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 22 22, 22 774 13 31; fax: 22 784 99 70; e-mail: reklama@toiowo.pl.
Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy.

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 - 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.

Druk: Polska Press Łódź.

Wydawca: Agencja TIO Paweł Kozera, e-mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.



LEGIONOWO. Nadzwyczajna sesja Rady Miasta

Miasto pożyczyło 10 mln zł na zakup WĘGLA

Radni podjęli uchwałę o udzieleniu pożyczki z budżetu miasta miejskiej ciepłowni - PEC Legionowo sp. z o.o., na zakup 25 tys. ton mialu węglowego. Spółka nie posiada bowiem wystarczających środków na ten cel. Wpłynął także wniosek o odwołanie prezesa PEC Marka Pawlaka

Radni zostali ściągnięci w trybie pilnym z wakacji, bo okazało się, że miejska ciepłownia - PEC Legionowo nie ma pieniędzy na zakup mialu węglowego. Dlatego na 1 sierpnia br. zwołano Nadzwyczajną Sesję Rady Miasta, podczas której miała zostać podjęta uchwała o udzieleniu pożyczki miejskiej ciepłowni, w wysokości 10 mln zł.

Dlaczego pożyczka?

W uzasadnieniu uchwały podano, że *Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej „Legionowo” Spółka z o.o. w związku z kilkukrotnym wzrostem cen węgla nie posiada wystarczających środków finansowych na zakup mialu węglowego*. Środki te mają zostać przeznaczone na zakup przez Spółkę ok. 25.000 ton mialu. Zastępca prezydenta miasta Marek Pawlak, który jednocześnie zajmuje stanowisko prezesa

spółki PEC, tłumaczył, że mógłby zwrócić się o pożyczkę do banku, ale pożyczanie tych pieniędzy od miasta podobno ma być dla wszystkich bardziej opłacalne.

Splata pożyczki, która zabezpieczona jest wekslem in blanco, ma nastąpić do dnia 31 sierpnia 2024 r. Natomiast oprocentowanie jej wynosi 8,1% w skali roku. Szczegółowe warunki pożyczki, ma określić osobna umowa. A wykonanie uchwały powierzono Prezydentowi Miasta Legionowo.

Kto za to zapłaci?

Dyskusja nad uchwałą toczyła się w gorącej atmosferze. Prezydent miasta Roman Smogorzewski i jego z-ca Marek Pawlak (jednocześnie prezes PEC - przyp. red.), całą odpowiedzialność za trudną sytuację ciepłowni i podwyżki cen paliwa przerzucali na rząd. Jednocześnie zbywali

pytania i atakowali radnych opozycji, którzy chcieli się czegoś więcej dowiedzieć, choćby o sytuacji finansowej spółki PEC. Bez jasnej odpowiedzi pozostali np. pytania o to, kto w rzeczywistości będzie zmuszony do spłacania pożyczki z budżetu miasta. Według radnego Artura Pawłowskiego, koszty tej pożyczki zostaną przerzucone na mieszkańców, którzy będą musieli ponosić jeszcze wyższe opłaty. Ostatecznie radni zdecydowali większością głosów podjęli uchwałę o udzieleniu pożyczki miejskiej spółce.

Wniosek o odwołanie prezesa

Podczas sesji radny Artur Pawłowski złożył wniosek do prezydenta Smogorzewskiego oraz Rady Nadzorczej PEC o odwołanie Marka Pawlaka ze stanowiska prezesa spółki. W uzasadnieniu możemy m.in.

przeczytać, że w ostatnim roku suma podwyżek, którymi PEC obciążył mieszkańców bloków osiągnęła kwotę ok. 1,5 mln zł miesięcznie w skali całej spółdzielni. Co daje prawie 18 mln zł w skali roku. Natomiast pożyczka w wysokości 10 mln zł na zakup węgla to zapowiedź kolejnej podwyżki. Zdaniem radnego, nieustanne podnoszenie opłat w ciągu ostatnich lat, skłania do refleksji, że zarząd spółki PEC - zwłaszcza Prezes Marek Pawlak nie wyciągają żadnych wniosków, aby obniżyć koszty obciążające mieszkańców. Według radnego, dywersyfikacja źródeł pozyskiwania energii np. fotowoltaika czy geotermia pompy ciepła, mogłyby spowodować milionowe oszczędności dla mieszkańców.

Wniosek ten zapewne będzie rozpatrywany na następnej sesji rady miasta.

Wojciech Dobrowolski

LEGIONOWO. Prawo i Sprawiedliwość pozwoli „zamrozić” kredyty

Ogłosili wakacje kredytowe

W piątek (29 lipca) w Legionowie odbył się briefing prasowy dotyczący tzw. wakacji kredytowych. W spotkaniu udział brali m.in.: poseł na sejm, Wiceminister Rozwoju i Technologii Piotr Uściński i posłanka Dominika Chorościńska oraz przedstawiciele powiatu, miasta Legionowo oraz gminy Wieliszew

Podjęta przez rząd w lipcu ustawa dot. wakacji



kredytowych pozwala na „zamrożenie” 4 rat kredytu w 2022 r. oraz 4 rat kredytu w 2023 r.

W briefingu uczestniczyli również samorządowcy: Wicestarosta Legionowski,

Radni Powiatu Legionowskiego Artur Stankiewicz i Marek Kuska, Radni Miasta Legionowo Katarzyna Skierkowska-Pacocha i Artur Pawłowski oraz pełnomocnik Gminy

Wieliszew Longin Jankowski. Adam Lubiak - Starosta Wołomiński - Pełnomocnik Okręgowy Prawa i Sprawiedliwości (Okręg 40)

red.

NA SYGNALE

LEGIONOWO

POŻAR NA REYMONTA

W niedzielę (31 lipca) około godz. 19.00 przy ul. Reymonta w Legionowie doszło do pożaru w domu jednorodzinnym. Do akcji zadysponowano jeden zastęp strażaków. Przyczyną pożaru okazała się maszyna do strzyżenia podłączona w łazience. Jeszcze przed przybyciem służb mieszkańcy ugasili pożar. Działania staży polegały na przewietrzeniu mieszkania oraz sprawdzeniu pomieszczeń. Nikomu nic się nie stało.

WIELISZEW

ZDERZENIE OSOBÓWKI I JEDNOŚŁADU

W piątek (29 lipca) przed 18.00 na ul. Modlińskiej w Wieliszewie doszło do groźnego wypadku z udziałem motocykla i osobówki. Na miejsce wysłano wszystkie służby. Z ich relacji wynika, że kierujący motocyklem wymagał udzielenia pierwszej pomocy jednak po opatrzeniu został na miejscu. Kierowcy osobówki nic się nie stało.

LEGIONOWO

ZDERZENIE OSOBÓWKI Z AUTOBUSEM

W piątek (29 lipca) około godz. 15.00 przy ul. Suwalnej w Legionowie doszło do groźnej kolizji osobówki z autobusem. Na wysokości ul. Suwalnej 15 zaparkowany Opel stoczył się z parkingu i uderzył w nadjeżdżający autobus linii 731. W wyniku zdarzenia nikomu nic się nie stało.

LEGIONOWO

CHODZIŁA PO TOROWISKU, CHCIAŁA POPEŁNIĆ SAMOBÓJSTWO?

Policjanci z Legionowa pomogli 30-letniej kobiecie, która kilka dni temu spacerowała po torowisku w Legionowie. Kilka chwil później przejechał pociąg. Do zdarzenia doszło około godz. 14.00 wtedy też policjanci odebrali zgłoszenie od dyżurnego ruchu kolei. Po przybyciu na miejsce zauważyli kobietę, która spacerowała po torowisku, zaś torem nadjeżdżał towarowy pociąg. Policjanci odciągnęli kobietę w ostatniej chwili. Na miejsce wezwano pogotowie, które zabrało kobietę do szpitala. Dzięki szybkiej akcji policji nie doszło do tragedii.

red

NIEPORĘT

Zwłoki na przystanku

W środę (27 lipca) około godz. 7.00 przy ul. Jana Kazimierza w Stanisławowie Pierwszym znaleziono zwłoki mężczyzny

Jak udało nam się dowiedzieć, zwłoki 47-letniego mężczyzny znajdowały się na przystanku autobusowym w kierunku Warszawy. Na miejsce zadysponowano Policję, która zajęła się ustaleniem okoliczności śmierci oraz prokuratora.

Około godz. 10.30 służby zakończyły swoje działania. Jak podawała Prokuratura, do śmierci mężczyzny nie przyczyniły się osoby trzecie. Zaś prokuratura odstąpiła od czynności, ciało mężczyzny zostało przekazane rodzinie.

red

Całodobowy numer interwencyjny TiO

22 784 92 01

Byłeś świadkiem czegoś ważnego?
Chcesz, żebyśmy zajęli się Twoją sprawą?
Zadzwoń na nasz całodobowy numer interwencyjny
lub napisz na toiowo@toiowo.eu

Sprostowanie

Sprostowanie Przewodniczącego Rady Gminy Wieliszew do artykułu „Radny od 6 lat „olewa” wyrok sądu” (TiO Nr 29/2022)

W związku ze skargami kasyjnymi pana Grzegorza Zbrocha, na uchwałę Rady Gminy Wieliszew nr 239/XVII/2000 z dnia 7 listopada 2000 roku w przedmiocie studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego (...) zostały wydane wyroki przez Wojewódzki Sąd Administracyjny w Warszawie oraz Naczelny Sąd Administracyjny, zgodnie z którymi Rada Gminy Wieliszew zobowiązana była do dopuszczenia w nowym studium uwarun-

kowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy Wieliszew, uchwalonym uchwałą Rady Gminy Wieliszew nr XXXVII/373/2013 z 5 grudnia 2013 roku dla działki 541 we wsi Kafuszyn, funkcji zabudowy przemysłowej, składowej i/ lub usługowej.

Konsekwencją zmiany funkcji w obowiązującym studium było uchwalenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, obecnie obowiązujące-

go na podstawie uchwały nr XXXIX/367/2017 roku, którego ustalenia zgodnie z art. 20 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (stan prawny na dzień uchwalenia planu) nie mogły naruszać ustaleń studium.

W obowiązującym planie, teren przeznaczony jest pod obiekty produkcyjne składy i magazyny oraz zabudowę usługową. Rada Gminy w miejscowym planie wprowadziła także konieczność realizacji zieleni izolacyjnej od terenów sąsiadującej zabudowy mieszkaniowej, aby zminimalizować negatywne oddziaływanie na tereny sąsiednie.

Dodatkowo Wójt Gminy Wieliszew, w zarządzeniu o przyjęciu bądź odrzuceniu uwag do Miejsowego Planu

ograniczył oczekiwania Pana Grzegorza Zbrocha m.in. w odniesieniu do wysokości bloków do produkcji betonu, zmniejszając ich wielkość o połowę, oraz nie zgadzając się na rezygnację ze stref izolacyjnych. Rada Gminy Wieliszew potwierdziła te rozstrzygnięcia w uchwale o planie zagospodarowania dla działki 541 w roku 2017.

Dlatego uważamy, że nieprawdą jest zawarte w artykule stwierdzenie „Radni uwzględnili bowiem uwagi swojego kolegi a byli głusi na podobne wnioski jego sąsiadów”.

Nieprawdziwą jest też informacja, iż w 2016 roku Rada Gminy Wieliszew uchwaliła nowe Studium Uwarunkowań i Kierunków

Rozwoju Zagospodarowania Przestrzennego.

Studium Uwarunkowań i Kierunków Rozwoju Zagospodarowania Przestrzennego, Rada Gminy Wieliszew uchwaliła 5 grudnia 2013 roku, czyli przed uprawomocnieniem się decyzji o rozbiórce.

Nieprawdziwą informacją jest, iż w 2017 roku uchwalony został nowy miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego, który przekształcał teren działki 541 z mieszkaniowego na przemysłowy. Wyrokiem z 7 kwietnia 2014 roku Wojewódzki Sąd Administracyjny stwierdził nieważność wspomnianego w artykule planu z 2010 roku dla tej działki.

Działania Rady Gminy Wieliszew zmierzają-

ce do uchwalenia funkcji w obowiązującym studium i miejscowym planie były zastosowaniem się do wyroków Naczelnego Sądu Administracyjnego i Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego.

Należy zwrócić uwagę, że tak jak Gmina Wieliszew, obowiązana była do stosowania się do wyroków Sądów, tak samo nie budzi naszej wątpliwości, iż Pan Grzegorz Zbroch powinien przestrzegać zapisów obowiązującego prawa i respektować prawomocny wyrok Naczelnego Sądu Administracyjnego w kwestii rozbiórki obiektów betoniarń.

Przewodniczący Rady Gminy Wieliszew



Wybierz tradycyjne smaki ze znakiem jakości
Bez dodatku fosforanów, glutaminianu sodu, barwników.

Na grilla poleca Klaudia Budny Finalistka MasterChef
Kaszanka Grotowska Cienka Grill • Karkówka Grotowska Wieprzowa

„Europejski Fundusz Rolny
na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich:
Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.

Uratowali niedoszlą samobójczynię

Dzielnicy z Legionowa dosłownie w ostatniej chwili pomogli kobiecie, której życie było zagrożone. Zgłoszenie dotyczyło kobiety, która chodziła po torowisku w Legionowie. Funkcjonariusze podbiegli do 30-latk, zatrzymali ją i wraz z kobietą odeszli w bezpieczne miejsce. Chwile potem po jednym z torów przejechał pociąg.

Kilka dni temu po godz. 14:00 dyżurny legionowskiej komendy otrzymał zgłoszenie od dyżurnego ruchu kolei o kobiecie, która chodziła po torowisku, stwarzając zagrożenie dla własnego życia.

Dwaj dzielnicy z Legionowa pilnie udali się we wskazane miejsce i rozpoczęli poszukiwania kobiety. Po kilku minutach zauważyli osobę chodzącą po torowisku, a na jednym z torów zbliżający się pociąg towarowy. Reakcją był natychmiastowy, mundurowi podbiegli w jej kierunku i odciągnęli na bezpieczną odległość od torowiska.

Kiedy sytuacja została opanowana i kobieta była już bezpieczna, funkcjonariusze wezwali pogotowie ratunkowe, które po przybyciu na miejsce zabrało kobietę do szpitala.

Szybkie działanie i zaangażowanie dyżurnego kolei i legionowskiej komendy oraz sprawność patrolu interweniującego pozwoliły uniknąć tragedii i uratować kolejne ludzkie życie.

PUŁTUSK. Chciała telefon, została oszukana

Każdy z nas lubi robić zakupy, a szczególnie siedząc w zaciszu domowym. Szukając wyjątkowych okazji przeglądamy portale aukcyjne oraz sklepy internetowe. Jednak czasem chęć zaoszczędzenia i roztargnienie wykorzystują oszuści. Przekonała się o tym 20-letnia mieszkanka powiatu pułtuskiego, która chciała kupić telefon komórkowy, jednak nie otrzymała zakupionego towaru ani nie odzyskała wpłaconych pieniędzy. Bądźmy bardzo ostrożni podczas dokonywania tego rodzaju transakcji.

Do pułtuskiej komendy zgłosiła się 20-letnia mieszkanka naszego powiatu, która została oszukana w internecie. Straty oszacowała na kwotę 570 złotych. Zgłaszająca poinformowała, że za pośrednictwem jednego z portali internetowych kupiła telefon komórkowy. Ustaloną kwotę wpłaciła na wskazane przez sprzedającego konto bankowe, po czym kontakt ze sprzedającym się „urwał”, do dziś nie otrzymała zamówionego telefonu.

mundurowi z Komisariatu Policji w Czosnowie udali się do miejscowości Kązów Bielany. Posiadali informację, że na jednej z posesji w tej miejscowości, przebywa poszukiwany mężczyzna.

42-letnik uchylił się od odpowiedzialności karnej. Zgodnie z nakazem doprowadzenia, wydanym przez Sąd Rejonowy w Pruszkowie, do odbycia miał karę 119 dni pozbawienia wolności.



Na miejscu zastali zaskoczonego wizytą mundurowych mężczyznę. Został przez nich zatrzymany. Jeszcze tego samego dnia trafił do jednostki penitencjarnej.

NOWY DWÓR MAZ. Pijani rowerzyści

26 lipca br. nasielscy policjanci zatrzymali do kontroli drogowej mieszkańca powiatu ciechanowskiego. Kierujący lanosem 29-latek nie dość, że prowadził pojazd w stanie nietrzeźwości to jeszcze nie posiadał uprawnień do kierowania. Grozi mu kara do 2 lat więzienia. Postępowanie jest prowadzone pod nadzorem pułtuskiej prokuratury.

We wtorek około godz. 21:30 policjanci nasielskiej prewencji, ul. Płońskiej zatrzymali do kontroli drogowej kierującego lanosem. Podczas interwencji mężczyzna był wyraźnie zdenerwowany. Mundurowi wyczuli też od niego woń alkoholu.

Przeprowadzone badanie stanu trzeźwości, wykazało, że mieszkaniec gminy Głinojeck w wydychanym powietrzu ma 0,63 promila alkoholu. Na dodatek po sprawdzeniu w policyjnym systemie okazało się, że w ogóle nie posiada prawa jazdy.

Zgodnie z art. 178a par. 1 kodeksu karnego, za prowadzenie pojazdu mechanicznego znajdując się w stanie nietrzeźwości, grozi kara do 2 lat pozbawienia wolności. Natomiast za kierowanie bez wymaganych uprawnień, zostanie skierowany przeciwko niemu wniosek do sądu.

Postępowanie w tej sprawie jest prowadzone pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Pułtusku.

CZOSNÓW. 119 dni odsiadki

W piątek funkcjonariusze z czosnowskiego komisariatu, zatrzymali 42-latkę z Pruszkowa. Mężczyzna był poszukiwany. Do odbycia miał karę 119 dni pozbawienia wolności. Trafił do jednostki penitencjarnej.

29 lipca 2022 roku przed południem,

LEGIONOWO. Zakłócili ciszę nocną, znaleźli przy nich narkotyki

Legionowscy policjanci interweniowali na jednym z osiedlowych boisk w związku z zakłóceniem ciszy nocnej. Na miejscu zastali grupę osób, które zostały wylegitymowane. Efektem podjętej interwencji było zatrzymanie dwóch mężczyzn podejrzanych o posiadanie środków odurzających. Jeden z zatrzymanych okazał się być również poszukiwany przez wymiar sprawiedliwości.

Do interwencji doszło kilka dni temu po godzinie 22. Dyżurny otrzymał zgłoszenie o grupie osób na osiedlowym boisku, która zachowuje się głośno i zakłóca spoczynek nocny mieszkańców. Skierowani na miejsce policjanci na boisku zastali trzech mężczyzn. Osoby zostały wylegitymowane i sprawdzone w policyjnej bazie. Okazało się, że jeden z nich, 47-latek jest poszukiwany przez legionowski sąd. Mężczyzna, na podstawie wydanego przez sąd nakazu doprowadzenia, ma do odbycia karę 6 miesięcy pozbawienia wolności z kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości.

Ponadto podczas interwencji 47-latek próbował ukryć przed mundurowymi środki odurzające, przekazując je stojącemu obok koledze. Jednak ten fakt nie umknął uwadze mundurowych i natychmiast zabezpieczyli pudełko z białym proszkiem.

Obaj 47-latkowie zostali zatrzymani i przewiezieni do komendy. Narkotester wskazał, że zabezpieczony proszek to mefedron. Mieszkańcy Legionowa usłyszeli zarzut posiadania środków odurzających. Za popełnione przestępstwo grozi im kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Poszukiwany mężczyzna trafił do zakładu karnego, gdzie obędzie karę pozbawienia wolności za wcześniejsze przestępstwo.

KPP: Legionowo/
Nowy Dwór Maz./ Pułtusk



19 VI Niedziela

KONCERT

Pałacowe Spotkania z Muzyką

Recital wokalny "Muzyczna podróż od opery do Gershwinia"

Anna Pastor- mezzosopran, Julia Gaydashevska- fortepian

godz. 14:00 WSTĘP WOLNY

Pałacowy Salon Naukowy

Wykład: "Między klasyką a współczesnością"

dr hab. Aleksandra Dziurosz

godz. 16:30 WSTĘP WOLNY

Zwiedzanie z przewodnikiem

"NOCNE ZWIEDZANIE PAŁACU
I MAŁEJ ARCHITEKTURY PARKOWEJ"

godz. 21:00

Obowiązują bilety: 35zł normalny, 25zł ulgowy
REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu, biletyna.pl
LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

Pałacowa Kawiarenka

godz. 13:30-16:30



www.palacjablonna.pl

Znajdź nas na
facebook



WIELISZEW. 700 nowych miejsc pracy w powiecie?

Toczy się postępowanie środowiskowe ws. budowy ogromnych hal magazynowych na terenie o pow. 11 ha na Łajskach. Chodzi o działki, na których obecnie funkcjonuje parking samochodowy należący do spółki ARS Altman na tyłach Starostwa Powiatowego w Legionowie

Budowa hal magazynowych wraz z segmentami socjalno-biurowymi pozwoli na powstanie ponad 700 miejsc pracy. Obecnie w wieliszewskim urzędzie toczy się postępowanie, które ma ustalić czy inwestycja w ogóle będzie mogła powstać. Chodzi o 9 działek o pow. 11 ha, położonych pomiędzy ulicami Sikorskiego, Kolejową, Kościelną i Fabryczną w miejscowości Łajski. Zapowiedziano, że budowa tych obiektów ma potrwać około 5 miesięcy.

Jedna, ogromna kondygnacja?

Miejscowy Plan Zagospodarowania Przestrzennego obecnie przewiduje w tym miejscu możliwość zabudowy jednokondygnacyjnej. Inwestor na wskazanym terenie chce zbudować hale magazynowe o konstrukcji stalowej lub żelbetowej, z dachem płaskim lub z niewielkim spadkiem o wysokości do 14,4 m. Warto podkreślić, że to wysokość około 5 standardowych pięter zakładając, że zwykle strop znajduje się na wysokości 2,7 m. Do tej pory wnioski inwestycyjne na



MAGAZYNY NA TERENIE ALTMANA NIEZGODNE z planem zagospodarowania?

budynki wyższe niż 3m były odrzucane.

Produkcja i dystrybucja

Z informacji inwestora, przedłożonych władzom gminy wynika, że w planowanych obiektach przewidziana jest możliwość prowadzenia działalności z zakresu sortowania i magazynowania paczek, usług oraz lekkiej produkcji, która nie będzie oddziaływać na środowisko. W dokumentach mowa jest również, że praca w halach ma być oparta o rozładunek i przeładunek produktów, ich magazynowanie, sortowanie

i przekazywanie do dalszej dystrybucji i sprzedaży. Towary będą transportowane przy użyciu samochodów ciężarowych na zbudowanych na tych działkach rampach. Na terenie ma powstać jeszcze stacja gazowa podwyższonego średniego ciśnienia oraz zbiornik na olej opałowy, z gazem i ewentualnie z glikolem.

Wielkie przedsięwzięcie

Z dokumentów inwestora wynika, że zabudowa przemysłowa zajmie około 7,5 ha, a powierzchnia użytkowa planowanych parkingów wraz z towarzyszącą im

infrastrukturą wyniesie prawie 3 ha. Profil planowanych usług na tym terenie wymusza tam budowę prawie 1,5 km dróg. Wyczerpanie przedstawione w dokumentach zakładają, że w ciągu doby przejedzie tędy 140 samochodów osobowych i 70 ciężarówek. Jest to informacja, która kładzie cień na całą inwestycję. Władze gminy Wieliszew mają trudny orzech do zgryzienia - mają możliwość zezwolenia na stworzenie 700 nowych miejsc pracy, ale kosztem spokoju mieszkańców. Do sprawy będziemy wracać.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. Czy basen znowu będzie działać?

Co dalej z basenem przy ul. Królowej Jadwigi?

Władze miasta pytają mieszkańców, co dalej z basenem przy ul. Królowej Jadwigi, która zamknięta jest od ponad 2 lat!

Basen znajdujący się przy ul. Królowej Jadwigi w Legionowie jest zamknięty od wiosny 2020 r. Władze miasta nie chcą otworzyć obiektu, bowiem ich zdaniem generuje on ogromne koszty. 15 lipca br. na stronie internetowej pływalni pojawiła się ankieta, badająca potrzeby legionowian w zakresie otwarcia tego obiektu. Musimy w niej podać imię i nazwisko, wiek, status zawodowy

i dzielnicę Legionowa, w której się mieszka. Potem odpowiadamy na pytania dot. m. in. częstotliwości i preferencji korzystania z obiektu w przyszłości. Należy też zadeklarować, ile jesteśmy gotowi zapłacić za jednorazowe wejście na pływalnię – 18 zł, 20 zł, 22 zł i powyżej 22 zł. W badaniu nie mogą wziąć udziału dzieci w wieku szkolnym. Przez 3 ostatnie tygodnie, legionowanie nie mogli korzystać również z pływalni „Wodne Piaski”, w której przeprowadzono przegląd techniczny. Od 25 lipca br. można z niej korzystać w godz. 6-22.

Paulina Nowicka



POWIAT. Rośnie liczba utonięć

Od początku kwietnia w Polsce utonięło ponad 210 osób, a tylko w lipcu 58 osób. Natomiast w ostatni weekend utonięły 3 osoby. Według statystyk Legionowskiego Wodnego Pogotowia Ratunkowego, na naszym terenie od początku kwietnia utonięła tylko jedna osoba

Jak podaje PAP (Polska Agencja Prasowa przyp. red.) w miniony weekend utonięły 3 osoby. Zdarzenia miały miejsce w piątek. Był to jeden ze spokojniejszych weekendów od początku wakacji.

Ludzie toną, a u nas spokojnie

Pogoda ma znaczenie

Jak udało nam się dowiedzieć od Krzysztofa Jaworskiego, prezesa Legionowskiego Wodnego Pogotowia Ratunkowego miniony weekend był jednym z najspokojniejszych od początku sezonu. Wpływ na to miała m.in. pogoda oraz sinice, które zakwitły na jednym z legionowskich akwenów.

Toną pomimo ostrzeżeń

Rządowe Centrum Bezpieczeństwa na swoich profilach w mediach społecznościowych

przypomina zasady bezpieczeństwa nad wodą. Apeluje, aby nigdy nie wchodzić do wody po wypiciu alkoholu,

pływać jedynie w wyznaczonych miejscach oraz stosować się do poleceń ratownika.

red.



POWIAT. Chcą niższych rachunków za prąd!

Fotowoltaika na dachach dwóch legionowskich szkół średnich i DPS Kombatant

Starostwo Powiatowe w Legionowie planuje zamontować panele fotowoltaiczne na dachach Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej, Powiatowego Zespołu Szkół Ponadpodstawowych im. Jerzego Siwińskiego i Domu Pomocy Społecznej Kombatant w Legionowie

Powiat Legionowski planuje ze względów ekonomicznych i ekologicznych zainstalowanie paneli fotowoltaicznych na zarządzanych przez siebie obiektach. Panele mają być zamontowane na dachach Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej przy ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego, Powiatowego Zespołu Szkół Ponadpodstawowych im. Jerzego Siwińskiego przy ul. Targowej i Domu Pomocy Społecznej Kombatant przy ul. Jagiellońskiej w Legionowie. Obecnie urzędnicy muszą określić moc instalacji.

Paulina Nowicka

JABŁONNA. Dofinansowanie z Funduszu Przewozów Autobusowych

Nowa linia z dofinansowaniem

Powiat Legionowski pozyskał kolejne dofinansowanie w ramach Funduszu Przewozów Autobusowych o charakterze użyteczności publicznej. Dotację w kwocie 87 tys. zł otrzymała uruchamiana od 16 sierpnia na terenie gminy Jabłonna bezpłatna linia nr 9 P

Początek trasy linii nr 9 P został określony we wsi Trzciany, następnie autobusy pojadą ulicą Sołecką do drogi wojewódzkiej nr 630 i w miejscowości Skierdy skręcą w ulicę Nadwiślańską. Dalej trasa biegnie ulicą Mazowiecką do ulicy Golfowej i do drogi wojewódzkiej nr 630 w kierunku Jabłonna. Ulicą Modlińską przez centrum Jabłonna (stary ślad drogi krajowej) autobusy pojadą aż do skrzyżowania z obwodnicą i dalej ulicami Marmurów, Przylesie i Akademijną wrócą do ulicy Modlińskiej, aby pojechać w kierunku Chotomowa. Za wiaduktem w Chotomowie skręcą w ulicę Kolejową i dalej pojadą w kierunku Legionowa do pętli przy Starostwie Powiatowym w Legionowie.

red. / Starostwo Powiatowe w Legionowie

LEGIONOWO. Decyzja w starostwa

Publiczne przedszkole przy ul. Krótkiej na Grudziach?

Władze miasta Legionowo złożyli wniosek do Starostwa Powiatowego o zezwolenie na budowę publicznego przedszkola przy ul. Krótkiej na legionowskich Grudziach.

W przeszłości na działce znajdującej się przy zbiegu ul. Krótkiej i ul. Jasnej na Grudziach miało również powstać przedszkole, ale prywatnie. Budynek przedszkola ma mieć kubaturę 2,5 tys. m³ i ma być zrealizowane na miejskiej działce o pow. 2 tys. m².

Paulina Nowicka

POWIAT. Rośnie liczba zachorowań na Covid-19 618 zakażeń w kraju, 2 w powiecie

Ministerstwo Zdrowia w poniedziałek (1 sierpnia) podało informację o 618 nowych zakażeniach

Wiceminister Zdrowia Waldemar Kraska mówił na antenie Radia Gdańsk, że „widać wyhamowanie fali, ten tydzień pokaże w jakim etapie pandemii jesteśmy”.

Zgodnie z opublikowanymi danymi, ostatniej doby odnotowano 618 zakażeń, z czego 545 zakażeń to nowe zachorowania. Minionej doby nikt nie zmarł z powodu Covid-19, ani chorób współistniejących. Jak zauważył minister, wzrost do poprzedniej niedzieli wyniósł około 5%.

W powiecie legionowskim minionej doby odnotowano 2 zakażenia. Ostatni zgon na terenie powiatu z powodu Covid-19 i chorób współistniejących odnotowano 16 czerwca br.

red

Lato z bonem turystycznym - zostało niewiele czasu

Tylko do 30 września tego roku można skorzystać z bonu turystycznego. Na prawie 660 tys. uprawnionych osób w województwie mazowieckim wciąż nieaktywnych jest około 123 tys. bonów

„Korzystając z bonu rodzice mogą płacić m.in. za usługi hotelarskie lub imprezy turystyczne w Polsce. Do tej pory transakcje opłacone za pośrednictwem bonu wyniosły - według danych dla województwa mazowieckiego - około 377 mln zł” - mówi Grzegorz Dyjak z biura prasowego ZUS.

Bon przyznawany jest na dziecko urodzone do końca 2021 r., na które przysługuje świadczenie wychowawcze lub dodatek wychowawczy „Rodzina 500 plus”. Rodzice dzieci urodzonych w ostatnich miesiącach ubiegłego roku (październik - grudzień) także mogą wykorzystać bon turystyczny, mimo że wnioski o 500 plus złożyli po 31 grudnia 2021 r. Ważne, żeby zrobili to w ciągu trzech miesięcy od narodzin. Zgodnie z przepisami rodzice mają trzy miesiące na złożenie wniosku o 500 plus, licząc od dnia urodzenia dziecka. Oznacza to, że opiekunowie, którzy złożyli wniosek na początku 2022 r., na dziecko urodzone w 2021 r., też mogą liczyć na bon.

Na dziecko przysługuje jeden bon w wysokości 500 zł. Dzieci z orzeczoną niepełnosprawnością dostaną dwa boni w wysokości 500 zł, jednak, aby otrzymać drugi, należy złożyć odpowiednie oświadczenie na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Bon turystyczny jest dostępny tylko na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Wystarczy wejść na swój profil, w zakładkę „ogólny”, po lewej stronie ekranu jest zakładka „bon turystyczny”. Po kliknięciu w nią należy uzupełnić niezbędne dane kontaktowe, czyli adres e-mail i numer telefonu komórkowego. Aktywować bon można w dowolnym momencie, nawet na dzień przed planowanym wyjazdem.

Bon przyznawany jest w formie dokumentu elektronicznego, ma 16-cyfrowy numer. Nie podlega wymianie na gotówkę ani inne środki płatnicze. Można nim płacić kilkakrotnie, aż do wyczerpania kwoty. Bon turystyczny ważny jest do końca września tego roku. Do tego czasu trzeba zrealizować płatność bonem, a sama usługa może się odbyć nawet po tej dacie.

Płatności można dokonywać w podmiotach, które zarejestrowały się na liście Polskiej Organizacji Turystycznej. Ich lista jest dostępna na stronach www.bonturystyczny.gov.pl, www.pot.gov.pl oraz www.polska.travel. Dla wszystkich, którzy mają pytania związane z funkcjonowaniem bonu, Zakład Ubezpieczeń Społecznych uruchomił specjalną infolinię (codziennie w godz. 7.00-20.00) pod numerem 22-11-22-111, a pytania można też zadawać, pisząc na adres: bon@zus.pl.

Tatry, Bieszczady, Sudety oraz wybrzeże Morza Bałtyckiego to według danych pochodzących z aplikacji Yanosik najczęściej wybierane kierunki turystyczne w czasie wakacji. W czasach szalejącej inflacji obranie miejsca na wymarzony odpoczynek często dyktują... ceny. Na wysokość wakacyjnych wydatków znacznie wpływa jedzenie „na mieście”. Eksperci z aplikacji PanParagon postanowili sprawdzić, gdzie więcej zapłacimy za posiłki w punktach gastronomicznych: w górach czy nad morzem

2022 rok upływa nam pod znakiem najwyższej od lat inflacji. Ceny nie rozpieszczają w niemal każdej dziedzinie życia. Drożyzna uderza w portfele Polaków także w czasie letniego odpoczynku. Na finalny koszt wyjazdu wakacyjnego wpływają nie tylko koszty związane z noclegami i transportem, ale także jedzeniem „na mieście”.

– Główną funkcją aplikacji PanParagon jest przechowywanie paragonów. Dzięki temu do naszego systemu trafiają anonimowe informacje o cenach różnego rodzaju produktów i usług. W pełni sezonu wakacyjnego postanowiliśmy sprawdzić koszty jedzenia „na mieście” w najpopularniejszych miejscowościach turystycznych w górach oraz nad morzem. Spośród paragonów

Morze vs góry

Gdzie płacimy więcej za jedzenie w punktach gastronomicznych?

PRODUKT	MORZE	GÓRY
Lody	7,23 zł	7,69 zł
Frytki	10,07 zł	8,95 zł
Kebab	19,10 zł	22,00 zł
Pizza	36,63 zł	31,50 zł
Schabowy	28,17 zł	29,73 zł
Pierogi	24,02 zł	22,07 zł
Suma	125,22 zł	121,94 zł

Objaśnienie: dane przedstawiają średnią cenę uniwersalnych posiłków jadalnych podczas wakacji w punktach gastronomicznych. Badany okres: 1 czerwca - 17 lipca 2022. Źródło: aplikacja PanParagon.

PanParagon

GÓRY czy MORZE? Gdzie więcej zapłacimy za jedzenie w restauracjach?

pochodzących z lokali gastronomicznych wytypowaliśmy przekąski oraz dania, które są uniwersalne dla obu regionów. W ten sposób otrzymaliśmy podstawę do wiarygodnych porównań – komentuje Antonina Grzelak z aplikacji PanParagon. Gdzie jest zatem drożej: w górach czy nad morzem?

Smaki lata

Lody, frytki, kebab, pizza, kotlet schabowy i pierogi to jedne z najczęściej wybieranych posiłków w czasie wakacji, niezależnie od tego czy znajdujemy się nad morzem czy w górach. To właśnie te produkty zostały ujęte w niniejszym badaniu. Smaki regionalne tj. góralski oscypek czy typowy dla polskiego wybrzeża dorsz celowo zostały wyeliminowane z badania,

by uniknąć przekłamań w porównaniu cen. Jak zatem przedstawia się rozkład cenowy w restauracjach i punktach gastronomicznych z podziałem na polskie góry oraz morze?

Nadmorska drożyzna?

Jak się okazuje za frytki, pizzę i pierogi więcej zapłacimy nad Morzem Bałtyckim. Cenowa szala na niekorzyść gór przesuwają się natomiast w przypadku lodów, kebaba oraz schabowego – za nie rachunek w południowej części naszego kraju będzie wyższy niż nadmorskich kurortach. Co ciekawe, największą różnicę cenową między tymi dwoma regionami widać w przypadku pizzy. W miejscowościach nadbałtyckich zapłacimy za nią średnio 36,63 zł, natomiast w kurortach górskich średnia cena wynosi 31,50 zł.

Najmniejsze różnice cenowe zostały odnotowane w przypadku lodów.

– W ogólnym rozrachunku jedzenie w lokalach gastronomicznych drożej wyniesie nas podczas wakacji nad Morzem Bałtyckim. Sumując wszystkie analizowane w badaniu pozycje w przypadku miejscowości nadmorskich przyjdzie nam zapłacić 125,22 zł. Za takie same dania i przekąski w górach zapłacimy niemal 122 zł. Różnica to zaledwie kilka złotych – komentuje Antonina Grzelak z aplikacji PanParagon. – Niezależnie od tego w jakim regionie spędzamy urlop w finalnej kalkulacji główną zawsze rolę odgrywa... zdrowy rozsądek – dodaje.

Różnice cenowe za poszczególne produkty zostały ujęte w grafice powyższej.

ZAPROSZENIE

Osir Jabłonna
Ośrodek Sportu i Rekreacji

26.08.2022
JABŁONNA

START 8:00

BACKYARD

6706 METRÓW **ULTRA**® 4.167 MIL

POLSKA

RZEMIOSŁO STYL

BACKYARD
6706 METRÓW **ULTRA**® 4.167 MIL **POLSKA**

toiowo

PATRIOTKA

STALLOVE
602-306-336

DACH MUR

Montaż i FILM



Z TYM KUPONEM OTRZYMASZ
15% RABATU NA BILET.
OKAŻ WYCIĘTY KUPON W KASIE PARKU.

NOWY RODZINNY PARK TEMATYCZNY



TYLKO 80 MIN OD WARSZAWY



Nauka i zabawa
w naturze



Pełnia sensorycznych
przygód



Polana
zabaw wodnych



Atrakcyjna
strefa gastronomiczna

lasodkrywcow.pl | Ulęź 215E, 08-504 Ulęź



NASZE WILKOWYJE

Zgoda narodowa

Myćko postanowił zarobić. I zarobił. A wszystko dlatego, że poszedł do kina. I że babka mu umarła. To znaczy konkretnie jego żonie. Mówił na teściową babka, bo mu pić nie dawała i porządna była. Wszystko u niej wysprzątane, poukładane i wyczyszczone na polysk. Ale obsesję na punkcie wieku miała, więc Myćko by ją wnerwić zamiast mamę, babko do niej mówił. Nie lubiła go, oj nie lubiła. Emeryturę miała porządną, bo za PRL-u na państwowym robiła, jako kierowniczka poczty. Mieszkała sama i nienawidziła zięcia, za to co sobie i jej córce robi. Myćko mówi, że z tej nienawiści zmarła. Może tak być, bo nienawiść potężne uczucie, jest jak ostrze co harata gdzie popadnie i co popadnie.

Okazało się, że testament spisała taki, że wszystko przypada córce, pod warunkiem, że od Myćki odejdzie, a on nigdy nie przestąpi progu. A jeśli nie, to wszystko na rzecz parafii idzie, niech se Ksiądz Biskup decyduje, gdzie większe dobro zrobić można od rozwodu córki. Myćko się z testamentu śmiał, bo przecież jego kobita jego jest i nigdy nie odejdzie, ale odeszła. Podobno nawet z radością, a na pewno z ulgą. Do porządnej chałupy szła, gdzie nikt nie bije, nikt nie chleje, nikt nie wyzywa, gdzie czysto, ciepło i – swoje.

Myćko najpierw siłą chciał do domu sprowadzać, ale okazuje się, że Posterunkowy nakaz sądowy miał i to się dla Myćki ciągnięciem po sądach skończyło. A sądy w mieście, więc Myćko do miasta pojechał. Po rozprawie napić się chciał, ale że padało, na ulicy słabo w obcym mieście pić, więc do kina poszedł. I że tak powiem sztuka filmowa go odmieniła. Film się nazywał „Gierek” i Myćko najpierw myślał, że to komedia była. Rechotał głośno, ale jakaś grupka emerytów sykała na niego z oburzeniem, więc zrozumiał, że to na serio. I olśnienia dostał.

Jak wrócił, mówi: agroturystykę będę robił. A pieniądze na remont skąd? – pytamy. A od Wargacza. Dziwne to było, zwłaszcza że żadnego remontu nie było ino picie i dewastacja. Myćko to później wytłumaczył: powiedziałem Wargaczowi, że za każdą flaszkę może jedną rzecz zniszczyć. Jak już zupełna ruina była, zrobili krzywy napis na desce: „Jak za Gierka” i ogłoszenie do mediów dali, że nowy trynd w agroturystyce robim: turystyka antropologiczna. Sami tego wszystkiego nie wymyślili, Solejukową podeszli, jak Solejukowa się zapaliła, to im wszystko napisała – myślała, że to artykuł z tego jakiś będzie, ale ni. Na menu te jej mądrości dali. „Pierogi dialektyką szarpane”; „Zupa jak plan pięcioletni, dobra tylko pierwszego dnia”; „Kisiel z grudami ideologiczny”; „Herbata słodka jak propaganda sukcesu”.

Pokoje brudne, krzesła połamane, łóżka niewygodne, ale za to hasła piękne. Solejukówna je wymalowała wg wzorów znalezionych w starym składziku Urzędu Gminy. „Socjalizm lokomotywą postępu - chwała jej maszynistom”. „PZPR zawsze z Partią”. „Rozmnażajmy się, ale bez przyjemności” – te ostatnie to rzekomo przeciw seksualnemu rozpazaniu młodzieży było jeszcze z lat 50-tych. Do tego obrazki diabłów polskich wypożyczone z dworku od Lucy. A zdjęcia tego do soszla mediów popychali razem z gołymi cymbalami. Te ostatnie były super, bo Wioletki z czasów jak się jeszcze po wsi puszczała, z osobistych zbiorów Myćki, bo Wioletka lubiała jak jej zdjęcia w trakcie seksu robić. Czyje widać nie było, bo sam biust, bez twarzy, ale kto miał wiedzieć, to wiedział. Wioletka zwłaszcza wiedziała i za nie używanie ich dalej Myćko wynagrodził dostawę menu z restauracji, ale po nocy, żeby turyści nie wiedzieli, że nie gotują na miejscu.

Wszyscy się z tego biznesplanu hahali, ale do czasu. Bojówki jakieś przyjechały Gierka bronić i Myćko zrobił się sławny. Twierdzi, że wszystko przewidział, jak ten film zobaczył. Gierek, mówi, teraz u miastowych za świętego robi, a nic tak nie budzi emocji jak święty zanurzony w naszej rzeczywistości. Czyja to mądrość była nie wiadomo, ale wiadomo, że Myćko teraz bogaty jest.

Na jego podwórku regularne bitwy rekonstrukcyjne urządza między zwolennikami i przeciwnikami PRL-u. Po tem filmiki z tego do internetów wrzuca i jeszcze na tym zarabia, bo to się staruszki głównie naparzają, co zdaniem koneserów lepsze jest od fejm emem-a.

Zgoda narodowa jest, że to najgorsza miejscówka w Polsce, ale Myćko twierdzi, że zgoda narodowa najważniejsza, niezależnie skąd się bierze, bo to załazek normalności jest. A że on na tym załazku jeszcze zarabia, to już nie jego wina, ino geniusza biznesowego, co go zawsze miał, ale póki żonaty był, nie używał, bo nie musiał.

Pietrek

W dniach 5-7 sierpnia 2022 r. zapraszamy na trzecią edycję wakacyjnego, plenerowego Festiwalu Filmowego imienia Andrzeja Kondratiuka!

„Ile to było rybów, panie, to aż szkoda mówić. A tera? Gromią tą rybę na potęgę, ile się da, co tylko wejdzie do sieciów (...), aby więcej, aby ino plan wykonać. (...) Aż serce krwawi, jak oni ciągną całymi tonami, bez opamiętania. I prądem biją, agregatami tłuką! Co tylko się da. To skąd się ta ryba nadąży brać? (...) Truciciel taki jeden z drugim, inżynier, łucyony, taki, co poszedł w dyrektory! Panie, głupio myśli w tej fabryce. On se kalkuluje, że jak on zapłaci te parę milionów złotych odszkodowania z państwowej skarbonki, to je kwita! To może truć dalej! Bo to nie jego, bo to nie z jego kieszeni, tylko z państwowej! A państwo to kto? Państwo to my przecie! (...) Wisła, nasza rzeka, panie, zatruta od góry aż do samego dołu! Tu trzeba, panie, trąbić w trąbę wielką, bić na alarm! Woda zatruta, niebo zatrute, ziemia sponiewierana! Coś ty uczynił, synie Adamowy?! Bez rybów, bez ptactwa, wył będziesz w stygnące niebiosy. W zimie desc będzie padał, a w lato śnieg będzie sypać, tak? I co? Gdzie będzie człowiek szukał szczęścia? Na innej planecie?!”

(cytat z filmu „Pełnia”, kwestia wypowiedziana przez dziadka Fotona, starego rybaka)

Andrzej Kondratiuk, patron naszego letniego festiwalu filmowego, niezwykle cenił przyrodę i tzw. proste życie, co widać w wielu jego filmach. Wiedział, że człowiek jest częścią natury i – chociażby dla własnego dobra – nie powinien działać na jej niekorzyść. Tymczasem powyższy cytat z filmu „Pełnia”, nakręconego we wsi Łacha koło Serocka ponad czterdzieści lat temu, wydaje się wciąż bardzo aktualny. Może nawet bardziej dziś niż wówczas?

W tym roku na widzów Festiwalu Filmowego im. Andrzeja Kondratiuka czekają trzy kultowe polskie filmy oraz trójka wspaniałych gości! Motywem łączącym wybrane przez nas obrazy filmowe jest portret małych społeczności, ich obyczajowość oraz zespolenie z przyrodą i filozoficzne potraktowanie rzeki.

Dzień 1. W piątek, 5 sierpnia 2022 r., o godz. 20.00

w parku Świętojańskim w Wieliszewie porozmawiamy z Grażyną Błęcką-Kolską – aktorką teatralną i filmową, znaną z roli Kasi Solskiej w komedii „Kogel-mogel” oraz z licznych filmów reżysera Jana Jakuba Kolskiego. Po spotkaniu obejrzymy wspólnie poetycki obraz „Jańcio Wodnik” z Franciszkiem Piecką i Grażyną Błęcką-Kolską jako Weroniką, żoną Jańcia, w rolach głównych.

Dzień 2. W sobotę, 6 sierpnia 2022 r. o godz. 20.00 na plaży miejskiej w Serocku spotkamy się z Anną Seniuk – aktorką, od 1998 r. profesor Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie, słynną Magdą Karwowską z serialu „Czterdziestolatek” oraz m.in. panią Dulską ze spektaklu Teatru Telewizji w reżyserii Tomasza Zygadły. Po rozmowie wyświetlimy film „Pełnia” (1979, reż. Andrzej Kondratiuk), w którym Anna Seniuk wcieliła się w rolę sklepowej Zosi.

Dzień 3. Ostatniego dnia festiwalu, w niedzielę, 7 sierpnia 2022 r., w godz. 16.00-19.00 zapraszamy na warsztaty ceramiczne na placu przy Gminnym Ośrodku Kultury w Nieporęcie (ul. Dworcowa 9A). Fundacja Artystyczna „Wylepiarnia” nauczy chętnych tworzenia ceramicznych przedmiotów z zastosowaniem dawnej techniki dekoracyjnej sgraffito. O godz. 20.00 natomiast spotkamy się z naszym gościem Markiem Bukowskim – aktorem, reżyserem, scenarzystą i producentem, znanym m.in. z ról w serialach „Na dobre i na złe”, „Hotel 52” i „Leśniczówka”, który za swój debiut w filmie psychologicznym „Nad rzeką, której nie ma” (1991) otrzymał nominację w kategorii „Najlepsza główna rola męska” na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych. Po rozmowie obejrzymy wspólnie ten właśnie film, z Markiem Bukowskim w roli zakochanego „Admirała”.

Rozmowy z gośćmi festiwalu poprowadzi Magdalena Felis – dziennikarka filmowa, realizatorka i redaktorka programów telewizyjnych i dokumentów z planów filmowych, a także kronik z festiwalu filmowych.

ZAPRASZAMY!

Festiwal Filmowy imienia Andrzeja Kondratiuka. Deszcz zimą, śnieg latem jest elementem projektu „Co powie ryba?” – w dorzeczu trzech rzek” realizowanego w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność wdrażanej przez LGD Zalew Zegrzyński.

DESZCZ ZIMĄ, ŚNIEG LATEM

Festiwal Filmowy imienia Andrzeja Kondratiuka

Jańcio Wodnik
5 sierpnia 2022 r.
Wieliszew
Grażyna Błęcka-Kolska

Pełnia
6 sierpnia 2022 r.
Serock
Anna Seniuk

Nad rzeką, której nie ma
7 sierpnia 2022 r.
Nieporęt
Marek Bukowski

szczegóły na stronie: www.pik.legionowski.pl



Nowe „M” dla żołnierzy w Legionowie

Odpoczynek w domowym zaciszu to ważny dla każdego człowieka element codziennej rutyny. Tym bardziej istotny jest on dla tych, którzy w ramach swojej służby każdego dnia stoją na straży bezpieczeństwa Polski i naszych granic. Zadbanie o potrzeby mieszkaniowe żołnierzy zawodowej służby wojskowej to jeden z priorytetów Agencji Mienia Wojskowego, która od ponad 25 lat realizuje swoje zadania ustawowe zapewniając wojskowym jak najlepsze warunki lokalowe

Dowodem tego jest kilkadziesiąt inwestycji mieszkaniowych zrealizowanych w całym kraju. Teraz Agencja wybuduje dla żołnierzy i ich rodzin budynki mieszkalne przy ul. gen. Tadeusza Buksy w Legionowie. Nowa inwestycja zakłada postawienie dwóch obiektów wielorodzinnych, w których powstanie łącznie 60 lokali. Zasilą one zasób mieszkaniowy AMW, który jest stale zwiększany w związku z planowanym wzrostem liczebności polskiej armii.

Nowoczesny bliźniak i jego otoczenie

Na działce o powierzchni blisko 2,2 hektara położonej przy ul. gen. Tadeusza Buksy w Legionowie powstaną dwa pięciokondygnacyjne budynki mieszkalne. Każdy z bloków będzie miał 30 mieszkań – trzy i cztero-pokojowych i będzie wyposażony w windy. Wszystkie mieszkania w metrażach 60 - 86 m² będą miały zapewnione komórki lokatorskie, a do wspólnego użytku mieszkańców zostaną wydzielone miejsca do przechowywania m.in. wózków dziecięcych i rowerów oraz pomieszczenia gospodarczo-techniczne w części podziemnej. Wokół obiektów powstaną m.in. drogi wewnętrzne, naziemne stanowiska postojowe, plac zabaw dla dzieci, chodniki oraz elementy małej architektury.

Konstrukcja, materiały i kolorystyka

Inwestycję zaprojektowano na planie zbliżonym do prostokąta o nieregularnym obrysie. Bryłę budynku podzielono na trzy części i zgodnie z projektem zwieńczono płaskim dachem. Trzy wejścia do obiektu podkreślono szklanymi fasadami, które dodadzą



nie tylko lekkości, ale i nowoczesnego charakteru. Projekt budowlany przewiduje też zastosowanie różnych materiałów i faktur – ceglane, elastyczne mineralne płytki klinkierowe z piasku kwarcowego oraz jasny tynk. Klasycznego i eleganckiego stylu budynkowi nada gzyms między trzecim i czwartym piętrem. Wieloplanowość elewacji podkreśli metalowa obróbka blacharska w tym samym odcieniu co ciemnoszare okna na cofniętej fasadzie. Minimalistyczny charakter inwestycji i ponadczasowa architektura tych obiektów

sprawi, że dobrze wpiszą się one w legionowski krajobraz.

Bezpieczna przystań

Inwestycja AMW w Legionowie ma zapewnić komfortowe warunki życia polskim żołnierzom. W funkcjonalnych wnętrzach będą mogli nie tylko zregenerować siły po służbie, ale też cieszyć się wspólnymi chwilami z najbliższymi. Będzie to bez wątpienia spokojna i bezpieczna przystań dla wojskowych rodzin.

PODSTAWOWE PARAMETRY BUDYNKU A i B (każdego z osobna):

- powierzchnia zabudowy - 674,3 m²
- powierzchnia użytkowa mieszkalna na kondygnacji powtarzalnej: 404,30 m²
- powierzchnia użytkowa mieszkalna łączna: 2021,50 m²
- powierzchnia kondygnacji podziemnej: 500,20 m²
- powierzchnia wewnętrzna: 3 441 m²
- powierzchnia całkowita: 2 861,4 m²
- kubatura budynku: ok. 11 954,4 m³
- wysokość budynku - 16,86 m
- wymiary obrysu zewnętrznego - 52,81m x 12,7 m
- liczba kondygnacji: 5 naziemnych i 1 podziemnych

POWIERZCHNIA UTWARDZONA

- 3 619 m²
- w tym:
- dróg - 1996 m²
- stanowisk postojowych - 947 m²
- chodników - 484 m²
- placu zabaw - 200 m²

PROJEKTOWANY BILANS TERENU

- powierzchnia działki - 21 719 m²
- powierzchnia zabudowy - 1 322 m²

OGŁOSZENIE



Zdobądź nowy zawód w branży kolejowej
- brak ograniczeń wiekowych

PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku obsługi bocznic kolejowych. Dołącz do naszego zespołu wybierając ścieżkę kariery w jednym z wielu zawodów kolejowych:

- maszynisty
- rewidenta taboru
- manewrowego
- dyżurnego ruchu
- ustawiacza
- ...i wielu innych.

Nasza spółka prowadzi działalność operacyjną w 8 województwach. Przede wszystkim na Śląsku, ale także na Mazowszu i w innych częściach kraju.

Oferujemy pracę w dynamicznym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensja, dodatki i premie miesięczne), możliwość awansu i szkolenia. Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin, dofinansowujemy wypoczynek, a z okazji Święta Kolejarza pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na stronie www.pkpcargoservice.com

Kolej na przyszłość!

*U nas możesz
zdobyć nowy zawód.
Jesteśmy certyfikowanym
ośrodkiem szkoleniowym
i egzaminacyjnym
z autoryzacją
Urzędu Transportu Kolejowego.*





Wymyślenie zdrowej i smacznej przekąski dla niejadka to nie „bułka z masłem”. Szczególnie latem, kiedy dzieci niechętnie opuszczają place zabaw i podwórka, by doładować swoje niezwykle pojemne akumulatory. Wyzwanie stanowią także rodzinne wycieczki. Jak bowiem zmieścić w plecaku coś pysznego dla każdego? Podpowiadamy

Jakie przekąski sprawdzają się podczas wakacji?

Dzieci nie są najłatwiejszymi w obsłudze smakoszami. Niektóre mają wąską, ograniczoną pulę swoich ulubionych produktów i niechętnie sięgają po nowości. A często wystarczy tylko zaproponować atrakcyjną formę posiłku. Nie warto za to „ukrywać” niekochanych składników, ponieważ tym sposobem pokazujemy dziecku, że są one tak złe, że trzeba je schować. Tymczasem np. warzywa czy owoce można podać w postaci „muffinek”. Kto oprze się tym pięknie pachnącym, rozpluwającym się w ustach babeczkom? Muffinki na słodko lub na wytrawnie można z powodzeniem zabrać do plecaka na wycieczkę i zjeść w każdej chwili, bez konieczności posługiwania się sztućcami i nieporęcznymi talerzykami. Są również wyjątkowo łatwe i szybkie w przygotowaniu, o czym możecie przekonać się sami, wypróbując np. przepis na aromatyczne Muffinki na ostro z żółtym serem.

– W wytrawnych muffinkach doskonale sprawdza się wyrazisty ser o pobudzającym zapachu, jakim jest Gouda – podpowiada Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki. – Jego śmietankowy smak sprawia, że doskonale pasuje do różnego rodzaju wypieków. Gouda doskonale się topi, dlatego pasuje do różnego rodzaju zapiekanki i innych dań „na ciepło”.

Pomysł na kreatywny lunchbox wycieczkowy

Pudełko z przekąskami może przypominać prawdziwy skarbiec ciekawych smaków i pobudzających apetyt aromatów. Wystarczy odrobina fantazji. Owoce i warzywa pokrojone w kawałki, kosteczki żółtego sera



Niejadek na wycieczce? Sprawdzone przepisy na zdrowe przekąski do plecaka

i szynki lub małe kuleczki mozzarella, soczyste listki szpinaku i garść zdrowych pestek słonecznika lub dyni, to wyjątkowo prosty w przygotowaniu pomysł na lunchbox. Jeżeli dodatkowo uda nam się, za pomocą specjalnych foremek, powykrawać z nich ciekawe kształty (gwiazdki, serduszka lub zwierzątka), lunchbox stanie się obiektem westchnień wszystkich uczestników wycieczki.

Tym, co wyjątkowo sprawdza się jako ekwipunek każdego małego odkrywcy, są paluszki. I nie mamy tu na myśli gotowców, kupowanych w szeleszczących paczkach. – Nasz pomysł na domową wersję popularnej przekąski z pewnością skradnie serca dzieci i dorosłych – przekonuje ekspertka z MSM Mońki. – Paluchy z serem Gouda MSM Mońki można jeść na ciepło lub na zimno. Stanowią także doskonały dodatek do różnego rodzaju past i sosów, w których można je maczać. Zamiast sera typu Gouda, możemy użyć w przepisie ulubionych serków topionych, a nawet twarogowych.

Jak zachęcić niejadka do zdrowych przekąsek?

Aby skutecznie zachęcić niejadka do eksperymentowania z nowymi składnikami spożywczymi, musimy użyć sposobu. Wspólne gotowanie może być niesamowicie wciągającą zabawą, której nie mniej ekscytującym finałem jest degustacja. Każdy przepis kulinarny może być jednocześnie inspirującą mapą, a każdy potrzebny składnik – skarbem, który należy zdobyć. Wspólne gotowanie to także genialna forma zacieśniania relacji. Dzielenie się ciekawostkami, rozmowy o ulubionych smakach, czy wspomnienia dań przygotowywanych przez babcię lub prababcię zbliżają do siebie wszystkich, niezależnie od wieku.

– To niesamowite, jak mało współczesne dzieci wiedzą na temat składników spożywanych niemalże codziennie. Dla nich ser żółty, to ser żółty. Z trudem rozpoznają ich poszczególne rodzaje, które przecież tak bardzo różnią się smakiem i zapachem. Wspólne przygotowywanie

posiłków i pokazywanie, że niektóre produkty potrafią wydobywać smak innych produktów, stanowią bezcenną lekcję, okazję do wspólnego spędzenia czasu i zacieśniania więzi – zachęca Ewa Polińska.

Ciekawą przygodę stanowi odkrywanie smaków pochodzących z różnych zakątków świata. Papier ryżowy jest niezwykle wdzięcznym produktem kulinarnych eksperymentów. Wszystkim odważnym odkrywcom szczególnie polecamy przepis na sajgonki z serem i warzywami.

Muffinki na ostro z żółtym serem

Składniki:

- 250 g mąki pszennej
- 1,5 łyżeczki proszku do pieczenia
- 150 g sera żółtego Gouda MSM Mońki w bloku
- 75 ml oleju
- 220 ml jogurtu naturalnego
- 2 jajka
- pół łyżeczki soli
- pieprz, papryka ostra lub chilli
- natka pietruszki i zioła prowansalskie

Dodatkowo:

30g sera żółtego Gouda MSM Mońki w bloku, na wierzch muffinek papryka w proszku do posypania

Przygotowanie:

Do miski przesiać mąkę z proszkiem do pieczenia, solą i przyprawami. Następnie dodać jogurt, olej, roztrzepane jajka, starty na tarce ser żółty i ulubione zioła. Całość następnie wymieszać mikserem do momentu uzyskania jednolitej masy. Formę do muffinek wyłożyć papilotkami, napełnić ciastem prawie do pełnej wysokości papilotek. Wierzch posypać startym żółtym serem i papryką. Rozgrzać piekarnik do temperatury 190°C i piec muffinki przez około 20-25 min. Wyjąć, wystudzić na kratce.

Paluchy z serem Gouda

Składniki:

- 4 placki tortilli
- ser gouda w plastrach MSM Mońki
- świeży rozmaryn 3-4 gałązki
- płatki chili do smaku
- Składniki na dip:
- papryka świeża czerwona: 2 szt.,

- papryka żółta: 1 szt.,
- papryka konserwowa: 3 duże kawałki,
- pomidor: 1 średnia sztuka,
- czosnek: 4 ząbki,
- keczup pikantny: 2 łyżki,
- olej rzepakowy lub oliwa z oliwek: 3 łyżki,
- papryka słodka mielona: 1 łyżeczka,
- cukier: 2 łyżki,
- sól do smaku

Wykonanie:

Błat stołu spryskać wodą i ułożyć na nim placki tortilli. Na każdy placek położyć po trzy plasterki sera Gouda MSM Mońki, posypać posiekany rozmarynem i delikatnie oprószyć płatkami chili. Tak przygotowane ciasto zrolować i pociąć na mniejsze kawałki. Następnie ułożyć na talerzu, całość owinać folią spożywczą i odłożyć do lodówki na 20 minut, żeby zmiękły. By zrobić dip wystarczą umyte papryki, pomidory i obrany czosnek wyłożyć na papier do pieczenia, upiec w rozgrzanym do 220°C piekarniku przez około 20 minut. Gdy skórka na papryce częściowo się przypali wyciągnąć, a papryki na parę minut włożyć do foliowego worka. Następnie obrać ze skórki. Z pomidora zdjąć skórkę, przełożyć do wyższego pojemnika, dodać pieczone czosnek, obrane papryki, wszystkie pozostałe i składniki i zmiksować. Wcześniej przygotowane zrolowane z serem tortille wyjąć z lodówki i zgrillować z wszystkich stron na rozgrzanej patelni.

Sajgonki z serem i warzywami

Składniki:

- papier ryżowy
- liście botwinki
- ogórek świeży
- marchewka
- papryka świeża
- dowolne kiełki
- ser Aldamer MSM Mońki
- sos sojowy
- chrzan wasabi

Wykonanie:

Papier ryżowy namoczyć w wodzie aż do zmięknienia. Na każdy nałożyć liść botwinki, pokrojone w cienkie paseczki warzywa, kiełki i plaster sera. Zwinąć jak gołąbki. Podawać z sosem sojowym wymieszanym z niewielką ilością chrzanu wasabi.

Smacznego!



KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu

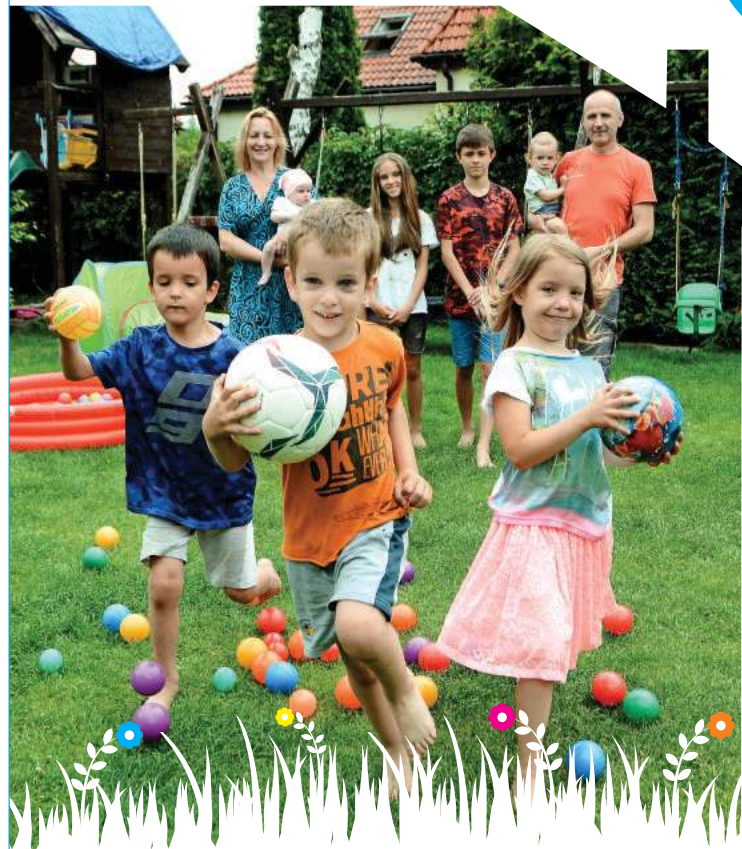


Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572
Pałac w Jabłonnem
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna



TY TEŻ MOŻESZ BYĆ RODZINĄ ZASTĘPCZĄ



Zostań zawodowym opiekunem dzieci, które los pozbawił możliwości wychowywania się w domu rodzinnym.

Wystarczy, że zgłosisz się do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie i skorzystasz z kursu przygotowującego do pełnienia roli rodzica zastępczego. Jeśli zakwalifikujesz się, będziesz mógł stworzyć dom dla kilkorga dzieci.

W zależności od liczby dzieci przebywających pod Twoją opieką oferujemy Ci:

- wieloletnią umowę cywilną,
- wynagrodzenie i inne świadczenia,
- osobę do pomocy,
- częściowy zwrot kosztów za utrzymanie lokalu,
- szkolenia i grupę wsparcia,
- pomoc psychologiczną i prawną,
- opiekę koordynatora pieczy zastępczej lub pracownika socjalnego.

Kogo szukamy?

Par lub singli, którzy:

- posiadają pełnię władzy rodzicielskiej,
- posiadają pełną zdolność do czynności prawnych,
- mają stan zdrowia pozwalający na objęcie dzieci opieką i wychowaniem,
- zapewnią odpowiednie warunki umożliwiające dziecku zaspokajanie jego indywidualnych potrzeb.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie od poniedziałku do piątku, w godz. 8.30-15.00 pod nr. tel. 22 764 01 40 lub mailem: sekretariat@pcpr.legionowski.pl
Liczba miejsc ograniczona.



POWIAT
LEGIONOWSKI

środa

3 sierpnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Szpiedzy w Warszawie - serial 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Rodzinny ekspres 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 Rok w ogrodzie Extra 12:55 Natura w Jedynce - Największe cuda natury - Część 2. Wulkany	05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Pozyteczni.pl 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:30 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:05 Szlakiem Tour de Pologne - reportaż 11:15 Złotopolscy 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial	06:05 Uwaga - magazyn 06:20 Na Wspólnej - serial 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacje 19:55 Uwaga - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda Dorwać byłą Łowca nagród rusza w pościg za byłą żoną, która weszła w konflikt z prawem. Czy uda mu się wsadzić ją za kratki?	07:00 Teledyski 07:45 Informacje kulturalne 08:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 08:55 Wielkie manewry - komediodramat, prod. Włochy, Francja, 1955, reż. Rene Clair, wyk. Gerard Philippe, Michele Morgan, Jacques Francois, Yves Robert 11:00 Polskie drogi - serial 12:25 Dziewczyna i gołębie - film TVP 13:30 Wędrujące książki. Karaiby - serial dokumentalny, prod. Niemcy, 2020, reż. Michael Bernstein, Anja Schürenberg 14:00 Wędrujące książki. Kolumbia - serial dokumentalny, prod. Niemcy, 2020, reż. Michael Bernstein, Anja Schürenberg 14:45 Kocie ślady - film TVP, reż. Paweł Komorowski	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reporterzy. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Życia wzięte 15:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 xXx Cage, miłośnik sportów ekstremalnych, zostaje zwerbowany przez amerykański rząd i jako agent udaje się z misją...	05:20 Szpital - program obyczajowy 06:20 Papiery na szczęcie - serial, Polska 07:25 Idealna niania - program obyczajowy 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:10 Sprzątaczkę - program obyczajowy 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 SOS Ekipy w akcji 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 SOS Ekipy w akcji 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Rzykanci 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka - magazyn prod. Polska 15:55 Nowe Sekrety Sasiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 18:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Wielka Ucieczka 22:00 Snajper: Kolejne starcie Podczas służby dla sił ONZ w Republice Konga sierżant Brandon Becket otrzymuje rozkaz ewakuowania europejskiego farmera z zagrożonych terenów. Gdy dociera na miejsce jego oddział dostaje się pod ostrzał snajpera i tylko on uchodzi z życiem. 23:55 Mistrz Downpica 00:55 Anatomia głupoty
SERIAL KOSTIUMOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM OBYCZAJOWY	FILM OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	FILM OBYCZAJOWY	TV Trwam
14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Kolarstwo 17:00 Teleexpress 17:15 Jak to melodia? - teleturniej muzyczny 17:55 Wojenne dziewczyny 18:50 Jeden z dziesięciu 19:20 Tour de Pologne 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial 21:05 Bolivar - serial 22:00 Koncert 23:00 Kolarstwo 23:15 Ukraińcy - serial 00:10 Za cenę sławy - film 01:50 Wróć do mnie - film 03:55 Wojsko - polskie.pl 04:55 Zakończenie	19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:10 Złoto dezerterów - komedia, wyk. Marek Kondrat, Bogusław Linda, Wiktor Zborowski, Katarzyna Figura, Piotr Gąsowski, Jan Englert, Piotr Machalica, Leonard Pietraszak, Paweł Delag, Artur Żmijewski 22:25 Lekarka z rajskiej wyspy. Nagły wypadek - film obyczajowy, prod. Niemcy, 2017, reż. Peter Stauch 00:05 Medyceusze Wspaniali 01:20 Ważniejsza od królów - film dokumentalny, prod. USA, 2019	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Władcy małp - film S-F, USA, 1995, reż. Terry Gilliam, wyk. Bruce Willis, Madeleine Stowe, Brad Pitt, Christopher Plummer, David Morse 00:10 Wyciszyć życie - film sensacyjny, USA, Bułgaria, 2013, reż. Courtney Solomon, wyk. Ethan Hawke, Selena Gomez, Jon Voight, Rebecca Budig, Paul Freeman 02:00 Wewnętrzny wróg - serial, USA 03:00 Uwaga - magazyn 03:20 Noc magii 04:40 Kto was tak urządził	22:20 Króliczek Kiedy Shelley, ulubiony króliczek rezydencji Playboya zostaje wyrzucona z najbardziej popularnego domu w mieście, nie trudno zgadnąć jak szybko zagubi się w dzicz Beverly Hills. Wszystko zmienia się z chwilą, gdy 27-latkę poznaje świat stowarzyszenia studenckiego Zeta Alpha Zeta. 00:25 Niepowstrzymany 02:35 Świat według Kiepskich 04:05 Kabaretowa Ekstraklasa 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:25 Telezakupy TV Okazje	16:20 Alicja w miastach - film obyczajowy 18:30 Informacje kulturalne 18:50 Serialowa nostalgia - Dziewczyna i chłopak - Dochodzenie - serial 20:00 W trzy miesiące dookoła świata - Zama - dramat, prod. Brazylia, Argentyna, Meksyk, Hiszpania, 2017, reż. Lucrecia Martel, wyk. Daniel Gimnez Cacho, Lola Dueas, Matheus Nachtergaele, Juan Minujin, Rafael Spregelburg 22:05 Więcej niż fikcja 23:10 Lekkie obyczaje - Taka zwykła historia 01:10 Scena Klasyczna - Szymon Nehring - koncert	22:40 Igrzyska śmierci: Kosogłos Katniss Everdeen niechętnie staje się symbolem buntu ludności przeciwko władzy autokratycznego Kapitolu. 01:10 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:05 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 02:55 Na jedwabnym szlaku 03:20 Z archiwum policji - serial dokumentalny 03:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	20:00 Teoria wszystkiego - film obyczajowy, Japonia, Wielka Brytania, USA, 2014, reż. James Marsh, wyk. Eddie Redmayne, Felicity Jones 22:40 Powiernik królów - film obyczajowy, Wielka Brytania, USA, 2017, reż. Stephen Frears, wyk. Judi Dench, Ali Fazel, Tim Pigott-Smith 00:55 Vendetta - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Jen Soska, Sylvia Soska, wyk. Dean Cain, Paul Wight, Benjamin Hollingsworth, Michael Eklund 02:50 Noc magii - program ezoteryczny	11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz - 10 przykazań 13:20 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Granica 15:15 „Ojcu Świętemu się nie odmawia...” 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Na zdrowie 16:35 Wyszyński - historia 17:00 Rotmistrz Pilecki - przywrócenie pamięci 17:30 Przyroda i ludzie 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Brat Franciszek 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia



czwartek

4 sierpnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Szpiedzy w Warszawie - serial 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Dobre historie - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial obyczajowy 09:45 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 Natura w Jedyńce - Największe cuda natury SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Kolarstwo 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Wojenne dziewczyny 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:20 Tour de Pologne 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 21:05 Bolivar - serial 21:55 Sprawa dla reportera 22:55 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 23:30 Kolarstwo 23:40 Magazyn kryminalny 997 - magazyn	05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Smaki świata - magazyn 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:30 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:05 Szlakiem Tour de Pologne - reportaż 11:15 Złotopolscy 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial 19:35 Barwy szczęścia - serial FILM FABULARNY  20:10 Na ringu z rodziną - film fabularny Były wrestler i jego rodzina występują na ringach w całym kraju. Jego dzieci marzą o dołączeniu do WWE. 22:10 Ocean desperacji - thriller, prod. USA, 2016, reż. Phil Volken 00:10 Szybki jak śmierć - film akcji, prod. USA, 2018, reż. Jodi Scurfield, wyk. John Travolta 02:05 Złoto dezerterów - komedia, reż. Janusz Majewski 04:10 Gomorra - serial Jeden z przywódców kamorry trafia do więzienia. Rozpoczyna się walka o przejęcie władzy w mafii.	06:05 Uwaga - magazyn 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 17:55 Ukryta prawda 19:00 Fakty - informacje 19:35 Sport 19:45 Pogoda - informacje 19:55 Uwaga - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 22:45 Na pewno, być może - film komedia, USA, Francja, Niemcy, Wielka Brytania, 2008, reż. Adam Brooks, wyk. Ryan Reynolds, Isla Fisher 00:55 Szybko i wściekle - film sensacyjny, USA, 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez, John Ortiz, Gal Gadot 03:15 Uwaga - magazyn 03:35 Noc magii	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Dlaczego nie Małgosia kończy studia na ASP w Warszawie. Jej marzeniem jest praca w agencji reklamowej. Zdobycie takiej posady nie jest zmiernie łatwe. FILM PRZYGODOWY  22:10 Czarownica W pewnym kalifornijskim miasteczku żyje Isabel, naiwna i pełna dobrych intencji czarownica. Uroczą kobietą marzy o zwykłej rodzinie, kochającym mężu i domu pełnym dzieci. Pragnie też wyrzec się nadprzyrodzonej mocy. W tej samej miejscowości niejaki Jack, przystojny reżyser i aktor, chce zrealizować film o czarownicy wzorowany na popularnym amerykańskim serialu z lat 60. 00:25 Dorwać byłą 02:55 Księżniczka i żołnierz 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Teledysk 07:40 Informacje kulturalne 08:10 Księga Przestrzeni 08:50 Alicja w miastach 11:00 Polskie drogi - serial 12:40 Moje życie w Wersalu - film animowany 13:30 Happy Olo pogodna ballada o Olku Dobie - film dokumentalny, reż. Krzysztof Paweł Bogocz, Marcin Macuk 14:45 Franciszek, kuglarz boży - dramat 16:25 Chce się żyć - film obyczajowy, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Dawid Ogrodnik, Kamil Tkacz, Dorota Kolak, Arkadiusz Jakubik 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Serialowa nostalgia - Dziewczyna i chłopak 20:00 Teatr Telewizji - Kobra 21:10 Tamte lata, tamte dni - Jerzy Kisielewski FILM OBYCZAJOWY  21:50 Kino Mistrzów - Zabicie świętego jelenia 24:00 Berlin Live - Suzanne Vega - koncert, prod. Niemcy, 2016, reż. Hannes Rossacher 01:15 Nocny dokument - Tęsknota za światłem - film dokumentalny, prod. Niemcy, Chile, Hiszpania, Francja, 2010, reż. Patricio Guzman 03:05 W trzy miesiące dookoła świata - Zama - dramat 05:10 Teledyski 05:30 Afiśz kulturalny ekstra 05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl 05:50 Zakończenie	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy rowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodów różnych życiowych zawirowań. Są to zarówno osoby starsze, potrzebujące środków do życia, jak i młode, które zastawiają na kilka dni laptop czy telefon. 11:00 Reporterzy. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy SERIAL OBYCZAJOWY  13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Życia wzięte 15:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska 17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Dorwać Smarta 22:10 Weselna gorączka 00:00 Spring Breakers: Dzikie wakacje 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:00 Menu na miarę - program kulinarny 03:40 Taki jest świat	05:20 Szpital - program obyczajowy 06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:25 Idealna niania - program obyczajowy 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:10 Sprzątaczk - program obyczajowy 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 S05 Ekipy w akcji 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 17:00 S05 Ekipy w akcji 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda KOMEDIA  20:00 Akademia policyjna V: Misja w Miami Beach - film komedia, USA, 1988, reż. Alan Myerson, wyk. Matt McCoy, Janet Jones, George Gaynes, G.W. Bailey, René Auberjonois, Bubba Smith 22:10 Prawdziwa jazda II - film komedia, USA, 2016, reż. Tim Story, wyk. Kevin Hart, Ice Cube 00:15 Kontrabanda - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Francja, 2012, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Mark Wahlberg, Kate Beckinsale 02:30 Druga strona medalu - talk show 03:05 Noc magii	08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Rzykanci 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 18:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Szybcy i martwi 23:10 Noc oczyszczenia: Anarchia Kontynuacja przebojowego horroru o Ameryce przyszłości, pod rządami Nowych Ojców Założycieli raz do roku obchodzącej „noc oczyszczenia”, podczas której morderstwo jest legalne. Tym razem śledzimy losy pięciorga bohaterów usiłujących przetrwać te 12 godzin w pogrążonym w mroku i bezprawiu Los Angeles. 01:25 Anatomia głupoty TV Trwam 09:50 100 cudownych miejsc 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:25 Myśląc Ojczyznę 11:35 Przyroda i ludzie 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:10 Muzyczne chwile 13:20 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Cierpliwa ufnosć 15:30 Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Z wędką nad wodę w Polskę i Świat 16:35 Porady Medyczne Bonifratrów 17:00 Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu 19:25 Akademia pro-life 19:30 Przyjaciele i bohaterowie 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Serce dla Ukrainy 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek

5 sierpnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Szpiedzy w Warszawie 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Okrasa łamie przepisy - Na jagody - magazyn kulinarny, reż. Tomasz Rostworowski 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 Natura w Jedyńce SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:20 Kolarstwo 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Bolivar - serial 22:30 Człowiek ze złotym pistoletem - film sensacyjny 00:35 Kolarstwo 00:50 Każdego dnia - dramat 02:35 Boks - Gala KnockOut Boxing Night 03:40 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial	05:05 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkajmy się 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:10 Szlakiem Tour de Pologne - reportaż 11:20 Smaki świata - magazyn kulinarny 11:50 Złotopolscy - telenowela 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny TELETURNIJ  16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:10 Postaw na milion 21:10 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 23:25 Nie ma tego złego - komedia romantyczna 01:10 Na ringu z rodziną - film fabularny 03:10 Lekarka z rajskiej wyspy. Nagły wypadek - film obyczajowy 04:55 Rodzinka.pl - serial	06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! FILM SENSACYJNY  20:00 Szybcy i wściekli V - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, Chris 'Ludacris' Bridges 22:50 Gniew Tytanów - film przygodowy, USA, Hiszpania, 2012, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Edgar Ramirez, Rosamund Pike, Bill Nighy 00:55 Kuba Wojewódzki 02:00 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:20 Noc magii 03:45 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Disco Hit Festival Kobylnica 2022 23:35 X-Men: Przeszłość która nadjeżdża W niedalekiej przyszłości mutanci żyją w ciągłym zagrożeniu. FILM PRZYGODOWY  02:20 Dlaczego nie Małgosia kończy studia na ASP w Warszawie. Jej marzeniem jest praca w agencji reklamowej. Zdobycie takiej posady nie jest jednak łatwe. Aby zarobić na swoje utrzymanie, dziewczyna zaczyna rozwozić pizzę. Jej życie całkowicie się zmienia, gdy poznaje przystojnego Janka. Nie wie, że jest on prezesem firmy reklamowej, w której stara się o pracę. By zdobyć jego serce, musi się zmierzyć z Renatą i Ewą. 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Teledysk 07:40 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:10 Tamte lata, tamte dni - magazyn 08:55 Chce się żyć - film obyczajowy, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Dawid Ogrodnik, Kamil Tkacz, Dorota Kolak, Arkadiusz Jakubik, Anna Nehrebecka, Katarzyna Zawadzka, Mikołaj Roznerski, Anna Karczmarczyk, Janusz Chabior 11:00 Polskie drogi - serial 12:50 Lato pszczoł - film krótkometrażowy, prod. Finlandia, 2021, reż. Ida - Maria Olva, wyk. Irina Pulkka, Jarmo Perälä, Miia Selin 13:30 Pierre Richard - komik dyskretny, prod. Francja, 2016, reż. Gregory Monro 14:35 Mysz - film TVP KOMEDIODRAMAT  15:35 Bo oszalałem dla niej - komediodramat, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Zdzisław Wardęjn, Gabriela Kownacka 17:30 Scena muzyczna - Brass Federacja - koncert 18:30 Informacje kulturalne 18:50 Zyszerzy 20:00 Komediove lato - U Pana Boga za miedzą - komedia 22:05 Bilet na księżyc - film dokumentalny 23:25 Kino Mistrzów - Zabicie świętego jelenia 01:35 Noc krótkich filmów - Czary Mary Mama - dramat 01:55 Noc krótkich filmów - O Matko!	06:00 Kobra - oddział specjalny Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje „zabójczej prędkości”, efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość. 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reporterzy. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Życia wzięte 15:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny SERIAL OBYCZAJOWY  16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska 17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Sabotaż 22:05 Zabójcza przesyłka 00:05 Zemsta w Bangkoku 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:55 Menu na miarę - program kulinarny 03:30 Z archiwum policji - serial dokumentalny 04:00 Taki jest świat - program informacyjny 04:55 Menu na miarę - program kulinarny 05:30 Dyżur - serial dokumentalny	05:20 Szpital - program obyczajowy 06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:25 Idealna niania - program obyczajowy 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:10 Sprzątaczk - program obyczajowy 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 S05 Ekipy w akcji 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 S05 Ekipy w akcji 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda FILM OBYCZAJOWY  20:00 Ukryte piękno - film obyczajowy, USA, 2016, reż. David Frankel, wyk. Will Smith, Edward Norton, Kate Winslet, Michael Pena, Helen Mirren, Naomie Harris 22:15 Król Skorpion - film przygodowy, USA, Niemcy, Belgia, 2002, reż. Chuck Russell, wyk. The Rock, Steven Brand, Michael Clarke Duncan 00:00 Wojna Charliego Wilsona - film obyczajowy, USA, Niemcy, 2007, reż. Mike Nichols, wyk. Tom Hanks, Julia Roberts, Philip Seymour Hoffman, Amy Adams, Ned Beatty 02:15 Druga strona medalu	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson). 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Rzykanci 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 18:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Gwiazdy Kabaretu 21:00 Wielka Ucieczka 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:05 Motel 2: Pierwsze cięcie 01:55 Śmierć na 1000 sposobów 02:25 Disco Polo TV Trwam 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:15 Hostia stała się Ciałem, wino stało się Krwią 13:30 Msza święta 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Zrozumieć Antycywizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa 15:20 Mocni w Wierze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Życie z Pasją 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Westerplatte 18:40 Młodych 19:00 Warto zauważyć.... 19:30 Opowieści Theo 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Serce dla Ukrainy 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



sobota

6 sierpnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:40 Klan - telenowela 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 08:20 Wojsko - polskie.pl 08:45 Pelnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:15 Sprawa dla reportera 10:10 Fascynujący świat - Kromdraai. Kolebka ludzkości - film dokumentalny, prod. Francja, 2020, reż. Cedric Robion 11:15 Rolnik szuka żony - reality show 12:15 Shalako - film fabularny, prod. Wielka Brytania, 1968 14:10 Z pamięci - felieton MAGAZYN KULINARNY  14:25 Okrasa tamie przepisy - magazyn kulinarny 15:00 Komisarz Alex 16:00 Lekkoatletyka - Diamentowa Liga - Memoriał Kamili Skolimowskiej, Chorzów 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Wojenne dziewczyny 19:15 Tour de Pologne 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Bolivar - serial 21:30 Hit na sobotę - Przykłady obywatel - film 23:40 Cztery wesela i pogrzeb 01:45 Wojna imperiów	05:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:40 Rodzinny ekspres - magazyn 12:20 Kino familijne - Superpies - komedia, prod. USA, 1995, reż. Aaron Norris 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 16:20 Na dobre i na złe 17:20 Smaki świata 17:45 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:15 Va Banque - teleturniej 18:40 Postaw na milion 19:35 Lajk! 20:00 Film fabularny 21:45 Hity wszech czasów DRAMAT  22:55 Regulamin zabijania - dramat sensacyjny, prod. Kanada, Niemcy, USA, 2000, reż. William Friedkin, wyk. Tommy Lee Jones, Samuel L. Jackson, Ben Kingsley, Blair Underwood 01:10 Ocean desperacji - thriller, prod. USA, 2016, reż. Phil Volken, wyk. Eion Bailey, Bethany Joy Lenz, Danny Glover 03:10 Nie ma tego złego - komedia romantyczna, prod. Belgia, Francja, 2017, reż. Valerie Lemerrier 04:50 Rodzinka.pl - serial 05:15 Zakończenie	06:20 Uwaga! 06:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rynkowy 08:25 Kobieta na krańcu świata - program 09:00 Dzień Dobry Wakacje 11:30 Na Współnej - serial, Polska 13:30 MasterChef Junior 15:10 Totalne remonty Szlągowskiej 16:15 Weekendowa metamorfoza 17:20 Kobieta na krańcu świata 17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rynkowy 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! KOMEDIA  20:00 Podatek od miłości - film komedia, Polska, 2017, reż. Bartłomiej Ignaciuk, wyk. Aleksandra Domańska, Grzegorz Damięcki, Roma Gąsiorowska, Michał Czernecki, Anna Smołowik, Ewa Gawryluk, Zbigniew Zamachowski, Magdalena Róžczka 22:25 Pitch Perfect II - film komedia, USA, 2015, reż. Elizabeth Banks, wyk. Anna Kendrick 00:40 Ucieczka z Nowego Jorku - film komedia, USA, 1981, reż. John Carpenter 02:45 Uwaga! 03:05 Noc magii 04:30 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat 08:30 Tedi i mapa skarbów 10:10 Ewa gotuje 10:40 Bogate dzieciaki bez kasy 11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom 12:45 Górale 13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Więzienie 17:45 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:15 Prezydenci i Premierzy 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Doda czy Dorota? 21:10 Obcy: Przymierze Statek osadniczy dociera na nieznaną planetę, która wydaje się być prawdziwym rajem dla człowieka. FILM PRZYGODOWY  23:40 Niesamowity Spider-Man 2 Wspaniale jest być Spider-Manem. Dla Petera Parkera nic nie może się równać z uczuciem, jakiego doświadcza, kiedy kołysze się między drapaczami chmur, będąc bohaterem, lub spędzając czas z Gwen Stacy. Lecz bycie Spider-Manem ma swoją cenę: tylko Spider-Man może ochronić Nowojorczyków przed budzącymi grozę złoćmi-cami, którzy zagrażają miastu. 02:45 Świat według Kiepskich 04:05 Kabarety 04:40 Disco Gramy	07:00 Scena muzyczna 08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:25 Słowo-branie - magazyn 09:00 Paul Gauguin - Daleka droga do raju - film dokumentalny 10:10 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska 10:50 Serialowa nostalgia - Czerdziestolatek - serial 13:00 Czytelnia Biblioteki Narodowej - reportaż 13:30 Komediowe lato - U Pana Boga za miedzą - komedia 15:40 Muzyka Skalnego Podhala 16:05 Retro kino - Rudzielec - dramat, prod. Francja, 1932, reż. Julien Duvivier, wyk. Robert Lynen 17:50 Co dalej? - program publicystyczny 18:25 Legendy Rocka 19:30 Informacje kulturalne FILM OBYCZAJOWY  20:00 Bilet do kina - Do zakochania jeden krok - film obyczajowy, prod. Wielka Brytania, 2017, reż. Richard Linklater, wyk. Imelda Staunton, Timothy Spall, Celia Imrie 22:00 Dziedzic Kultyury NCK - Józef Skrzek 23:40 Mocne Kino - Salvador - film fabularny 01:50 Co dalej? - program publicystyczny 02:30 Informacje kulturalne - informator kulturalny 03:00 Kino nocne - Hitler kontra Picasso - film 04:45 Fotograf wojny - film dokumentalny 05:55 Zakończenie	06:00 Castle - serial kryminalny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji. 07:00 Taki jest świat - program informacyjny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodów różnych życiowych zawirowań. 20:00 Mocne sobotnie kino: Demonstracja siły THRILLER  22:00 22 kule Emerytowany gangster postanawia zemścić się na przyciacielu po tym, jak zostaje napadnięty i pozostawiony przez jego ludzi z 22 kulami w ciele. 00:25 Nikita 02:40 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny 03:05 Na jedwabnym szlaku 03:45 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:20 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	05:05 Szkoła 06:05 Wiza na miłość 5 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:35 Młodzi Tytani: Akcja! Film - film przygodowy, USA, 2018, reż. Aaron Horvath, Peter Rida Michail, wyk. Greg Cipes, Scott Menville, Khary Payton, Tara Strong, Will Arnett, Nicolas Cage 09:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:35 Dziewczyna i chłopak, wszystko na opak - film komedia, USA, 2010, reż. Rob Reiner, wyk. Madeline Carroll, Callan McAuliffe, Rebecca De Mornay, Anthony Edwards, John Mahoney, Penelope Ann Miller 15:30 Goonies - film przygodowy KOMEDIA  17:55 Akademia policyjna V: Misja w Miami Beach - film komedia, USA, 1988, reż. Alan Myerson, wyk. Matt McCoy, Janet Jones, George Gaynes, G.W. Bailey 20:00 Hellboy II: Złota armia - film przygodowy, USA, Niemcy, 2008, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Ron Perlman, Selma Blair, Doug Blair, Seth MacFarlane, Luke Goss 22:40 Operacja „Deszcz” - film S-F, Australia, 2020, reż. Luke Sparke, wyk. Temuera Morrison 01:10 Tajemnice pół śmierci 02:15 Druga strona medalu	06:00 Galileo - popularno-naukowy 11:00 Dziewczyny z drużyny 3 Britney wraz ze swoją drużyną cheerleaderek startuje w konkursie, w którym nagrodą będzie występ w teledysku Rihanna. 13:05 Przypadkowy mąż Tera-peutka par i autorka popularnego programu radiowego, doktor Emma Lloyd, słynie ze zdroworozsądkowego podejścia do związków, które zaleca budować na bardziej solidnych podstawach niż namiętność czy - uważana przez nią za mił - romantyczna miłość. 15:00 STOP Drogówka 17:00 Policjanci i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Snajper: Kolejne starcie 01:55 Śmierć na 1000 sposobów TV Trwam  06:05 Pierre Teilhard de Chardin 07:00 Filmowe zyciorysy. Mój dziadek 1 września 1939 - Zygmunt Rypieński 07:50 Kartka z kalendarza - Powstanie Warszawskie 07:55 Poczta Wielkich Polaków 08:00 Informacje dnia 08:15 Westerplatte Młodych 08:55 Słowo życia 09:00 Głos serca 09:45 Muzyczne chwile 10:00 Informacje dnia 10:15 Retrospekcja 10:20 Cudowna Pani w bukowski obrazie 10:40 Polski Punkt Widzenia 11:00 Ocalić od zapomnienia 11:15 14. Dziękczynienie w Rodzinie 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Święty na każdy dzień 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 Głos serca 22:45 Katedra w Chartres - święta geometria 23:50 Muzyczne chwile 00:00 Słowo życia

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

7 sierpnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:40 Klan - telenowela 05:05 Sprawa dla reportera 06:00 Słownik polsko@polski - talk - show 06:25 Wojsko - polskie.pl 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce - magazyn 09:05 Weterynarze z sercem 09:40 Człowiek ze złotym pistoletem - film 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Więcej niż solidarni - cykl reportaży 13:15 BBC w Jedynce - Szpiedzy wśród zwierząt 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Przyrodnik na tropie SERIAL KRYMINALNY  14:50 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 15:40 Jan Serce - serial 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Wojenne dziewczyny 19:25 Sport 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:15 Bolivar - serial 21:15 Zakochana Jedynka - Światło między oceanami - dramat, prod. Nowa Zelandia, Wielka Brytania, USA, 2016 23:35 Wojna imperiów 01:50 Przykłady obywatel - film fabularny 03:55 Film dokumentalny 04:50 Z pamięci - felieton	05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:35 Polska od kuchni - Miss Wdzięku - widowisko 12:05 Kino familijne - Bella i Sebastian - Film familijny, prod. Francja, 2013, reż. Nicolas Vanier, wyk. Flix Bossuet, Tchky Karyo, Margaux Chtelier 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko muzyczne 16:15 Big Music Quiz - teleturniej muzyczny 17:05 Lajk! 17:25 Rodzinka.pl - serial komediowy 18:00 Panorama 18:15 Va Banque - teleturniej SERIAL FABULARYZOWANY  18:50 Na sygnale - serial fabularyzowany 20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 - Steżycza - Hity wszech czasów 23:25 Kino bez granic - Nie jesteś sobą - dramat obyczajowy, prod. USA, 2014, reż. George C. Wolfe, wyk. Emmy Rossum 01:20 Film fabularny 03:10 Moja krew - dramat, reż. Marcin Wrona, wyk. Eryk Lubos, Luu De Luy, Wojciech Zieliński, Marek Piotrowski, Krzysztof Kolberger 04:50 Zakończenie	05:10 Uwaga! 05:30 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rynkowy 07:25 Nowa Maja w ogrodzie 07:55 Akademia ogrodnika 08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia 09:00 Dzień Dobry Wakacje 11:31 Weekendowa metamorfoza 12:35 Co za tydzień - magazyn 13:20 Mask Singer 14:50 Niania i wielkie bum - film rodzinny, USA, Francja, Wielka Brytania, 2010, reż. Susanna White, wyk. Ralph Fiennes 17:15 Kopciuszek: Roztaczona historia - film komedia, USA, Kanada 19:00 Fakty 19:45 Uwaga! FILM PRZYGODOWY  20:00 Królowna Śnieżka i łowca - film przygodowy, USA, 2012, reż. Rupert Sanders, wyk. Kristen Stewart, Chris Hemsworth, Charlize Theron, Sam Claflin, Bob Hoskins, Ian McShane, Ray Winstone, Eddie Marsan 22:45 Atak na posterunek - film sensacyjny, USA, Francja, 2005, reż. Jean-François Richet, wyk. Ethan Hawke, Laurence Fishburne, Gabriel Byrne, Maria Bello, Drea de Matteo 01:00 Kuchenne rewolucje 02:00 Uwaga! 02:20 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Ciężkie świnki do... wilkołaka Heimlich, Dieter i Chef to trzy małe świnki które mieszkają w jednym domu. Pewnego dnia Duży zły wilk wprowadza się do sąsiedniego domu. Heimlich widzi jak jego nowemu sąsiadowi wypadają przypadkowo noże z torby. 09:20 Mikołajek - film przygodowy Mikołajek to chłopiec, który ma wielu przyjaciół oraz mnóstwo energii do zabawy. I jak to zwykle bywa ze świetnymi pomysłami małych chłop-ców, dorosli nie wiadomo dlaczego uważają je za zupełnie nieodpowiednie. 11:05 Doktor Doltle FILM PRZYGODOWY  13:00 Kung Fu Panda 3 Po spotyka swego dawno zaginionego ojca i obaj wyruszają do sekretnej krainy pand, gdzie poznają nowych, przezbawnych bohaterów. 15:00 Indiana Jones i królestwo kryształowej czaszki 17:40 Nasz Nowy Dom - magazyn 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni 22:00 Cenny ładunek 00:05 Obcy: Przymierze 02:40 Świat według Kiepskich 04:05 Kabarety 04:40 Disco Gramy	06:50 Kalina Jędrusik - program muzyczny 07:35 Piosenki z programu „Wieczorny gość” - Kalina Jędrusik 08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi w Sokółce 09:05 Z przytupem - Trojak - widowisko kameralne 09:35 Animama - serial 10:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 10:55 Serialowa nostalgia - Nemocnice na kraji Godfrý de Montmirail na peryferiach 12:05 Zew krwi - film fabularny, prod. Norwegia, Włochy, Wielka Brytania, Hiszpania, Francja 14:05 Bilet do kina - Do zakochania jeden krok - film 16:10 Kromer Festival Biecz 17:15 Niedziela z... tajemnicą dziewczyną 19:30 Informacje kulturalne FILM FABULARNY  20:00 Aleksander Wielki - film fabularny, prod. USA, 1956, reż. Robert Rossen, wyk. Richard Burton, Frederic March, Claire Bloom 22:25 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 23:05 Paul Gauguin - Daleka droga do raju 00:10 Ostatnia rodzina - dramat 02:25 Informacje kulturalne 02:50 Mocne Kino - Salvador - film fabularny 04:55 Leć, ptaszku, leć. Opowieść o węgierskich domach tańca 05:55 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl	07:40 Wielkie wakacje 09:30 Gamoń 11:45 Ace Ventura: Zew natury Ekscentryczny detektyw wyrusza na misję do jednej z afrykańskich wiosek. Musi odnaleźć białego nietoperza czczonego przez lokalne plemię. 13:40 Goście, goście W wyniku pomyłki czarnoksiężnika dwunastowieczny rycerz Godfrý de Montmirail oraz jego wierny giermek, Jacquouille, zostają przeniesieni do XX wieku. 15:50 Dorwać Smarta Para tajnych agentów planuje unieszkodliwić członków zbrodniczej organizacji, by ocalić świat przed rządami terroru. 18:00 XX Mazurska Noc Kabaretowa FILM PRZYGODOWY  20:00 Niedziela z gwiazdami: Igrzyska śmierci: Kosogłos Katniss Everdeen niechętnie staje się symbolem buntu ludności przeciwko władzy autokratycznego Kapitolu. 22:40 xXx Xander Cage, miłośnik sportów ekstremalnych, zostaje zwerbowany przez amerykański rząd i jako tajny agent udaje się z misją do Pragi. 01:10 Wojenny biznes 03:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny 03:55 Napisała: Morderstwo	05:05 Szkoła 06:05 Wiza na miłość 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Ten moment 08:00 Babe: Świnka z klasą - film rodzinny, Australia, USA, 1995, reż. Chris Noonan, wyk. James Cromwell, Magda Szubanski, Zoe Burton, Wade Hayward, Christine Cavanaugh, Miriam Margolyes, Danny Mann, Hugo Weaving 10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Dennis rozrabia - film komedia, USA, 1993, reż. Nick Castle, wyk. Walter Matthau, Mason Gamble, Joan Plowright, Christopher Lloyd, Lea Thompson, Paul Winfield 15:20 Teoria wszystkiego - film obyczajowy FILM S-F  17:55 Wehikuł czasu - film S-F, USA, 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, Mark Addy, Phyllida Law, Sienna Guillory, Orlando Jones, Samantha Mumba 20:00 Niepamięć - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko 22:45 Noc oczyszczenia: Czas wyboru - film sensacyjny, USA, Japonia, 2016, reż. James DeMonaco, wyk. Frank Grillo, Elizabeth Mitchell, Myleikeli Williamson 00:55 Tajemnice pół śmierci - dokument	07:00 Liczę, więc jestem 09:00 Galileo 11:00 Dziewczyny z drużyny 3 Na obóz Spirit Thunder przyjeżdżają najlepsze drużyny cheerleaderek z całych Stanów Zjednoczonych. Celem zgrupowania jest wyłonienie zwycięskiego zespołu, który będzie reprezentował kraj na międzynarodowych zawodach. 13:00 Nie można pocałować panny młodej 15:05 Stalingrad Wiosną 1942 r. armia niemiecka posuwa się w głąb Związku Radzieckiego, zmierzając w kierunku Stalingradu. Hitler nie docenia wytrzymałości Armii Czerwonej i jest przekonany, że zdobędzie miasto najpóźniej jesienią. 18:00 Gwiazdy Kabaretu 20:00 Policjanci i Policjanci 21:40 Podróże z diabłem 23:40 102 minuty, które zmieniły Amerykę 02:05 Ucho Prezesa TV Trwam  10:35 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” 10:40 Samuraj Chrystusa 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:35 Słowo życia 12:40 „Jan Paweł II Brat naszego Boga” - Koncert z Kościoła pw. Św. Brata Alberta w Krakowie 14:40 Lasy bliżej nas 15:00 Wieść - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Prawda a Historia 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:15 Sekrety mniichów 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczta Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnot 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Każde życie jest cudem 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



poniedziałek

8 sierpnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial - serial kostiumowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Okiem Wiary - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial obyczajowy 09:45 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 BBC w Jedyńce - Szpiezy wśród zwierząt II cz. 2. Póhnoć SERIAL KOSTIUMOWY 	05:00 Na sygnale - serial fabularny 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Pasterz - serial dokumentalny 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Złotopolscy - telenowela 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL OBYCZAJOWY 	06:00 Uwaga! 06:15 Nowa Maja w ogrodzie 06:40 Akademia ogrodnika 06:50 Co za tydzień - magazyn 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:55 Uwaga! 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial PROGRAM ROZRYWKOWY 	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 MEGA HIT - Niezniszczalni Barney Ross dowodzi grupą najemników specjalizujących się w misjach, których inni nie mają odwagi podjąć. FILM OBYCZAJOWY 	07:00 Teledyski 07:55 Wydarzenie aktualne 08:25 Co dalej? - program publicystyczny 09:05 Bo oszalałem dla niej - komediodramat 11:00 Polskie drogi - serial 12:40 Na kredyt - film 13:30 Reżyserzy 14:30 Drzazgi - film obyczajowy, reż. Maciej Pieprzyc, wyk. Karolina Piechota, Antoni Pawlicki, Marcin Hycnar, Krzysztof Ogłoz, Michał Pieczatowski 16:30 Salto - dramat, reż. Tadeusz Konwicki, wyk. Zbigniew Cybulski, Jerzy Block, Włodzisław Boruński, Gustaw Holoubek, Marta Lipińska, Andrzej Łapicki 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Serialowa nostalgia - Dziewczyna i chłopak - serial TVP MELODRAMAT 	06:00 Kobra - oddział specjalny Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób. 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reportery. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reportery. Życia wzięte 15:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 16:00 Rodzinny interes - serial SERIAL OBYCZAJOWY 	05:20 Szpital - program obyczajowy 06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:25 Idealna niania - program obyczajowy 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:10 Sprzątaczkę - program obyczajowy 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 SOS Ekipy w akcji 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 SOS Ekipy w akcji 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Operacja Dunaj - film FILM PRZYGODOWY 	06:00 Strażnik Teksasu Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Ryzykanci 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogowka 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 18:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Lake Placid: Dziedzictwo 23:00 Wzór Agent FBI Don Eppes pracuje nad szczególnie trudnymi sprawami. Właśnie próbuje rozwikłać kolejną, ale mu się to nie udaje. Z pomocą przychodzi mu jego brat Charlie - genialny matematyk. Wspólnie udaje im się rozwikłać pierwszą sprawę. 00:55 Anatomia głupoty 01:25 Śmierć na 1000 sposobów 02:25 Ucho Prezesa 02:50 SuperLudzie TV Trwam 09:30 Opowieści z Księgi Cnót 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:20 Stan Bezpieczeństwa Państwa 11:30 Przyroda w Obiektywie 11:45 100 cudownych miejsc na świecie 11:55 Święty na każdy dzień 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz - 10 przykazań 13:20 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Próba wiary 15:15 Ojciec Klemens Vismara 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuarium polskie 16:30 Żew natury 16:55 Słowo życia 17:00 Świadkowie 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Poniedziałkowe Spotkanie RRM w par. pw. Nawiedzenia NMP 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Serce dla Ukrainy 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

9 sierpnia

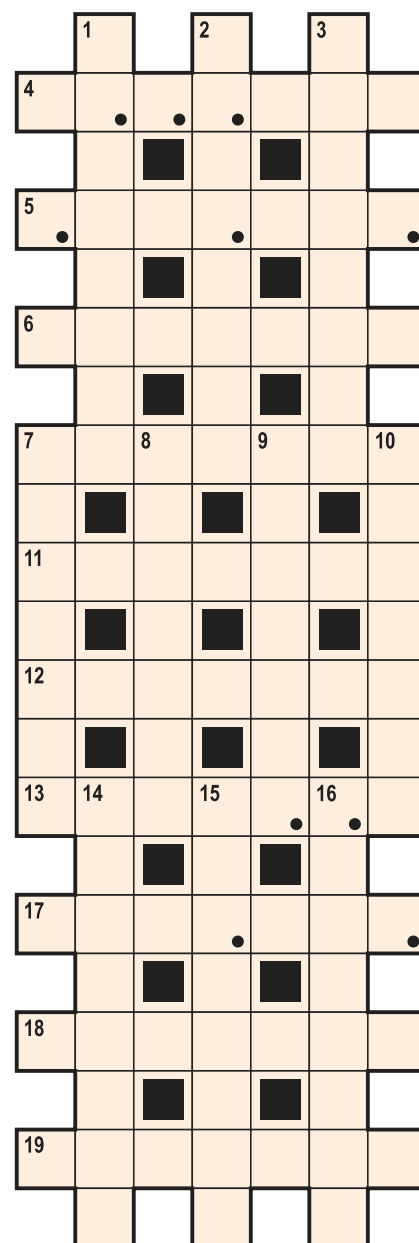
TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Kościół z bliska 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial obyczajowy 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 Natura w Jedyńce - Największe cuda natury SERIAL KOSTIUMOWY 	05:35 M jak miłość - serial 06:25 Kaplica w Stawigudzie - reportaż 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Złotopolscy - telenowela 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial SERIAL OBYCZAJOWY 	06:05 Uwaga! 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:55 Uwaga! 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY 	06:00 Nowy dzień z Polsat 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Dzień Niepodległości. Odrodzenie Przy pomocy pozostawionych przez przysiężników technologii, ludziom udało się stworzyć dla Ziemi potężny system obronny. FILM AKCJI 	07:00 Teledyski 07:40 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:15 Powidoki - program publicystyczny 08:40 Którędy po sztukę - magazyn 09:00 Salto - dramat, reż. Tadeusz Konwicki, wyk. Zbigniew Cybulski, Jerzy Block, Włodzisław Boruński, Gustaw Holoubek, Marta Lipińska, Andrzej Łapicki, Zdzisław Maklakiewicz, Wojciech Siemion, Iga Cembrzyńska 11:00 Polskie drogi - serial 12:40 Enter Through The Balcony - film dokumentalny, prod. Ukraina, 2020, reż. Roman Blazhan 13:30 Leć, ptaszku, leć. Opowieść o węgierskich domach tańca, prod. Węgry, 2020, reż. Simon Broughton FILM OBYCZAJOWY 	06:00 Kobra - oddział specjalny Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób. 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reportery. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reportery. Życia wzięte 15:00 Prawdziwe motywy - serial SERIAL OBYCZAJOWY 	05:20 Szpital - program obyczajowy 06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:25 Idealna niania - program obyczajowy 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:10 Sprzątaczkę - program obyczajowy 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 SOS Ekipy w akcji 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 SOS Ekipy w akcji 18:00 Zagadki losu 19:00 Ukryta prawda FILM SENSACYJNY 	06:00 Strażnik Teksasu Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:50 Ryzykanci 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogowka 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 18:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Podróż z diabłem Transport kokainy przemycający przez Stany Zjednoczone z Meksyku do Kanady znikną gdzieś po drodze. Przywódca narkotykowego kartelu wysłał swoich dwóch najlepszych ludzi, by zbadali przemytniczy łańcuch i odkryli co się stało. 23:00 Noc oczyszczenia: Anarchia 01:05 Anatomia głupoty 01:45 Śmierć na 1000 sposobów TV Trwam 11:50 Słowo życia 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz 13:20 Muzyczne chwile 13:25 Słowo życia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Miłość większa niż strach 15:35 Fatima 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje 16:10 Jestem mamą 16:25 Tajemnice Watykanu 16:55 100 cudownych miejsc 17:05 Święty na każdy dzień 17:10 Prosto o gospodarstwo 17:30 Zostań Żołnierzem RP 17:45 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Serce dla Ukrainy 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



Redaguje:
Władysław Firlik

2. KRZYŻÓWKA LIPOGRAMOWA



BOTANIKA

1

2

3

4

5

6



ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 278

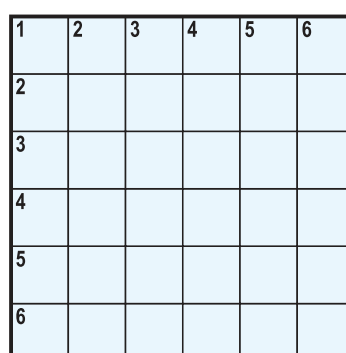


Z tego żyje,
że skraca szwie.

	1		2		3		4		5	
6										
						7				
8										
					9	10				
11		12		13						
						14		15		16
17										
				18			19			
20			21				22			
			23		24					
25							26			
			27							
28							29			

PIONOWO: 1) przy pasie, 2) kędziorki, 3) bywa inflacyjny, 4) po wydechu, 5) z rabatkami, 10) klocek w murze, 12) uchwyt koszyka, 13) chudy koń, 15) rozum, 16) Kopernik, 19) plamka na sukience, 20) miraż, 21) pierożki do barszczu, 24) Erato.

ZA TYDZIEŃ: SAMOTNICY WŚRÓD PAR



1) nicpoń, **2)** pierwiastek (przypomina konty-
nent), **3)** chłopcy z nieba, **4)** roślina podobna
do bluszczu, **5)** sól kwasu cynowego, **6)** do
pomiaru kątów.

_ / _ _ / _ _ _ _ niewiele,
zero, mówiąc ściślej,
dlatego _ _ _ _ _
wam raczej o Wiśle.



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056



Zatrudnimy:

- **INŻYNIERÓW**
- **KIEROWNIKÓW BUDOWY**

tel. 23 692 09 75



**ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ
ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE
O AWARIACH I PRACACH PLANOWYCH**

TEL. 991

PGE Dystrybucja S.A Oddział Warszawa RE Legionowo
zawiadamia, że planowana jest przerwa w dostawie energii elektrycznej dla odbiorców zamieszkałych:

POWIAT LEGIONOWSKI			
Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
4.08.2022	Legionowo ul. kard. Stefana Wyszyńskiego ul. Kamienna ul. Kolejowa 62, 62A, 64, 64A, 68, 68A, 72, 74, 74A, 76, 78, 78A, 80, 82 ul. Gabriela Narutowicza 15, 15A, 17, 17A, 19, 19A, 21, 23, 25, 35, 30B, 30C, 32, 33, 34, 34A, 36, 36A, 38, 38A, 40, 40A, 44, 44A, 46, 48, 48A ul. Stefana Gawryszewskiego 1, 3, 3A, 4, 5, 5A, 8 ul. Wronia 1A-F, 2, 2A, 4, 4A ul. Krucza od nr 1 do 31 ul. Targowa 50, 50A, 51, 51A, 51B, 52, 53, 53A, 53B, 54, 54A, 55, 55A, 56, 57, 58, 58A, 59B, 60, 61, 61A, 62, 62A, 64, 65, 66, 66A-F, 68	04-0301 (LEGIONOWO CMENTARZ)	09:00-13:00
5.08.2022	Chotomów ul. Ogrodowa działki letniskowe, 13, 13A-Z, 15, 15A-Z, 17, 17A-Z ul. Spacerowa ul. Wypoczynkowa 1, 1A, 1B, 3, 3A, 4, 5, 6, 6A, 6B, 7, 8, 10 ul. Szumiący Las ul. Baśniowa	04-1031 (CHOTOMÓW WYPOCZYNKOWA1), 04-0907 (OLSZEWNICA OS.MIESZK.), 04-0957 (CHOTOMÓW WYPOCZYNKOWA)	09:00-13:00
9.08.2022	Jablonna ul. Leśna 19j, 19k, 19L, 19P, 21G, 29i, 21j, 21k, 21L	04-0617 (JABŁONNA TBS MAZOWSZE)	09:00-13:00
10.08.2022	Chotomów ul. Partyzantów 1A-C, 4A, 4D, 4B, 4R, 110, 108A, 110K 112A-N, 114, 116 ul. Gwiazdźdista ul. Jasna 7, 7A-Z, 12A, 15 ul. Szafirowa ul. Rycerska	04-1665 (CHOTOMÓW JASNA), 04-1098 (CHOTOMÓW GWIAZDZISTA-PARTYZANTÓW)	09:00-13:00

POWIAT NOWODWORSKI			
Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
3.08.2022	Stanisławów 15, 15A, 16, 16B, 17, 18, 19, 19B, 20, 21, 21A, 22, 23, 24, 25, 25A, 26, 26A, 27, 28, 28A, 29, 30, 30A, 31, 32, 33, 34, 34A, 35, 35A, 36, 37, 37A	04-0950 (STANISŁAWÓW II K/LEONCINA)	09:30-13:30

Przerwy w dostawie energii elektrycznej spowodowane są koniecznością przeprowadzenia prac konserwacyjnych na urządzeniach energetycznych, za niedogodności przepraszamy

Rolety,Verticale,Moskitiery

tel. 608 682 772

Pomiar i wycena Gratis!



mgr inż. Zbigniew Książek

**MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA
WSZYSTKICH MAREK**

Legionowo, Ul. Wrzesowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558

www.motoklinika.auto.pl



Słodkie Marzenia
Pracownia tortów artystycznych

Sylvia Szajter-Ziołek
ul. Polna 37A
05-124 Skrzyszew

tel. 515 135 884

Wiecej zdjęć na
www.slodkiemarzenia.com

Torty malowane, przestrzenne
z ręcznie robionymi figurkami.
Ciasto tylko z najlepszej jakości składników!

III miejsce w Mistrzostwach Europy w Dekoracji Tortów !

■ **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze Ceny- NaRynku** **MożliwośćZwrotuOc MaszCośDzwoń Natychmiasto- wyOdbióri** **Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbite BezOciPrze- gląduiDo Drobnych Napraw!** **ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKasji 502964469**
LEG 52584

ZDROWIE

przychodnie



ultramedica
CENTRUM ZDROWIA KOBIECY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA

Legionowo, ul. Stenkiewicz 10 I p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

■ **ULTRAMEDICA CENTRUM ZDROWIA KOBIECY**
- ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D
- ortopeda dziecięcy i dla dorosłych
- proktolog, również zabiegi
- dietetyk kliniczny,
ul.Stenkiewicz 10, tel. 518 447 748
www.umedica.pl
LEG 52366

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

■ **Malowanie-tapetowanie-remonty osobicie-solidnie 694065757**
LEG 52381

■ **Remonty mieszkań. Tanio i solidnie.**
Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286

ogrodnicze



WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
-SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
-PRZECINANIE PRZESWIETLANIE KORONY DRZEW
-USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARNOTRAC
-USŁUGI REKARIEM. ZREBKOWANIE GAŁĘZI I WYWÓZ WYWÓZ
698 991 470
Z PODNOŚNIKA - MIJASCA TRUDNO DOSTĘPNE - PROFESJONALNIE

■ **Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcyjną wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku**
Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE
698-991-470
LEG 52579

naprawy

■ **Komputery - naprawa, dojazd, sprzedaż, nowe składane, skup 513820998**
LEG 52283



finanse i prawo

■ **BIURO RACHUNKOWE Anna Święcka**
Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie zaległości podatkowych. tel:227743594, kom:605859559, e-mail:a.swiecka@wp.pl
LEG 52365

UBEZPIECZENIA



Wiesława Nawrot

■ **Kompleksowe ubezpieczenia:** komunikacyjne, majątkowe, na życie, turystyczne. Ubezpieczenia Wiesława Nawrot, NDMaz., ul. Przejazd 5, tel. 664416376, 227754333, ubezpieczenia@vip-nawrot.pl, www.vip-nawrot.pl
NDM 52404

inne

■ **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 52403

■ **Elektryk - złota rączka 515010373**
LEG 52617



ROBERT
WYNAJEM I USŁUGI PODNOŚNIKIEM KOSZOWYM

602 86 57 86
www.robert.media.pl

Wynajem i usługi podnośnikiem koszowym. Tel. 602 86 57 86, www.robert.media.pl
LEG 52596

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

■ **L-wo Osiedle Młodych 63,5m2, 3p. z czterech, do remontu, piwnica oraz garaż wolnostojący, tel. 504078484**
LEG 52612

sprzedam działkę

■ **Olszewnica Stara około 1000m2, prąd, gaz, wodociąg, 300zł/m2 do negocjacji 501833362**
LEG 52594

OGŁOSZENIA DROBNE
do bieżącego numeru
przyjmujemy
DO PONIEDZIAŁKU
do godziny 12:00.

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA
o I przetargu ustnym nieograniczonym
na sprzedaż lokalu mieszkalnego Nr 8 przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy wraz z udziałami w częściach wspólnych nieruchomości

Gmina Winnica jest właścicielem lokalu mieszkalnego nr 8 o powierzchni użytkowej 37,20 m², mieszczącego się w budynku przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy (parter), położonym na działce nr 155/3 o powierzchni 0,2654 ha dla których Sąd Rejonowy w Pułtusku prowadzi księgę wieczystą nr OS1U/00048851/4. Nieruchomość zbywana jest bez obciążeń.

Przeznaczenie nieruchomości: zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego działka oznaczona nr ewid. 155/3 przeznaczona jest pod adaptację usług oświaty na usługi publiczne, mieszkalnictwo oraz inne usługi SYMBOL 36 UP/MN/U.

Cena wywoławcza do pierwszego przetargu wynosi: **167 600,00 zł**.

Wadium wynosi **16 760,00 zł**.

Przetarg odbędzie się w dniu **07.09.2022 r. o godzinie 10:00** w sali konferencyjnej Urzędu Gminy w Winnicy, ul. Pułtуска 25, 06-120 Winnica

Ogłoszenie o przetargu zostało opublikowane na stronie internetowej Urzędu Gminy Winnica <http://gminawinnica.pl/>, w Biuletynie Informacji Publicznej <http://bip.gminawinnica.pl> oraz wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Winnica, ul. Pułtуска 25, 06-120 Winnica

Dodatkowe informacje na temat przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy w Winnicy, telefonicznie pod numerem (23)691-40-31 lub na stronie internetowej www.bip.gminawinnica.pl



■ Sprzedam działkę w Nowym Modlinie o powierzchni 10750m², 5 km od lotniska Warszawa-Modlin z własnym ujęciem wody i miejskim, blisko gaz nitka, kanalizacja miejska, światłowod, na działce transformator przydział 250 kw, z budynkiem 300 m do remontu na 3 stanowiska warsztatu samochodowego, stanowisko na myjnię, plus 100 m garaż w szeregu, 3 wjazdy, nieruchomości idealna na dochodowy parking lotniskowy i nie tylko, możliwość również zabudowy domków jednorodzinnych itp. tel. 508 431 840
NDM 52611

inne

■ Kwatery pracownicze, dla grup, Modlin Stary blisko PKP, 800 zł/osobę, tel.: 502481063
NDM 52610



■ Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie? Zgłoś się do nas. Zapewniamy kompleksową obsługę. Pomagamy w uzyskaniu kredytu.
784-611-270, 605-325-056
NDM 52475

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



■ Czarna to roczna sunia (28 kg) znaleziona na terenie gminy Wieliszew. Pełna pozytywnej energii psina, Ignie do człowieka, domagając się pieczy i uwagi. Czarna jak Noc, czeka. Tel: 795 845 242 fundacja-som.pl
NDM 52620



■ Skrzatka to miesięczna kicia znaleziona w dniu 27.07.2022 Markach przy ul. Pieniążka. Jest w trakcie leczenia kociego kataru, musi być jeszcze dokarmiana i dogrzewana. Życzymy Skrzatce zdrowia i odnalezienia opiekuna. Szczegółowe informacje: 666-345-888
NDM 52618

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl



■ Żuczek to niewielki, starszy ruderalec (13 kg) znaleziony na terenie Gminy Wieliszew. Potrzebuje czasu na aklimatyzację. Dał się już poznać jako wesoły Legomość, zgodny z innymi psami. Kto zgubił Żuczka? Może w trawie? Tel: 795 845 242 fundacja-som.pl
NDM 52619

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



■ RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl
LEG 52607

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

■ Kupię szklarnie do rozbiórki mrożarki, gotówka 515924866
LEG 52390



■ Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 52606



Filia Legionowo
ul. Zegrzyńska 4
tel.: 22 767 53 80
tel.: 22 767 53 89

INTERCARS.COM.PL

FOTO
-TANIO-
VIDEO

www.foto-legionowo.pl

PRZYCHODNIA
DLA ZWIERZĄT

lek. wet. MIROSLAW KADO
specjalista
chorób psów i kotów

ŁAJSKI ul. Nowodworska 93
tel.(cały czas) 22 782 22 82
602 237 021

RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADŹWIĘKOWE USUWANIE KAMENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

AUTO NAPRAWA

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

Adam Szczypkowski ☎ 605 94 91 91
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. - pt. 8.00 - 17.00 022 782 49 10



KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIAK

WYPEŁNIJ Drukowanymi literami wpisując w kratkę jedną literę robiąc odstęp między wyrazami

☐ SZUKAM
PRACY

☐ ODDAM
ZA DARMO

1. Wypełniony kupon prosimy przynieść do biur ogłoszeń tygodników:
Mazowieckie To i Owo, Lokalna, Tygodnik Nowodworski, Tygodnik Pułtusk.
2. Kupon bez pełnych, czytelnych danych zlecającego jest nieważny.
3. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

OGŁOSZENIA
DROBNE
do bieżącego numeru
przyjmujemy
DO PONIEDZIAŁKU
do godziny 12:00.

WYCINKA DRZEW
METODĄ ALPINISTYCZNĄ

- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW

- PRZycinanie prześwietlanie korony drzew

- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH

- USŁUGI RĘBAKIEM, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU

698 991 470

Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

BETON
TOWAROWY

SPRZEDAŻ

601 779 779

beton towarowy
wszystkich klas
beton mrozoodporny
beton wodoszczelny



Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl

drogiimosty.com.pl

PREFABRYKATY
BETONOWE

BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE

elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów

Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:

błocki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa



Producent prefabrykatów betonowych
Kosowo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10 brixnet.pl

ultramedica

CENTRUM ZDROWIA KOBIETY

KLINIKA

GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA

Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 I p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU
BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI

05-120 Legionowo, ul. Bolesława Chrobrego 49c
tel. (022) 784 50 88



Można powiedzieć, że to już nie jest COVID-19, a COVID-22

Można powiedzieć, że to już nie jest COVID-19. To jest COVID-22 - choroba o łagodniejszym przebiegu - powiedział PAP prof. Robert Flisiak, prezes Polskiego Towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych. Dodał, że ma nadzieję, iż wkrótce będzie można szczepić 4. dawką osoby po 60. r.ż.

Zapytany o wzrost liczby zakażeń koronawirusem, prof. Flisiak podkreślił, że „podawana liczba wykrytych zakażeń nie jest jednoznaczna z liczbą zachorowań na COVID-19”.

„Część zakażeń przebiega przecież bezobjawowo. A nawet te przebiegające objawowo, ale łagodnie, nie stanowią zagrożenia zdrowia i życia oraz nie obciążają systemu opieki zdrowotnej” - ocenił.

„Trzeba pamiętać, że wariant omikron, a zwłaszcza te subwarianty, które obecnie dominują - BA.4 i BA.5, charakteryzują się niską patogennością i niską chorobowością. Objawy nie są tak ciężkie jak te, które były powodowane przez wariant delta. W zasadzie można powiedzieć, że wywołwana przez te warianty choroba to już nie jest COVID-19. To jest COVID-22 - choroba o łagodniejszym przebiegu” - powiedział.

Zdaniem prof. Flisiaka tym, co może niepokoić przy obecnej dynamice wzrostu zakażeń, jest ryzyko rozprzestrzeniania się epidemii. Jak zastrzegł, powinniśmy obserwować przebieg epidemii i pozostawać w gotowości.

„Na tę chwilę nie ma istotnego wzrostu hospitalizacji z powodu COVID-19, a to oznacza, że nie ma zachorowań o ciężkim przebiegu. Choć oczywiście należy się ich spodziewać w najbliższych tygodniach, zwłaszcza wśród osób po 60. roku życia. Z tego powodu niepokoi mnie wyczerpanie zapasów leków przeciwwirusowych, które w tej grupie wiekowej zmniejszają ryzyko śmierci o połowę” - wyjaśnił.

Prof. Flisiak stwierdził, że bardzo trudno jest przewidzieć, jak będzie przebiegać kolejna fala epidemii. „Pamiętajmy, że bardzo duża część społeczeństwa uodporniła się na wariant BA.1 poprzez przechorowanie COVID-19 w pierwszej połowie 2022 r. Ponadto osoby, które przeszły pełny cykl szczepień i przyjęły dawkę przypominającą, są w dużej mierze zabezpieczone przed ciężkim przebiegiem choroby zagrażającym życiu i zdrowiu” - wyjaśnił.

Przypomniał, że Europejska Agencja Medyczna zaleca szczepienie czwartą dawką szczepionki przeciw COVID-19 osobom powyżej 60. roku życia. „Osoby z tej grupy wiekowej są bardziej zagrożone ciężkim przebiegiem choroby i zgonem, co - jak wykazaliśmy w badaniu SARSTer - dotyczy także wariantu omikron” - podkreślił.

Dodał, że osobom, które są zaszczepione, ale nie przyjęły dawki przypominającej, zaleca jak najszybsze jej przyjęcie. „Z kolei osoby, które przyjęły już pierwszą dawkę przypominającą i ukończyły 80 lat, powinny jak najszybciej przyjąć drugą dawkę przypominającą, bo to umożliwiają aktualne polskie regulacje” - wyjaśnił prof. Flisiak.

„Nie powinniśmy czekać, aż pojawi się nowa szczepionka, bo również ta, którą dysponujemy obecnie, daje zabezpieczenie przed ciężkim przebiegiem choroby, pod warunkiem, że utrzymujemy odpowiedni poziom przeciwciał poprzez przyjmowanie dawek przypominających” - stwierdził prezes Polskiego Towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych.

Prof. Flisiak podkreślił, że czekanie na nową szczepionkę zaleca jedynie osobom, które przyjęły już trzy dawki i dodatkowo przechorowały COVID-19 w 2022 r. „Te osoby mogą spokojnie poczekać na nową szczepionkę, która zapewne będzie dostępna dopiero jesienią. Wszystkie pozostałe osoby powinny jak najszybciej przyjąć kolejną dawkę” - ocenił.

Dodał, że osoby powyżej 60 r.ż. i z obniżoną odpornością powinny też nosić maseczki w pomieszczeniach zamkniętych, zwłaszcza w miejscach, gdzie znajduje się dużo ludzi.

„Skuteczność maseczek w zmniejszaniu ryzyka zakażenia jest oczywista i poparta badaniami, więc nie powinna już wzbudzać wątpliwości” - zaznaczył (PAP)

Nauka w Polsce
Iwona Żurek

Polski Nałogometr ostrzega przed powrotem do nałogu – np. 2 dni wcześniej

Opracowane przez polskich naukowców bezpłatne oprogramowanie - Nałogometr - pomaga osobie walczącej z uzależnieniem wytrwać w abstynencji i zrozumieć, co powoduje poczucie „głodu” nałogowego. Algorytm może z wyprzedzeniem informować użytkownika o zwiększonym ryzyku powrotu do niepożądanych substancji czy zachowań

Właśnie ruszył kolejny etap Ogólnopolskiego Badania Nałogów. Do końca sierpnia psychologowie chcą zebrać nowe dane, dzięki którym dopracują moduł spersonalizowanej pomocy online w Nałogometrze - poinformowali przedstawiciele naukowców w przesłanym komunikacie.

Nałogometr jest rozwijany od 2018 roku w ramach Ogólnopolskiego Badania Nałogów, prowadzonego przez dr. hab. Mateusza Gołę i Macieja Skorko z Instytutu Psychologii PAN. Udział 10 tysięcy uczestników pozwolił naukowcom opracować algorytm określający wzorce zachowań, które sprzyjają ponownemu sięgnięciu po używkę. Bezpłatna aplikacja pomaga ma osobom uzależnionym od substancji takich jak alkohol, papierosy, narkotyki i dopalacze, a także od nałogowych zachowań takich, jak niekontrolowane objadanie się, granie w gry komputerowe, korzystanie z pornografii czy hazard.

Algorytm stworzony przez naukowców określa, jakie czynniki sprzyjają u danej osoby uczuciu głodu nałogowego. Bo czasem taki głód jest stymulowany przez lęk, smutek albo prokrastynację, czyli odkładanie obowiązków.

Aplikacja kilka razy dziennie zadaje użytkownikowi pytania. To ma go motywować, by w danym momencie zastanowił się, co się z nim dzieje, jaki jest jego poziom stresu, nastroj i jak to jest związane z chęcią



sięgnięcia po używkę lub po nałogowe zachowania. „Po pierwsze człowiek zyskuje świadomość, kiedy i jakie czynniki popychają go do zachowań, oznaczających powrót do nałogu” - wyjaśnia dr hab. Mateusz Gola, współtwórca Nałogometru, związany zarówno z PAN, jak i z Uniwersytetem Kalifornijskim, gdzie zajmuje się badaniem neuronalnych mechanizmów uzależnień.

„Dzięki Nałogometrowi osoba zmagająca się z nałogiem może zorientować się, że głód nałogowy wraca np. o konkretnej porze dnia i w specyficznych okolicznościach. Algorytm zaszyty w aplikacji mobilnej podpowiada, jak przeciwdziałać wpadce, wskaże potrzebne zmiany, np. dotyczące snu lub bodźców stresowych, a także zasugeruje doraźne działania, które pozwolą przetrwać trudny moment, kiedy ten nadejdzie” - mówi Gola.

„Nawet do 70 proc. osób, które odbyły terapię uzależnienia w ciągu 2 lat wraca do swoich wcześniejszych zachowań - mówi dr med. Bohdan Woronowicz z Centrum Konsultacyjnego AKMED. - Osoby uzależnione przyznają, że główną przyczyną tego jest odczuwanie silnego, wewnętrznego przymusu sięgnięcia po daną substancję, np. alkohol lub trudność w powstrzymaniu się od kompulsywnego zachowania np. od jedzenia.

W Polsce ponad 25 proc. osób regularnie pali papierosy, a ok 20 proc. pije alkohol ryzykownie lub szkodliwie, w tym ok. 2 proc. to osoby uzależnione” - uzupełnia psychiatra, a jednocześnie specjalista i supervisor terapii uzależnień.

To właśnie we współpracy z Monarem, twórcy Nałogometru wyposażyli program aplikacji w medytacje, terapie poznawczo-behawioralne oraz ćwiczenia wellbeingowe i typu mindfulness.

„Metody wsparcia są dopasowane do konkretnych kryzysów i uwzględniają udokumentowane naukowo mechanizmy. Rola tzw. cyfrowych terapii to obniżenie w ciągu kilkunastu minut stresu, pobudzenia i złości, które sprzyjają zachowaniom nałogowym” - przekonuje Maciej Skorko, współtwórca narzędzia z Instytutu Psychologii PAN.

Każdy, kto zainstaluje w telefonie oprogramowanie, nie tylko zyska szansę, aby dowiedzieć się o sobie więcej, ale pomoże w badaniu naukowym, które służy pokonywaniu uzależnień na poziomie społecznym. Aplikacja jest bezpłatna. Jej twórcy zapewniają, że nie zbiera danych osobowych o użytkownikach.

PAP - Nauka w Polsce

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

GODZINY OTWARCIA:
Poniedziałek - Piątek 9-20
Sobota 10-15

Gabinter.pl

-10% zniżki na POBRANIA KRWI do końca września 2022r.

LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19 (4 dawka już dla osób 60 plus)

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444



18 lipca została zawarta umowa na dofinansowanie z budżetu Województwa Mazowieckiego III etapu zagospodarowania brzegu Jeziora w miejscowości Zegrze. Przyznana kwota 300 tys. zł zostanie przeznaczona na wykonanie pomostu pływającego i slipu, które umożliwią korzystanie ze sprzętu wodnego, a także pomostu stałego – kaskadowego, który będzie miejscem do odpoczynku tuż nad taflą wody.



Nowy wizerunek Zegrza

Zagospodarujemy nabrzeże

Warto wspomnieć, że w ostatnim czasie zakończył się I etap działań inwestycyjnych w tej przestrzeni – budowa ścieżki pieszo-rowerowej biegnącej wzdłuż brzegu jeziora, wraz z elementami infrastruktury rekreacyjnej. Ten ponad 400-metrowy odcinek został w całości wykonany ze środków pozyskanych przez Lokalną Grupę Działania „Zalew Zegrzyński”. W tej chwili przez Miasto i Gminę Serock realizowany jest II etap zadania, polegający na zagospodarowaniu terenu po dawnej przepompowni przy ul. Pułku Radio, w ramach którego powstanie przestrzeń do wypoczynku na trawie oraz leżakach i hamakach umieszczonych w bliskim sąsiedztwie wody. Stworzymy tu też możliwość uruchomienia punktu handlowo-gastronomicznego, który został zaplanowany na dachu dawnego budynku magazynowego zaadaptowanego na wypożyczalnię sprzętu wodnego. Również na dachu powstanie taras, który będzie punktem widokowym na Jezioro Zegrzyńskie. Realizacja tej części zadania zostanie

w ogromnej większości sfinansowana ze środków pochodzących z Programu Inwestycji Strategicznych Polski Ład.

Pozyskujemy wsparcie

Wszystkie trzy etapy zagospodarowywania brzegu jeziora w Zegrzu stanowią estetyczną i funkcjonalną całość. Etapowość realizacji była podyktowana jedynie wynikami analiz możliwości pozyskiwania środków zewnętrznych na realizację przedsięwzięcia, a co za tym idzie – optymalizacją wydatków. Inwestycja w tej przestrzeni stanowi z kolei jeden z etapów realizacji planu połączenia szlakiem rowerowym Zegrza z Jadwisinem i dalej z Serockiem i Wierzbicą. Konsekwentnie pracujemy nad jego zmaterializowaniem, niestety brak niezbędnych tytułów prawnych do części nieruchomości, na których ścieżka mogłaby być realizowana, mocno utrudnia to zadanie. Wierzmy jednak, że malownicze nabrzeże Jeziora Zegrzyńskiego, które dziś zyskuje nową oprawę, już teraz będzie ciekawą propozycją na spędzanie tutaj wolnego czasu.



Pobierz aplikację mobilną Serock!

Miasto i Gmina Serock zaprasza zarówno mieszkańców jak i turystów do zainstalowania aplikacji mobilnej „Serock”. Przy jej pomocy można nie tylko zwiedzić Serock i okolice, poznać ich atrakcje, ale także szybko odnaleźć niezbędne informacje praktyczne.

Aplikacja zawiera propozycję tras pieszych. Każda z nich zaznaczona została na mapie offline, a dzięki technologii GPS widać dokładną pozycję podczas wycieczki. Na trasach zaznaczone są ciekawe obiekty i miejsca, które warto odwiedzić. Cenną propozycją jest także moduł audioprzewodnika, który pozwoli wysłuchać treści o najważniejszych obiektach na trasach. Aplikacja zawiera także informacje na temat aktualnych wydarzeń kulturalnych i sportowych, a także wszelkie gminne komunikaty. Aplikacja dostępna jest bezpłatnie na platformach GooglePlay i AppStore.

POBIERZ SEROCKĄ APLIKACJĘ MOBILNĄ

Ważne informacje w jednym miejscu.
Wydarzenia sportowe i kulturalne.
Komunikaty gminne.
Mnóstwo informacji praktycznych.
Historia gminy i atrakcje turystyczne.
Promocja lokalnego biznesu.

Możesz być jeszcze bliżej Serocka!

serock.pl

Google Play App Store



PRZED NAMI

DESZCZ ZIMĄ, ŚNIEG LATEM
- FESTIWAL IM. ANDRZEJA
KONDRATIUKA

W dniach 5-7 sierpnia br. Powiatowa Instytucja Kultury zaprasza na III Edycję Festiwalu Filmowego im. Andrzeja Kondratiuka.

W programie festiwalu przygotowano pokazy filmów:
5 sierpnia 2022 r., godz. 20.00 w parku Świętojański w Wieliszewie: seans: „Jańcio Wodnik”, gość: Grażyna Błęcka-Kolska.

6 sierpnia 2022 r. godz. 20.00 plaża miejska w Serocku: seans: „Pełnia”, gość: Anna Seniuk.

7 sierpnia 2022 r. godz. 20.00 plac przy GOK w Nieporęcie: seans: „Nad rzeką, której nie ma”, gość: Marek Bukowski (+ warsztaty ceramiczne w godz. 16.00-19.00). Wstęp wolny.

POTAŃCÓWKA W PARKU ZDROWIA

W sobotę (6 sierpnia) o godz. 19.00 w Parku Zdrowia w Legionowie (ul. Chrobrego) odbędzie się kolejna potańcówka dla wszystkich pokoleń. Wstęp wolny.

POWSTANIE '44 W LEGIONOWIE

W niedzielę (7 sierpnia) o godz. 15.00 odbędzie się spotkanie z cyklu Muzealne Spacer Historyczne. Tym razem Dr Adam Kaczyński zaprasza na spotkanie pt. Powstanie '44 - w Legionowie: walki powstańcze w rejonie Chotomów/Legionowo. Zbiórka: Stacja PKP Legionowo-Przystanek. Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.

CERAMICZNE WARSZTATY
FAMILIJNE

W niedzielę (7 sierpnia) o godz. 16.00 na placu przy Gminnym Ośrodku Kultury w Nieporęcie odbędą się Ceramiczne Warsztaty Familijne zorganizowane przez Powiatową Instytucję Kultury. Więcej informacji na stronie www.pik.legionowski.pl.

FONTANNA MUZYKI

W niedzielę (7 sierpnia) o godz. 18.00 na Rynku w Serocku w ramach cyklu Fontanna Muzyki odbędzie się koncert Kwartetu Puzonowego pt: „Ta ostatnia niedziela”. Wstęp wolny.

red

FESTIWAL MUZYKI ORGANOWEJ W LEGIONOWIE

Krakowskie Trio Stroikowe
i Waldemar Gawiejnowicz

Już w najbliższą niedzielę (7 sierpnia) o godz. 17.00 w Kościele Świętego Ducha (ul. Ks. Schabowskiego 2) w Legionowie odbędzie się koncert Krakowskiego Trio Stroikowego oraz Waldemara Gawiejnowicza - organisty

Krakowskie Trio Stroikowe powstało w 1998 roku, tworzą go oboista Marek Mleczek, klawesista Roman Widaszek oraz fagocista Paweł Solecki. Członkami zespołu są laureaci krajowych i międzynarodowych konkursów muzycznych, absolwenci Akademii Muzycznych w Krakowie i Katowicach, którzy spotkali się w krakowskiej orkiestrze kameralnej Capella Cracoviensis współpracując przez wiele lat charakterystyczną grupę dętą. Muzycy mają w swym dorobku wiele koncertów kameralnych z różnorodnym repertuarem, od muzyki barokowej do współczesnej, występowali w wielu ważnych ośrodkach



muzycznych Europy - Paryż, Wiedeń, Lizbona, oraz niemalże nawszystkich prestiżowych festiwalach muzycznych w Polsce, spotykając się z entuzjazmem publiczności i uznaniem krytyków. W 2005 roku, współpracując z PWM i DUX-em, zespół nagrał płytę z utworami polskich kompozytorów XX wieku (Szałowski, Tansman, Lutosławski, Spisak, Palester, Krauze), a rok później na zaproszenie Polskiego Towarzystwa Bachowskiego, zarejestrował we własnym opracowaniu Sonatę Es-dur BWV 525 Jana Sebastiana Bacha. Muzycy Krakowskiego Trio Stroikowego współpracują również z polskimi kompozytorami. Współpraca owocuje nowymi kompozycjami, które są dedykowane zespołowi (Krzesimir Dębski, Krzysztof Herdzin, Paweł Łukaszewski). Członkowie Krakowskiego Trio Stroikowego są pedagogami Akademii Muzycznych w Krakowie i Katowicach.

Waldemar Gawiejnowicz - absolwent Akademii

Muzycznej im. Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu w klasie organów prof. Sławomira Kamińskiego oraz absolwent Wydziału Chemii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza. Brał udział w mistrzowskich kursach interpretacji (Polska, Niemcy, Szwecja). Jest doktorem habilitowanym w dziedzinie sztuki muzycznej. Prowadzi zajęcia na Wydziale Kompozycji, Dyrygentury, Wokalistyki, Teorii Muzyki i Edukacji Artystycznej macierzystej Akademii, obecnie na stanowisku adiunkta. Występował jako solista i kameralista na terenie Polski i poza jej granicami. Ma na swoim koncie nagrania płytowe. W latach 1996-2020 współorganizował i prowadził łącznie ponad 250 koncertów z udziałem kilkuset artystów z Polski, Austrii, Belgii, Czech, Francji, Holandii, Meksyku, Niemiec, Łotwy, Szwajcarii, Szwecji, Ukrainy, Wielkiej Brytanii i USA. Występował z referatami podczas międzynarodowych konferencji

naukowych oraz wykładami i prelekcjami w ramach seminariów i warsztatów organizowanych przez uczelnie muzyczne. Pracuje nad redakcją nowej edycji utworów organowych Feliksa Nowowiejskiego. Konsultował dokumentację do renowacji organów i projekty dyspozycji nowych instrumentów. Otrzymał wyróżnienia za popularyzację muzyki organowej: Nagroda Kulturalna Drezdenka za rok 2005, Medal Srebrny za długoletnią Służbę (2013), Odznakę Honorową Zasłużony dla Kultury Polskiej (2018). Jest autorem książki „Surzyński – Gieburowski – Nowowiejski”. Wybrane aspekty życia i działalności, wydanej w Poznaniu (2020), która została dwukrotnie nominowana w kategoriach: najlepszej publikacji związanej ze stolicą Wielkopolski (Biblioteka Raczyńskich, Konkurs im. Józefa Łukasiewicza) oraz najlepszej publikacji o Wielkopolsce (Konkurs o Nagrodę Poznańskiego Towarzystwa Przyjaciół Nauk). MOK L-wo

ZAPROSZENIE

Muzeum Historyczne w Legionowie

MUZEALNE SPACERY HISTORYCZNE

7 SIERPNIA (NIEDZIELA) O GODZ. 15.00 MUZEUM HISTORYCZNE W LEGIONOWIE ZAPRASZA NA SPACER HISTORYCZNY PT. **POWSTANIE '44 W LEGIONOWIE: WALKI POWSTAŃCZE W REJONIE CHOTOMÓW/LEGIONOWO.** SPOTKANIE POPROWADZI DR ADAM KACZYŃSKI.

POCZĄTEK: STACJA PKP LEGIONOWO PRZYSTANEK
CHĘTNYCH PROSIMY O ZGŁOSZENIE UCZESTNICTWA W SPACERZE
ZGŁOSZENIA TEL.: 22 378 33 54
UDZIAŁ BEZPŁATNY!

W PRZYPADKU BURZY LUB TEMPERATURY PRZEKRACZAJĄCEJ 30°C SPACER ZOSTANIE PRZEŁOŻONY NA INNY TERMIN





XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

2022

**Kościół Świętego Ducha, Legionowo
ul. ks. J. Schabowskiego 2**

31 lipca
godz. 16.30

Rodzinne Trio Wiolonczelowe
Katarzyna Olszewska – organy

7 sierpnia
godz. 17.00

Krakowskie Trio Stroikowe
Waldemar Gawiejnowicz – organy

14 sierpnia
godz. 17.00

AerOphonic
Paweł A. Nowak - akordeon, Maciej Zakrzewski - organy

21 sierpnia
godz. 16.30

Jan Bokszczanin – organy
recital organowy

28 sierpnia
godz. 16.30

Kwartet smyczkowy Prima Vista
Adam Sadowski – organy

4 września
godz. 19.00

Aleksandra Podwojska – sopran
Patryk Podwojski – organy

Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin

organizatorzy



patronat honorowy



Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski

patronat medialny





POWIAT LEGIONOWSKI. Historia regionu

Jezioro Zegrzyńskie ma 59 lat

W tym roku mija 59. rocznica powstania Jeziora Zegrzyńskiego. Symboliczne przecięcie wstęgi i otwarcie zbiornika nastąpiło 22 lipca 1963 roku. Dzień ten przyjęto jako oficjalną datę powstania Jeziora

Zbiornik ma powierzchnię 30,3 km², objętość 90 mln m³ wody i średnią głębokość 2,86 m. Jest źródłem wody dla Warszawy, tu bowiem znajduje się ujęcie Wodociągu Północnego. Na stopniu wodnym piętrzącym wodę w Jeziorze Zegrzyńskim powstała Elektrownia Wodna Dębe - ekonomiczne źródło czystej energii elektrycznej. Stopień wodny oraz Jezioro Zegrzyńskie wykorzystywane są do produkcji energii elektrycznej, poboru wody przez Wodociąg Północny, rekreacji i sportów wodnych oraz żeglugi (droga wodna II klasy). Stopień Wodny Dębe wraz z Kanałem Żerańskim i śluzą Żerań tworzą tzw. warszawski węzeł wodny.

Powstanie Jeziora Zegrzyńskiego było możliwe dzięki wybudowaniu stopnia wodnego w miejscowości Dębe. Pomysł na realizację

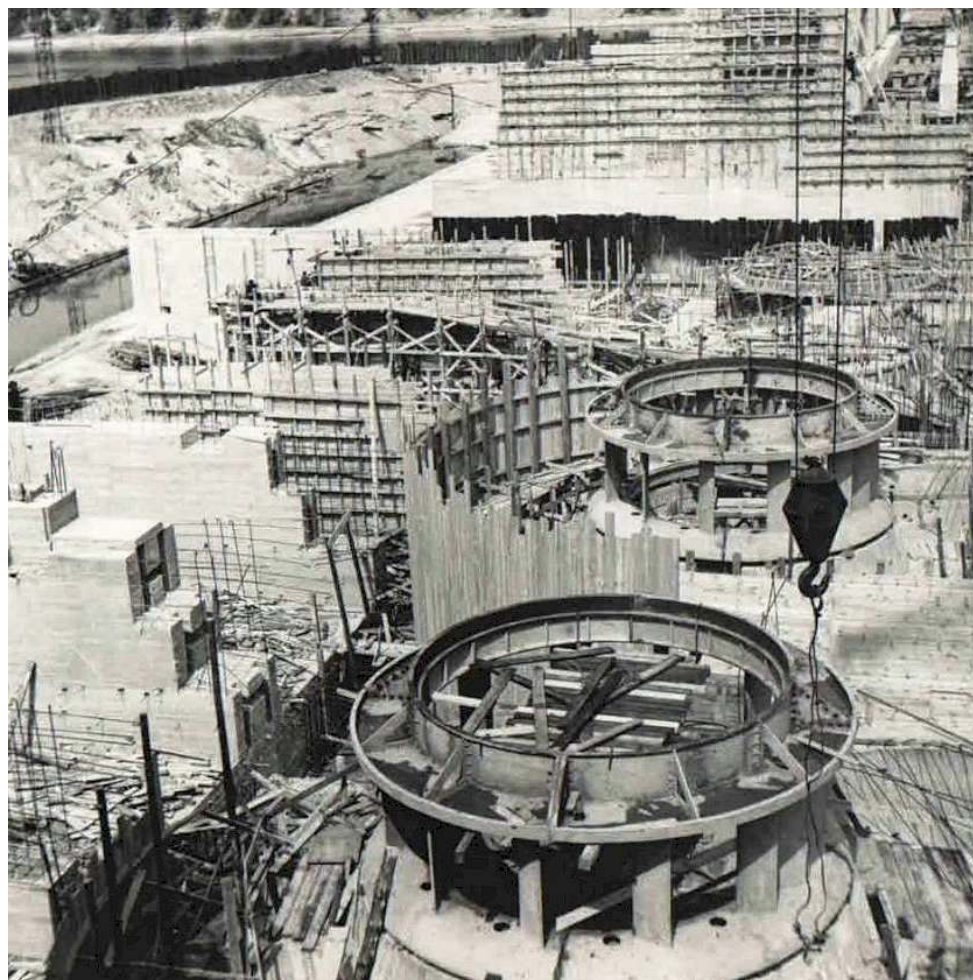
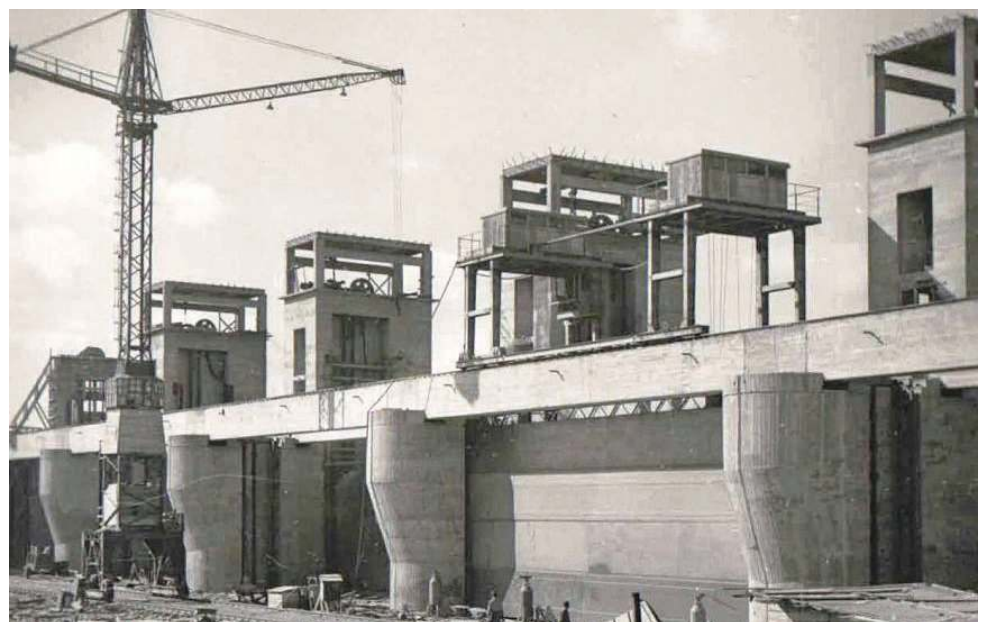
tego przedsięwzięcia powstał w 1951 roku, wtedy też określono przybliżoną lokalizację zbiornika. Siedem lat później tereny te odwiedził Józef Cyrankiewicz, ówczesny premier. Prawdopodobnie wtedy podjęto ostateczną decyzję o budowie zapory, której głównym zadaniem miało być zapobieganie powodziom w dorzeczu dolnej Narwi.

Budowę rozpoczęto w 1958 roku, a zakończono w 1963 roku. Wcześniej w miejscu, gdzie obecnie znajduje się tzw. patelnia Jeziora, mieszkali ludzie. Niestety był to obszar częstego wylewania wód Narwi i Bugu. Według przekazów mieszcili się tu także trzy obozy, w których osadzeni byli więźniowie krótkoterminowi. To właśnie oni pracowali podczas oczyszczania terenu, który przeznaczono na dno obecnego Jeziora Zegrzyńskiego.

Investycja została zrealizowana w dwóch etapach. Pierwszy z nich obejmował wybudowanie jazu i przepławki dla ryb oraz wszystkich budynków mieszczących się poza korytem rzeki, na jej lewym brzegu. Drugi etap, polegający na wykonaniu zapory, wymagał przegrodzenia Narwi i skierowania jej wód na jaz. Poza zapórą główną powstały również zapory boczne, jedenaście przepompowni do odwadniania terenów i wały ziemne na lewym brzegu rzeki.

Przecięcie wstęgi nastąpiło przy okazji obchodów urodzin PRL-u - 22 lipca 1963 roku. Dzień ten przyjęto jako oficjalną datę powstania Jeziora Zegrzyńskiego w rejonie Dębe - Żegrze - Nieporęt - Serock i dalej w stronę Pułtuska.

Fot. **Archiwum „Hydroprojektu”**





78. rocznica wybuchu Powstania Warszawskiego

W poniedziałek (1 sierpnia) punktualnie o godz. 17.00 w Legionowie przy pomniku Polski Walczącej odbyły się centralne uroczystości związane z obchodami 78. rocznicy wybuchu Powstania Warszawskiego

W trakcie uroczystości upamiętniono pamięć Powstańców, odczytano Apel Poległych i złożono kwiaty pod pomnikiem Polski Walczącej.

red.



Nie po to się żyje, by walczyć...

W rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego, które w Legionowie i okolicy trwało 3 dni, w wielu miejscach pamięci oddawano hołd walczącym i poległym. Najmłodszymi żołnierzami, którzy polegli w Legionowie 2 sierpnia 1944 r., byli: Sławomir Klejment, Zbigniew Zakrzewski i Zenon Kałamaja. Na ich grobie czytamy: „Nie po to się żyje, by walczyć, lecz walczyć się po to, by żyć. A jeśli ci życia nie starczy, to śmierci spójrz w oczy i idź”.

Ci trzech szesnastolatek-żołnierze Armii Krajowej zostali zabici przez niemieckiego okupanta. Należeli do drużyny Szarych Szeregów VII Obwodu Armii Krajowej Obroża. Sławek nosił pseudonim Huragan, Zbigniew – Arab, a Zenek – Zienko. Pełnili rolę łączników i sanitariuszy. Kule dosięgły ich w pobliżu skrzyżowania ul. Jagiellońskiej i Warszawskiej, nieopodal schronu. - Gdy od strony Jabłonny nadjeżdżała kolumna kilku niemieckich czołgów, ktoś z okopów wystrzelił w ich stronę. Maszyny natychmiast zwolniły, skrzyżowały i jechały w kierunku okopów. Polscy żołnierze i łącznicy zaczęli uciekać w stronę bunkra. W międzyczasie wystrzelony pocisk armatni zawałił wejście do schronu. Niestety kula z niemieckich karabinów maszynowych trafiła Zenka w czoło, seria wystrzałów niemal przecięła Sławka w pół, a Zbyszek został ciężko ranny w głowę i zmarł po 2 dniach – mówił Wojciech Jeute z Zespołu Ochrony Pamięci Armii Krajowej (ZOPAK).

Centralne uroczystości w Legionowie rozpoczęły się o godz. 17.00, przy Pomniku Polski Walczącej. Wcześniej przedstawiciele samorządu lokalnego, żołnierze, członkowie Koła nr 1 SZŻAK w Legionowie oraz ZOPAK-u, a także mieszkańcy i goście składali kwiaty i zapalali znicze m.in. w: Kwaterze Wojennej na cmentarzu, na granicy Chotomowa i Legionowa oraz w miejscu, gdzie zginęli harcerze: Arab, Zienko i Huragan.

Olga Gajda

Ultradeszczowy 8. Ultramaraton Powstańca

8. Ultramaraton Powstańca odbył się 31 sierpnia na terenie Gminy Wieliszew. Ponad 600 biegaczy nie przestraszyło się deszczowej nocy i w niedzielny poranek stawilo się na starcie biegu

Po przywitaniu zawodników przez Wójta Pawła Kownackiego – w strugach deszczu odśpiewano Hymn Polski, a żołnierze wciągnęli flagę na maszt.

Zawodnicy z flagami symbolicznie przebiegli honorowe 500 metrów. W tym momencie nikt nie walczy o tempo, na tym odcinku każdy w zadumie myśli o tych 63 kilometrach, które są przed nimi do pokonania, by uczcić Pamięć Powstańców Warszawskich.

Wymagająca trasa z wielkimi kałużami, błotem i śliskimi odcinkami na łakach krubińskich, górski podbieg na fortach w Janówku Pierwszym, czy wbieg na wieżę kościoła na pewno zapiszą się w pamięci biegaczy.

Zwycięzcy

Najszybciej z czasem 4h 39 min. trasę pokonał zawodnik mieszkający w Braniewie,



reprezentujący drużynę Wieliszew Heron Team - Damian Krzysztofiak. Drugi był mieszkaniec Łajska Paweł Witkowski z Wieliszew Heron Team, a „pułdo” zamknął Damian Falandysz z Pruszkowa.

Wśród kobiet wygrała młodzieńka, bo zaledwie 23 letnia Nina Wieczorek z Oleśnicy. Pobiła ona damski rekord trasy z czasem 5h i 12 min. Nina dzień wcześniej z dużym dystansem podchodziła do rywalizacji z mistrzynią ultra Patrycją Bereznowską, która

w niedzielę zajęła drugie miejsce. Jako trzecia do mety dotarła Liwia Słupecka.

Gorąca deszczowa atmosfera

Dla atmosfery, dla trasy, dla idei i dla mieszkańców – tak po krótko można odpowiedzieć na pytanie dlaczego kilkuset zawodników z całej Polski przyjeżdża do Wieliszewa. Jak co roku, społeczność wieliszewska – mimo padającego deszczu wspierała uczestników, kibicując,

organizując punkty z wodą i jedzeniem. Tym razem obyło się bez chłodzenia wodą z węży ogrodowych, bo tej było aż nadto z każdej strony.

Honorowy Gość

Zawodnicy w tym roku mieli okazję poznać, posłuchać, a niektórzy nawet dostać medal z rąk Powstańca Warszawskiego Janusza Wałędzika pseudonim „Czarny”, który zaszczylił sportowe wydarzenie swoją obecnością. Pan Janusz niezwykle

ciekawie opowiadał o Powstaniu Warszawskim, pozował do zdjęć z uczestnikami, rozmawiał zarówno ze starszymi, jak i młodszymi, a tuż przed dekoracją zaśpiewał kilka powstańczych piosenek.

Partnerzy i sponsorzy biegu

Organizatorem 8. Ultramaratonu Powstańca jest Stowarzyszenie Młodzi dla Rozwoju EMKA, współorganizatorem Gmina Wieliszew oraz Powiat Legionowski. Ultramaraton został „Dofinansowany przez „Polską Fundację Narodową” i jest ona również Oficjalnym Partnerem Wydarzenia. Strażacy z OSP oznakowali



trasę, pilnowali jej, dzięki nim biegacze nie mogli się zgubić, a Młodzieżowa Drużyna Pożarnicza dbała, by każdy na mecie dostał medal i wodę. Partnerami biegu byli m.in: żołnierze z 32. Wieliszewskiego Dywizjonu Rakietowego Obrony Powietrznej w Olszewnicy Starej. A także Stowarzyszenie Miłośników Fortu XVII B, POLONUS oraz ProReh. UG Wieliszew



PIŁKA NOŻNA. Start sezonu 2022/2023

Na początek Pilica Białobrzegi

W najbliższą sobotę (godz. 17), wyjazdowym spotkaniem z Pilicą Białobrzegi trzecioligowi piłkarze KS Legionovia Legionowo zainaugurują sezon 2022/2023. Jaki on będzie dla podopiecznych trenera Michała Piroso, drużyny wicelidera poprzednich rozgrywek?

Jak powszechnie wiadomo piłka jest okrągła, a bramki są dwie, ale... Optymistów wierzących, że legionowscy futboliści są w stanie poprawić pokaźny dorobek punktowy z ostatniego sezonu (przypomnijmy: 80 zdobytych

punktów, na które złożyły się 24 zwycięstwa, 8 remisów i tylko 4 porażki) – niewielu. Wśród legionowskich kibiców piłki kopanej przeważają raczej opinie, że wypuszczona na finiszu ostatniego sezonu szansa na drugoligowy awans,



Jak zaprezentują się w nowym sezonie podopieczni trenera Michała Piroso? Fot. fotoMiD

może się długo nie powtórzyć. Cóż, nie ma co krakać. Pożyjemy, zobaczymy...

W przerwie letniej trzon zespołu niewiele się zmienił. Odeszli m.in. Michał Bajdur

i Piotr Bujak, pozyskano czterech nowych piłkarzy (Kamil Kumoch, Marcin Bawolik, Michał Suchanek, Szymon Wiejak), do zespołu po rocznej grze w grodzkiej Pogoni powrócił Daniel Choroś. Wygląda więc na to, że liczbowo Legionovia więcej piłkarzy zyskała niż straciła, ale, czy ilość przejdzie w jakość?

Wyniki spotkań sparingowych, rozegranych w czasie letnich przygotowań, delikatnie mówiąc – nie rzucają na kolana. Wręcz odwrotnie. Same porażki i tylko jeden remis 2-2 z czwartoligowym warszawskim Hutnikiem. Prezes legionowskiego klubu Dariusz Ziąbski, stara się nie robić z wyników tych kontrolnych spotkań tragedii. – To tylko sparingi, droga do dobrego przygotowania do sezonu. Czy ktoś rozsądnie myślący oczekiwał zwycięstw z czołowymi zespołami ukraińskiej ekstraklasy, z Ługańska, Połtawy i Żytomierza? Mielśmy w tych spotkaniach, także tych z czołowymi zespołami III ligi z grupy I, a więc LKS Łągów i Avia Świdnik, zarówno zła ale i dobre okresy w swej grze. Szwankowała z pewnością skuteczność i to wydaje się największa bolączka zespołu. Proszę też pamiętać, że Dariusz Zjawieński jest w okresie rehabilitacji, dopiero w ostatnim sparingu przeciwko Avii Świdnik, tylko przez pół godziny zagrał, wracający do zespołu po kontuzji Patryk Koziara. Na samym finiszu przygotowań, na skutek kontuzji trener nie mógł korzystać z usług nowego piłkarza w zespole, Michała Suchanka. Wybraliśmy na sparingpartnerów mocne drużyny, wyniki spotkań kontrolnych są takie a nie inne, ale nie świadczą o sile i potencjale naszej drużyny. Historia wyników sparingowych wielu zespołów, nijak ma się do tych o ligowe punkty. Sam tego jako były



Czy Kamil Kumoch będzie legionowskim odkryciem sezonu 2022/2023? Fot. fotoMiD

piłkarz doświadczyłem – podkreślił prezes.

W wspomnianym ostatnim sparingu rozegranym w Rembertowie przeciwko Avii Świdnik Legionovia przegrała 0-1 (0-0), tracąc gola po rzucie rożnym, na kwadrans przed końcem spotkania. Nasi mieli zdaniem prezesa wcześniej trzy niezłe sytuacje na zdobycie bramki, ale zawiodła wspomniana wcześniej skuteczność, a w zasadzie jej brak. Dodajmy może jeszcze, że w zespole rywali zagrał jej nowy nabytek, 37-letni obrońca z ekstraklasową przeszłością (ostatnio Górnik Łęczna) – Tomasz Midziński.

Jak może wyglądać wyjściowy skład Legionovii na inauguracyjne spotkanie z Pilicą w Białobrzegach? O próbę jego wytypowania poprosiliśmy D. Ziąbskiego.: - Nie chcę wchodzić w kompetencje trenera Michała Piroso, ale wiele wskazuje na to, że nasz skład na pierwszy pojedynek o ligowe punkty sezonu 2022/2023 może wyglądać następująco: Krzywański – Kaczorowski,

Gibas, Waszkiewicz, Barański, Sonnenberg, Rymek, Kumoch, Papazjan, Mroczek, Wiejak (ewentualnie Balicki).. Są oczywiście jeszcze gotowi do gry: Choroś, Wojdyga, Zaklika...Zobaczymy. Oby był to skład zwycięski – dodaje prezes klubu. Przypomnijmy, że w ubiegłym sezonie Legionovia wygrała z Pilicą w Białobrzegach 2-1, trzy punkty zainkasowała z tym rywalem również w legionowskim spotkaniu (3-1).

A oto pary pierwszej, sobotniej kolejki w III lidze (grupa I):

Pilica Białobrzegi – Legionovia, Ursus Warszawa- Błonia, Błonie, Świt Nowy Dwór Mazowiecki – Lechia Tomaszów Mazowiecki, Broń Radom – Sokół Ostroda, Mławianka Mława – Pelikan Łowicz, Legia II Warszawa – Pogoń Grodzisk Mazowiecki, Warta Sieradz – Jagiellonia II Białystok, Olimpia Zambrów – Unia Skierniewice, Concor dia Elbląg – ŁKS II Łódź.

(jb)

Czy będą musieli „stawać na głowie”, aby zdobyć gola? Fot. fotoMiD

PIŁKA RĘCZNA. Rozkład jazdy na sezon 2022/2023

Zaczynają przygotowania

W poniedziałek przygotowania do sezonu 2022/2023 w Lidze Centralnej (bezpośredniego zaplecza PGNiG Superligi) rozpoczęli piłkarze ręczni KPR Legionowo. Sezon rusza 17/18 września 2022, a pierwsza runda zakończy się 28/29 stycznia 2023 roku

Czego można spodziewać po legionowskim zespole, przypomnijmy – wiceliderze ostatnich rozgrywek, który „ładowanie akumulatorów” rozpoczyna pod kierunkiem już nie trenera, a samodzielnego szkoleniowca Michała Prątnickiego?

Jakiekolwiek stawianie prognoz w tym momencie to „wróżenie z fusów”. Czternastka drużyn rywalizujących po raz drugi w Lidze Centralnej ma swoje plany i marzenia, w kadrach zespołów nastąpiły większe i kosmetyczne zmiany, a poprzedni sezon pokazał, że rywalizacja jest wyrównana, a niespodziewanych rezultatów w niej nie brakowało. Czy któraś z drużyn zdoła się w tym sezonie wcielić w rolę dominatora rozgrywek, jakim była Ostrovia Ostrów Wielkopolski (dziś już superligowca), czy też najbliższy sezon będzie trzymał w napięciu do samego końca? To póki co pytanie retoryczne. Więcej na temat szans i roli poszczególnych drużyn będzie można powiedzieć po kilku kolejkach, a już snuć konkretniejsze prognozy po pierwszej rundzie Ligi Centralnej sezonu 2022/2023.

Przedstawiamy zestaw pierwszej kolejki Ligi Centralnej i „rozkład jazdy” KPR Legionowa na pierwszą rundę sezonu 2022/2023.:

- 1.kolejka (17/18 września br.)**
Grot Blachy Pruszyński Anilana Łódź – KPR Legionowo
Stal Mielec – Olimpia Madex Piekary Śląskie
Orlen Upstream Przemyśl – Nielba Wągrowiec
Stal Gorzów – Śląsk Wrocław
AZS AWF Białą Podlaska – Zagłębie Sosnowiec
Padwa Zamość – MKS Wieluń
Autoinvest Żukowo – Warmia Energa Olsztyn
- 2.kolejka (24/25 września)**
KPR Legionowo – Orlen Upstream Przemyśl
- 3.kolejka (1/2 października)**
Stal Gorzów Wielkopolski – KPR Legionowo
- 4.kolejka (8 października)**
KPR Legionowo – AZS AWF Białą Podlaska
- 5. kolejka (22/23 października)**
Padwa Zamość – KPR Legionowo
- 6.kolejka (29/30 października)**
KPR Legionowo – Autoinvest Legionowo
- 7. kolejka (5 listopada)**
Warmia Energa Olsztyn – KPR Legionowo
- 8. kolejka (19/20 listopada)**
KPR Legionowo – MKS Wieluń
- 9. kolejka (26/27 listopada)**
Zagłębie Sosnowiec – KPR Legionowo
- 10. kolejka (3/4 grudnia)**
KPR Legionowo – Śląsk Wrocław
- 11. kolejka (10 grudnia)**
Nielba Wągrowiec – KPR Legionowo
- 12. kolejka (17/18 grudnia)**
Olimpia Piekary Śląskie – KPR Legionowo
- 13. kolejka (28/29 stycznia 2023 r)**
KPR Legionowo – Stal Mielec

(jb)



Takich zawodników, z podziałem na pozycje będzie miał do dyspozycji, trener Michał Prątnicki, podczas przygotowań do sezonu 2022/2023. Jest wśród nich trójka nowych zawodników: rozgrywający Irańczyk – Ali Mehdizadeh, prawoskrzydłowy – Michał Kłapka oraz nowy-stary obrotowy Wiktor Jędrzejewski

Fot. fb kprlegionowo