NIEZNANE OBLICZE ZNANYCH MIESZKAŃCÓW:

Łowca promocji z Łaskarzewa STR. 2

Zostawił roczną córkę w obcym aucie, kilka dni później trafił za kratki

24-latek rozbił Audi na polu i próbował uciec. Zatrzymali go policjanci STR. 5

Po 35 latach w szkole poczuł się niemile widziany

Grzegorz Szymczak podczas historycznego spotkania z potomkami żydowskich rodzin postanowił opuścić szkołę STR. 7

Nr 23 (758)
9 czerwca 2026 r.
cena 4,00 zł (VAT 5%)
www.egarwolin.pl

Jesteśmy na Facebooku eGarwolin

Numer w sprzedaży 15 czerwca 2026

TWÓJ Głos

eGarwolin.pl

GAZETA POWIATU GARWOLIŃSKIEGO

Szukasz pracy, okazji lub fachowca? Sprawdź nasze ogłoszenia!

ppłk Arkadiusz Korczak - nowy dowódca garwolińskich Terytorialsów

STR. 3

CHOROBA ODBIERA IM WZROK I SŁUCH, ALE NIE POTRAFI ZŁAMAĆ CHARAKTERU

Beata nie widzi nic. Kinga widzi plamy. Obie chorują na jedną z najrzadszych chorób genetycznych w Polsce. Nie poddają się - piszą książki, tworzą ozdoby i odwiedzają szkoły

STR. 9

W NUMERZE:

ŁASKARZEW
Parking przy przychodni utrudnia dostęp chorym STR. 3

GM. MACIEJOWICE
Projekt mostu jest, prace trwają, terminu brak STR. 4

GM. ŁASKARZEW
Droga w Wanatach do przebudowy STR. 5

POWIAT
Cztery gminy sięgnęły łącznie po ponad 5,4 mln zł dotacji na budowę przydomowych oczyszczalni ścieków STR. 6

GM. GÓRZNO
Jest wykonawca kanalizacji dla dwóch wsi - ale dla trzech kolejnych przetarg został unieważniony STR. 7

POWIAT
Składy zarządów i komisji rewizyjnych w poszczególnych jednostkach OSP (część 1) STR. 8

Utonął we własnym stawie

Mężczyzna wszedł do przydomowego stawu i już nie wrócił na brzeg. Pomimo blisko dwugodzinnej akcji ratowniczej z udziałem nurków, życia 49-latka nie udało się uratować

STR. 5

Pobiegli przez cztery stolice po lek dla Wiktora STR. 30

REKLAMA

CENTRUM KOMINIARSTWA I SYSTEMÓW KOMINOWYCH
pełen zakres usług kominiarskich
CZYSZCZENIE | FREZOWANIE | MONTAŻ WKŁADÓW
884 090 090

ISSN 2083-960X nr indeksu 279498

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Prognoza pogody

wt.	śr.	czw.	pt.	sob.	niedz.	pon.
27° 15°	17° 13°	16° 11°	18° 11°	18° 12°	17° 11°	16° 12°

Źródło: Google.pl

» CO SĄDZĄ CZYTELNICY?

Wasz głos z profilu eGarwolin

Na rynku jest mnóstwo mieszkań. To dobry czas na negocjacje cen w Garwolinie

@Radosław
Za 10 lat ceny spadną o połowę, bo nie będzie miał kto tu mieszkać, wszystko idzie na Warszawę a kraj się wyludnia.

@Rafał
Wprost przeciwnie, bo ludzie nie chcą już mieszkać w Warszawie, wolą żyć w mniejszych ośrodkach, jak właśnie Garwolin, a w Warszawie tylko pracować. Dzięki trasie S17 dojazd z Garwolina do południowych rogatek stolicy zajmuje 25 minut. A ceny mieszkań zawsze będą duuuuużo niższe. No i satysfakcja życiowa w mniejszych miastach jest wyższa, niż w nieustannie zakorkowanych i ciasnych aglomeracjach.

@Zbigniew
Ale pracy nie znajdziesz na rogatkach Warszawy

@Rafał
Rogatki nie oznaczają Nadwiślańskiego Parku Krajobrazowego, tylko południowe dzielnice: Wawer, Praga Południe, Wilanów - nawet na Mordor wbijasz przez S17, S2, S79 w 31 minut z Garwolina.

@Zbigniew
Garwolin zawsze będzie wowwwwwwwww i bardzo daleko

@Rafał
Wzrost liczby sprzedawanych w Garwolinie mieszkań przez deweloperów wskazuje na coś innego.

@Zbigniew
Facet chcesz by Garwolin stal się sypialnią Warszawy?

@Rafał
Myślę, że deweloperów g***o obchodzi co ja chcę - budują, bo jest popyt. A jest popyt, bo ludzie nie chcą już mieszkać w Warszawie, a jedynie tam pracować.

@Patryk
Ceny zawyżone to możemy negocjować by po „rabacie" kupić za cenę rynkową „wincyj" bloków

» TWÓJ GŁOS ODSŁANIA NIEZNANE OBLICZE ZNANYCH MIESZKAŃCÓW

Michał Pałyska, przewodniczący Rady Powiatu Garwolińskiego

Gdybym znów miał 20 lat, jaką radę dałbym samemu sobie?
Znajdź odpowiedni balans pomiędzy obowiązkami, nauką a życiem towarzyskim.

Nie wyobrażam sobie życia bez...
Uważam, że nie jest możliwe życie bez pasji. Każdy człowiek musi mieć jakąś pasję - ja mam ich kilka: futbol, muzyka, rower, perkusja...

Książka, film lub utwór muzyczny, który najmocniej na mnie wpłynął?
Kiedyś w Łaskarzewie na odpuście kupiłem kasetę zespołu Queen. Był na niej utwór, który był zupełnie czymś innym - „Bohemian Rhapsody". Już wtedy byłem zachwycony, a mój podziw po latach wielokrotnie potwierdzali słuchacze radiowej „Trójki", wybierając go jako Top Wszechczasów. Jeśli chodzi o książkę, od której trudno mi było się oderwać i która po przeczytaniu została ze mną na długo - to „Open", autobiografia Andre Agassiego.

Cecha charakteru, którą najbardziej cenię u innych ludzi?
Najbardziej cenię szczerość. W sumie to powinno cechować każdego człowieka, ale niestety tak nie jest.

Jaki jest mój „ukryty talent", hobby, o którym mało kto wie?
W moim środowisku, w Łaskarzewie, chyba każdy o nim słyszał. Mam duże poczucie rytmu. Jestem perkusistą, gram również na bębnie taktowym w naszej orkiestrze dętej.

Najlepsza decyzja, jaką podjąłem w życiu?
Poprosiłem tatę, żeby dał mi samochód, i pojechałem wieczorem do Suchedniowa na półmetek pielgrzymki. Usiadłem z piękną dziewczyną na skraju lasu, spojrzałem jej głęboko w oczy i tak zaczęła się nasza z Asią wspólna historia, której owocem są nasi synowie: Franek, Tadek i Henio.

Najlepsza potrawa, którą da się zjeść tylko w naszych stronach?
Nie będę oryginalny, ale nie ma nic nad łaskarzewskie pyzy z mięsem i gar pieczonych ziemniaków.

Najczęściej zakupy robię w...
Bardzo dobre pytanie, bo w naszym domu to ja odpowiadam za zakupy. W Łaskarzewie najczęściej jest to popularna „Biedra", ale z racji tego, że często bywam w Garwolinie, odwiedzam różne dyskonty. Jestem łowcą promocji - uważam, że jestem w tym niezły.

Z dawnych czasów najbardziej mi brak...
Schadzek na łaskarzewskim rynku. Dawniej, szczególnie w wakacje, było to miejsce pełne dzieci i młodzieży.

Co takiego jest w naszym powiecie, że warto tu żyć?
Uważam, że w powiecie garwolińskim żyją wyjątkowi ludzie - otwarci, pracowici, serdeczni, pomocni... Tak, powiat garwoliński to najlepsze miejsce do życia z wielu powodów.

22-latek stracił prawo jazdy na zawsze

GARWOLIN W nocy z wtorku na środę, 26 maja, policjanci z Garwolina zatrzymali 22-latka prowadzącego volvo mimo obowiązującego sądowego zakazu. Jeszcze tej samej nocy stanął przed sądem w trybie przyspieszonym. Wyrok: grzywna 4 000 zł, świadczenie pieniężne 5 000 zł i nawiązka 5 000 zł - łącznie ponad 14 000 zł. Sąd orzekł też dożywotni zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Zakaz wydał wcześniej sąd w Warszawie, mężczyzna go zignorował. **Podkom. Małgorzata Pychner** ostrzega: - *Każda osoba, która decyduje się wsiąść za kierownicę mimo obowiązującego zakazu, musi liczyć się z tym, że sąd może orzec najsurowsze środki, w tym dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów.*

TWÓJ Głos
GAZETA POWIATU GARWOLIŃSKIEGO
eGarwolin.pl
PORTAL INFORMACYJNY

REDAGUJE ZESPÓŁ: **Michał Gawryołek** - redaktor naczelny, tel. 505 049 181, e-mail: michal@twojglos.pl; **Jarosław Staszczuk** - zastępca red. naczelnego, tel. 606 851 510, e-mail: staszczuk@twojglos.pl; **Urszula Ruta** - tel. 514 180 801, e-mail: ula.ruta@egarwolin.pl; **Tomasz Kępka** - tel. 511 192 743, e-mail: tomaszkepka@twojglos.pl; **Hubert Gawryołek** - tel. 512 238 153, e-mail: hubert@twojglos.pl, **Tomasz Dziwiszek** - tel. 503 993 383
DZIAŁ SPORTU: **Mariusz Nastalski** - tel. 502 443 010, e-mail: sport@twojglos.pl
WSPÓŁPRACUJĄ: podkom. **Małgorzata Pychner** - oficer prasowy KPP w Garwolinie; st. kpt. **Piotr Filipek** - KP PSP w Garwolinie; **Andrzej Ciosek** - tel. 508 184 701; **Nadleśnictwo Garwolin**
SKŁAD I ŁAMANIE: Michał Gawryołek
WYDAWCA: Firma Wydawnicza Michał Gawryołek, ul. Kościuszki 31, 08-400 Garwolin
DRUK: Seregni Printing Group Radzymin, nakład 2600 egz.
REKLAMĘ ZAMÓWISZ:
tel. 512 238 153; e-mail: reklama@twojglos.pl, w biurze radekcji - Garwolin, ul. Kościuszki 31

REDAKCJA: Garwolin, ul. Kościuszki 31, e-mail: redakcja@twojglos.pl

eprasa.pl 8e1e8b37b6

ROZMOWA Z PPŁK. ARKADIUSZEM KORCZAKIEM, NOWYM DOWÓDCĄ GARWOLIŃSKICH TERYTORIALSÓW

PPŁK KORCZAK: RODZINA DAJE MI STABILNOŚĆ I MOTYWACJĘ

Afganistan, rozpoznanie, strzelectwo, rodzina - ppłk Arkadiusz Korczak objął dowodzenie 61 Batalionem Lekkiej Piechoty w Książenicach. Jednostka odpowiada za bezpieczeństwo siedmiu powiatów regionu, w tym garwolińskiego

61 Batalion Lekkiej Piechoty

Ppłk Arkadiusz Korczak - oficer Wojska Polskiego z wieloletnim doświadczeniem w służbie liniowej i szkoleniowej. Przez wiele lat związany z 18 Pułkiem Rozpoznawczym - jedną z najbardziej wymagających formacji w WP. Uczestnik misji bojowej w Afganistanie w ramach Polskiego Kontyngentu Wojskowego. Pasjonat strzelectwa i sportu. Prywatnie - harcerz z powołania, który mundur poznał jeszcze przed wojskiem. Nowy dowódca 61 Batalionu Lekkiej Piechoty w Książenicach, odpowiedzialnego za bezpieczeństwo siedmiu powiatów Mazowsza: garwolińskiego, grodzkiego, otwockiego, piaseczyńskiego, pruszkowskiego, warszawsko-zachodniego i żyrardowskiego

Zawód żołnierz. Trudny, odpowiedzialny i bardzo wymagający. Co sprawiło, że wybrał Pan właśnie tę ścieżkę zawodową?
Służba w wojsku od zawsze była dla mnie czymś więcej niż tylko zawodem - to była świadoma decyzja i poczucie misji. Już od młodych lat interesowałem się wojskiem, byłem harcerzem, więc można powiedzieć, że skórę miałem przesiąkniętą mundurem zanim jeszcze wstąpiłem do wojska. Z czasem to zainteresowanie przerodziło się w konkretny cel. Chciałem robić coś, co ma realne znaczenie - dla bezpieczeństwa kraju, ale też dla ludzi wokół mnie. To wymagająca droga, ale daje ogromną satysfakcję i poczucie sensu.

Przez wiele lat służył Pan w 18 Pułku Rozpoznawczym. Czy „korzenie rozpoznawcze" wpływają dziś na Pana sposób patrzenia na szkolenie i dowodzenie?
Służba w 18 Pułku Rozpoznawczym ukształtowała mnie jako żołnierza i dowódcę. Poznałem tam wspaniałych ludzi, którzy nauczyli mnie żołnierskiego rzemiosła. Tak, te doświadczenia przekładają się na mój styl dowodzenia. Stawiam na świadomego, dobrze wyszkolonego żołnierza, z inicjatywą, ale przede wszystkim potrafiącego pracować w zespole.

Jak wspomina Pan swoją służbę w PKW Afganistan? Jakie najważniejsze doświadczenia z tej misji wykorzystuje Pan dziś w pracy z żołnierzami?
Misja w Afganistanie była jednym z najważniejszych doświadczeń w mojej służbie. To tam teoria bardzo szybko zderza się z praktyką. Nauczyła mnie przede wszystkim działania pod presją i odpowiedzialności za innych. Dziś staram się przekazywać te doświadczenia żołnierzom - zwracam uwagę na realizm szkolenia, przygotowanie do sytuacji nieprzewidywalnych i znaczenie wzajemnego zaufania w zespole.

Jakie są Pana pierwsze cele jako dowódcy 61 blp?
Przede wszystkim chcę kontynuować rozwój batalionu, który już funkcjonuje i ma swoje fundamenty. Moim celem jest podniesienie poziomu wyszkolenia, dalsze zgrywanie pododdziałów oraz budowanie silnego, zgranego zespołu. Bardzo ważna jest dla mnie także współpraca z lokalną społecznością i umacnianie roli batalionu w regionie.

Czy Pana pasja do strzelectwa i sportu wpływa na podejście do szkolenia? Jakie obszary będą priorytetem?
Zdecydowanie tak - uważam, że przykład idzie z góry. Jeżeli dowódca dba o podnoszenie swoich umiejętności i formę, to naturalnie przekłada się to na żołnierzy. Początkowo skupię się na podstawach - strzelectwie, taktyce oraz ratownictwie pola walki. Duży nacisk kładę na wychowanie fizyczne. Wysoka sprawność jest konsekwencją samodyscypliny, która jest niezbędna u żołnierza.

Jak udaje się Panu łączyć wymagającą służbę wojskową z życiem rodzinnym?
To nie zawsze jest łatwe, bo służba wojskowa wymaga dużego zaangażowania i dyspozycyjności. Kluczowe jest wsparcie rodziny - bez niego trudno byłoby funkcjonować w tym zawodzie. Staram się każdą wolną chwilę poświęcać bliskim i zachować równowagę między służbą a życiem prywatnym. Rodzina daje mi stabilność i motywację do dalszego działania.

Jaką wizję rozwoju ma Pan dla 61 Batalionu Lekkiej Piechoty?
Chciałbym, aby 61 batalion był jednostką dobrze wyszkoloną, zdyscyplinowaną i gotową do działania w każdych warunkach. Widzę go jako silny element systemu bezpieczeństwa regionu, oparty na zaangażowanych i kompetentnych żołnierzach. Kluczowe będzie konsekwentne budowanie zdolności oraz rozwijanie współpracy z innymi służbami i społecznością lokalną.

Parking przy przychodni utrudnia dostęp chorym

ŁASKARZEW Na ostatniej sesji rady miasta **Bożena Sobieska**, przewodnicząca Rady Seniorów, upomniała się o remont miejsc parkingowych przy niepublicznej przychodni przy ul. Sportowej. Problem był już wcześniej zgłaszany radnemu z tego rejonu.
- *Może ta przychodnia jest pomijana, ale bardzo byłoby szkoda, żeby została całkowicie pominięta, ponieważ trafiają tam chorzy ludzie. Dzięki temu, że ta przychodnia działa, odciążona jest przychodnia publiczna* - zaznaczyła Sobieska.
Zaapelowała do radnych o poprawę stanu infrastruktury i wsparcie petycji w tej sprawie. - *Te miejsca naprawdę wymagają naprawy i nie można brać pod uwagę faktu, że to niepubliczny ośrodek zdrowia, ponieważ leczy nas, mieszkańców Łaskarzewa* - podkreśliła. - *Osoby chore mają utrudniony dostęp do tej przychodni* - dodała.

Bezdomne zwierzęta w gminie Łaskarzew

GM. ŁASKARZEW W 2025 roku gmina odłowiła 15 psów, które trafiły do schroniska prowadzonego przez firmę Perro z Zamienia - koszt wyniósł 55 350 zł. Zgłoszenia przyjmował Referat Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska, który każdorazowo weryfikował informację u sołtysa lub radnego. Jeśli nie udało się ustalić właściciela, zwierzę trafiało do schroniska i czekało na adopcję. Bezdomnych zwierząt gospodarskich nie odnotowano.
Po raz pierwszy gmina skorzystała z programu „Mazowsze dla Zwierząt 2025", uzyskując dofinansowanie na zabiegi profilaktyczne. Przeprowadzono: 48 sterylizacji kotek, 18 kastracji kotów, 27 kastracji suk, 4 kastracje psów oraz 97 zabiegów czipowania. Łączny koszt wyniósł 40 000 zł, z czego 50% pokryło dofinansowanie, a 50% - budżet gminy.

Remont sali gimnastycznej w Samorządkach

GM. GÓRZNO Samorząd ogłosił przetarg na remont sali gimnastycznej w Publicznej Szkole Podstawowej w Samorządkach. 28 maja odbyło się otwarcie ofert. - *Najniższa z nich* (ok. 285 tys. zł - red.) *mieści się w kwocie, jaką dysponujemy* - poinformował wójt **Waldemar Sabak**. - *Mam nadzieję, że przetarg zostanie rozstrzygnięty jak najszybciej, aby prace mogły być wykonane w okresie wakacyjnym i sala gimnastyczna była gotowa na rozpoczęcie nowego roku szkolnego* - dodał.
Remont obejmuje wymianę podłogi - stare pokrycie zastąpi parkiet z deski warstwowej w układzie jodełki z dębowymi cokołami. Przewidziano też malowanie ścian, zabezpieczenie rur gazowych, oznakowanie boisk oraz montaż siatek na okna, osłon grzejników, a także wyposażenia sportowego: bramek, ławek i drabinek.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

SPRAWDZAMY NASZYCH WŁODARZY

Od ostatnich wyborów samorządowych minęły już dwa lata. „Twój Głos" sprawdza, jak radzą sobie nasi wybrańcy tuż przed półmetkiem kadencji. Dziś przyglądamy się samorządowi Gminy Garwolin

Mocny mandat i konkretne inwestycje. Jak zmienia się gmina Garwolin?

Wójt wybrany bez kontrkandydatów, szkoły za miliony, pionierski magazyn wodorowy i infrastruktura, która pęka w szwach - gmina Garwolin po dwóch latach bieżącej kadencji

Wybory samorządowe w 2024 roku przyniosły jednoznaczne rozstrzygnięcie: **Marcin Kołodziejczyk**, startując z własnego komitetu bez kontrkandydatów, uzyskał poparcie 85,76% głosujących (4414 głosów) i zachował stanowisko wójta. Do rady wszedł z nim blok dziewięciorga radnych z jego komitetu; pozostałych sześcioro pochodzi z trzech innych ugrupowań. Rada działa sprawnie - wotum zaufania dla wójta przeszło jednogłośnie, a merytoryczne dyskusje toczą się przede wszystkim na posiedzeniach komisji. Pod koniec 2025 roku radni zdecydowali o podwyżce wynagrodzenia włodarza o tysiąc złotych brutto.

Bez zmian pozostają też kluczowe stanowiska w urzędzie. Sekretarzem jest **Martyna Karaś**, skarbnikiem - **Katarzyna Grzeszczak**, zastępcą wójta - **Karolina Kasprzak**. Jedyna zmiana kadrowa dotyczyła Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej: po przejściu **Beaty Piotrowskiej** na emeryturę kierownictwo przejęła **Małgorzata Gajewska-Zalech**.

SZKOŁY, ZDROWIE, DROGI

Największe środki gmina kieruje na infrastrukturę oświatową i projekty proekologiczne, sięgając po zewnętrzne dofinansowania.

W Michałówce zakończyła się modernizacja szkoły za 6,2 mln zł. Zniknęły stare płyty betonowe, pojawiła się nowoczesna nawierzchnia, nowe ogrodzenie i orynnowanie. Wewnątrz budynku odnowiono łazienki, wymieniono okna i zamontowano klimatyzację w salach lekcyjnych. Obiekt czeka jeszcze na uroczyste otwarcie.

Podobnie jest z nowym budynkiem w Woli Rębkowskiej. Inwestycja za 8 mln zł (w tym 5 mln zł z „Polskiego Ładu") pomieści ośrodek zdrowia i gminną bibliotekę. Przetarg na operatora przychodni zostanie ogłoszony wkrótce, a biblioteka planuje przenieść się do nowej siedziby już w lipcu.

W Sulbinach trwa rozbudowa żłobka i przedszkola. W Woli Władysławowskiej modernizacja szkoły za 9 mln zł przebiega szybciej niż zakładano - odbiór inwestycji możliwy jeszcze w tym roku. Gmina przebudowała też ul. Przemysłową w Miętnem, drogę Lucin-Natalia, drogę w Uninie-Kolonii i drogę w Niecieplinie. Zakończono budowę kanalizacji w Krystynie.

WODÓR W GMINIE

Osobny rozdział to energetyka. W ramach klastra energii w 26 budynkach użyteczności publicznej instalowane są magazyny energii. Równocześnie powstaje pionierski w skali kraju projekt magazynu wodorowego. W przygotowaniu jest kolejny przetarg - tym razem na magazyny energii dla 120 gospodarstw domowych. Łączna wartość tych działań sięga ok. 7 mln zł, z czego niemal 6 mln zł to zewnętrzne dofinansowanie.

WYZWANIA NA PRZYSZŁOŚĆ

Rosnąca liczba mieszkańców gminy to sukces, ale też źródło problemów. Lokalne stacje uzdatniania wody i oczyszczalnie ścieków pracują już na granicy wydajności. Gmina zaproponowała OSM Garwolin wspólną budowę nowej oczyszczalni - to jednak wymaga znaczących środków zewnętrznych, których pozyskanie jest dziś trudniejsze niż w poprzedniej kadencji.

Na liście pilnych spraw pozostają też: działka pod halę sportową przy szkole w Michałówce (negocjacje z nadleśnictwem), sprawne rozpatrywanie wniosków o warunki zabudowy przed uchwaleniem planu ogólnego oraz cyfryzacja urzędu i unowocześnienie obsługi mieszkańców.

JS

Wójt Sabak z wotum zaufania i absolutorium

GM. GÓRZNO Podczas sesji 28 maja radni jednogłośnie udzielili wójtowi **Waldemarowi Sabakowi** wotum zaufania oraz absolutorium z wykonania budżetu za 2025 rok. Dochody gminy wyniosły ponad 63 mln zł, a wydatki inwestycyjne sięgnęły prawie 21 mln zł. W minionym roku zrealizowano m.in. rozbudowę sieci kanalizacyjnej, budowę żłobka i przedszkola w Uninie oraz inwestycje drogowe - finansowane częściowo z Polskiego Ładu i budżetów wojewódzkich.

Raport o stanie gminy przyniósł też dobrą wiadomość demograficzną - Górzno zajmuje drugie miejsce w powiecie pod względem przyrostu ludności.

Wójt podziękował za zaufanie: - *Traktuję je jako nasze wspólne osiągnięcie, gdyż jest to efekt wspólnej pracy.*

Przewodniczący rady **Grzegorz Skwarek** gratulował wójtowi zaangażowania: - *Wyciskasz z tego, co masz, jak najwięcej.*

Sala sensoryczna w Promyczku

GM. ŁASKARZEW Klub Dziecięcy Promyczek zyska nowoczesną salę sensoryczno-motoryczną. Gmina otrzymała blisko 60 tys. zł z programu „Aktywny Żłobek - sale sensoryczne 2026" Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Dofinansowanie pokryje ok. 90% kosztów inwestycji. Gmina Łaskarzew znalazła się wśród blisko 50 mazowieckich samorządów, które uzyskały wsparcie w ramach tego programu.

Projekt jest, prace trwają, terminu brak

Prace projektowe przy planowanej przeprawie przez Wisłę koło Antoniówki Świerżowskiej zostały wznowione - ale zanim ruszy budowa, powiat musi przebić się przez biurokratyczny i przyrodniczy maraton

Prace projektowe przy planowanej przeprawie przez Wisłę koło Antoniówki Świerżowskiej zostały wznowione, ale do rozpoczęcia inwestycji jeszcze daleka droga

Podczas majowej sesji rady powiatu radny **Sebastian Kieliszek** zapytał o postępy jednej z najważniejszych planowanych inwestycji w powiecie garwolińskim. Starosta **Iwona Kurowska** potwierdziła, że firma Most Projekt wróciła do pracy. - *Prace oczywiście zostały wznowione i postępują, są kontynuowane* - poinformowała starosta, dodając, że jej słowa powinny ucieszyć nie tylko pytającego radnego.

KOREK W WODACH POLSKICH

Kluczowym dokumentem blokującym złożenie wniosku o pozwolenie na budowę jest pozwolenie wodnoprawne - zgoda wydawana przez państwową instytucję Wody Polskie na inwestycje związane z rzekami i zbiornikami wodnymi. Powiat złożył już stosowny wniosek, ale czeka w kolejce. - *Mają oczywiście miesiąc na rozpatrzenie, ale przedłużają, ponieważ mają bardzo dużo pracy, więc nie potrafię powiedzieć, kiedy to nastąpi* - tłumaczyła Iwona Kurowska.

PRZYRODA POCZEKA DO PAŹDZIERNIKA

Równolegle trwa obowiązkowa inwentaryzacja przyrodnicza terenu planowanej inwestycji. Badania dokumentują obecność chronionych gatunków roślin i zwierząt - bez nich nie można dostać pozwolenia na budowę w pobliżu rzek. Urzędnicy szacują zakończenie prac terenowych do października, choć starosta nie wykluczyła opóźnień.

Dopiero zamknięcie obu etapów - uzyskanie pozwolenia wodnoprawnego i zakończenie inwentaryzacji - otworzy drogę do złożenia wniosku o pozwolenie na budowę.

SĄD W TLE, PROJEKT IDZIE DALEJ

Radny Kieliszek przypomniał wcześniejszy rozdział tej inwestycji: Samorządowe Kolegium Odwoławcze utrzymało i poprawiło decyzję środowiskową dla mostu, nadając jej prawomocność. Na tę decyzję wpłynęły skargi do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego, jednak powiat nie czeka na ich rozstrzygnięcie i kontynuuje prace projektowe. Starosta przyznała, że los skarg pozostaje nieznany. - *Proszę więc wszystkich o trzymanie mocno kciuków* - zakończyła Iwona Kurowska.

Kiedy most stanie - tego na razie nie wie nikt.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

UTONĄŁ WE WŁASNYM STAWIE

Mężczyzna wszedł do przydomowego stawu i już nie wrócił na brzeg. Pomimo blisko dwugodzinnej akcji ratowniczej z udziałem nurków, życia 49-latka nie udało się uratować

Tragedia rozegrała się w czwartek, 4 czerwca 2026 roku, w miejscowości Wola Starogrodzka w gminie Parysów. Zgłoszenie dotarło do służb około godziny 15. Rodzina 49-latka poinformowała ratowników, że mężczyzna wszedł do stawu znajdującego się na terenie prywatnej posesji i nie wrócił na brzeg.
Mężczyzna miał poinformować bliskich, że wchodzi do stawu - i to był jego ostatni kontakt z rodziną. Gdy nie pojawił się z powrotem, rodzina natychmiast zaalarmowała ratowników.

OSP Parysów

Na miejscu pracowało kilka zastępów straży pożarnej

Staw, w którym doszło do tragedii, ma wymiary około 25 na 25 metrów i trzy metry głębokości. Choć to zbiornik przydomowy, jego rozmiary i głębokość okazały się śmiertelnie niebezpieczne.

PRZYJECHALI NURKOWIE Z WARSZAWY

Na miejscu pracowało kilka zastępów straży pożarnej. W akcji uczestniczyły OSP Parysów, OSP Wola Starogrodzka, dwa zastępy JRG Garwolin z łódką oraz dwa zastępy z Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej nr 1 Warszawa, które dysponują specjalistyczną grupą ratownictwa wodno-nurkowego. Na miejscu obecne były też Zespół Ratownictwa Medycznego oraz policja.

Ratownicy przeczesywali zbiornik. Ciało 49-latka zostało wyłowione po około dwóch godzinach poszukiwań.
- *W akcji poszukiwawczej strażacy użyli bosaków. Niestety nie udało się uratować życia mężczyzny* - potwierdził **mł. asp. Michał Paziewski** z Komendy Powiatowej Policji w Garwolinie.
Dalsze czynności na miejscu prowadziła policja pod nadzorem prokuratora.
Okoliczności i dokładne przyczyny tragedii bada prokuratura. W tej sprawie wszczęła postępowanie w kierunku nieumyślnego spowodowania śmierci, czyli art. 155 kodeksu karnego. - *W sprawie planowane są dalsze czynności* - zapowiada prokurator rejonowy w Garwolinie **Leszek Wójcik**. Zaznacza, że na tym etapie jest za wcześnie, aby mówić o tym, czy mężczyzna znajdował się pod wpływem alkoholu.

Zostawił roczną córkę w obcym aucie, kilka dni później trafił za kratki

24-latek rozbił Audi na polu i próbował uciec. Gdy zatrzymali go policjanci, wyczuli od niego woń alkoholu

Mieszkaniec powiatu garwolińskiego, poszukiwany przez sąd do odbycia kary pozbawienia wolności, sam przypieczętował swój los - w poniedziałkowy wieczór rozbił audi na polu w gminie Stężyca.

ZABRAŁ CÓRKĘ PO KŁÓTNI I ZNIKNĄŁ

Do pierwszego zdarzenia doszło w czwartek przed południem (28 maja) w gminie Stężyca w powiecie ryckim. Partnerka 24-latka zadzwoniła na policję z informacją, że mężczyzna po kłótni zabrał roczną córkę i oddalił się w nieznanym kierunku. Na poszukiwania ruszył policyjny patrol, a obok mundurowych teren przeczesywali strażacy z JRG Ryki oraz OSP Stężyca i Brzeziny.
W trakcie akcji policjanci ustalili, że mężczyzna jest poszukiwany do odbycia kary pozbawienia wolności.

DZIECKO W OBCYM AUCIE, OJCIEC W LESIE

Przełom nastąpił w pobliżu miejscowości Długowola. Radiowóz zatrzymał kierowca, który chwilę wcześniej podwiózł mężczyznę z wózkiem. Gdy odmówił kontynuowania jazdy, pasażer wysiadł i oddalił się w kierunku lasu - zostawiając roczną dziewczynkę samą na siedzeniu samochodu.
Dziewczynka była cała i zdrowa - wróciła bezpiecznie pod opiekę matki. Ojciec pozostawał wówczas na wolności.

DACHOWANIE, UCIECZKA I ARESZT

Wolność 24-latka nie trwała długo. W ubiegły poniedziałek po godzinie 18:30 dyżurny w Dęblinie odebrał zgłoszenie o wypadku w Piotrowicach - kierujący Audi stracił panowanie nad pojazdem, zjechał z drogi i dachował na polu. Gdy policjanci dotarli na miejsce, samochodu pilnowali już strażacy, ale kierowcy nie było - zbiegł w kierunku pobliskich zabudowań.
Poszukiwania zakończyły się szybko. Mężczyzna ukrywał się w pobliżu miejsca zdarzenia. Okazało się, że to ten sam 24-letni mieszkaniec powiatu garwolińskiego, poszukiwany przez Sąd Rejonowy w Rykach do odbycia kary ponad dwóch lat pozbawienia wolności. Jechał bez uprawnień, a od zatrzymanego wyczuwalna była silna woń alkoholu - pobrano mu krew do badań.
Po udzieleniu pomocy medycznej 24-latek trafił za kraty. Policja prowadzi postępowanie w sprawie jazdy pod wpływem alkoholu oraz narażenia dziecka na niebezpieczeństwo.

Droga w Wanatach do przebudowy

GM. ŁASKARZEW Powiat podpisał umowę na przebudowę ponad 2 km drogi powiatowej na odcinku Józefów-Pilczyn-Łaskarzew-Krupa do drogi nr 801. Jezdnia zyska 5,5 m szerokości, powstaną nowe pobocza, zjazdy na posesje i odwodnienie. Całkowity koszt inwestycji przekracza 1,5 mln zł - pół miliona złotych dołożyła gmina Łaskarzew. Informację o podpisaniu umowy przekazała starosta **Iwona Kurowska**.

Dwie osoby więcej - demografia się stabilizuje?

GM. ŁASKARZEW Na koniec 2025 roku w gminie zameldowanych na pobyt stały było 5343 osoby - o dwie więcej niż rok wcześniej. To symboliczny wzrost, ale po latach spadków może być sygnałem wyhamowania negatywnego trendu. W gminie mieszka 2640 mężczyzn i 2703 kobiety. W 2025 roku na pobyt stały zameldowały się 42 osoby (w 2024 było ich aż 109), na pobyt czasowy - 20. Po raz kolejny nikt nie wymeldował się z gminy na własny wniosek. Bilans naturalny wypadł minimalnie na plus: 53 urodzenia i 52 zgony. Dla porównania - w 2019 roku gmina liczyła 5431 mieszkańców, czyli o 88 więcej niż dziś.

Gmina z funduszami na drogi

GM. ŁASKARZEW Samorząd pozyskał 800 tys. zł na przebudowę i modernizację dróg. Z programu „Mazowsze Pomaga" trafi 700 tys. zł na nową nawierzchnię asfaltową w Kacprówku i Zygmuntach oraz ponad 900-metrowy odcinek drogi z kruszywa na trasie Stary Helenów - Nowy Helenów. Z budżetu województwa mazowieckiego przeznaczono 100 tys. zł na utwardzenie 650 metrów drogi gruntowej w Grabinie.
Rada gminy dołożyła ponadto 500 tys. zł jako pomoc finansową dla powiatu garwolińskiego na przebudowę drogi powiatowej przez Wanaty. Wszystkie inwestycje zostały ujęte w budżecie gminy.

Rondo na Zamojskiej - firma podpisała umowę

GARWOLIN Miasto podpisało umowę z firmą PBI Infrastruktura S.A. na przebudowę ostatniego odcinka ul. Zamojskiej. Inwestycja warta blisko 1,91 mln zł w 80% sfinansowana zostanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg - wkład własny Garwolina to niespełna 382 tys. zł.
W ramach remontu powstaną nowe chodniki, ścieżka rowerowa, odwodnienie i oświetlenie. Kluczowym elementem jest rondo na skrzyżowaniu z ul. Kościuszki, które ma poprawić bezpieczeństwo ruchu.
Burmistrz **Marzena Świeczak** nie kryje, że droga do tego etapu była długa: - *Za nami wiele lat pracy związanej z uporządkowaniem spraw własnościowych, formalności, uzgodnień i pozyskiwania środków.*
Prace mają zakończyć się 20 listopada 2026 r.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Gmina Wilga: 5153 mieszkańców

GM. WILGA Na koniec 2025 roku gminę zamieszkiwało 5 153 osoby - kobiet było 2 618, mężczyzn 2 536. Największą grupę stanowią mieszkańcy w wieku produkcyjnym (19-60 lat kobiety, 19-65 lat mężczyźni) - łącznie 3 263 osoby. W 2025 r. urodziło się 43 dzieci (23 dziewczynki i 20 chłopców), odnotowano 59 zgonów (39 mężczyzn i 20 kobiet). Liczby te odzwierciedlają szersze trendy: starzenie się społeczeństwa, ale i rosnącą atrakcyjność gminy jako miejsca stałego zamieszkania - za sprawą jej położenia i walorów przyrodniczych.
Najludniejszą miejscowością pozostaje Wilga (1 246 os.), przed Trzcianką (410) i Celejowem (322). Dalej są: Nowy Żabieniec (276), Stare Podole (254), Mariańskie Porzecze (251), Ostrybór (247), Wicie (237), Nowe Podole (230), Zakrzew (229), Cyganówka (179), Skurcza (146), Goźlin Mały (143), Goźlin Górny (141), Nieciecz (139), Stary Żabieniec (138), Ruda Tarnowska (125), Osiedle Wilga (121), Wólka Gruszczyńska (110), Uścieniec-Kolonia (86), Tarnów (63) i Holendry (60).

Strażacy z powiatu garwolińskiego gasili las pięć dni

POWIAT 15 jednostek straży pożarnej z powiatu garwolińskiego przez niemal pięć dni uczestniczyło w gaszeniu pożaru lasu na terenie powiatów wołomińskiego i mińskiego. Akcja plutonu „LAS" zakończyła się 1 czerwca 2026 r.
Jednostki działały rotacyjnie, co pozwoliło utrzymać ciągłość akcji. Uczestniczyły w niej zastęp JRG Garwolin oraz OSP z: Borowa, Pilawy, Woli Rębkowskiej, Podebłocia, Łaskarzewa, Gocławia, Żelechowa, Rudy Talubskiej, Rębkowa, Sobolewa, Mariańskiego Porzecza, Sulbin, Zwoli i Woli Żelechowskiej.
Komendant powiatowy PSP bryg. **Tomasz Biernacki** podziękował strażakom za zaangażowanie i profesjonalizm. Podkreślił, że akcja potwierdziła sprawność Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego w sytuacjach wymagających mobilizacji sił z szerokiego obszaru.

Modernizacja hali i Orlika

GARWOLIN Miasto szykuje przetarg na modernizację hali sportowej przy SP nr 1 oraz boiska „Orlik" i bieżni lekkoatletycznej z oświetleniem przy SP nr 2. Dokumentacja jest w przygotowaniu. Burmistrz **Marzena Świeczak** wyjaśniła, że przetarg obejmie dwa osobne zadania. Miasto podpisało już umowę dotacyjną z ministerstwem, kolejna - z samorządem Mazowsza - ma być podpisana wkrótce. - *Wtedy będziemy mogli ruszać pełną parą* - zapowiedziała. Na oba przedsięwzięcia samorząd pozyskał łącznie blisko 1,6 mln zł: 800 tys. zł z Mazowieckiego Programu Rozwoju Bazy Sportowej i niemal tyle samo z Ministerstwa Sportu i Turystyki. Prace muszą zostać zakończone do listopada, by miasto zdążyło się rozliczyć z dotacji do końca roku. Sprawę na sesji Rady Miasta poruszył radny **Robert Kuźbida**, wskazując, że interesuje ona wiele osób.

GMINY Z MILIONAMI NA PRZYDOMOWE OCZYSZCZALNIE

Żelechów, Wilga, Maciejowice i Trojanów - cztery gminy powiatu garwolińskiego sięgnęły łącznie po ponad 5,4 mln zł dotacji na budowę przydomowych oczyszczalni ścieków

Pieniądze pochodzą z Planu Strategicznego dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027 oraz budżetu państwa. W całym województwie mazowieckim na ten cel trafi blisko 60 mln zł.

PROGRAM DLA OBSZARÓW BEZ KANALIZACJI

Wsparcie skierowane jest do miejscowości oddalonych od sieci kanalizacyjnych - tam, gdzie zabudowa jest zbyt rozproszona, by budowa kolektora była uzasadniona technicznie i finansowo. Celem programu jest ograniczenie zanieczyszczenia wód i gleby, poprawa warunków sanitarnych oraz rozwój infrastruktury na terenach wiejskich.
- *Przydomowe oczyszczalnie ścieków stanowią kluczowy element rozwoju infrastruktury na obszarach wiejskich. Dzięki wsparciu z samorządu Mazowsza gminy mogą wdrażać rozwiązania ekologiczne i ekonomiczne, które zwiększą komfort życia mieszkańców* - mówi marszałek **Adam Struzik**.
- *Wsparcie na realizację jednego zadania nie mogło przekroczyć 1,5 mln zł, a dofinansowanie wyniesie od 30 do 75 proc. kosztów kwalifikowanych ze środków UE i budżetu państwa. W ten sposób chcemy pomóc mazowieckim gminom w działaniach ważnych dla lokalnych mieszkańców* - podkreśla **Janina Ewa Orzełowska**, członkini Zarządu Województwa Mazowieckiego.

MACIEJOWICE: 34 INSTALACJE ZA BLISKO 1,8 MLN ZŁ

Gmina Maciejowice otrzymała 1 363 976 zł - co pozwoli wybudować 34 przydomowe oczyszczalnie ścieków. Całkowity koszt projektu wynosi blisko 1,8 mln zł, a uczestnicy pokryją około jednej trzeciej kosztów budowy. Gmina przeprowadzi jedno zbiorcze postępowanie przetargowe dla wszystkich instalacji, co obniży cenę jednostkową względem indywidualnych zleceń.
Gmina obejmuje 35 miejscowości rozsianych na rozległym terenie. Sieć kanalizacyjna dociera dziś przede wszystkim do Maciejowic, Oblina i Kochowa - bardziej oddalone sołectwa musiały szukać innych rozwiązań.
- *Miejscowości są rozrzucone, pomiędzy zabudowaniami występują duże odległości, a w wielu miejscach są pojedyncze gospodarstwa oddalone od siebie o setki metrów. W takich warunkach bardzo trudno spełnić wymagania stawiane przez programy finansujące budowę kanalizacji* - tłumaczy burmistrz **Tomasz Kwiatkowski**.
Symboliczny czek odebrali burmistrz Kwiatkowski oraz zastępca burmistrza **Beata Rulak-Fryc**.

ŻELECHÓW: DOFINANSOWANIE POKRYWA 75 PROCENT KOSZTÓW

Gmina Żelechów pozyskała 1 072 397 zł - przy czym dofinansowanie pokrywa aż 75 proc. wartości inwestycji. Środki przeznaczone zostaną na budowę przydomowych oczyszczalni ścieków na terenie gminy.
Czek odebrali burmistrz **Krystyna Wieczorkiewicz** wraz z zastępcą **Michałem Szymaniukiem**.

WILGA: 50 OCZYSZCZALNI ZA 1,5 MLN ZŁ

Gmina Wilga otrzymała maksymalną możliwą kwotę dofinansowania - 1 500 000 zł. Dzięki środkom unijnym, którymi zarządza Samorząd Województwa Mazowieckiego, powstanie 50 przydomowych oczyszczalni ścieków. Umowę i czek odebrał zastępca wójta **Wojciech Parol**.

TROJANÓW: DRUGI ETAP INWESTYCJI

Gmina Trojanów również otrzymała maksymalne dofinansowanie - 1 500 000 zł - na realizację drugiego etapu budowy przydomowych oczyszczalni ścieków na swoim terenie. Symboliczny czek odebrał wójt **Michał Jasek**.
Łącznie cztery gminy powiatu garwolińskiego pozyskały 5 436 373 zł. Dla mieszkańców rozproszonych sołectw oznacza to przede wszystkim niezależność od usług asenizacyjnych i koniec niekontrolowanego odprowadzania ścieków. Szczegółowe harmonogramy realizacji poszczególnych inwestycji gminy ogłoszą po przeprowadzeniu przetargów.

Pamiątkowy kamień na Małym Rynku

Strażnica spłonęła w bombardowaniu 1939 roku. Mieszkańcy chcą w jej miejscu postawić pamiątkowy kamień

Inicjatywa wyszła od społeczności Małego Rynku w Łaskarzewie. Mieszkańcy chcą postawić pamiątkowy kamień w miejscu dawnej siedziby strażaków - strażnicy OSP, która nie przetrwała II wojny światowej. Sprawę przedstawił radny **Wojciech Gąska** podczas ostatniej sesji rady miasta.
- *W tym roku Ochotnicza Straż Pożarna w Łaskarzewie będzie obchodziła 115-lecie swojego istnienia. W związku z tym społeczność Małego Rynku chciałaby oddając hołd strażakom, uczcić i upamiętnić miejsce, w którym znajdowała się pierwsza siedziba Ochotniczej Straży Pożarnej w Łaskarzewie. Chcielibyśmy w tym miejscu ustawić pamiątkowy kamień i liczymy na poparcie tego pomysłu oraz ewentualną pomoc przy jego realizacji* - zapowiedział wiceprzewodniczący rady.
Historię miejsca przybliżył radny **Dariusz Sadkowski**. Wyjaśnił, że właściwa pierwsza strażnica mieściła się na rynku - tam przechowywano narzędzia i sprzęt. Obiekt na Małym Rynku był drugą siedzibą i spłonął podczas bombardowań we wrześniu 1939 roku. Sadkowski przypomniał też, że to miejsce miało szczególne znaczenie dla mieszkańców - tu przygotowywali ołtarz na procesję Bożego Ciała.
Burmistrz **Armin Tomala** inicjatywę przyjął z zadowoleniem. - *Bardzo się cieszę, że jest taka oddolna inicjatywa ze strony mieszkańców i że mieszkańcy chcą się aktywnie włączyć w obchody 115-lecia* - podkreślił.
Zapowiedział organizację spotkania, na którym ustalony zostanie harmonogram działań, zaznaczając jednocześnie, że czasu nie ma już wiele.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

PO 35 LATACH W SZKOLE POCZUŁ SIĘ NIEMILE WIDZIANY

Grzegorz Szymczak przez ponad trzy dekady pracował w Zespole Szkół Ponadpodstawowych w Żelechowie, w tym 12 lat jako dyrektor. Podczas historycznego spotkania z potomkami żydowskich rodzin postanowił opuścić szkołę

O sprawie zrobiło się głośno za sprawą wpisu, który Grzegorz Szymczak zamieścił w mediach społecznościowych

O sprawie zrobiło się głośno za sprawą wpisu, który **Grzegorz Szymczak** zamieścił w mediach społecznościowych. - *Kolejne spotkanie z potomkami Żydów żelechowskich zorganizowane przez Panią Magdalenę Czajkę. Tym razem w ZSP Żelechów. Niestety nie mogłem w nim uczestniczyć, bo okazało się, że po 35 latach pracy nie jestem mile widziany w tej szkole i moja obecność komuś przeszkadza* - napisał.

KULISY ZDARZENIA

Wydarzenie zorganizowała **Magdalena Czajka**, która od lat zajmuje się upamiętnianiem przedwojennej żydowskiej społeczności Żelechowa. Na piątkowe spotkanie w szkolnej bibliotece zaprosiła między innymi Szymczaka - dziś radnego powiatu garwolińskiego i pasjonata lokalnej historii. Organizatorka zapewniła, że wizyta była wcześniej uzgodniona z dyrekcją. Szymczak przyjął zaproszenie i poinformował o spotkaniu swojego kolegę z Towarzystwa Historycznego, **Grzegorza Kapczyńskiego**.

W umówiony piątek, kilka minut przed południem, obaj mężczyźni pojawili się w bibliotece. Powitanie przy portierni było serdeczne. Na miejscu zastali nauczycielkę historii koordynującą spotkanie, nauczycielkę angielskiego w roli tłumaczki oraz pierwszych uczniów. Zagraniczni goście mieli się spóźnić około pół godziny, więc Szymczak i Kapczyński zaczęli rozmawiać z młodzieżą o historii dawnych żydowskich mieszkańców miasta.

WYJŚCIE Z GABINETU DYREKTORA

Napięcie pojawiło się niespodziewanie. Szymczak, który miał zaplanowane na godz. 14:00 posiedzenie powiatowej komisji rewizyjnej, kilkakrotnie wychodził na korytarz sprawdzić, czy goście już dotarli. Wtedy sytuacja się zmieniła.

- *Po którymś moim wyjrzeniu zobaczyłem jak pani Magda wyszła zdenerwowana z gabinetu pani dyrektor. Z jej słów wynikało, jakoby pani dyrektor była mocno zdenerwowana faktem, że obce osoby, nieuzgodnione na to spotkanie, uczestniczą w tym spotkaniu. Zadałem pani Magdzie pytanie: jakie to osoby - bo nawet sobie nie skojarzyłem, że to mogłem być ja. Pani Magda wyraźnie powiedziała, co może potwierdzić, że chodzi o Szymczaka i Kapczyńskiego, czyli mojego kolegę* - relacjonuje Szymczak.

Były dyrektor zaproponował, żeby spokojnie opuścić szkołę, bez komentowania sprawy przy uczniach. Nie chciał stawiać nauczycieli w trudnym położeniu ani wywoływać sceny przed młodzieżą. Zdążył jeszcze zrobić pamiątkowe zdjęcie z zagranicznymi gośćmi, po czym udał się na komisję.

- *Nikt nie oczekiwał, że byłego dyrektora po pięciu latach nieobecności będą witać w szkole kwiatami, ale że takie podejście będzie miało miejsce - przyznam, że jestem mocno zaskoczony* - podsumowuje.

Dyrektor szkoły **Lidia Soćko** nie odniosła się do zdarzenia. - *Nie komentuję tego typu wpisów* - ucięła rozmowę.

Żołnierze powstrzymali pijanego kierowcę na S17

POWIAT 42-letni kierowca opla z ponad 2 promilami alkoholu we krwi, bez prawa jazdy, ważnego OC i badań technicznych, został ujęty przez żołnierzy z Niska podczas jazdy trasą S17 w kierunku Lublina. Do zdarzenia doszło 27 maja ok. godz. 21:30. Świadek powiadomił garwolińską policję, a następnie sam zablokował ucieczkę - odebrał kierowcy kluczyki w miejscowości Ostrożeń Drugi. Mężczyzna trafił do policyjnej celi. Usłyszał zarzuty i odpowie przed sądem - grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności oraz wysokie kary finansowe.

Modernizacja szkolnej stołówki

ŁASKARZEW Szkoła Podstawowa nr 1 im. Szarych Szeregów doczeka się modernizacji stołówki. Miasto pozyskało po raz pierwszy dofinansowanie z rządowego programu „Posiłek w szkole i w domu" - 67 010 zł przy całkowitej wartości zadania wynoszącej 84 010 zł. W ramach inwestycji zaplanowano m.in. malowanie ścian i sufitów, wymianę podłogi w obieralni, modernizację instalacji odpływu ściekowego oraz zakup nowego sprzętu: pieca konwekcyjno-parowego, zmywarki, szafy chłodniczej, robota gastronomicznego i warnika. Prace mają poprawić warunki przygotowywania posiłków i codziennego żywienia uczniów.

Ulica Porannej Rosy

GM. GÓRZNO Rada gminy jednogłośnie nadała drodze wewnętrznej nazwę ulicy Porannej Rosy. Nowa ulica biegnie między ul. Chotyńską a drogą na Wólkę Ostrożeńską, odchodząc od ul. Mickiewicza. Inicjatywa wyszła od właścicieli działek stanowiących tę drogę. - *Rada gminy drodze wewnętrznej może nadać nazwę ulicy na wniosek właścicieli* - wyjaśniła sekretarz gminy **Katarzyna Ochnik**. Przewodniczący rady **Grzegorz Skwarek** skwitował sprawę z humorem: - *Po tym, jak mamy Uroczą, nie ma żadnych przeciwwskazań, żeby mieć także ulicę Porannej Rosy.*

Rusza rozbudowa kanalizacji

Gmina Górzno ma wykonawcę kanalizacji dla dwóch wsi - ale dla trzech kolejnych przetarg został unieważniony

Firma Hydromix z Pilawy wygrała przetarg na rozbudowę sieci kanalizacji sanitarnej w Górznie i Goździku. Inwestycja pochłonie 1 319 483 zł.

W Goździku wykonawca wybuduje około 340 metrów sieci kanalizacyjnej oraz przyłącza do granic działek o łącznej długości 30 metrów. Prace poprzedzi przygotowanie dokumentacji i uzyskanie wymaganych zgód.

Szerszy zakres prac czeka ulicę Spokojną w Górznie. Tam powstanie niemal kilometr sieci kanalizacyjnej, przepompownia ścieków z zasilaniem i systemem sterowania, kolektor tłoczny oraz nowa sieć wodociągowa o długości 350 metrów. W sumie wybudowanych zostanie 550 metrów kanalizacji grawitacyjnej, a przyłącza do działek osiągną łączną długość 180 metrów.

CHĘCINY, ŁĄKI I REDUCIN MUSZĄ POCZEKAĆ

Inaczej potoczyła się sprawa przetargu dla wsi Chęciny, Łąki i Reducin. - *Unieważniłem z kolei przetarg na rozbudowę sieci kanalizacji sanitarnej we wsiach Chęciny, Łąki i Reducin, ponieważ środki zapisane w budżecie były mniejsze niż te, które wpłynęły w ogłoszonym przetargu* - wyjaśnił Sabak podczas sesji rady gminy.

Sytuację skomplikowały same oferty. Najtańszą - opiewającą na 5,8 mln zł - odrzucono z powodu rażąco niskiej ceny. Kolejne mieściły się w przedziale 8-9 mln zł, znacznie powyżej budżetowych założeń. - *Jeżeli taka sytuacja się utrzyma, na pewno zrealizujemy to zadanie, pod warunkiem, że państwo zdecydują o zwiększeniu środków w roku 2027* - zapowiadał wójt.

Na ten rok gmina zabezpieczyła na ten cel 2 mln zł. Radni przystali na propozycję i zwiększyli pulę środków na 2027 rok. Zakres planowanej inwestycji jest pokaźny: ponad 6 km sieci kanalizacyjnej, system przepompowni z kolektorami tłocznymi, ponad 1,2 km nowej sieci wodociągowej z hydrantami oraz ponad 250 studni kanalizacyjnych. W trudniejszym terenie zastosowana zostanie technologia przeciskowa, pozwalająca na montaż instalacji bez pełnego wykopu.

Nowy przetarg dla trzech wsi ma zostać ogłoszony wkrótce.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Ochotnicy wybrali zarządy na kolejną kadencję

W tym roku w jednostkach Ochotniczych Straży Pożarnych odbyły się zebrania sprawozdawczo-wyborcze. Strażacy wyłonili nowe władze na kolejną pięcioletnią kadencję

Poniżej przedstawiamy składy zarządów i komisji rewizyjnych w poszczególnych jednostkach OSP gminy Górzno. W kolejnych numerach „Twojego Głosu" zaprezentujemy władze OSP z pozostałych gmin.

OSP CHĘCINY

Zarząd: **Marcin Kałaska** (prezes), **Łukasz Ocep** (naczelnik), **Paweł Ocep**, **Krzysztof Gruszczyński**, **Mateusz Paziewski**. Komisja Rewizyjna: **Kamil Rogulski**, **Sebastian Zając**, **Paweł Gałkowski**.

OSP GOŹDZIK

Zarząd: **Piotr Kaliński** (prezes), **Michał Paradowski** (naczelnik), **Jakub Mikulski**, **Marcin Metera**, **Paweł Kisiel**, **Patryk Parzyszek**, **Krzysztof Mikulski**, **Krzysztof Kuber**. Komisja Rewizyjna: **Artur Ziółek**, **Marcin Gniadek**, **Jakub Nowicki**.

OSP WÓLKA OSTROŻEŃSKA

Zarząd: **Henryk Owczarczyk** (prezes), **Mirosław Michalczyk** (naczelnik), **Wojciech Owczarczyk**, **Krzysztof Owczarczyk**, **Przemysław Talarek**, **Krzysztof Lis**, **Paweł Owczarczyk**. Komisja Rewizyjna: **Mateusz Zawadzki**, **Paweł Talarek**, **Marcin Trzpil**.

OSP GÓRZNO

Zarząd: **Robert Gładysz** (prezes), **Tomasz Piesiewicz** (naczelnik), **Michał Talarek**, **Paweł Płudowski**, **Ireneusz Piesiewicz**, **Patryk Ducki**, **Grzegorz Latuszek**. Komisja Rewizyjna: **Henryk Zając**, **Tadeusz Osiak**, **Łukasz Michalak**.

OSP KOBYLA WOLA

Zarząd: **Jacek Walenda** (prezes), **Sebastian Matysiak** (naczelnik), **Jarosław Starosz**, **Krzysztof Kowalski**. Komisja Rewizyjna: **Emil Parzyszek**, **Krystian Matysiak**, **Rafał Radziej**.

OSP ŁĄKI

Zarząd: **Jarosław Zając** (prezes), **Grzegorz Latuszek** (naczelnik), **Piotr Zając**, **Krzysztof Domaszczyński**, **Jan Mianowski**, **Piotr Szczęsny**. Komisja Rewizyjna: **Henryk Latuszek**, **Zbigniew Wachnicki**, **Jacek Górski**.

OSP SAMORZĄDKI

Zarząd: **Marcin Łysiak** (prezes), **Tomasz Owczarczyk** (naczelnik), **Robert Pieniak**, **Tomasz Dąbrowa**, **Sławomir Staros**. Komisja Rewizyjna: **Rafał Chmielewski**, **Krzysztof Pieniak**, **Jarosław Dziubak**.

OSP UNIN

Zarząd: **Cezary Kurek** (prezes), **Adrian Kosiorek** (naczelnik), **Tomasz Gazda**, **Paweł Mikulski**, **Marcin Szarek**, **Michał Suchecki**, **Tomasz Szarek**. Komisja Rewizyjna: **Mariusz Poszytek**, **Bartłomiej Zadrożny**, **Łukasz Poszytek**.

Będzie schron w piwnicy urzędu

GM. PARYSÓW Gmina otrzymała 80 tys. zł dotacji celowej na ekspertyzę techniczną i dokumentację projektową adaptacji piwnic budynku urzędu na miejsce doraźnego schronienia. Środki pochodzą z puli przeznaczonej na obronę cywilną. Wójt **Bożena Kwiatkowska** zapowiedziała wyłonienie wykonawcy projektu budowlanego, elektrycznego i sanitarnego. Piwnice mają pełnić funkcję centrum kryzysowego i zapewniać zaplecze dla służb, w tym lekarzy i koordynatorów wsparcia dla ludności. Dotacja pokrywa w całości koszty.

SZKOŁY NA JUBILEUSZOWYM ZJEŹDZIE

Delegacje ze szkół w Brzegach i Korytnicy wzięły udział w XXXV Ogólnopolskim Zjeździe Rodziny Szkół im. Jana Pawła II

Szkołę w Brzegach reprezentowali dyrektor Marianna Zając, Anna Salamonik, Andrzej Głodek i Ewa Radziejewska-Minajew. Korytnicę reprezentowała dyrektor Teresa Szpadzik

Wydarzenie, które odbyło się 29-30 maja w Kraczkowej na Podkarpaciu, zgromadziło placówki z całej Polski, a nawet z Niemiec. Zjazd otworzyła Msza święta, której przewodniczyli metropolici: przemyski abp **Adam Szal** i lwowski abp **Mieczysław Mokrzycki**. Podczas spotkań uczestnicy wysłuchali świadków uzdrowień za wstawiennictwem świętego i obejrzeli wystawę pamiątek papieskich, w tym krzyża używanego przez Jana Pawła II podczas jego ostatniej Drogi Krzyżowej. Wieczorem w kościele parafialnym wystąpił chór i orkiestra Nicolaus pod dyrekcją **Zdzisława Magonia**. Drugiego dnia zwiedzano Zamek w Łańcucie i Muzeum Rodziny Ulmów w Markowej. Szkołę w Brzegach reprezentowali dyrektor **Marianna Zając**, **Anna Salamonik**, **Andrzej Głodek** i **Ewa Radziejewska-Minajew**. Korytnicę reprezentowała dyrektor **Teresa Szpadzik**.

- *XXXV Ogólnopolski Zjazd Rodziny Szkół im. Jana Pawła II w Kraczkowej był nie tylko okazją do integracji środowisk szkolnych, ale także do pogłębienia wiedzy o życiu i nauczaniu św. Jana Pawła II. Spotkanie pozostawiło w uczestnikach wiele cennych wspomnień, inspiracji i umocniło poczucie wspólnoty szkół realizujących na co dzień przesłanie swojego wielkiego patrona* - podkreśla Marianna Zając.

Co działa, co kuleje i co można zrobić lepiej

Gmina Miastków Kościelny ma walory, ale ma też problemy - i wie o nich coraz więcej

Raport za 2025 rok wskazuje konkretne kierunki działań, zanim wyzwania demograficzne i gospodarcze staną się trudniejsze do opanowania.

SILNA WSPÓLNOTA, SŁABNĄCA LICZBA MIESZKAŃCÓW

W sferze społecznej gmina wypada całkiem dobrze. Mieszkańcy czują się bezpiecznie, a lokalne życie kulturalne tętni - działa Młodzieżowa Orkiestra Dęta, Koła Gospodyń Wiejskich, stowarzyszenia i jednostki OSP. Gmina dysponuje publicznym żłobkiem, rozbudowaną siecią szkół i przedszkoli, a odsetek dzieci objętych wychowaniem przedszkolnym jest wysoki. Raport odnotowuje też wzrost frekwencji wyborczej i spadek liczby wykroczeń.

Problem w tym, że gmina wyludnia się. Ujemne saldo migracji i starzenie się społeczeństwa to główne słabości wskazane w analizie. Brakuje miejsc kultury i integracji, a specjalistyczna opieka medyczna jest niedostępna lokalnie. Rosnące zapotrzebowanie na usługi senioralne to jedno z poważniejszych wyzwań na najbliższe lata.

Szansą mają być zewnętrzne fundusze na rozbudowę infrastruktury społecznej oraz współpraca z organizacjami pozarządowymi.

ROLNICTWO ZOSTAJE, INWESTORZY - JESZCZE NIE

Gospodarka gminy opiera się głównie na rolnictwie. Na plus: rośnie liczba podmiotów gospodarczych, a bezrobocie spada. Na minus: brakuje wyznaczonych i uzbrojonych terenów inwestycyjnych, a młodzi mieszkańcy wyjeżdżają do większych miast.

Raport widzi wyjście z tej sytuacji w wytyczeniu terenów pod inwestycje, rozbudowie dróg, kanalizacji i szybkiego internetu oraz skuteczniejszej promocji gminy.

DOLINA WILGI CZEKA NA ODKRYCIE

Największym atutem przestrzennym gminy są walory przyrodnicze - przede wszystkim dolina rzeki Wilgi - oraz zabytki architektury. To potencjał pod turystykę i rekreację, który zdaniem autorów raportu nie jest jeszcze w pełni wykorzystany.

Słabością pozostaje brak ważnych szlaków komunikacyjnych i niewystarczające uzbrojenie terenów budowlanych w kanalizację i gaz. Za mało jest też zagospodarowanych miejsc wypoczynku dla mieszkańców. Dodatkowym zagrożeniem są zmiany klimatyczne - susze, ulewne deszcze i ryzyko powodzi wzdłuż Wilgi - a wiele gospodarstw domowych nadal ogrzewa się nieekologicznymi paliwami.

Szansą ma być tu rozwój mieszkalnictwa, inwestycje w infrastrukturę oraz wsparcie dla odnawialnych źródeł energii.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

ŻYJĄ Z NAJRZADSZĄ CHOROBĄ W REGIONIE - I UCZĄ INNYCH ODWAGI

Chorują od dziecka, stopniowo traciły wzrok i słuch - a mimo to piszą książki, tworzą ozdoby z papieru i jeżdżą opowiadać swoją historię innym, bo swoje życie traktują jak cud

Kilka dni temu Beata i Kinga odwiedziły uczniów ryckiego „Mechanika". Towarzyszyły im mama Jolanta i siostra Agata

Beata, mimo że nie widzi, tworzy ozdoby z papieru - motylki, koszyczki, kogutki, ozdoby choinkowe. Nie jest to origami - używa kleju i urządzenia, które sama wymyśla

Kinga napisała książkę „Wielkie dzięki", w której opisała historię choroby jej i siostry, proces diagnozy i swój udział w badaniu klinicznym nad lekiem na zespół Wolframa

Beata i Kinga Janaszek mieszkają w Mysłowie niedaleko Żelechowa. Obie chorują na zespół Wolframa - rzadką chorobę genetyczną, na którą w całej Polsce zdiagnozowano dotychczas zaledwie około 20 osób. W województwie lubelskim siostry są, według swojej wiedzy, jedynymi chorymi. Choroba zaczyna się od cukrzycy, z czasem niszczy wzrok i słuch, a jej postępu nie można zatrzymać - nie istnieje żaden lek leczący ją przyczynowo.

U Beaty cukrzycę wykryto w wieku 4 lat, u Kingi - gdy miała 5 lat. Problemy ze wzrokiem pojawiły się u Beaty około 12. roku życia. Lekarze początkowo wiązali je z nieprawidłowo prowadzoną cukrzycą, z czasem okazało się jednak, że to objaw znacznie poważniejszej choroby. Beata ukończyła liceum w szkole dla niewidomych w Lublinie, do której ojciec woził ją dwa razy w tygodniu. Kinga zdołała skończyć zwykłe liceum, a następnie socjologię na SGGW w Warszawie. Dziś Beata nie widzi nic. Kinga zachowała około 5 procent widzenia. Obie noszą aparaty słuchowe. Codzienność wymaga od nich nieustannego przystosowywania się do nowych ograniczeń.

- *Widzę głównie plamy, może troszkę bardziej wyraźne niż Beata, ale po prostu to są plamy. Na przykład widzę kto ma jakie włosy, ciemne czy jasne. Ale gdybym miała policzyć ile osób jest w tej sali, nie mam takiej możliwości* - mówiła Kinga, podczas spotkania z uczniami w ryckim „Mechaniku".

PAPIEROWE MOTYLKI I KSIĄŻKA

Beata, mimo całkowitej utraty wzroku, tworzy ozdoby z papieru - motylki, koszyczki, kogutki i ozdoby choinkowe. To nie origami - używa kleju i własnych wzorów, które wymyśla samodzielnie. Przy pracy słucha audiobooków na laptopie. - *Ile czasu można siedzieć bezczynnie, patrzeć w ścianę i się zamarzać. Naprawdę. Chodziło o znalezienie zajęcia. Po prostu. Żeby zająć myśli* - tłumaczyła Kinga, mówiąc o siostrze. Sama napisała książkę „Wielkie dzięki", w której opisała historię choroby obu sióstr, proces diagnozy i swój udział w badaniu klinicznym nad lekiem na zespół Wolframa. Do badania zakwalifikowała się tylko ona - Beata była już wtedy całkowicie niewidoma, a głównym kryterium kwalifikacji był stan wzroku.

- *Nie słyszałam o książce, która opowiadałaby o udziale w jakimś badaniu klinicznym. Sama nie wiedziałam, jak to wygląda i od tego się w sumie zaczyna nasza historia* - wyjaśnia. Książkę napisała w Wordzie, wydała przez wydawnictwo znalezione na Facebooku. Profil „Step by Step Sisters" w mediach społecznościowych powstał z inicjatywy kuzyna, który po lekturze uznał, że historią warto podzielić się ze światem.

BEZ LITOŚCI, BEZ TARYFY ULGOWEJ

Siostry nie ukrywają, że spotykają się z nieprzyjemnymi reakcjami obcych ludzi. Zdarzają się potrącenia, spojrzenia, szepty. Beata korzysta z laski, która pomaga też jej przewodnikowi w poruszaniu się w tłumie. - *To nie są powody, żeby nie robić tego, co się chce po prostu. Gdybyśmy po każdej takiej sytuacji dawały sobie spokój, no to nie robiłybyśmy nic poza siedzeniem w domu* - mówi Kinga.

Przed laty obie zetknęły się też z dokuczaniem rówieśniczym w szkole - z powodu cukrzycy, wyglądu, rudych włosów, odstających uszu, aparatów słuchowych. - *Myślę, że nie warto się po prostu przejmować takimi osobami. Naprawdę. Co one mają z tego, że nam dokuczają? Pośmieją się i tyle. My żyjemy dalej. Ludzi na świecie jest mnóstwo, więc jedna osoba czy dwie, które nam dokuczają, powiedziałabym kolokwialnie: pies ich ganiał* - kwituje Kinga.

Na pytanie o motywację do działania odpowiedziała bez owijania w bawełnę. - *Szczerze? Pierwsze, co zaczęło nas motywować, zarówno mnie i Beatę, to chyba była nuda. Po prostu. Ile czasu można siedzieć bezczynnie, patrzeć w ścianę* - podkreśla Kinga. - *Ktoś kiedyś porównał chorobę do starości, że jedno i drugie postępuje i po prostu trzeba się powoli przystosowywać do każdej sytuacji* - dodaje.

Siostry odwiedzają uczniów rożnych szkół, by uczyć empatii i wzajemnego wsparcia. W Rykach spotkanie zakończyło się pokazem tworzenia papierowych ozdób przez Beatę - ku wyraźnej radości zebranych uczniów. Profile sióstr można znaleźć na Facebooku pod nazwą „Step by Step Sisters".

Zbigniew Jończyk

Zespół Wolframa w praktyce

To choroba ultrarzadka - światowe badania podają, że dotyka 1 na 770 000 000 osób. Mało który lekarz ją podejrzewa, a część lekarzy w ogóle jej nie kojarzy.

- Cukrzyca typ 1 - chory musi przyjmować insulinę. Czasem są to zastrzyki, a czasem pompa insulinowa.
- Choroba postępuje - z czasem się pogarsza. Objawy się pogłębiają, czasem pojawiają się nowe. Zależy to od stylu życia, od tego czy pacjent ma odpowiednią opiekę lekarską i wielu innych czynników.
- Zanik nerwów - nerwy po prostu się wyłączają, więc pewnego dnia na przykład wzrok zaczyna szwankować. Z czasem szwankuje coraz bardziej. A później słuch...

Dlaczego „zespół"?

„[...] co znaczy słowo „zespół"? Wiele osób nie może tego zrozumieć. Zespół Wolframa jest jak zawodnicy startujący w sztafecie 4 x 100. Są cztery główne choroby. Bez nich nie ma zespołu. Każda z nich może występować osobno, ale tylko razem tworzą zespół. Natomiast objawy dodatkowe to zawodnicy rezerwowi. Mogą się pojawić, ale nie muszą. Wprawdzie nie zastępują tych głównych, ale czasem jadą na zawody. Reprezentacja może wygrać. Choroba zawsze wygrywa. Przewidywany czas, kiedy pacjent może względnie normalnie żyć, to ponoć dwadzieścia pięć lat od wystąpienia pierwszych objawów." - cytat z książki Kingi Janaszek „Wielkie dzięki".

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Twój Głos nr 23(1164) | 9 czerwca 2026 | www.twojglos.pl

FELIETON

Za późno

Karol Gałkowski

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

Gdybyś potrzebował wsparcia, napisz: karolgalkowski02@gmail.com

Są słowa, które bolą najbardziej, bo padają w absolutnej ciszy.

„Nie chcę cię już znać". Powiedziane bez krzyku, bez łez, z przerażającym spokojem. To właśnie ten chłód jest najtrudniejszy do udźwignięcia. Łzy są przecież dowodem na to, że w człowieku wciąż tli się jakaś emocja, a tam, gdzie jest emocja, tli się też nadzieja. Cisza oznacza, że proces dobiegł końca.

Znam ten stan z codziennej pracy w gabinecie.

Najpierw zgłasza się jedno z partnerów. Nagle przejrzało na oczy, nagle poczuło gotowość do walki. „Zmienię się, naprawię to, zacznijmy od nowa" - w tych deklaracjach słychać rozpaczliwy, szczery głód ratunku. Ale naprzeciwko siedzi ktoś, kto patrzy już obok, poza partnera. I mówi cicho słowa, które zamykają przestrzeń do jakiejkolwiek dyskusji: „Za późno".

Małżeństwa rzadko rozpadają się z dnia na dzień. One stygną powoli, niemal niezauważalnie. Zaczyna się od jednej nieodbytej rozmowy, od pierwszego przełkniętego w milczeniu żalu. Potem dochodzi zmęczenie, unikanie dotyku, odwracanie się plecami w łóżku. Krok po kroku, przez długie lata, jedna ze stron gromadzi w sobie cichy żal, który z czasem zamienia się w obojętność. Druga strona tego nie dostrzega, żyjąc w złudnym przekonaniu, że wciąż ma czas, że kiedyś usiądą i wszystko wyjaśnią. Aż nadchodzi dzień, w którym rzeczywiście chce usiąść i porozmawiać - tyle że po drugiej stronie nie ma już partnera. Jest tylko obcy człowiek.

Prawdziwa samotność nie zaczyna się wtedy, gdy zostajemy sami. Ona rodzi się znacznie wcześniej - we dwoje. Pod jednym dachem, przy wspólnym stole, w tym samym łóżku, oddzieleni od siebie niewidzialnym murem. To samotność ludzi, którzy przestali się nawzajem dostrzegać, choć wciąż mijają się w przedpokoju.

Dopiero po tym etapie przychodzi samotność fizyczna, jawna. Powrót do pustego mieszkania, gotowanie wyłącznie dla siebie, cisza, która zamiast dawać ukojenie, zaczyna ciążyć. Dopiero wtedy człowiek zaczyna rozumieć, jak wielką wartość miało to, co uważał za oczywiste i niewystarczające.

W takich momentach pojawia się gwałtowna, niemal histeryczna chęć naprawiania. Jednak próba posklejania relacji, która została doszczętnie zdewastowana przez lata zaniedbań, rzadko przynosi oczekiwany skutek. Czasem udaje się uratować formę, ale linie pęknięć pozostają widoczne na zawsze. Często jednak destrukcja zaszła tak daleko, że nie ma już czego zbierać. Wtedy nie pomoże nawet najszczersza skrucha ani najpiękniejsze „przepraszam". Skruchę można bowiem przekazać, ale nie da się jej siłą zaszczepić w zranionym sercu drugiego człowieka.

To jedna z najtrudniejszych prawd o ludzkiej psychice: chęć powrotu traci swoją moc, gdy druga strona bezpowrotnie zamknęła już drzwi.

Pozostaje pustka. Nie ta zwyczajna, którą można zagłuszyć pracą czy telewizorem, ale ta, która ma bardzo konkretny punkt odniesienia. To zimna, równo zaścielona połowa materaca. To filiżanka, która kurzy się na dnie szafki. To puste miejsce przy stole, na które wciąż odruchowo się spogląda. Człowieka najmocniej definiuje właśnie ten brak, który po sobie zostawia.

W tę pustą przestrzeń natychmiast wkraczają wyrzuty sumienia. Najczęściej nocą, gdy brakuje bodźców, które mogłyby odwrócić uwagę. W ciemności zaczyna się bolesny rachunek sumienia: „Gdybym wtedy odłożył telefon, gdybym zapytał, gdybym spróbował zrozumieć, zamiast unosić się dumą". Żal ma to do siebie, że zawsze przychodzi spóźniony, przynosząc bolesną jasność widzenia dokładnie wtedy, gdy nic już nie można z tą wiedzą zrobić.

Ludzka cierpliwość i odporność na zranienia ma swoje granice. Serce człowieka można ranić wielokrotnie, ale w pewnym momencie ono po prostu umiera i obojętnieje. Nie wybucha gniewem - ono cichnie i zatrzaskuje się na zawsze.

Dlatego nie warto zwlekać.

Nie czekaj na lepszy moment, na mniejszy stres, na spłatę kredytu czy usamodzielnienie się dzieci. Nie czekaj, aż sam zaczniesz odczuwać brak - bo wtedy po drugiej stronie może już nikogo nie być.

Dostrzeż bliską osobę dzisiaj. Nie czekaj aż on lub ona zrobi to pierwsza. Zapytaj, jak naprawdę się czuje, i wysłuchaj jej do końca, bez przerywania. Powiedz słowa, które od dawna odkładasz na później. Wybacz to, co nosisz w sobie jako ciężar. Usiądź przy stole, dopóki masz naprzeciwko siebie kogoś, kto wciąż jeszcze czeka, aż go zauważysz.

Najsmutniejsze rozstania nie dokonują się z hukiem. One następują w absolutnej, powolnej ciszy. Zadbaj, by nie usłyszeć: za późno.

O ZDROWIU

Dlaczego warto jeść zielone

Leszek Marek Krześniak

Specjalista chorób wewnętrznych,

www.drkrzesniak.pl

Lekarze i dietetycy często zwracają uwagę, aby w celach profilaktycznych jeść kolorowe warzywa i owoce. A dlaczego warto jeść rośliny, które mają zieloną barwę? Pisałem o tym wiele razy, zwracając uwagę na wiosenne sałatki z ziół i świeżo wyhodowanych sałat, szczypiorku czy młodych liści innych roślin.

Cały świat medyczny szuka sposobu, jak można zapobiegać rozwojowi chorób neurodegeneracyjnych, takich jak choroba Parkinsona czy Alzheimera, albo otępienie starcze. Jednym z takich skutecznych sposobów jest właśnie dieta oparta na zielonych warzywach. Opublikowano niedawno badania na myszach, którym podawano wyciągi z zielonych roślin. Okazało się, że stymulują one wytwarzanie w organizmie witaminy K, o której wiadomo, że odpowiada za procesy krzepnięcia krwi. Z kolei jej odmiana, zwana witaminą K2, powoduje przesyłanie wapnia z krwi do układu kostnego, co jest jednym ze sposobów zapobiegania osteoporozie i odkładaniu się wapnia w tkankach miękkich. Witamina K, zwłaszcza w połączeniu z pewnymi formami prowitaminy A, stymulowała rozwój neuronów, a więc przeciwdziałała procesom niszczenia tych komórek u osób, u których rozwijają się choroby neurodegeneracyjne. Oczywiście są to jeszcze wczesne etapy badań, które mają w przyszłości doprowadzić do wyprodukowania przez firmy farmaceutyczne leków czy suplementów hamujących rozwój takich chorób jak Alzheimer, Parkinson czy demencja. Zanim do tego dojdzie, nic nie stoi na przeszkodzie - a wręcz jest to wskazane dla opóźniania procesów starzenia się mózgu - aby wzbogacać dietę w zielone liście warzyw z dodatkiem młodych marchewek czy brokułów. Organizm z takich pokarmów sam będzie wyciągał to, co jest mu potrzebne. Wiele osób, nie tylko młodych, ale i seniorów z wieloma schorzeniami, unika zielonego w swojej diecie. Na dokładkę wielu chorych długotrwale przyjmuje preparaty „rozrzedzające" krew, które hamują działanie witaminy K.

Zieleniny, zwłaszcza u ludzi z cukrzycą, insulinooopornością czy otyłością, powinny być pierwszym pokarmem, który biorą do ust rano. Wpływa to korzystnie na „spłaszczenie" krzywej cukrowej - w przeciwieństwie do tego, jak zmienia się poziom glukozy we krwi po zjedzeniu np. bułeczki czy

eprasa.pl 8e1e8b37b6

MECENAS OŚKO MÓWI, JAK JEST

Kamera patrzy, sąsiad nagrywa...

Mecenas
Tomasz Ośko

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

Kiedyś życie na wsi było proste. Sąsiad wiedział o sąsiedzie wszystko, bo widział go przez płot. Dziś nadal wie wszystko, tylko zamiast przez płot patrzy przez aplikację w telefonie.

Monitoring stał się tak powszechny, że trudno znaleźć ulicę, przy której choć kilka domów nie byłoby wyposażonych w kamery. Jedni pilnują samochodu, inni opału, jeszcze inni narzędzi, maszyn albo po prostu chcą czuć się bezpieczniej. I bardzo dobrze. Każdy ma prawo chronić swoje mienie. Problem zaczyna się wtedy, gdy kamera pilnuje już nie tylko naszego podwórka.

Niedawno rozmawiałem z mieszkańcem jednej z okolicznych miejscowości, który był święcie przekonany, że skoro kamera wisi na jego domu, to może nagrywać wszystko, co znajduje się w zasięgu obiektywu. Drogę, chodnik, podjazd sąsiada, jego ogród, a nawet okna. W końcu kamera jest jego, dom jest jego, prąd też jest jego. Logika wydaje się kusząca. Tyle że prawo nie zawsze podąża za logiką właściciela kamery.

Wyobraźmy sobie sytuację. Montujemy kamerę nad garażem. Chcemy obserwować samochód stojący na posesji. To normalne i rozsądne. Tyle że przy okazji kamera obejmuje bramę sąsiada, fragment jego podwórka i taras. Nagle okazuje się, że codziennie rejestrujemy, kto do niego przyjeżdża, kiedy wychodzi z domu, kiedy wraca i z kim spędza popołudnie. W tym momencie przestajemy chronić własne mienie, a zaczynamy ingerować w cudzą prywatność.

Jeszcze ciekawiej robi się wtedy, gdy kamera wyposażona jest w mikrofon. Większość nowoczesnych urządzeń sprzedawanych w marketach budowlanych i sklepach internetowych ma funkcję nagrywania dźwięku. Wielu właścicieli nawet nie sprawdza, czy jest ona aktywna. Tymczasem nagrywanie rozmów prowadzonych przez osoby znajdujące się poza naszą posesją może być znacznie bardziej problematyczne niż samo rejestrowanie obrazu. Jedno jest bowiem zobaczyć, że sąsiad siedzi na tarasie. Czym innym jest słyszeć, o czym rozmawia z rodziną lub znajomymi.

W tym miejscu pojawia się słynne już RODO. Wielu ludzi uważa, że jest to przepis dotyczący wyłącznie wielkich korporacji, banków i urzędów. Tymczasem monitoring również może prowadzić do przetwarzania danych osobowych. Oczywiście istnieje wyjątek dla czynności czysto osobistych lub domowych. Jeżeli kamera obejmuje wyłącznie teren prywatnej posesji i służy ochronie domu, zwykle nie ma problemu. Jeżeli jednak systematycznie obserwuje przestrzeń publiczną albo cudzą nieruchomość, właściciel może znaleźć się w zupełnie innej sytuacji prawnej.

Co może zrobić osoba, która czuje się nadmiernie obserwowana? Najrozsądniejszym rozwiązaniem jest zawsze rozmowa. Brzmi banalnie, ale w praktyce większość sporów kończy się właśnie na tym etapie. Czasami wystarczy lekko przestawić kamerę albo zamaskować część obrazu. Wiele nowoczesnych urządzeń pozwala wyłączyć określone fragmenty kadru, tak aby nie były nagrywane.

Jeżeli to nie pomaga, pojawiają się instrumenty prawne. Można powoływać się na naruszenie dóbr osobistych, w szczególności prawa do prywatności. W określonych przypadkach możliwe jest skierowanie sprawy do sądu cywilnego i żądanie zaniechania naruszeń. Sąd może nakazać zmianę ustawienia kamery, usunięcie skutków naruszenia, a nawet zasądzić odpowiednią kwotę pieniężną. Nie są to już teoretyczne rozważania z podręczników prawa. Takie sprawy trafiają do sądów coraz częściej.

Możliwa jest również skarga do prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych. I tutaj dochodzimy do momentu, w którym teoria spotyka się z rzeczywistością. Wielu obywateli wyobraża sobie, że po wysłaniu skargi urzędnicy błyskawicznie przyjadą na miejsce, obejrzą kamerę i wydadzą decyzję. W praktyce postępowania administracyjne mają swoje tempo, a osoby mające doświadczenie w kontaktach z urzędami wiedzą, że słowo „niezwłocznie" potrafi mieć bardzo elastyczne znaczenie. Nie oznacza to jednak, że skarga jest bezcelowa. W wielu przypadkach już samo wszczęcie postępowania powoduje, że właściciel monitoringu zaczyna patrzeć na swoją instalację znacznie bardziej krytycznie.

Co ciekawe, problem monitoringu coraz częściej dotyczy nie tylko domów jednorodzinnych. Kamery pojawiają się na budynkach wielorodzinnych, wspólnotach mieszkaniowych, osiedlach, parkingach i terenach rekreacyjnych. Technologia jest coraz tańsza, a możliwości coraz większe. Za kilkaset złotych można dziś kupić urządzenie, które jeszcze kilkanaście lat temu byłoby wyposażeniem profesjonalnej firmy ochroniarskiej. Można obserwować posesję w nocy, otrzymywać powiadomienia na telefon, a nawet automatycznie rozpoznawać sylwetki ludzi.

Paradoks naszych czasów polega jednak na tym, że im więcej mamy kamer, tym mniej mamy prywatności. Nie tylko wobec państwa, wielkich korporacji czy internetu, ale również wobec najbliższego sąsiedztwa. Dawniej sąsiad widział nas wtedy, gdy akurat wyglądał przez okno. Dzisiaj zapis naszej aktywności może być przechowywany przez wiele dni, tygodni, a czasem miesięcy.

Dlatego zanim wydamy kilka tysięcy złotych na nowoczesny monitoring z noktowizją, sztuczną inteligencją i możliwością zdalnego podsłuchiwania otoczenia, warto zadać sobie proste pytanie. Czy rzeczywiście chronimy własny dom, czy może nieświadomie zaczynamy obserwować cudze życie?

Bo granica między bezpieczeństwem a naruszeniem prywatności jest znacznie cieńsza, niż pokazuje to instrukcja obsługi kamery. A dobry sąsiad nadal pozostaje skuteczniejszym zabezpieczeniem niż najbardziej zaawansowany system monitoringu.

innych cukrów prostych.

Chlorofil zawarty w zielonych roślinach jest też naturalnym źródłem magnezu, co ma istotny wpływ na funkcjonowanie układu nerwowego i całego organizmu. Kto źle toleruje surowe zielone warzywa, może je przecież sparzyć czy ugotować. Oczywiście najlepsze są zieleniny wyhodowane na działkach lub w ogródkach, przy których uprawie nie używa się silnych środków ochrony roślin. Zielone warzywa zawierają dużo błonnika, który sprzyja rozwojowi bakterii probiotycznych w przewodzie pokarmowym, dlatego warto do zielonych dań dodawać wyhodowane w domu jogurty zawierające wiele szczepów takich bakterii.

autopromocja

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Adres sera jest tylko jeden - Ryki

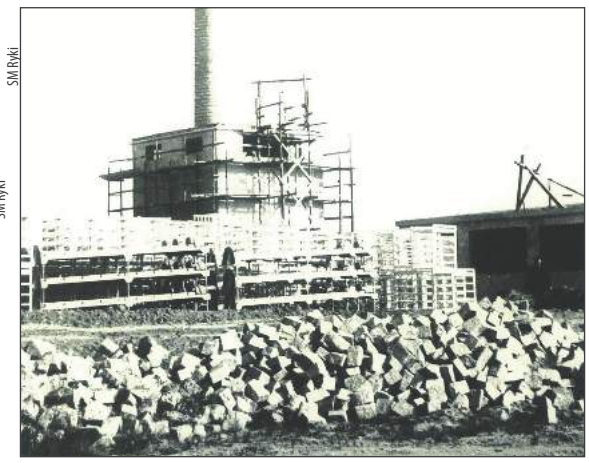
Sto lat temu kilku rolników zebrało się na plebanii w Rykach i postanowiło coś zrobić z nadmiarem mleka. Dziś ich spółdzielnia produkuje 48 ton sera dziennie i sprzedaje go na całym świecie

SM Ryki

Stoisko SM Ryki na targach w Poznaniu w roku 2000. Na zdjęciu Jadwiga Polańska, Wanda Cholewińska i Halina Żaczek

SM Ryki

Masłownia pod koniec lat 60. Na zdjęciu panowie Prządka i Sieraj


SM Ryki

Obecna siedziba Spółdzielni Mleczarskiej w Rykach sięga przełomu lat 60-70. Wtedy wybudowano nowy zakład przy ulicy Żytniej

Obchody setnej rocznicy istnienia Spółdzielni Mleczarskiej Ryki odbyły się 6 czerwca. Zainaugurowała je Msza św. w intencji dostawców i pracowników spółdzielni, na której poświęcono tablicę pamiątkową.

- *Dziękujemy za założycieli, tych którzy tworzyli to dzieło. Modlimy się za zmarłych pracowników i dostawców mleka i o błogosławieństwo na dalsze lata działalności* - mówił podczas celebry w kościele ks. prałat **Stanisław Chodźko**, proboszcz ryckiej parafii.

POCZĄTKI NA PLEBANII

Nieprzypadkowo uroczystości zaczęły się w kościele. To właśnie na tutejszej plebanii w 1926 roku zebrali się okoliczni rolnicy i producenci mleka, by zawiązać spółdzielnię. Obecny proboszcz dobrze rozumie, co pchnęło ich do działania.

- *Trzeba dziękować Bogu za to, że w Rykach znaleźli się społecznicy, którzy mieli zapas gotówki i zdecydowali się założyć spółdzielnię. Gospodarstwa po pierwszej wojnie światowej były małe, ale wiele z nich potrafiło wyprodukować więcej mleka niż potrzeba, więc coś trzeba było zrobić z tym, które zostawało, trzeba było je przetworzyć, by służyło dobru wspólnemu* - zauważa ks. Stanisław Chodźko.

Z pierwszych lat działalności spółdzielni zachował się ważny dokument - protokół z zebrania w grudniu 1936 roku, gdy ustanowiono radę nadzorczą. Najważniejsze funkcje pełnili wówczas: przewodniczący **Tadeusz Skorupka**, zastępca przewodniczącego **Władysław Druzd** i sekretarz **Bolesław Gruza**. W komisji rewizyjnej zasiadali: **Tadeusz Skorupka**, **Władysław Pudło**, **Lucjan Kozuń**, **Władysław Sergiel** i **Bolesław Gruza**, a do komisji gospodarczej powołano osobę o nazwisku **Filipek**.

DWIE SIEDZIBY W 20 LAT

W latach międzywojennych mleczarnia raz zmieniała lokalizację. Pierwsza siedziba znajdowała się naprzeciwko kościoła, u zbiegu ulic Warszawskiej i Szkolnej - w drewnianym budynku, gdzie na parterze mieściła się zlewnia, a na piętrze Kasa Stefczyka. Mleko skupowano od indywidualnych rolników, a zapłata zależała od zawartości tłuszczu w surowcu - im wyższa, tym lepsza stawka. W budynku już wtedy mieściło się laboratorium spożywcze, które sprawdzało przydatność mleka. Gdy zakład się rozrósł, pojawił się problem lokalowy. Rozwiązał go **Władysław Jarmoła**, właściciel rozległych ryckich gruntów, który rozpisał plan podziału swoich działek. Spółdzielnia część z nich wykupiła i na kolejne dekady zadomowiła się w murowanym budynku przy dzisiejszej ulicy Swatowskiej (w budynku drewnianym na tej samej działce mieszał kierownik zakładu). Z czasem stan posiadania spółdzielni jeszcze się zwiększył po nabyciu części placu przy organistówce, będącego własnością nauczyciela **Józefa Prokurata**, a później jego żony.

W OBRONIE PRZED SZABREM

Rycka mleczarnia nie produkowała żółtego sera od początku. Asortyment zaczynał się od masła, białego sera, śmietany i maślanki. Przy spółdzielni działał też mały sklepik, w którym przez laty sprzedawała **Jadwiga Maj**, a najstarsi mieszkańcy miasta do dziś pamiętają krojony na wagę ser, nie tylko biały.

- *To były czasy mojego dzieciństwa. Pamiętam do dziś zapach żółtego sera. To były pierwsze żółte sery w naszej mleczarni. Tamten aromat przypomina mi się zawsze, gdy przejeżdżam ulicą Wspólną obok słupa ulicznego z rozdwojoną podstawą, to właśnie przy tym słupie stał sklep* - wspomina **Kazimiera Rogala**.

Działalności SM nie przerwały nawet lata wojny. Ze wspomnień pisarki **Hanny Krall**, która przebywała wówczas w Rykach, wiadomo, że kierownik mleczarni był z nadania niemieckiego. Mleczarnia przetrwała wojnę - tuż przed wkroczeniem sowietów, w lipcu 1944 roku, jej budynki zabezpieczyli przed szabrownictwem partyzanci Batalionów Chłopskich.

PRZEPROWADZKA NA ŻYTNIĄ

Dalsze losy mleczarni przypadły na lata komunizmu i gospodarki centralnie sterowanej. Mimo zmieniających się realiów, rycka mleczarnia kontynuowała działalność i stopniowo się rozwijała.

Pod koniec lat 60. na zakupionych gruntach przy ulicy Żytniej ruszyła budowa obecnej siedziby firmy. Nowy gmach oddano do użytku w 1972 roku. W połowie lat 70. powstała kazeiniarnia i punkt skupu, dwadzieścia lat później uruchomiono w pełni zautomatyzowaną serownię, a w 1998 roku - nowoczesne laboratorium kontroli jakości. Do najnowszych inwestycji należą m.in. nowa proszkowania, zmechanizowana stacja odbioru mleka i nowa oczyszczalnia ścieków, automatyczny dział konfekcji, robot pakujący i urządzenie do oczyszczania solanki.

SMAK ZNANY OD DAWNA

Najpopularniejszym produktem ryckiej mleczarni jest Rycki Edam - marka istniejąca od 1995 roku. Ser wyróżnia się kremową barwą i elastycznym miąższem z charakterystycznymi owalnymi oczkami. Podczas dojrzewania nabiera łagodnego, lekko orzechowego smaku.

- *Rycki Edam to produkt, który przez lata budował swoją pozycję przede wszystkim dzięki zaufaniu konsumentów. Dla wielu osób jest po prostu częścią codziennej kuchni - smakiem, który znają od dawna* - mówi **Patryk Ćwikła**, prezes zarządu Spółdzielni Mleczarskiej Ryki.

Ser był wielokrotnie wyróżniany w branżowych konkursach - otrzymał m.in. nagrodę „Złoty Paragon - Nagroda Kupców Polskich". Posiada także znak „Jakość Tradycja Lubelskie", potwierdzający wieloletnią recepturę i związek z tradycyjnymi metodami wytwarzania.

Każdy kilogram ryckiego sera powstaje z ok. 10 litrów mleka dostarczanego przez prawie tysiąc lokalnych dostawców, którzy są jednocześnie właścicielami spółdzielni. Dziennie produkowanych jest ok. 48 ton sera trafiającego na stoły w Polsce i za granicą. Sto lat po tym, jak kilku rolników zebrało się na plebanii z nadmiarem mleka - skala jest nieco inna.

Tomasz Kępka

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Boże Ciało w Żelechowie - procesja przez dekady

Od 1916 roku po czasy współczesne - fotoreportaż ze zbiorów żelechowskich rodzin i parafii pokazuje, jak przez ponad sto lat wyglądała uroczystość Bożego Ciała w Żelechowie. Na archiwalnych zdjęciach widać procesje ulicą Kościuszki, siostry ze Zgromadzenia Opatrzności Bożej z dziećmi przed ochronką, ołtarze przygotowywane przez druhów OSP oraz nieistniejący już drewniany budynek starej plebanii. Najstarsze zdjęcie pochodzi z czerwca 1916 roku - z widocznym w tle niemieckim napisem przypominającym, że Żelechów był wówczas pod okupacją

Dawny Żelechów

Misje ojców bernardynów w parafii Żelechów, kwiecień-maj 1949 r. Uczestnicy uroczystości podążają ul. Kościuszki w kierunku rynku. W oddali po lewej stronie widoczna remiza OSP. Fotografia ze zbiorów Mieczysława Majchrzaka

Dawny Żelechów

Uroczystość Bożego Ciała, 1981 r. Fotografia wykonana przy dworku (dawna ochronka) przy ul. Al. Wojska Polskiego - obecnie siedziba Izby Pamięci Ziemi Żelechowskiej. W centrum Regina Ostałowska w otoczeniu sióstr Opatrzności Bożej: z lewej s. Angelika, z prawej s. Wioleta, najniżej siedząca - s. Lucyna. Asystę honorową pełnią druhowie z OSP Żelechów: Arkadiusz Osiński (z lewej) i Tadeusz Gronkiewicz (z prawej). Zdjęcie ze zbiorów rodziny Ostałowskich

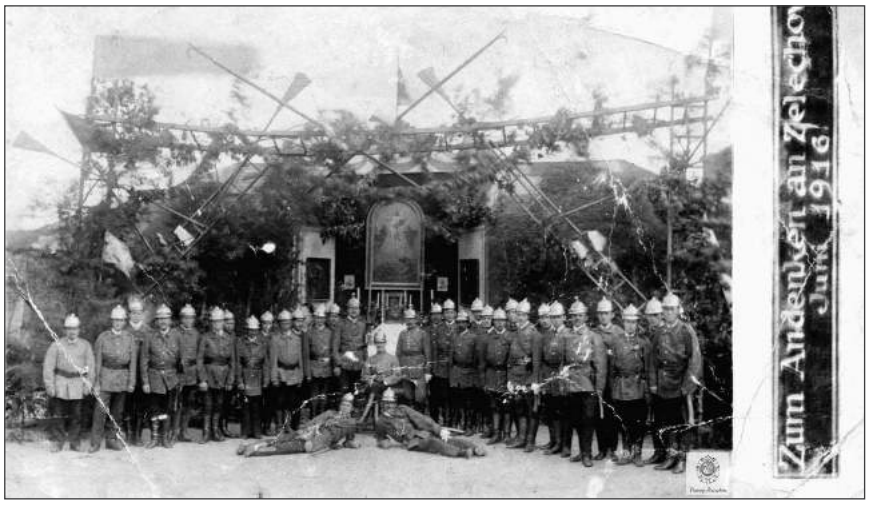
Dawny Żelechów

Boże Ciało, początek lat 50. XX w. Siostry zakonne ze Zgromadzenia Opatrzności Bożej z dziećmi przed budynkiem ochronki przy ul. Al. Wojska Polskiego (obecnie Izba Pamięci Ziemi Żelechowskiej). Na górze s. Teresa, w środku od lewej s. Maria (przełożona) i s. Lidia

Dawny Żelechów

Boże Ciało, ok. 1986-87 r. Procesja na skrzyżowaniu ul. Traugutta i ul. Chłopickiego. Fotografia ze zbiorów Jolanty Gardzińskiej

Boże Ciało, lata 1988-1992. W tle drewniany budynek starej plebanii, z prawej nowa plebania. Fotografia ze zbiorów Jolanty Gardzińskiej



Czerwiec 1916 r. Ołtarz przygotowany przez druhów Straży Ogniowej Ochotniczej w Żelechowie na procesję Bożego Ciała. W tle drewniana remiza strażacka. Niemiecki napis po prawej stronie - „Zum Andenken an Zelechow Juni 1916" (Na pamiątkę w Żelechowie, czerwiec 1916) - przypomina, że miasto znajdowało się wówczas pod okupacją niemiecką. Tradycja ubierania ołtarza przez żelechowskich strażaków trwa do dziś

eprasa.pl 8e1e8b37b6

NasTroje w Literaturze

Gniew niszczący i gniew twórczy

Edyta Pasik

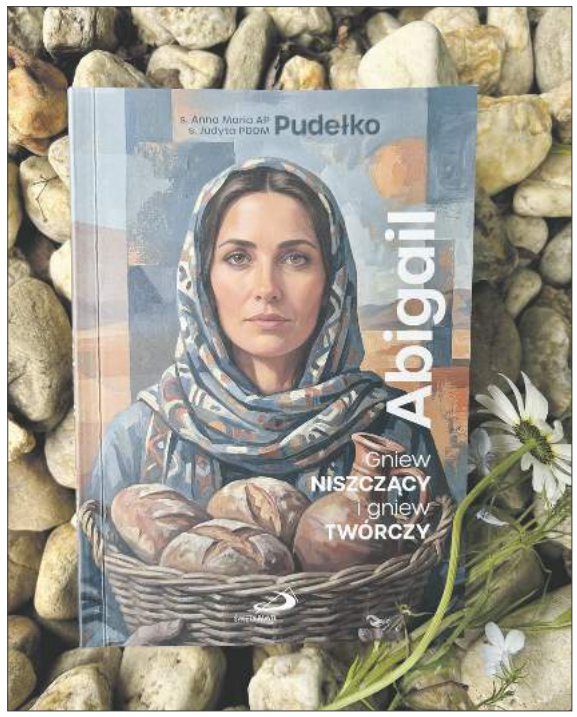
„Złość piękności szkodzi!" - ileż to razy, jako małe dzieci, może szczególnie dziewczynki, słyszeliśmy te słowa? Braliśmy je sobie do serca i tłumiliśmy tę potężną emocję, jaką jest gniew? Nauczono nas, że trzeba się go wstydzić i wystrzegać. Wpojono nam, że nie można go dopuszczać do głosu, bo może wymknąć się spod kontroli i siać zniszczenie. Dlatego często „przełykaliśmy gniew", wypracowując wiele szkodliwych mechanizmów, które sprawiały, że gniew magazynował się w naszym ciele i układzie nerwowym, zmieniając się w chroniczne napięcie, agresję albo pasywność.

A przecież gniew nie musi niszczyć. Może być źródłem siły, pokoju i wewnętrznej wolności, jak przekonują siostry Anna i Judyta Pudełko w książce „Abigail. Gniew niszczący i gniew twórczy". Autorki skutecznie „odczarowują" tę silną, choć i trudną, emocję. Rzucają na nią Boże światło, interpretując ją przez pryzmat Księgi Samuela.

Teatr trzech aktorów

W tej mniej znanej historii biblijnej siostry Pudełko przyglądają się trojgu bohaterom: Dawidowi, Nabalowi i jego żonie, Abigail. Wszyscy oni uwikłani są w jedną trudną sytuację, na którą zgoła inaczej reagują. W ich postawach pojawia się zarówno chęć odwetu i pasywność, jak i asertywność i mediacja. Najbardziej dojrzały i przy tym wzorcowy sposób przeżywania gniewu prezentuje tytułowa Abigail, która staje się w tej historii archetypem kobiety prawdy, dialogu i dobrego wpływu. Jej mądrość i skuteczne działanie ocalają nie tylko jej rodzinę, ale i pomagają przyszłemu królowi Dawidowi zapanować nad niszczącą go żądzą zemsty. Podziw budzi jej wewnętrzna wolność i poczucie własnej godności.

Może nas to zaskoczyć, ale z gniewem poradzi sobie tylko osoba, która ma świadomość własnej wartości i godności. Wtedy nie będzie ani unikać gniewu, ani mu ulegać.



Być jak Abigail

Takie pragnienie budzi się w nas, kiedy konfrontujemy swój najczęstszy sposób przeżywania gniewu z tym, który prezentuje Abigail. Podejrzewam, że wszyscy chcielibyśmy przeżywać gniew w sposób twórczy i odpowiedzialny, być asertywni i empatyczni jednocześnie… Żeby to jednak było możliwe, jak przekonują Autorki, musimy się najpierw zaopiekować własnymi zranieniami. Musimy uzdrowić historie naszego życia!

Pomóc nam w tym mogą ćwiczenia i zadania, które proponują wykonać Autorki. Zachęcają przy tym do przyjrzenia się swoim reakcjom na gniew w kontekście tzw. trójkąta dramatycznego. Zgodnie z jego koncepcją, często wchodzimy w trzy skryptowe role: krzywdziciela, ofiary i obserwatora, jeśli nie potrafimy brać odpowiedzialności za nasze emocje, myśli i potrzeby. W różnych sytuacjach używamy ich jako mechanizmów obronnych, o czym dobrze wiedzieć, bo pogłębia to naszą samoświadomość i jest pierwszym krokiem ku wolności.

Asertywność i empatia

To właśnie te dwie postawy uznane są przez Autorki jako dowód dojrzałego przeżywania złości. Dobrze by było je w sobie pielęgnować i w nich wzrastać. W nich obu, bo rozdzielać się ich nie powinno!

Asertywność bez empatii zbliża się niebezpiecznie do bezwzględności, a empatia bez asertywności może skutkować pobłażliwością.

Ale to nie wszystko, bo siostry Pudełko zapraszają nas też do głębokiego spotkania z Miłością w przypowieści o miłosiernym Samarytaninie. Z wyczuwalnym taktem i czułością pomagają nam skonfrontować się z naszymi zranieniami i stać się „swoim pierwszym bliźnim, w którym zabliźniają się nasze zranienia".

Nowa jakość życia

Przyznam szczerze, że lekturę „Abigail" przeżyłam jako rodzaj rekolekcji. Nie były one przyjemne, bo kazały stanąć w niełatwej prawdzie przed sobą, nazwać to, co wciąż jest we mnie niedojrzałe i nie pozwala mi spotkać się z samą sobą. Ale z drugiej strony pogłębiły moją samoświadomość i dały mi szansę na nową jakość życia, w którym będę miała odwagę przyjąć i mądrze przeżyć każde, nawet najtrudniejsze, uczucie. Uzmysłowiły mi też, że:

Odcięcie od złości dobrze przeżywanej dosłownie odcina nas od energii życia.

Dlatego z serca wszystkim Państwu polecam tę wartościową pozycję łączącą duchowość i psychologię! Jestem przekonana, że każdy znajdzie w niej treści odkrywcze i inspirujące!

Anna Maria Pudełko AP - siostra z Instytutu Królowej Apostołów do Powołań. Psychopedagog powołania, teolog pastoralny, kierownik duchowy.

Judyta Pudełko PDDM - siostra ze Zgromadzenia Uczennic Boskiego Mistrza. Doktor habilitowana teologii, profesor Akademii Katolickiej w Warszawie.

Książka „Abigail. Gniew niszczący i gniew twórczy" ukazała się w 2026 roku w Wydawnictwie Edycja Świętego Pawła.

Nasi najmłodsi mieszkańcy

Marcelina, Hania, Laura, Staś, Emilka i Frania. Poznajcie naszych nowych mieszkańców. We współpracy ze stroną „Rodzę w Garwolinie" publikujemy zdjęcia noworodków z garwolińskiego szpitala. Gratulujemy szczęśliwym rodzicom

5 czerwca 2026 r. o godz. 12:55 urodziła się Frania. Ważyła 3520 g i mierzyła 49 cm. Jest córką Zuzanny i Bartłomieja Kotów z Garwolina

5 czerwca 2026 r. o godz. 00:10 urodziła się Emilka. Ważyła 4000 g i mierzyła 55 cm. Jest córką Neli i Przemysława Pogodów z Miastkowa Kościelnego

3 czerwca 2026 r. o godz. 11:05 urodziła się Laura. Ważyła 3960 g i mierzyła 57 cm. Jest córką Anety i Sebastiana Rżysków z Wygody

4 czerwca 2026 r. o godz. 00:05 urodził się Staś. Ważył 3500 g i mierzył 51 cm. Jest synem Julii i Mateusza Talarów

2 czerwca 2026 r. o godz. 11:33 urodziła się Hania. Ważyła 3950 g i mierzyła 55 cm. Jest córką Moniki i Jakuba Kędziorków z Pilawy

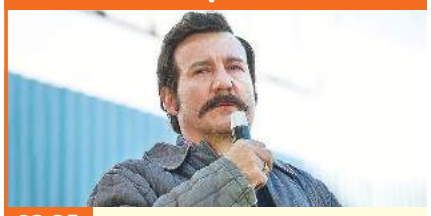
1 czerwca 2026 r. o godz. 8:22 urodziła się Marcelina. Ważyła 3500 g i mierzyła 51 cm. Jest córką Angeliki i Kamila Krajewskich z Samorządek-Kolonii

eprasa.pl 8e1e8b37b6

12-18 czerwca 2026

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura
INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV
Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel
ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.
NR 24

Piątek



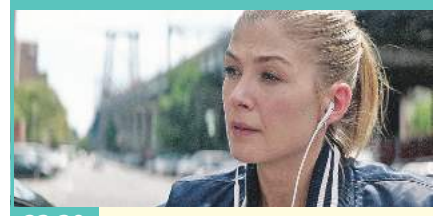
23:35 TVP KULTURA

Wałęsa. Człowiek z nadziei

Dramat biograficzny, Polska, 2013

W filmie „Wałęsa. Człowiek z nadziei" Andrzej Wajda odważnie łączy epokowe wydarzenia z tym, co prywatne, wręcz intymne. Przedstawia historię wielkich przemian, która przetoczyła się nie tylko przez zebrania partyjne, wiece i Okrągły Stół, ale także przez jedno z mieszkań na gdańskim osiedlu z wielkiej płyty. Próbuje uchwycić fenomen przemiany prostego, skupionego na codzienności człowieka w charyzmatycznego przywódcę. Po „Człowieku z marmuru" i „Człowieku z żelaza" film zamyka tryptyk, w którego centrum jest człowiek podejmujący walkę z niesprawiedliwością.

Sobota



23:30 TVP 1

Trzy sekundy

Kryminał, Wielka Brytania, 2019

Kryminał o polskiej mafii, która opanowała narkotykowy rynek Nowym Jorku. W szeregi zorganizowanej grupy przestępczej ma przeniknąć były agent sił specjalnych Peter Koslow, by rozsadzić ją od środka. Agent działa na zlecenie FBI, godząc się na pewien układ. Dla zmylenia przeciwnika i zyskania wiarygodności, Koslow trafia do więzienia o zaostrzonym rygorze. Wskutek fatalnego zbiegu okoliczności, zostaje jednak zdemaskowany. Pozbawiony policyjnej ochrony i ścigany przez mafię, Peter Koslow od tej pory jest zdany wyłącznie na siebie.
INNE DATY EMISJI: PONIEDZIAŁEK, 00:40

Niedziela

00:15 POLSAT

Captain Fantastic

Obyczajowy, USA, 2016

Ben Cash (Viggo Mortensen) i sześcioro jego dzieci wiodą samotną egzystencję na odludziu, w górzystym regionie stanu Waszyngton. Ben i jego żona to byli lewicowi anarchiści, rozczarowani kapitalizmem i amerykańskim stylem życia. Zdecydowali się żyć w izolacji, aby zaszczepić swojemu potomstwu prawdziwe umiejętności przeżycia. Żyją inaczej niż przeciętna rodzina w Ameryce, jedzą to, co uda im się upolować, uprawiają sporty ekstremalne. Niestety Ben jest zmuszony opuścić swój raj i wkroczyć do świata, kwestionując swoje wyobrażenia o tym, co to znaczy być rodzicem.

Poniedziałek

23:30 TV PULS

Batalion Donbas

Dramat wojenny, Ukraina, 2019

Dwóch bojowników Batalionu Ochotniczego „Donbas" zostaje zamkniętych w mieście Iłowajsk po tym, jak armia rosyjska wkroczyła na Ukrainę i otoczyła dywizje armii ukraińskiej. Bojownicy starają się dotrzeć na teren nieobjęty bitwą. Będą musieli przedostać się przez linię frontu. Dowódcą Batalionu „Donbas" jest Beshoot (Taras Kostanczuk). Odtwórcą tej roli jest rzeczywisty dowódca „Donbasu", a połowa aktorów i statystów to prawdziwi ochotnicy „Donbasu", którzy przeżyli bitwę.

Wtorek

20:00 TVP KULTURA

Ich czworo

Teatr Telewizji, 2015

„Ich czworo" to jedna z najbardziej znanych komedii Gabrieli Zapolskiej, przygotowana dla Teatru TV w nowym kształcie realizacyjnym i w znakomitej obsadzie. Sama Zapolska przedstawiła historię trójkąta małżeńskiego, którego niezwykle pogłębiony psychologicznie obraz ma stanowić „syntezę głupoty". Inscenizacja Marcina Wrony kładzie nacisk na uniwersalny wymiar ludzkich charakterów, dzięki czemu spektakl wpisuje się w dzisiejszą rzeczywistość jako ważny element dyskusji na temat kondycji współczesnej rodziny.

Środa

23:10 TVN

Diuna: Część druga

SF, USA, Kanada, ZEA, Węgry, Włochy, Nowa Zelandia, Jordania, 2024

Film ukazuje imponującą podróż Paula Atrydy, który zawiera sojusz z Chani i Fremenami. Jednocześnie wkracza na wojenną ścieżkę, pałając żądzą zemsty na spiskowcach, którzy doprowadzili do upadku jego rodziny. Stając przed wyborem między miłością życia a losem znanego wszechświata, Paul pragnie zapobiec tragicznej przyszłości, którą tylko on potrafi przewidzieć.
INNE DATY EMISJI: PIĄTEK, 20:00

Czwartek

20:00 TV PULS

Wilcze echa

Dramat, Francja, 2019

Załoga supernowoczesnej łodzi podwodnej Titane wykonuje misję wojskową u wybrzeży Syrii. Specjalista od sonaru Chanteraide (François Civil) wykrywa niezidentyfikowany dźwięk z głębin, a chwilę później okręt zostaje zaatakowany. Po powrocie do portu okazuje się, że świat stoi na krawędzi wojny nuklearnej. Gdy dowództwo informuje o pocisku zmierzającym w stronę Francji, Titane otrzymuje rozkaz kontrataku. Jednak sonarzysta zaczyna podejrzewać, że mają do czynienia z podstępem, który może doprowadzić do katastrofy na globalną skalę.

PIĄTEK • 12 czerwca

TVP 1

05:10 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
06:00 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Welon, fura i brawura - reality show
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - serial, Polska, 1975
09:20 Ranczo - serial kom., 2011
10:15 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
13:00 Słonie indyjskie z Prowincji Yunnan - dokument, Franc., 2022
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:35 Biały potok - komediodramat, Polska, 2021
01:05 Zabić Sekala - dram. obycz., Polska, Czechy, Franc., Słowacja, 1998
03:10 Morderstwa w Honfleur - kryminał, Franc., 2024
04:45 Wykrywacz kłamstw
05:05 Pytanie dnia - rozmowa
05:30 Reporterzy - magazyn

TVP 2

03:30 Mundial 2026
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się - rozmowa
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:25 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
12:00 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:05 Rodzinka.pl - serial kom.
20:40 Świat w obłokach - muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty - koncert, 2026
22:40 63. KFPP w Opolu - Autobiografia - Jubileusz Bogdana Olewicza - 2026
23:45 Raz na milion lat - piosenki zespołu Republika - koncert, 2025
01:55 Rodzinka.pl - serial kom.
02:25 Mundial 2026

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - 32-letnia Aneta z radością informuje swojego męża Pawła, że jest w ciąży. Od lat bezskutecznie starali się o dziecko, bo badania wykazały, że...
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! - program interwencyjny

20:00 Diuna: Część druga - SF, USA, Kan., ZEA, Węgry, Wł., N. Zel., Jordania, 2024. ●
23:35 Zakonnica 2 - film, USA, 2023. Potężne zło zaczyna się rozprzestrzeniać w 1956 roku w pewnym francuskim mieście, gdy rozchodzi się wieść o brutalnym zamordowaniu księdza. Siostra Irena, rozpoczyna śledztwo w sprawie morderstwa
01:55 Król Artur: Legenda miecza - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2017
04:30 Uwaga! - program interwencyjny
04:45 Nauka jazdy - reality show
05:15 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:30 Gliniarze - Dochodzi do brutalnego napadu na pracującą w lombardzie kobietę. Wszelkie tropy prowadzą do drobnego złodziejaszka, który był widziany w okolicy.
14:00 Liga Narodów w siatkówce mężczyzn Polska - Jap.
16:30 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda

19:55 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka - sens., USA, 2006. Przed wielu laty awanturnik Sparrow obiecał oddać upiorowi swoją duszę i dołączyć do jego załogi, w zamian za dowodzenie „Czarną Perłą". Nadszedł czas spłaty zobowiązań...
23:10 Znaki - serial kryminalny
01:35 Cicha noc - sens., Wlk. Bryt., 2021. Małżeństwo Nell (Keira Knightley) i Simon (Matthew Goode) organizują coroczną świąteczną kolację w swojej wiejskiej posiadłości...
03:25 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:55 Disco Gramy - program muzyczny
05:40 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Tacy byliśmy - Bohdan Łazuka - reportaż
06:45 Tamte lata, tamte dni - Filip Bajon - magazyn
07:25 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:30 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Zmiennicy - serial, 1986
10:15 Retro kino - Świat cyrku - obycz., USA, 1964
13:00 Portrety - Christopher Reeve - wieczny Superman - dok., Franc., 2024
14:15 Piotr Fronczewski zaprasza - widowisko rozrywkowe
15:15 Panna z mokrą głową - obycz., Polska, 1994
17:00 Samochodzik i templariusze - serial przyg., Polska, 1971
18:20 Video Killed the Radio Star - Metallica - Wlk. Bryt., 2011

18:55 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Diuna - SF, USA, 1984
22:25 Powrót Sherlocka Holmesa - Szkoła Priory - serial, Wlk. Bryt., 1986
23:35 Wałęsa. Człowiek z nadziei - dramat biograficzny, 2013 ●
01:55 Noc krótkich filmów - Zakonnica - animacja, Finlandia, 2023
02:25 Ingmar Bergman: okiem choreografa - dokument, Szwecja, 2016
03:30 Tamte lata, tamte dni - Filip Bajon - magazyn
04:10 Radek wstępuje do zakonu - dokument, Polska, 2016
04:50 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir i Paul prowadzą śledztwo w sprawie oszustki, która wykorzystuje sztuczki do okradania bogatych mężczyzn.
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - Właściciel firmy kurierskiej „Twoja paczka", Jan (Piotr Szwedes), ma problemy kadrowe. Postanawia pomóc kurierom w pracy...
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument

20:00 Momentum - akcja, USA, RPA, 2015. Alexis (Olga Kurylenko) za sprawą swojego partnera bierze udział w wielkiej kradzieży. Planowana kradzież drogocennych diamentów ma ich ustawić na resztę życia...
22:00 Anna - akcja, Franc., USA, Kan., Rosja, 2019. Pod przykrywką pięknej, lecz kruchej piękności ukrywa się najniebezpieczniejsza morderczyni na świecie...
00:30 Kobiety mafii 2 - akcja, Polska, 2019
03:10 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Irek Pasławski dostał od rodziców na osiemnastkę drogi samochód. Chłopak przyjechał nim do szkoły i wzbudził zainteresowanie uczniów.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - Ktoś napadł na mężczyznę, który w ciężkim stanie trafił do szpitala. W kręgu podejrzanych jest kobieta...
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 Sekrety życia - serial paradokumentalny
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Ojciec panny młodej - kom., USA, 2022. Pewnego dnia córka szokuje rodziców, a zwłaszcza ojca, wiadomością o zaręczynach z chłopakiem, którego poznała na studiach we Włoszech. Zdruzgotany ojciec próbuje odzyskać swoją „malutką" córeczkę.
22:30 Ocean's 8 - sens., USA, 2018. Debbie Ocean wychodzi z więzienia i przygotowuje skok życia.
00:50 Sherlock Holmes - sens., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, 2009
03:25 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
04:25 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradok. **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **22:00** Obcy kontra Predator - sens., USA, 2004 **00:05** STOP Drogówka - serial policyjny **01:05** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:10** Hardkorowy lombard **02:40** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:45 Jestem mamą **10:00** Inf. dnia **10:30** Podróż Apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii **11:10** Podróż Apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Mateczniki Polskości **13:15** Podróż Apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii **15:00** Modlitwa do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Natura Obiektywnie **16:40** Wielkopolanie nad Wisłą, cz. II - Generał Kazimierz Raszewski **17:30** Łączy Nas Historia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Ustanowienie Sanktuarium Serca Pana Jezusa **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Rycerz **23:00** Przegląd Tyg. „Niedziela"

eprasa.pl 8e1e8b37b6

SOBOTA • 13 czerwca

TVP 1

05:50 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:40 Rok w ogrodzie; Rok w ogrodzie Extra - mag.
08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
08:50 Ranczo - serial kom., 2011
09:50 Komisarz Alex - serial krym.
10:45 Ojciec Mateusz - serial
11:40 Natura w Jedynce - Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego - Łowcy o trzech sercach i tajemniczy padlinożercy - serial dok., Hiszp., 2026
12:55 Zaproszenie dla rewolwerowca - western, USA, 1964
14:45 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
15:20 Rozmowy na medal - magazyn

16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Rolnik szuka żony - reality show
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:30 Trzy sekundy - fab., Wlk. Bryt., 2019. Kryminał o polskiej mafii, która opanowała narkotykowy rynek w Nowym Jorku. ●
01:30 63. KFPP w Opolu - Autobiografia - Jubileusz Bogdana Olewicza
02:35 Mundial 2026

TVP 2

05:40 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, Polska, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:20 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
11:55 Zmiennicy - Ostatni kurs - serial, Polska, 1986
13:00 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne
16:15 Na dobre i na złe - Kijem Wisły nie zawrócisz, proszę pana - serial, Polska, 2026

17:20 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:45 Wyższa Szkoła Jazdy - magazyn motoryzacyjny, 2026
19:10 Słowo na niedzielę - rozmowa
19:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
20:00 63. KFPP w Opolu - Superjedynki 2026
22:05 Gabi Drzewiecka zaprasza - magazyn muzyczny
23:00 63. KFPP w Opolu - Hip-hop. Jedno podwórko - widowisko muzyczne, 2026
23:35 Mundial 2026
02:25 Akacjowa 38 - serial kostiumowy

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - 33-letnia Ela jest samotną matką wychowującą 13-letnią Laurę. Kobieta niedawno straciła pracę, a ojciec dziecka zalega jej z alimentami.
06:50 Pogromcy Chaosu - program poradnikowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:35 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
13:35 Młode gliny - serial krym., Polska
14:40 Mała Wielka Stopa - film rodzinny, Belgia, Franc., USA, 2017
16:30 Indiana Jones i świątynia zagłady - przygod., USA, 1984
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Uwaga! - program interwencyjny

20:00 Dzień matki - kom., USA, 2016. Garry Marshall - fachowiec od opowiadania o uczuciach z humorem - przedstawia cztery rodziny, których losy splotą się w tym wyjątkowym dniu.
22:30 Weselne przeznaczenie - kom., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2018
00:15 Dziewczyna w czerwonej pelerynie - przygod., USA, Kan., 2011
02:25 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:25 Uwaga! - program interwencyjny
03:40 Kuba Wojewódzki - talk-show
04:50 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
12:00 Dziennik cwaniaczka 2 - kom., USA, 2011. Greg Heffley (Zachary Gordon) musi zmierzyć się z trudami życia w szkole średniej: unikać starć ze starszymi kolegami, zdobyć popularność i akceptację rówieśników. Tym razem jednak to nie licealni koledzy będą jego największym zmartwieniem.
14:20 Toy Story 2 - anim., USA, 1999
16:20 7 rzeczy, których nie wiecie o facetach - kom., Polska, 2016
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały
19:30 Sport; Pogoda
19:55 Polsat Hit Festiwal 2025

23:25 Venom 2: Carnage - sens., USA, 2021. Eddie Brock (Tom Hardy) już akceptuje swoją nową, dwoistą naturę i zaczyna współpracować z Venomem. Venom pomaga swojemu ludzkiemu wcieleniu rozwiązać kryminalną zagadkę. Eddie odnosi sukces, co tylko podsyca u Cletusa żądzę zemsty
01:45 Rok pierwszy - kom., USA, 2009. Jack Black i Michael Cera to wygnani z własnej wioski jaskiniowcy, którzy ruszają w pełną komicznych przygód podróż...
03:50 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Ukrainian Freedom Orchestra gra IX symfonię Beethovena - koncert
07:30 Tamte lata, tamte dni - Małgorzata Szejnert
08:10 Od ucha do ucha - Mój dziadek się schował • Wawrzyńcowy sad - anim.
08:50 Panna z mokrą głową - obycz., Polska, 1994
10:35 Angielskie śniadanie - Kosmos, 1999 - serial SF, Włochy, Wlk. Bryt., 1977
11:45 Dokument w podróży - Odrodzenie Katedry Notre-Dame - dok., Franc., 2024
12:50 Mała księżniczka - fab., USA, 1939
14:35 Serialowa nostalgia - Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
15:35 Siekierezada - dram., Polska, 1985
17:05 Zmysły - Musica Polonica Nova 2026 - reportaż

17:35 Retro kino - Świat cyrku - obycz., USA, 1964. Przed 14 laty zginął - spadając z wysokości - akrobata Alfredo, a żona właściciela cyrku, Matta Mastersa (John Wayne), również artystka cyrkowa, zniknęła, nie dając więcej znaku życia.
20:00 Matka siedzi z tyłu - fab., Estonia, Islandia, 2022
22:05 Falowanie i spadanie - pamięci Kory - koncert
23:50 Podróże w czasie - Diuna - SF, USA, 1984
02:20 The Rolling Stones - Totally Stripped - dok., Wlk. Bryt., 2016
04:05 Tamte lata, tamte dni - Małgorzata Szejnert
04:45 Na torach historii - dokument, Polska, 2016

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
09:25 Boso przez świat - Wojciech Cejrowski przemierza ziemski glob i prezentuje zapomniane przez cywilizacje plemiona, ich kulturę i zwyczaje. Czy tak naprawdę coś nas różni od ludzi w innych regionach świata?
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - Kiedy studentka Ewa Zadra idzie na zajęcia przez park, z krzaków nagle wyskakuje mężczyzna, który zaczyna się przed nią obnażać. 23-latka bardzo przeżywa to nietypowe spotkanie...

20:00 Prawo zemsty - akcja, USA, 2009. Clyde Shelton (Gerard Butler) staje się świadkiem morderstwa swojej ukochanej żony i córki. Gdy jeden ze sprawców wychodzi na wolność...
22:10 Bodyguard zawodowiec - akcja, USA, 2017
00:25 Najemnik - akcja, RPA, USA, 2006
02:30 Dyżur - serial medyczny
03:10 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:20 Szkoła - Siódmoklasista Łukasz Modrzewski jest gnębiony przez dwóch kolegów z klasy. Kiedy mówi o tym nauczycielce, Marcel i Filip nazywają go skarżypytą...
06:20 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:15 New Looney Tunes II - animacja
08:00 Kapitan Majtas: Pierwszy wielki film - kom., USA, Kan., Franc., 2017. George i Harold to najlepsi kumple z czwartej klasy, którzy kochają wymyślać psikusy. Pewnego dnia przypadkiem wprowadzają swego dyrektora w stan hipnozy...
09:55 Zgłoś remont - program lifestylowy
10:55 Bitwa o gości - program rozrywkowy
12:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

15:00 Szpital św. Anny - program obycz.
16:55 Detektywi - Katarzyna Kowalik i Paweł Drawicz śledzą mężczyznę, którego żona podejrzewa o hazard.
17:55 Madagaskar III - kom., USA, 2012
20:00 Wyspa - SF, USA, 2005. Rosnąca ciekawość Jordana doprowadza go do odkrycia, iż wszystko związane z jego istnieniem to kłamstwo, a wyspa to okrutny żart.
22:55 Jack Ryan: Teoria chaosu - sens., USA, Rosja, 2014
01:15 Matrix - SF, USA, 1999
03:55 Fachowcy - program paradokumentalny
04:35 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:00** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **09:05** JesteśmyDlaDzieci - program edukacyjny **09:30** Galileo - ciekawostki popularno-naukowe **12:30** Mini Galileo - intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki
12:40 Tolkien - obyczajowy, USA, 2019 **14:55** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **00:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy
02:05 STOP Drogówka - serial policyjny **03:05** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubię disco! - program muzyczny **04:25** Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny **10:00** Inf. dnia **10:15** Retrospekcja **10:35** Słowo życia **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Brat Bronisław z Dębowca **12:55** Natura Obiektywnie
13:20 Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza św. **14:30** Przegląd Tyg. „Niedziela" **14:35** Słowo życia **14:40** Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo? **15:00** Dzielna niewiasta **15:15** Mateczniki Polskości **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Fatima - orędzie na dziś
17:30 Przełamując bariery **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo? **23:00** Jak my to widzimy **23:30** Tam, gdzie Bóg płacze

NIEDZIELA • 14 czerwca

TVP 1

05:30 Sprawa dla reportera
06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:55 Słowo na niedzielę - rozmowa
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
08:00 Tydzień - magazyn
08:35 Stawka większa niż życie - serial sensacyjny
10:55 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:55 Między ziemią a niebem - magazyn ewangelizacyjny
12:00 Anioł Pański, Watykan
12:15 Między ziemią a niebem - magazyn ewangelizacyjny
12:45 Portret Kapłana - ks. Leszek - reportaż
13:05 BBC w Jedynce - Planeta zmian - dokument, Wlk. Bryt., 2023

14:10 Dom - Powrót z dalekiej podróży - serial, Polska, 1997
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Żona dla Polaka - reality show
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Ojciec Mateusz - serial
21:20 Mundial 2026
00:35 Delikatność - fab., Franc., 2011
02:30 63. KFPP w Opolu - Superjedynki

TVP 2

04:30 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial, Polska, 2026
05:35 Mundial 2026
08:25 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:25 Tamte lata, tamte dni - Artur Barciś - magazyn
11:55 63. KFPP w Opolu - Superjedynki 2026 - to wyjątkowe widowisko, podczas którego znani i lubiani artyści prezentują swoje największe hity, a opolska publiczność - jak zawsze - odwdzięczyła się niepowtarzalną atmosferą i wspólnym śpiewem.
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne

16:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny
17:15 Harald i Sonja: miłość wbrew regułom - serial, Norwegia, 2025. Wielu Norwegów uważa, że Harald i Sonja powinni wziąć ślub, ale rząd obawia się, że będzie to stanowiło początek końca monarchii.
18:25 Mundial 2026
21:40 63. KFPP w Opolu - Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej - widowisko muzyczne, 2026
22:20 Cafe Fogg - widowisko muzyczne
00:35 Mundial 2026
03:30 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - 71-letnia Janina szykuje się do świętowania 50-lecia swojego małżeństwa z Krzysztofem, emerytowanym wojskowym. Dzień przed przyjęciem, które zorganizowała, Krzysztof nie wraca do domu...
06:50 Bez kompleksów - program rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Co za tydzień - program rozrywkowy
12:10 Ugotowani - turniej kulinarny
13:25 Wredne dziewczyny II - kom., USA, 2011
15:35 Starcie Tytanów - przygod., USA, 2010
17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Indiana Jones i ostatnia krucjata - przyg., USA, 1989
22:25 Sherlock Holmes: Gra cieni - sens., USA, 2011
01:00 15:17 do Paryża - sens., USA, 2018. 21 sierpnia 2015 r. troje Amerykanów udaremniło ataku terrorystyczny na pociąg Thalys 9364, zmierzający do Paryża.
03:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:55 Superwizjer - magazyn reporterów
04:30 Uwaga! - program interwencyjny
04:45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA

POLSAT

06:00 Nowy dzień
07:00 Liga Narodów w siatkówce mężczyzn Polska - Ukraina
09:25 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:30 Piotruś Królik 2: Na gigancie - kom., USA, Australia, 2021
13:15 Daleko jeszcze? - kom., USA, 2005. Gdy Nick (Ice Cube) zakochuje się w Suzanne (Nia Long), początkowo nie przejmuje się, co myślą o nim jej dzieci...
15:30 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka - sens., USA, 2006
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Sport
19:22 Pogoda
19:35 Państwo w Państwie - program interwencyjny

20:00 Zadra - obycz., Polska, 2022. Film muzyczny o utalentowanej dziewczynie, która chce się wybić w hip-hopowym świecie, zdominowanym przez mężczyzn. „Zadra" (Magdalena Wieczorek) przed mikrofonem zyskuje niesamowitą energię i charyzmę, dzięki którym potrafi porywać tłumy.
22:05 Tylko nie ty - kom., USA, Australia, 2023
00:15 Captain Fantastic - obycz., USA, 2016 ●
03:00 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:10 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:10 Historia festiwali opolskich, 1994-1998
07:10 Rozmowy (nie)wygodne - Ewa Szykulska
07:50 Od ucha do ucha - Bajnutki - widowisko kameralne, 2026
08:00 Liturgia prawosławna w Zaleszanach
09:00 Przystań nad Biblią
09:15 Modlitwa w kamieniu - dok., Polska, 2025
09:55 Odrodzenie Katedry Notre-Dame - dok., Franc., 2024
11:00 Angielskie śniadanie - Kosmos, 1999 - serial SF, Włochy, Wlk. Bryt., 1977
12:05 Opole - koncertowe wspomnienia - felieton
12:25 Opole 2007 na bis - Piosenki Seweryna Krajewskiego - koncert, 2007
14:15 Łowcy skalpów - western, USA, 1968

16:05 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
17:15 Niedziela z... Wiktorem Zborowskim
17:55 Złoto dezerterów - kom., Polska, 1988
20:00 Boska Florence - kom., Wlk. Bryt., USA, 2016
22:00 Kulturalni - magazyn
22:55 Więcej niż fikcja - Bob Fosse: show czas zacząć! - dok., USA, 2019
00:10 Noc krótkich filmów - Rozwiązanie • Wizyta
00:40 Matka siedzi z tyłu - fab., Estonia, Islandia, 2022
02:50 Falowanie i spadanie - pamięci Kory - koncert, 2025
04:35 Jak powstała Polska? - dokument, Polska, 2016
05:20 Teledyski

TV Puls

05:55 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
06:30 Don Matteo: Boski detektyw - serial kryminalny
08:35 Zaklinaczka duchów - Do życia Melindy powraca jej ojciec. Kobieta musi rozwiązać zagadkę tego co się z nim działo.
09:30 Bileciki do kontroli - kom., Belgia, Franc., 2023
11:10 7 krasnoludków. Historia prawdziwa - familijny, Niemcy, 2004
13:10 Agent XXL - kom., USA, 2000
15:10 Dirty Dancing - obycz., USA, 1987. Jest rok 1963, młoda dziewczyna - Frances - spędza wakacje z rodziną w luksusowym pensjonacie. Mimo to nastolatka strasznie się tam nudzi.
17:35 W imię króla - przygod., USA, Kan., Niemcy, 2007

20:00 Bodyguard i żona zawodowca - akcja, USA, 2021
22:30 Terrorysta - akcja, USA, 2001. Alex Swan (Denis Hopper) jest nieuchwytnym terrorystą, który podkłada ładunki wybuchowe. Na tropie przestępcy jest detektyw Ray Nettles (Tom Sizemore), który ma z nim osobiste porachunki.
00:10 Nocny łowca - thriller, Kan., 2018
02:10 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
02:35 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
03:50 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:15 Szkoła - Nieśmiały siódmoklasista, Adam Rymarczyk, poznaje starszą o rok koleżankę. Dziewczyna jest mu wdzięczna, bo Adam znalazł zgubione przez nią bilety na maraton filmowy.
06:15 Wiza na miłość - serial
07:10 New Looney Tunes II - animacja
07:55 Chłopiec i wilk - rodzinny, Franc., Belgia, 2019
09:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:40 Szpital św. Anny - program obycz.
16:40 Detektywi - program krym.
17:45 Czego pragną dziewczyny - kom., USA, 2003. Libby Reynolds (Kelly Preston) przeżyła kiedyś gorący romans z brytyjskim arystokratą, Henrym Dashwoodem (Colin Firth). Jego rodzina nie była zachwycona...

20:00 Liga sprawiedliwości - przygod., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2017. Zainspirowany ofiarnym czynem Supermana Bruce Wayne, który odzyskał wiarę w ludzkość, prosi swojego nowego sprzymierzeńca, Dianę Prince, o pomoc w pokonaniu jeszcze potężniejszego wroga.
22:40 Oszukać przeznaczenie II - horror, USA, 2003
00:35 Sekret w ich oczach - sens., USA, Wlk. Bryt., Hiszp., Korea Płd., 2015
02:55 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
03:55 Fachowcy - program paradokumentalny
04:35 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:00** Wielkie tajemnice historii - serial dok., USA, 2023 **08:50** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki
10:50 Dziś 13, jutro 30 - komedia, USA, 2004 Jenna to 13-letnia dziewczyna, która lada dzień stanie się kobietą. **12:50** Wojna o planetę małp - sens., USA, Kan., 2017 **15:50** Obcy kontra Predator - sens., USA, 2004 **17:55** Uroczysko - serial krym.
20:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto **00:05** STOP Drogówka - serial policyjny **01:10** Wielkie tajemnice historii - serial dok. **03:05** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:15 Manna z Nieba **09:25** Przegląd Tyg. „Niedziela" **09:30** Msza św. **10:30** Komańcza w duchu Prymasa **11:00** Głos serca **12:00** Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV **12:15** Papież Polak do Rodaków **13:25** Najświętsze Serce **15:00** Wieś to też Polska **16:00** Inf. dnia
16:10 Koncert życzeń **16:50** Mateczniki Polskości **17:00** Natura et Homo **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Baśniowy teatr lalek **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna
21:00 Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo? **23:00** Jak my to widzimy **23:30** Tam, gdzie Bóg płacze

eprasa.pl 8e1e8b37b6

PONIEDZIAŁEK • 15 czerwca

TVP 1

03:35 Mundial 2026
06:25 Na granicy wymarcia - Zaginiony smok - dok., Szwajc., 2024
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - serial, Polska, 1975
09:10 Ranczo - serial kom., 2011
10:10 Komisarz Alex - serial kryminalny
11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:55 BBC w Jedynce - Planeta zmian - dokument, Wlk. Bryt., 2023
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info

15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:35 Świat bez fikcji - La Singla - dok., Hiszp., Niemcy, 2024
00:40 Trzy sekundy - fab., Wlk. Bryt., 2019 ●
02:40 Mundial 2026
05:20 Wykrywacz kłamstw - magazyn

TVP 2

04:35 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:25 Rodzina (nie od) święta - Co robić, gdy dziecko ciągle czegoś chce i trudno mu odmówić? - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:30 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:00 Wyższa Szkoła Jazdy - magazyn motoryzacyjny, 2026
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024

14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Mundial 2026
20:40 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej. Teleturniej wiedzy, w którym celebryci mierzą się z czasem. Trzech uczestników, cztery zróżnicowane konkurencje. Liczą się wiedza, spryt i taktyka.
21:30 Postaw na milion - teleturniej
22:30 Na sygnale - serial fabularyzowany
23:35 Mundial 2026
02:40 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - Tym razem Magda Gessler wpadnie jak przysłowiowa śliwka w kompot. Tytułowa Paleta Smaków najpierw okaże się...
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda

19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 Bitwa o gości - program rozrywkowy
22:00 Nagle - przygod., Franc., Islandia, Belgia, 2023
00:10 Matrix: Reaktywacja - SF, USA, 2003. Zaledwie kilka godzin dzieli Syjon od ataku zaplanowanego przez armię maszyn. Neo (Keanu Reeves) postanawia ratować ludzkość.
03:00 Co za tydzień - program rozrywkowy
03:35 Uwaga! - program interw.
03:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
05:00 Recepta na stary dom - program edukacyjny

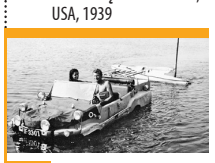
POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - Do Malanowskiego przychodzi Helena Teliga, luksusowa prostytutka. Jej koleżanka z branży, Teresa, nie daje znaku życia.
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny
13:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:18 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:25 Sport
19:45 Pogoda

19:55 Mega hit - Szybcy i wściekli 6 - sens., USA, Jap., Hiszp., Wlk. Bryt., 201. Cała ekipa „Szybkich i wściekłych" wyrusza za Shawem w niezwykle ekscytujący, pełen napięcia i zaskakujących zwrotów akcji pościg po Europie.
22:45 Snajper: Dziedzictwo - sens., USA, 2014. Sierżant Brandon Beckett (Chad Michael Collins) wkrcza do akcji, gdy dostaje informację, że zabity został jego ojciec.
00:55 Wpół do śmierci - sens., Niemcy, USA, 2002
03:05 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

05:50 Afisz kulturalny ekstra
06:05 Maryla Rodowicz - widowisko rozrywkowe
06:35 Tamte lata, tamte dni - Mariusz Wilczyński
07:15 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:20 Od ucha do ucha - Lola i pianino hałasów - Polska, Franc., 2023
09:00 Samochodzik i templariusze - serial przyg., Polska, 1971
10:25 Łowcy skalpów - western, USA, 1968
12:20 Niepoprawny Belmondo - dok., Franc., 2022
13:20 Angielskie śniadanie - Kosmos, 1999 - serial SF, Włochy, Wlk. Bryt., 1977
14:25 Człowiek, który zdemoralizował Hadleyburg - film TVP, 1967
15:05 Mała księżniczka - fab., USA, 1939



16:45 Samochodzik i templariusze - serial przyg., Polska, 1971
18:10 Dźwięk Nowego Jorku: Theo Croker - serial dok., Włochy, 2017
18:55 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Jutro nie umiera nigdy - sens., USA, Wlk. Bryt., 1997
22:10 Boska Florence - kom., Wlk. Bryt., USA, 2016
00:10 Sibelius. Siedem symfonii - Trzecia symfonia - serial dok., Finlandia, 2015
01:25 Kulturalni - magazyn
02:20 Kino nocne - Wiedźmin - film fantasy, 2001
04:40 Podróże z historią - Tarcza ukryta w górach - dok., Polska, 2016
05:25 Teledyski

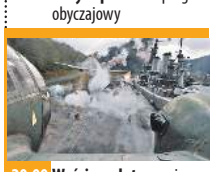
TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Na autostradzie przestępcy napadają na transport nielegalnych imigrantów. Semir próbuje pomóc młodej kobiecie, która uciekła do Niemiec razem ze swoimi dziećmi.
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

20:00 Prowokacja - akcja, USA, 2005
21:55 Zabójca idealny - akcja, USA, Hiszp., Szwecja, 2016
23:30 Batalion Donbas - dramat wojenny, Ukraina, 2019. Dwóch bojowników Batalionu „Donbas" zostaje zamkniętych w mieście Iłowajsk po tym, jak armia rosyjska wkroczyła na Ukrainę i otoczyła dywizje armii ukraińskiej. ●
02:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
04:25 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Małgosia Rybus i Gabrysia Kosiba z 2a liceum udają imprezowe dziewczyny. Licealistki kłamią, bo przynosi im to w szkole popularność.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
14:00 Detektywi - Z konta 75-letniej Leokadii Hernik zniknął milion złotych. Wnuk oszukanej emerytki prosi o pomoc detektywów.
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 Sekrety życia - serial paradokumentalny
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy



20:00 Wyścig o złoto - wojenny, Nor., 2022. Fredrik musi zmierzyć się z trudnym zadaniem - podczas inwazji na Norwegię ma odbić z rąk nazistów całą norweską rezerwę złota.
22:35 Ojciec panny młodej - kom., USA, 2022
01:00 Dzień próby - sens., USA, 2001. Przed trzynastu laty, gdy detektyw sierżant Alonzo Haris (Denzel Washington) zaczynał służbę w policji wierzył, że zło można zwyciężać stosując się do litery prawa. Po latach zastąpił je własnym credo.
03:30 Fachowcy - program paradokumentalny
04:10 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradokumentalny **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:05** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **23:05** Pamięć absolutna - sens., USA, 1990 **01:30** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:35** Interwencja - magazyn reporterów **02:50** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

08:00 Inf. dnia **08:15** Wieś to też Polska **09:15** Słowo życia **09:20** Mateczniki Polskości **09:30** Baśniowy teatr lalek **09:55** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:20** Stan Bezp. Państwa **11:30** Warto być ojcem **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Rotmistrz Pilecki - przywrócenie pamięci **12:55** Czerwony Dwór **13:30** Msza św. **14:30** Dom w serce wpisany **15:00** Ratuję człowieka. Ludzie Kościoła wobec Zagłady **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Świadkowie **17:30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Z wędką nad wodę **22:30** Gość Oczekiwany

WTOREK • 16 czerwca

TVP 1

06:00 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Nowy zastępca, czyli meteor - serial, Polska, 1975
09:20 Ranczo - serial kom., 2011
10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Kalahari, twarde prawo pustyni - dok., Franc., 2022
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej

16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial kostiumowy, 2018
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:35 Zagłada superjachtu Bayesian - dok., Wlk. Bryt., 2024
00:35 Delikatność - fab., Franc., 2011
02:35 Mundial 2026
05:20 Wykrywacz kłamstw - magazyn

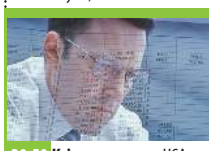
TVP 2

04:35 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:35 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:30 W drodze do doskonałości - reportaż
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Postaw na milion - teleturniej
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:05 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
20:55 Postaw na milion - teleturniej
21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:50 Rodzinka.pl - serial komediowy
23:25 Mundial 2026
02:25 Nie z Gienkiem te numery. Ballada o ostatnim ligaczu - dokument, Polska, 2023
03:20 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska



20:50 Księgowy - sens., USA, 2016. Ben Affleck wciela się w postać Christiana Wolffa, geniusza matematycznego, którego więcej łączy z liczbami niż z ludźmi. Pod osłoną małomiasteczkowego biura rachunkowego pracuje dla najbardziej niebezpiecznych organizacji przestępczych na świecie.
23:30 Kuba Wojewódzki - talk-show
00:45 Star Trek: W ciemność - przygod., USA, 2013
03:25 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
04:25 Uwaga! - program interwencyjny
04:40 Nauka jazdy - reality show
05:10 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - Do Malanowskiego przychodzi Łukasz Stępniewski. Mężczyzna boi się, że jego narzeczona, Inka jest ofiarą przemocy.
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny
13:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda

19:55 Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015
22:30 Baby Driver - sens., Wlk. Bryt., USA, 2017. Baby (Ansel Elgort) - niewinnie wyglądający, młody kierowca - to mistrz ucieczki, którego zadaniem jest transport zatwardziałych przestępców z punktu A do punktu B...
00:55 Zasady walki II - Zdrada - sens., Kan., 2008. Agent Neil Shaw wychodzi z ukrycia, aby wyjaśnić sprawę morderstwa swojego mentora.
03:15 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:20 Maryla Rodowicz - widowisko rozrywkowe
06:45 Tamte lata, tamte dni - Maciej Englert - magazyn
07:25 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:30 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Samochodzik i templariusze - serial przyg., Polska, 1971
10:25 Pograbek - obycz., Polska, 1992
11:55 Jutro idziemy do kina - fab., Polska, 2007
13:50 Taniec - kultura czy życie - dok., Kan., 2022
14:50 Angielskie śniadanie - Kosmos, 1999 - serial SF, Włochy, Wlk. Bryt., 1977
15:55 Koniec babiego lata - film TVP, 1974
17:00 Samochodzik i templariusze - serial przyg., Polska, 1971

17:45 Podróż za jeden uśmiech - Pechowy dzień - serial przygod. TVP, 1971
18:20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki: Wiele twarzy Rembrandta - serial dok., Wlk. Bryt., 2015
18:55 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Teatr Telewizji - Ich czworo - spektakl, 2015 ●
21:45 Angielka i książę - film kostiumowy, Franc., 2001
00:05 Nocny dokument - Sen Sultany - anim., Hiszp., 2023
01:45 Kino nocne - Jutro nie umiera nigdy - sens., USA, Wlk. Bryt., 1997
03:55 Kulturalni - magazyn
04:50 Historia wśród fal - dokument, Polska, 2016
05:30 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir bierze udział w tajnej akcji i zmienia tożsamość. Nieoczekiwanie na autostradzie dochodzi do poważnego wypadku, w wyniku którego policjant traci pamięć...
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

20:00 Kod 211 - akcja, USA, 2018. Miasteczko Chesterford to z pozoru spokojne miejsce. Mieszka w nim funkcjonariusz Mike Chandler (Nicolas Cage), który niedawno stracił ukochaną żonę...
21:50 Momentum - akcja, USA, RPA, 2015
23:45 Bez granic - thriller, Dania, Niemcy, Estonia, Szwecja, 2024. Detektyw Carl Mørck wraca do dawnej sprawy z wyspy Bornholm - tajemniczej śmierci młodej dziewczyny, ukrytej sekty i sekretów, które przez lata były starannie tuszowane.
02:35 Dzielnica strachu - serial
03:30 Menu na miarę
05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Licealiści z 2c Wojtek Pyrek i Grzegorz Mrugalski trenują tenisa. Grzesiek jest w złym humorze, bo ich kolega z sekcji tenisowej tenisowej ma dzisiaj wziąć udział w zawodach międzyszkolnych...
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 Sekrety życia - serial paradokumentalny
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Jestem legendą - SF, USA, 2007. Robert Neville (Will Smith) to genialny naukowiec, ale nawet on nie potrafił opanować straszliwego wirusa, którego nie można powstrzymać ani wyleczyć i który... został stworzony ludzką ręką.
22:20 Oszukać przeznaczenie II - horror, USA, 2003
00:15 Królowe zbrodni - sens., USA, Kan., 2019
02:25 Zgłoś remont - program lifestylowy
03:15 Fachowcy - program paradokumentalny
03:55 Usterka - program poradnikowy
04:30 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradok. **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:05** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **23:05** Nieśmiertelny - sensacyjny, USA, Wlk. Bryt., 1986 **01:35** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:40** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

08:55 Papież Polak do Rodaków **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:00** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Ojcu Św. się nie odmawia... **12:55** Przerwany posiłek **13:30** Msza św. **14:30** Z Zacisza na Syberię **15:00** W górę Rio Negro **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Przyroda w Obiektywie **16:40** Zdrowie z Bożej Apteki **17:00** Wierzę w Boga **17:30** Rajd Katyński **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

eprasa.pl 8e1e8b37b6

ŚRODA • 17 czerwca

TVP 1

05:50 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzina (nie od) święta - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Kozioł ofiarny, czyli rotacja - serial, Polska, 1975
09:15 Ranczo - serial kom., 2011
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 To się opłaca - magazyn
12:55 Natura w Jedynce - Kalahari, twarde prawo pustyni - dok., Franc., 2022
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej

16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Prokurator - serial krym., Polska, 2015
21:25 Mundial 2026
00:30 Biały potok - komediodramat, Polska, 2021
02:00 Dzień wielkiej ryby - obycz., Polska, 1996
03:15 Wykrywacz kłamstw - magazyn

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:35 Mundial 2026
08:25 Pytanie na śniadanie - w tym Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany. Na kolejnym dyżurze Alek z Nowym trafiają do jednego zespołu, czym nie są zachwyceni - podobnie jak faktem, że Britney wciąż się do nich nie odzywa.
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej

17:20 Panna młoda - serial
18:15 Mundial 2026
21:40 Postaw na milion - teleturniej
22:35 Na sygnale - serial fabularyzowany. Zespół Wiktora tym razem próbuje pomóc pacjentowi, który ma ciężki atak padaczkowy. Ekipa Róży oraz Alka odpowiada na wezwanie do mężczyzny, który spadł z drabiny i doznał poważnego urazu nogi.
23:40 63. KFPP w Opolu - Premiery 2026
00:35 Mundial 2026
03:30 My Sunnyside - dokument, Polska, 2025. Allie i Jo od pierwszego momentu wiedzieli, że będą razem. Uczucie dało im siłę, której nigdy nie przeczuwali...

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska

20:50 Specjalista - sens., USA, 1994. Właśnie nadszedł czas wyrównania rachunków. May Munro (Sharon Stone) wynajmuje Raya Quicka (Sylvester Stallone), aby pomógł jej pomścić śmierć rodziców.
23:10 Diuna: Część druga - SF, USA, Kan., ZEA, Węgry, Włochy, N. Zel., Jordania, 2024 ●
02:30 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:35 Uwaga! - program interwencyjny
03:50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:50 Nauka jazdy - reality show
05:15 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - Spod klubu bokserskiego zostaje uprowadzony młody pięściarz. Śledztwo wydaje się wskazywać, że był on spokojnym człowiekiem i nie miał żadnych wrogów.
13:41 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - paradokument
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:40 Pogoda

19:55 8 rzeczy, których nie wiecie o facetach - komedia, Polska, 2022
22:00 Szczęśliwy mężczyzna - kom., Franc., 2023. Podczas gdy Jean (Fabrice Luchini), burmistrz miasteczka na północy Francji, stara się o reelekcję, Edith (Catherine Frot), jego żona od czterdziestu lat, przekazuje mu wiadomość, której nie może już dłużej ukrywać.
00:00 Charlie cykor - sens., USA, 2000
02:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
03:30 Ewa gotuje - program kulinarny
04:10 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Halina Kunicka - widowisko
06:45 Tamte lata, tamte dni - Krzysztof Zanussi - mag.
07:25 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:25 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Samochodzik i templariusze - serial przyg., 1971
09:40 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod. TVP, 1971
10:15 Koniec babiego lata - film TVP, 1974
11:20 Jurek - dok., Polska, 2014
12:55 Legendy Paryża - Zmierzch romantyzmu - serial dok., Franc., 2024
13:55 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
15:05 Syzyfowe prace - obycz., Polska, 2000
17:00 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod. TVP, 1971
18:15 Muzeum Polskiej Piosenki - Czesław Niemen - 2013

18:30 Informacje kulturalne
18:55 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Powrót Sherlocka Holmesa - serial, Wlk. Bryt., 1986
21:05 Biała odwaga - dramat, Polska, 2024
23:10 Informacje kulturalne
23:40 Angielka i książę - film kostiumowy, Franc., 2001
02:00 39 Festiwal Muzyki Jazzowej „Jazz Jamboree ‚97". Ewa Bem pamięci Elli Fitzgerald - 1997
02:40 Sibelius. Siedem symfonii - Trzecia symfonia - serial dok., Finlandia, 2015
03:50 Owczym pędem - dokument, Polska, 2016
04:35 Dekalog - Osiem - dram., Polska, 1988
05:40 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Cierpiący na demencję ojciec Paula zostaje wytypowany przez przestępców do ukrycia pieniędzy...
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - Roman (Marcin Borchardt) dostarcza paczkę, którą odbiera 10-letnia dziewczynka. Z krótkiej wymiany zdań wnika, że...
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

20:00 Demonstracja siły - akcja, USA, 2013
22:05 Żądza śmierci - akcja, USA, Kan., Rosja, 2009
00:05 Bestia - akcja, Kan., Hongkong, Wlk. Bryt., 2003
02:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny
02:55 Dyżur - serial medyczny
03:20 Lombard. Życie pod zastaw - 32-letni Dariusz Wąsik prowadzi sieć myjni samochodowych. Gdy jego córka 5-letnia Laura zachorowała na nowotwór, razem z żoną próbują zgromadzić środki na leczenie dziewczynki za granicą.
04:15 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Licealistka Kinga Dąbrowska jest szczęśliwa, bo właśnie zdobyła prawo jazdy. Dziewczyna prosi brata, żeby pozwolił jej pojeździć swoim samochodem.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - W fortach na obrzeżach miasta zamordowano dwunastolatka. Wiadomo, że...
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Obce niebo - obycz., Polska, Szwecja, 2015. „Obce niebo" to trzymająca w napięciu polsko-szwedzka opowieść o małżeństwie, którego życie z dnia na dzień zostaje wywrócone do góry nogami.
22:20 Wdowy - sens., USA, Wlk. Bryt., 2018. Film jest historią czterech kobiet, których nie łączy nic z wyjątkiem długu, pozostawionego im w spadku przez zmarłych mężów, uwikłanych w działalność przestępczą.
00:55 Zakonnica 2 - film, USA, 2023
03:15 Żyjąc z potworem
04:15 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradok. **13:55** Trudne sprawy - prog. obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **23:00** Za ciosem - sens., Hongkong, USA, 1998 **00:55** Love Island. Wyspa miłości - reality show **01:50** Hardkorowy lombard **02:25** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

TV Trwam

09:30 Sanktuaria polskie **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Audiencja Generalna Ojca Św. Leona XIV z Watykanu **11:10** Mateczniki Polskości **11:25** Jestem mamą **11:40** Myśląc Historia **11:50** Odnaleźć siebie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Nabieja - kawałek Polski w Ugandzie **13:00** Człowiek bez twarzy **13:30** Msza św. **14:30** Historia we fraszkach - od Mieszka po Staszka **14:55** Na granicy... **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Rozmowy o edukacji **16:50** Tyle krzywdy **17:00** Po stronie prawdy **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:20** Odnaleźć siebie **19:30** Bóg z nami **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

CZWARTEK • 18 czerwca

TVP 1

03:40 Mundial 2026
06:25 Na granicy wymarcia - Łuskowiec - dok., Szwajc., 2024
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Dobre historie - Być mamą - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Sprawa Małkiewicza, czyli kamikadze - serial, Polska, 1976
09:15 Ranczo - serial kom., 2011
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
13:00 Sprawa dla reportera
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info

15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:35 Kanał tajemnic - film kryminalny, Franc., 2020
01:25 63. KFPP w Opolu - Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej - 2026
02:30 Mundial 2026

TVP 2

05:35 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:25 Dom nadziei - reportaż
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy. Nikt nie chce być ubogim, ale nie jest łatwo zostać bogatym. Na jakie pomysły tym razem wpadną chłopaki? Tomek zacznie się opiekować dziećmi. Kuba, chociaż sporo młodszy, chce iść w ślady brata.
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej

14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany. Na kolejnym dyżurze zespół doktora Góry musi pomóc dziewczynie, która zasłabła nagle tuż przed studniówką i ma zaburzenia rytmu serca
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Mundial 2026
20:30 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
21:20 Kocham Cię, Polsko! - zabawa quizowa
22:55 Orange Warsaw Festival 2026 - felieton
23:30 Mundial 2026
02:30 Kruk - Szepty słychać po zmroku - serial krym., Polska, 2018

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - Dzisiaj poznamy tajniki przyrządzania marchewkowo-pomarańczowej tarte tatin...
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda

19:55 Uwaga! - program interw.
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:00 Czarna owca - komedia, Polska, 2021. Czasem jedno słowo niesie za sobą lawinę konsekwencji, jedna decyzja jest w stanie zaważyć na dalszym losie całej rodziny
00:05 Wieczór gier - komedia, USA, 2018
02:20 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:20 Uwaga! - program interw.
03:40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:45 Nauka jazdy - reality show
05:10 Recepta na stary dom

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - ochodzi do zuchwałego rabunku w hurtowni kosmetyków - poważnie ranny zostaje ochroniarz. Detektywi odkrywają, że...
13:41 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda

20:00 Żona na niby - kom. romant., USA, 2011. Daniel „Danny" Maccabee (Adam Sandler) zrywa zaręczyny tuż przed ślubem, bo narzeczona go zdradziła i chciała go poślubić tylko dlatego, że on zostanie lekarzem.
22:25 Nowożeńcy - kom., USA, Niemcy, 2003. Tom Leezak (Ashton Kutcher) poznaje Sarah McNerney (Brittany Murphy), dziewczynę z niezwykle bogatej rodziny. Młodzi zakochują się w sobie bez pamięci
00:40 Gra dla dwojga - kom., USA, Niemcy, 2009
03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:20 Czesław Niemen - widowisko rozrywkowe
06:45 Tamte lata, tamte dni - Janusz Zaorski - magazyn
07:25 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:30 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod. TVP, 1971
10:15 Syzyfowe prace - obycz., Polska, 2000
12:05 Zezem - Łańcuch ludzi dobrej woli - serial, 1976
12:35 Reżyserzy - Bracia Coen - dok., Wlk. Bryt., 2018
13:30 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
14:35 Dwa księżyce - obycz., Polska, 1993
17:00 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod. TVP, 1971
18:15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka - David Bowie - dok., Wlk. Bryt., 2018

18:55 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Czwartkowy klub filmowy - Bez znieczulenia - dramat obycz., Polska, 1978
22:10 Ronnie Wood - portret artysty - dok., Wlk. Bryt., 2019
23:35 Panorama kina polskiego - Biała odwaga - dram., Polska, 2024
01:40 Kino nocne - Pod Mocnym Aniołem - dram., Polska, 2013
03:40 Informacje kulturalne - magazyn
04:10 Podróże z historią - W świecie Łemków - dok., Polska, 2016
04:55 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir chce odwiedzić swoją dawną szefową, ale dowiaduje się, że kobieta przebywa w szpitalu psychiatrycznym.
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - Kurier Adam (Patryk Cebulski) ciągle dostaje mandaty od Straży Miejskiej. Dochodzi do wniosku, że stoi za tym jego nowa koleżanka z pracy...
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument

20:00 Wilcze echa - dramat, Franc., 2019 ●
22:15 Jack Strong - szpiegowski, thriller, Polska, 2014. oparty na prawdziwej historii pułkownika Ryszarda Kuklińskiego. Film pokazuje człowieka, który znajduje się w samym środku wojskowego systemu PRL i odkrywa, że wielka polityka może doprowadzić Polskę do katastrofy.
01:00 Wolni strzelcy - akcja, USA, 2012
02:55 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:55 Menu na miarę - program kulinarny
04:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Hania Sobczyk z maturalnej 3a jest w ciąży. Licealistka jest załamana, ale jej chłopak Franek Kos wspiera dziewczynę.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - Komisarze szukają zabójcy licealistki zamordowanej w swoje osiemnaste urodziny.
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Mayday - kom., Polska, 2019. Janek, posiadający dwie żony, umiejętnie lawiruje pomiędzy nimi. Do czasu, gdy pojawią się kłopoty i powstanie zagrożenie, że cała sprawa się wyda.
22:25 Księgowy - sens., USA, 2016
01:00 Przychodzi facet do lekarza - film, Franc., Belgia, 2014. Romain Faubert ma 40 lat i jest zdrowy jak ryba. Problem w tym, że jest przekonany, że jego organizm jest kłębowiskiem bakterii, wirusów i wszelkiego rodzaju chorób.
03:20 Zgłoś remont - program lifestylowy
04:15 Dorota was urządzi

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci **10:55** Na Ratunek 112 - serial obycz. **11:55** Dlaczego ja? - serial paradok. **13:55** Trudne sprawy - prog. obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **23:00** Babylon A.D. - sens., Wlk. Bryt., Franc., USA, 2008 **01:05** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:10** Hardkorowy lombard **02:40** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

TV Trwam

09:45 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Wykłady z kongresu **12:50** Mateczniki Polskości **13:00** Parafia pod wezwaniem Św. Józefa Robotnika w Zgorzelcu **13:20** Przegląd Tyg. „Niedziela" **13:30** Msza św. **14:30** Ulmowie. Świadectwo sprawiedliwych **15:00** Po stronie prawdy **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Z wędką nad wodę **16:35** Sól ziemi **17:05** Akademia pro-life **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Głos Polski **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia

eprasa.pl 8e1e8b37b6

DODAJ SWOJE OGŁOSZENIE

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

SMS

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

KUPON

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

REDAKCJA

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

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

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

UWAGA!
JEDEN KUPON = JEDNA OFERTA

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

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

OGŁOSZENIA

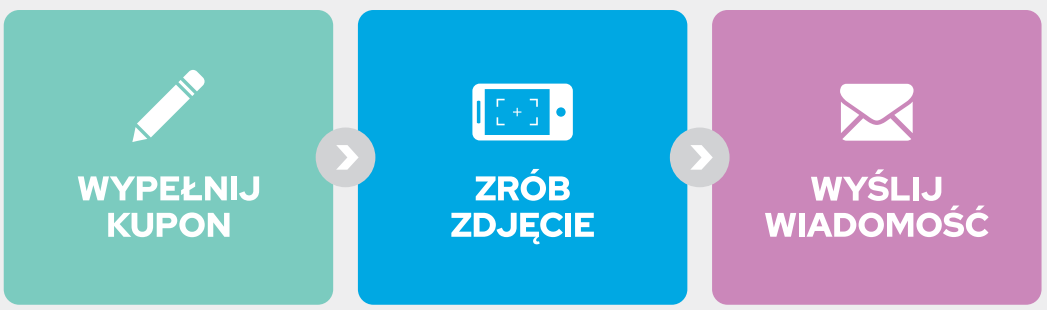
MIESZKANIE
SPRZEDAM

MIESZKANIE piękne w pełni umeblowane, dwupokojowe i wyposażone, mieszkanie o pow. 47,7 m², położone na 2 piętrze niskiego bloku w samym sercu Ryk. Idealne dla pary, rodziny lub jako inwestycja. Tel. 577 290 588

SZUKASZ komfortowego mieszkania? To dwupokojowe mieszkanie na parterze ma 45 m² powierzchni. W skład wchodzi separate kuch-

Nowy wygodny sposób dodawania bezpłatnych ogłoszeń

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



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

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA: .....

.....

.....

MIEJSCOWOŚĆ: .....

CENA: .....

TELEFON KONTAKTOWY: .....

TWÓJ Głos

KUPON WAŻNY DO19 czerwca

eprasa.pl 8e1e8b37b6

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

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

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

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

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

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

nia, balkon i piwnica. Mieszkanie jest gotowe do zamieszkania i posiada pełną własność. Cena 390.000 zł. Garwolin Romanówka 4. Tel. 786 957 271

MIESZKANIE ZAMIENIĘ

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

DO WYNAJĘCIA POSIADAM

MIESZKANIE własnościowe w bloku, 48 m2, 1 piętro, 3 pokoje, kuchnia, łazienka i wc. Dęblin. Możliwość sprzedaży, cena 330 000 zł do uzgodnienia. Tel: 783 767 970

LOKAL 250 m2 wynajmę na usługi produkcję lub magazyn. Lokal ogrzewany prąd woda alarm internet socjalne. Teren ogrodzony całodobowo chroniony. Lokalizacja; GARWOLIN AL. LEGIONÓW 17. Tel. 602 649 209

LOKAL - Do wynajęcia lokal 60 m2 i 25 m2 na usługi produkcję lub magazyn. Lokal ogrzewany socjalne prąd. Teren ogrodzony całodobowo chronionym. Lokalizacja; GARWOLIN AL. LEGIONÓW 17. Tel. 602 649 209

HALA - Do wynajęcia hala magazynowa 700 m2 wysoka, duże drzwi wjazdowe. Hala znajduje się na terenie ogrodzonym całodobowo chronionym. Lokalizacja GARWOLIN AL. LEGIONÓW 17. Tel. 602 649 209

PLAC - Do wynajęcia plac 2000 m2 utwardzony ogrodzony całodobowo chroniony. Lokalizacja ; GARWOLIN AL. LEGIONÓW 17. Tel.602 649 209

MIESZKANIE umeblowane w Rykach na pierwszym piętrze, 1 pokój, przedpokój, kuchnia i łazienka. Ryki. Tel. 796 914 058.

KAWALERKA 30m2, umeblowana dla osoby nie palącej. Dęblin, os.Staszica. Tel: 609 777 346

PLAC 240 mkw do wynajęcia, przy biedronce w Maciejowicach, cena 500 zł/miesięcznie. Stawex. Tel. 888 302 303, 608 057 374.

DZIAŁKA POLE SPRZEDAM

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

LAS pow. 2,83 ha miejscowość Kruszyna, cena 130.000 zł. Tel. 607 607 700.

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

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

DZIAŁKA rolno-budowlana. Tel. 783 525 405.

ODDAM 5 ha łąk do wykoszenia w gminie Ułęż. Tel: 600 153 374

DZIAŁKA BUDOWLANA z siedliskiem o łącznej powierzchni 1710 m2 przy ul. Macieja Rataja w Garwolinie. Wszystkie media doprowadzone do działki: gaz, woda, kanalizacja, światło. Cena: 730 tys. Tel. 608 522 606

DZIAŁKA budowlana w Rykach, 1425 mkw, atrakcyjnie położona przy ulicy Myśliwskiej, wszystkie media, cena do uzg. Tel. 602 408 921.

WYDZIERŻAWIĘ lub sprzedam działkę budowlaną o pow. 12000 metrów przy ul. Piaskowej w Rykach. Tel. 602 408 921.

DZIAŁKI budowlane 10 arowe, częściowe uzbrojone (prąd), Ryki wjazd os ul. Janiszewskiej. Tel. 506 167 645, 503 112 430.

DZIAŁKA siedliskowo - rolna, Rębków, ul. Polna, pow.: 1,01 ha, w tym ok. 3000 m^2 objęte MPZP (RO). Nr działki 1071. Cena: 330 000 zł. Patrycja Kolosovska REMAX (bez prowizji), (+48) 602 205 919

DZIAŁKA POLE KUPIĘ

KUPIĘ lub przyjmę w dzierżawę grunty rolne Przykwa, Janopol, Kłoczew, Budki Rososz, miejscowości sąsiadujące. Tel. 663855914.

SAMOCHÓD SPRZEDAM

AUDI A4 B8 2.0 TDI 143km kombi, z końca 2008r. model 2009, automat, kolor czarny, bogate wyposażenie, stan bdb, cena do uzg. Okolice Okrzei. Tel. 604 891 618.

CITROEN XSARA prod. 2001r. silnik diesel 2.0 cena do uzg. Niwa Babicka Tel. 721 607 500.

LANCIA YPSILON 1.4 6-biegowa 2006r. mały przebieg 98 tys.km. 2-drzwiowa, bogate wyposażenie, zadbana, opony letnie + zimowe, klimatyzacja, bez wkładu finansowego, stan dobry- warto. Cena do uzg - tanio. Ryki. Tel. 500 042 910, 500 042 912.

OPEL ASTRA benzyna 1.4 rok 2008 przebieg 149500 km, kolor czarny, salon Polska, 2 właściciel, radio cd, klimatyzacja, przegląd i OC opłacone, cena 5.500 zł. Okolice Ryk. Tel. 693 333 753.

OPEL INSIGNIA 2.0 CDTI Sports Tourer, prod. 2012r. przebieg 240 tys. km. kolor czarny, stan bardzo dobry, bogate wyposażenie, cena do uzg. okolice Ryk. Więcej info telefonicznie, możliwość jazdy próbnej. Tel. 668 473 613.

PEUGEOT 5008 1.6 hdi 2013 (po liftingu) automat MCP, 300tys.km. 7-osobowy, skóra, panoramiczny dach, tempomat HUD, komplet opon, cena 17.500 zł. Dęblin. Tel. 608 021 519.

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

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

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

KŁOCZEW
tel. 502 215 457

MARTYNK Sp. z o.o.
POSADZKI MIXOKRETEM
TYNKI TRADYCYJNE
DOCIEPLENIA BUDYNKÓW
Realizujemy prace w programie czyste powietrze zdrowy wybór
604 566 208
08-550 Kłoczew, Sosnówka 23

eprasa.pl 8e1e8b37b6

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

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

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

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

RENAULT KOLEOS pierwsza rejestracja 2015r. poj. 2.0 CDI Privilage z napędem 4x4 173KM, bezwypadkowy, skrzynia automatyczna, kolor brązowy metalik, dach panoramiczny z otwieranym szyberdachem, skórzana tapicerka. Cena do uzg. Okolice Dęblin. Tel. 605 733 549.

RENAULT MEGANE SCENIC 2.0 kat, automat, prod. 2004r. licznik 256000km, hak, garażowany, cena 4.000 zł. Ryki. Cena 4.800 zł. Tel. 887 510 310.

TOTYOTA YARIS prod. 2012 160 tys.km. silnik 1.4 on, nawigacja, kamera cofania, koła letnie i zimowe, cena do uzg. Tel. 605 548 453.

TOYOTA Auris, 2007 rok, 1,4 D4D, srebrny metalik, klima, 5 drzwi, hak, stan dobry, bez wkłady finansowego, zarejestrowany. Cena 9.800 zł. Ryki. Tel. 668 275 449.

TOYOTA Yaris z 2006 roku – ekonomiczne i niezawodne auto miejskie, idealne do codziennej jazdy. Samochód zadbany po pełnym serwisie oraz przeglądzie. Benzyna 1.0 190 tys. 6.900 zł. Tel. 508 530 564

VW Golf Plus 1.6, benzyna i gaz, elektryczne szyby x4, czujniki cofania, klimatyzacja, Isofix, podgrzewane przednie siedzenia, przyciemnione tylne szyby, alufelgi i hak, cena 12.400 zł. Tel. 793 502 842

SAMOCHÓD KUPIĘ

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

MOTOCYKL KUPIĘ

MOTOCYKLE stare i części oraz Fiat 126p. Tel. 514 633 149.

MOTO RÓŻNE SPRZEDAM

CZĘŚCI do ciągnika Władimirec, kolumna kierownicza, rozrusznik i inne. Okolice Ryk. Cena do uzgodnienia. Tel. 691 422 766.

GARAŻ 5x3mb z blachy grafitowej, nowy, cena 2.800 zł. Warszawa Stawex. Tel. 888 302 303.

GARAŻ 5x3 solidny na profilach, cena 3.500 zł. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

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

OPONY letnie Hankook rozm. 205-60-16, nowe 4 szt. cena 150 zł/szt. Tel. 667 400 999.

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

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

OPONY lotnicze o wym. 8,25x20 2szt. nowe. Opona o wym. 9,00x20 1szt. nowa . Oś z dwoma kołami. Opony lotnicze o wym. 800x200 wys. 80cm szer. 20cm. Felgi samolotowe z łożyskami. Oś fi.80m dł. 92cm gotowa do jazdy. Kontakt cały dzień. Tel. 663 647 909.

PRZYCZEPKA SAMOCHODOWA do remontu, zarejestrowana i ubezpieczona, wym. 2,5 x 1,6 mocna, cena 2.600 zł. Ryki. Tel. 735 018 123.

MASZYNY ROLNICZE SPRZEDAM

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

CIĄGNIK FERGUSON 255, stan bdb, pierwszy właściciel. Tel. 514 287 523.

ROZRZUTNIK obornika, Cynkomet, na tandemie, 6 tonowy, jak nowy, cena do uzg. Okolice Ryk. Tel. 724 509 924.

SIECZKARNIA do użytku lub do ozdoby w ogrodzie, cena do uzg. Ryki. Tel. 783 102 106.

KOSIARKA rotacyjna, szerokość koszenia 165 cm, sprawna. Tel. 511 07 95 54.

CIĄGNIK Ferguson 260, 60 km, wspomaganie kierownicy oraz tur. Tel. 511 07 95 54.

ŚRUTOWNIK na kamienie. Gm. Ryki. Tel. 504 851 610.

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

MIESZANKA zbożowa. Swaty. Tel. 881 599 188.

KOPACZKA konna, sprawna. Przykwa. Tel. 785465788.

ZGRABIARKA 7-gwiazdowa. Gotowa do pracy. Kosiarka rotacyjna, gotowa do pracy. Nowy Bazanów Tel. 883915371.

KARMNIK dla prosiąt z kompletem. Cena do uzgodnienia. Okolice Kłoczewa. Tel: 724 988 325

PAJĄK do siana, 2016, jak nowy. Tel: 692 290 910

TALERZÓWKA 2006, Międzyrzec Podlaski, 4x5 talerzy. Tel: 692 290 910

PRASA simpa, 1997r., czerwona, wszystko w oryginale z wałkiem i drabinką. Tel: 692 290 910

KOSIARKA rotacyjna 165cm. Tel: 695 526 711

PALECIAK do tura na euro ramce z widłami i szpilkami do słomy, nowy, cena do uzg. Tel. 606 362 739.

KOSIARKA rotacyjna, szer. 165cm, gotowa do pracy. Tel: 786 678 031

PŁUGI 2/4. Zgrabiarka 4/6. Agregat uprawowy 2,1. Kultywator z wałkiem 1,6 / 2,1 / 2,5. Kopaczka. Wóz metalowy. Tel. 784 063 070.

KOMBAJN BIZON Rekord 1990r. z sieczkarnią, garażowany, gotowy do żniw. Sobolew. Tel. 509 463 025.

MASZYNY ROLNICZE KUPIĘ

MASZYNY - ROZRZUT-

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

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

Grzegorz Ogrody
■ mycie kostki brukowej
■ mycie elewacji budynków
■ usługi brukarskie
■ usługi koparką CAT
■ laweta ciężarowa do 7T
✆663 436 660

eprasa.pl 8e1e8b37b6

NIK, TALERZÓWKA, GLEBOGRYZARKA, PRASA, PRZYCZEPY, KOMBAJNY DO ZIEMNIAKÓW, SADZARKA I INNE. Tel. 517 293 861.

KUPIĘ kopaczkę do ziemniaków. Tel. 666 941 477

ZBIORNIK do mleka o poj. od 200-500l, używany w rozsądnej cenie. Tel: 601 051 417

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

MASZYNY URZĄDZENIA
SPRZEDAM

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

CHŁODNIA na Mleko , poj. 2000 litrów, samomyjąca. cena do uzg. DOJARKA przewodowa do mleka firmy Westfalia, 32 kurki, Okolice Ryk. Tel. 722 329 938.

TERMA ELEKTRYCZNA do wody o poj. 50 litr, zasilanie na 220V produkt polski marki Lemet, sprawna technicznie, stan i wygląd bdb, cena do uzg. Posiadam też inne termy elektryczne o rożnej pojemności. Telefon cały dzien. Tel. 663 647 909.

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

PRODUKTY I PŁODY ROLNE
SPRZEDAM

MIESZANKA zbożowa dwa big-baki, cena do uzg. Górki. Tel. 515 073 247.

KUKURYDZA suszona cała, mielona lub gnieciona. Paprotnia. Tel. 737 406 312, 608 887 301.

SŁOMA w balotach z pszenżyta i pszenicy. Cena do uzgodnienia. Okolice Kłoczewa, tel: 665 085 181

SŁOMA z pokosów do samodzielnego zbelowania. Cena do uzgodnienia. Okolice Kłoczewa, tel: 665 085 181

SIANO w kostkach. Owies. Leopoldów. Tel. 880 576 143.

PSZENICA ozima, owies, pszenżyto. Niwa Babicka. Tel. 722 048 445.

ZBOŻE: pszenżyto, pszenica, jęczmień, owies. Ownia. Tel. 604 154 734.

OWIES około 2 ton. cena 50 zł/m. Okolice Ryk. Tel. 694 000 279.

OPAŁ
SPRZEDAM

DREWNO OPAŁOWE łupany, sosna 250 zł m.p. brzoza 330 zł m.p. Dąb 360 zł m.p. Korytnica. Ceny dotyczą metra przestrzennego narzutowego. Tel. 607 607 700.

DREWNO opałowe mieszane. Tel: 665 572 606

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

DREWNO sosnowe lub liściaste, rąbane lub wałki, możliwy dowóz. Okolice Stężycy. Tel: 501 316 158

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

AGD RTV
SPRZEDAM

PIEKARNIK elektryczny nieużywany, na dwie blaszki, grill, rożen, cena do uzg. Okolice Kłoczewa. Tel. 507 638 680.

LODÓWKA Electrolux używana, sprawna dwukomorowa, oddzielny zamrażalnik, wys. 185 szer. 60cm. kolor ciemny szary, cena 500 zł. Ryki. Tel. 692 168 605.

PIEKARNIK do zabudowy Candy używany, wym. 60x60 w dobrym stanie. Piecyk gazowy, gazowy ogrzewacz wody. Cena 170 zł. Ryki. Tel. 662 121 322.

TELEWIZOR LCD Samsung 40 cali plus dekoder, sprawny, stan bdb, cena 300 zł. Żelechów. Tel. 519 136 202.

BUDOWLANE
SPRZEDAM

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

TARCICA dębowa 40 mm / 25mm gr. dł 3m, cena 1700 zł m.sz. Korytnica. Tel. 607 607 700.

STOPNIE dębowe, cena od 100 zł. Tel. 607 607 700.

LISTWA przypodłogowa dąb, cena 8 zl/mb. Tel. 607 607 700.

KANTÓWKA 10x10cm 4m długa, cena 70 zł/szt. Tel. 607 607 700 .

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

CEGŁA dziurawka, potrójna biała, około 500 szt. Korytnica. Tel. 608 112 852.

RUSZTOWANIA warszawskie nowe, cena 79 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

PODESTY do rusztowań używane ocynkowane, cena 50 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SIATKI leśne od 120cm do 200cm, cena od 3 zł/mb. Garwolin Stawex. Tel. 600 126 019, 888 302 303.

SZTACHETY ocynkowane 0,5mm x 8cm x 100cm tanio cena 4 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI solidne z rury fi .53x2 owa rura niemiecka, cena 12 zł/mb. Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

PRĘTY żebrowane fi.8 fi.10 po 6mb, cena 3 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI z rury fi.40x2,3m cena 18 zł/szt. Warszawa Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 502 280 793.

BLACHA trapezowa T18 końcówki z produkcji , różnej długości, cena 21 złmkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DESKI sosnowe 25mm gr. około 1,5 m3, cena 800 zł/m. Kantówki

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

SKUP KONI
w każdej kondycji
Szybka płatność - dwa dni

517 055 016
506 385 510

SKUP BYDŁA I CIELĄT
KONKURENCYJNE CENY
- byki - jałówki - krowy - konie
wysyłam na export
ODBIÓR Z GOSPODARSTWA W KAŻDEJ KONDYCJI
PŁATNOŚĆ GOTOWKĄ LUB SZYBKIM PRZELEWEM

tel. 519 136 146, 506 385 510

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

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

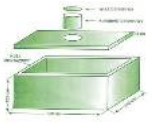
eprasa.pl 8e1e8b37b6

RECYKLING CENTER
RYKI, UL. LUBELSKA 43
KIERUNEK Chrustne

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

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

SKUP ZŁOMU 609 126 733
AUTOKASACJA 781 200 418
SPRZEDAŻ CZĘŚCI 603 756 451

SZAMBA
zbiorniki betonowe na scieki
domowe, przemysłowe, deszczówkę, gnojowicę

tel. 791 519 607
www.szambabetonowe-brat-bet.pl, brat-bet@wp.pl

POSADZKI
MIXOKRETEM UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM
WYLEWKI ANHYDRYTOWE
TYNKI AGREGATEM

T. Panasiewicz - 663 776 972

12z12cm cena 19 zł/mb. Przyłek k/Sobolewa. Tel. 501 772 715.

PRĘTY żebrowane fi.10 krótkie do 6mb, cena 2,50 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

RUSZTOWANIA warszawskie nowe, cena 79 zł/szt. Ryki Stawex. Tel. 502 375 285, 888 302 303.

PRĘTY żebrowane fi.8 dł. 6mb, cena 8 zł/szt. Ryki Stawex. Tel. 502 375 285, 888 302 303.

PRĘTY żebrowane fi.12 cena 38 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

RURA nowa fi.40x2,3 mm gruba ścianka dobra na słupki, cena 8,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 280 793.

RURA nowa fi.53x2 dobra na słupki, cena 11 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

RURA fi. 1cal nowa niemiecka pół ceny, za 4,50zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

DWUTEOWNIK 140 ocynkowany używany , za pół ceny, 36 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DWUTEOWNIK 100 słupki po 2mb, cena 2 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PODESTY do rusztowań, ocynkowane, używane , wyprzedaż za ćwierć ceny, po 50 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA biała trapez T18 0,8mm x 66cm x 200cm, cena 15 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SZTACHETY ocynkowane 0,5mm x 8cm x 100cm, cen 4 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI rury fi .40x2,3mm gruba rura, cena 8,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SŁUPKI ocynkowane z rury fi.42x1,5mm x 230cm, cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane 60x40x1,3 II gat. cena 5 zł/mb. Ryki Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

KSZTAŁTOWNIKI ocynk na poziome płoty szer. 25cm, wychodzą tanie płoty, cena 9 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

ZWIERZĘTA
SPRZEDAM

PROSIAKI wykastrowane i odsadzone, gotowe do dalszego chowu. Okolice Miastkowa. Cena do uzgodnienia. Tel: 692 391 123

KACZORY i kaczki sprzedam. Tel. 783 525 405.

KROWA 3 tygodnie po wycieleniu, spokojna, więcej info telefonicznie.. Tel. 505 269 561.

TUCZNIKI. Okolice Ryk. Tel: 504 383 022

MAŁE kaczki. Cena do uzgodnienia. Tel: 660 972 114

GOŁĘBIE belgusy siwe pawiki, boki młode i pocztowe białe, cena do uzg. Ok. Ryk. Tel. 691 422 766.

PROSIAKI do dalszego chowu. Tel. 535 092 066.

ZWIERZĘTA
ODDAM

SUCZKA 3 miesiące oddam, kolor brązowy, z małych piesków. Tel. 511 793 614.

RÓŻNOŚCI
SPRZEDAM

SZUKASZ trwałych perfum? Perfumeria Paryski Szyk (Garwolin, ul. Polska 17) oferuje luksusowe perfumy lane. Super ceny, idealne na prezent. Przyjdź i przetestuj na własnej skórze! Tel. 795 520 568

ULE WARSZAWSKIE zwykłe z pszczołami szt. 13. Białki Dolne. Tel. 606 857 951.

ROWERY 28 cali damka, używane, okazja. Dęblin. Tel. 517 120 621.

ZBIORNIKI na beczki asenizacyjne lub wodę, poj. 2800 L. 3650L. 4850L. nowe. Cena do uzg. Ryki. Tel. 606 362 739.

ROWER Ariston nowy, koła 27, Ryki. Tel. 603 437 844.

ZŁOTY konik Ginjal preparat wspomagający leczenie kamicy nerkowej, odkażający drogi moczowe, (usuwa złogi i kamienie rozpuszczając je) ułatwia wydalanie moczu, wzmacnia odporność. Info tel. 880 507 391

PRACA
SZUKAM

ŚWIEŻY maturzysta oraz autystyk poszukuje pracy w Garwolinie i w sąsiednich miastach! Odmawiam umowom „na

DARBUD BUDOWNICTWO DROGOWE
SPRZEDAŻ KOSTKI BRUKOWEJ
MOSZCZANKA 71

PROJEKT KOSTKI BRUKOWEJ GRATIS !
695 394 850
kostka brukowa · obrzeża · palisady
płyty tarasowe · stopnie · ogrodzenia
kruszywo · produkty przemysłowe
Polbruk · BRUK-BET · JADAR · galabeton · buszrem
facebook.com/darbud.eu
darbud.eu

MAKLESZ
- wykopy, zasypy, plantowanie
- transport piachu, żwiru, pospółki, ziemi ogrodowej
- transport 20-30 ton
- piasek kwarcowy
- kruszywo betonowe, drogowe i ozdobne
- układanie kostki brukowej
- zamiatanie dróg i parkingów

WAGA 60 ton
08-500 Ryki, ul. Swatowska 20
tel. 602 284 292, 698 642 151

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

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

eprasa.pl 8e1e8b37b6

ukwaś sam

JOGURT
probiotyczny

posiada największą liczbę kultur ze wszystkich Zakwasek

zrób jogurt bez oleju palmowego, konserwantów i GMO

Więcej informacji
www.jogurt-domowy.pl

Kupisz w Internecie, ponad 300 sklepach stacjonarnych lub pod tel. 600-58-99-79

czarno". Tel: 668 846 315 | Email: olekgorzelski@gmail.com

PRACA
DAM

SZUKAMY osób do naszego zespołu: pomoc kuchenna, Kucharka, barmanka. Elastyczny grafik dopasowany do możliwości - dorywczo lub więcej. Doświadczenie nie jest konieczne, ale Mile widziane. Zapraszamy. Tel. 501 934 181

SZUKAMY osoby mającej umiejętności które pozwolą naprawić na terenie naszej firmy samochody ciężarowe w zakresie podstawowym np. wymiana klocków, drobne naprawy elektryczne itp. Wola Ducka k/Otwocka Tel. 607 060 797

PRZYJMĘ DO PRACY PRZY OCIEPLENIACH! SZUKAM DOŚWIADCZONEJ, DYSPOZYCYJNEJ OSOBY -PRACA NA DŁUŻSZY OKRES CZASU. ATRAKCYJNE WYNAGRODZENIE. WSZELKIE SZCZEGÓŁY DOTYCZĄCE OFERTY POD NR TELEFONU 695 725 656

ZAKŁAD krawiecki Semina zatrudni krawcowe oraz osoby do prac wykończeniowych na szwalni. Stefanów. Tel: 502 124 186

ZATRUDNIĘ do prac brukarskich, przy budowie dróg, stawka 30-45 zł(na rękę) w zależności od umiejętności i doświadczenia, umowa o prace. Tel: 788 345 804

SPAWACZY przyjmę płaca na godziny lub akord. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

USŁUGI
ZLECĘ

ZLECĘ wykonanie - montaż barierki na schodach wewnątrz mieszkania, elementy barierki są drewniane. Ryki. Tel. 604 363 276.

USŁUGI

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

SOLIDNE MALOWANIE dachów, elewacji i wymiana orynnowania. Tel. 518 746 036.

USŁUGI elektroinstalacyjne i remontowo-budowlane. Tel. 609 787 163.

USŁUGI spawalnicze metodą MIG bramy wjazdowe, bramy garażowe, furtki. Montaż ogrodzeń i automatyki ogrodzeń. Tel. 609 787 163.

Ogłoszenie

na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2026r. poz. 399) Burmistrz Ryk informuje, że w dniu 3 czerwca 2026 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Rykach, w jego siedzibie oraz na stronach internetowych: www.ryki.pl, umryki.bip.lubelskie.pl w zakładce: gospodarka nieruchomościami – dzierżawa, najem, użyczenie został podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości położonych na terenie Gminy Ryki przeznaczonych do dzierżawy.

Zastępca Burmistrza
mgr Jacek Wasilewski

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

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

OSTRZENIE pił widiowych. Tel. 606 141 210.

WYCINKA drzew i krzewów itp. Koszenie zieleni i nieużytków. Prace ogrodowo-podwórkowe. Drobne naprawy i remonty. Glebogryzarka. Tel. 500 463 989 .

INBUD Krzysztof Rogulski - Oferujemy profesjonalne usługi koparką kołową, minikoparką oraz koparko-ładowarką. Wykonujemy wszelkiego rodzaju prace ziemne. Tel. 698 378 434

USŁUGI KOPARKĄ I WYWROTKĄ. Usługi koparką: -wykopy pod fundamenty, -przyłącza i instalacje, -niwelacja terenu, -korytowanie pod kostkę, -równanie i przygotowanie terenu. Tel. 796 046 030

CIĘCIE DRZEWA i koszenie trawy, usługi domowe. Tel. 735 037 834.

UKŁADANIE kostki brukowej, wjazdy, podwórka, schody, tarasy, opaski oraz chodniki z kostki brukowej lub granitowej. Atrakcyjne ceny, wycena i pomiar gratis. Zapraszamy do współpracy tel. 573 918 928

ODDAM
ZA DARMO

AKWARIUM oddam, dł. 60cm szer. 35 wys. 37 bez rybek, Ryki. Tel. 695 851 888.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

PONAD 200 LAT ŻYWEGO RÓŻAŃCA

Żywy Różaniec to stowarzyszenie religijne składające się z tzw. Żywych Róż. Każda Róża liczy 20 osób, które codziennie odmawiają różaniec, rozważając wszystkie cztery jego części - 20 tajemnic z życia Jezusa i Maryi

Założycielka dzieła, Paulina Jaricot, urodziła się 22 lipca 1799 r. w Lyonie. Wychowała się w rodzinie głęboko wierzącej, pracowitej i solidarnej z potrzebującymi. W wieku 17 lat przeżyła duchowe przebudzenie i poświęciła życie Jezusowi i Maryi. W 1826 r. założyła Żywy Różaniec jako krucjatę modlitwy dla ratowania rodaków przed bezbożnictwem. Dzieło szybko się rozwinęło - ożywiło wiarę w wielu francuskich parafiach i stało się podporą dla misjonarzy. Z czasem Kościół uznał też wkład Pauliny w powstanie Dzieła Rozkrzewiania Wiary. Dziś Żywy Różaniec liczy kilkadziesiąt milionów członków na całym świecie. Paulina Jaricot została beatyfikowana 22 maja 2022 roku, w 200. rocznicę oficjalnego założenia Dzieła Rozkrzewiania Wiary.

Z OGŁOSZEŃ PARAFIALNYCH

Garwolin - Parafia Matki Boskiej Częstochowskiej

www.mbczgarwolin.pl

» W przyszłą niedzielę o godz. 15.00 poświęcenie pól i modlitwa o szczęśliwe urodzaje i Boże błogosławieństwo w pracy: Rębków - ul. Podbiel i Podsadowiec, Rębków - Parcele

» W minionym tygodniu odszedł do Pana: +Roman Zaręba z Bork. Wieczny odpoczynek...

Górki k/Garwolina - Sanktuarium MB Fatimskiej

www.gorki.michalici.pl

» W czwartek 11 czerwca na Mszy świętej o godz. 18.00 poświęcenie wianków i błogosławieństwo małych dzieci. Zapraszamy rodziców ze swoimi małymi na Mszę świętą o godz. 18.00.

» Dziękujemy mieszkańcom poszczególnych sołectw z naszej parafii za wykonanie ołtarzy na Boże Ciało, jak również wszystkim, którzy włączyli się w ich przygotowanie, wzięli udział w procesji eucharystycznej oraz za wspólną modlitwę.

Górzno - Parafia św. Jana Chrzciciela

www.gorzno-parafia.pl

» W środę 27 rocznica wizyty Ojca Świętego Jana Pawła II w Siedlcach. O godz.18.00. spotkanie grupy A.A. „Przyszłość".

» Powiększa się nam grupa osób chętnych na samolotową pielgrzymkę do Lourdes, Paryża i Barcelony z czego się cieszymy, mamy jeszcze wolne miejsca, jeżeli ktoś jest zainteresowany serdecznie zapraszamy.

Łaskarzew - Parafia Podwyższenia Krzyża Świętego

www.parafialaskarzew.pl

» W przyszłą niedzielę odpust ku czci św. Onufrego o godz. 11.00. Różaniec o godz. 10.30. Msze Św. w kościele o godz. 7.00, 9.00 i 17.00. Sumę odpustową odprawi i kazanie wygłosi ks. Tomasz Bieliński. Ofiary na tacę na cmentarzu na wywóz śmieci. Puszka na KUL.

» W tym tygodniu do Boga odeszli: śp. Jadwiga Mądra z Zygmuntów. Wieczny Odpoczynek...

Gończyce - Parafia Świętej Trójcy

www.parafia-gonczyce.pl

» Msze święte z racji poświęcenia pól, z prośbą o Boże błogosławieństwo dla mieszkańców poszczególnych wiosek będą sprawowane w następującym porządku: Sokół - 8 czerwca, Trzcianka - 9 czerwca, Władysławów Pierwszy - 11 czerwca, Władysławów Drugi - 12 czerwca, Ostrożeń Pierwszy - 15 czerwca, Ostrożeń Drugi - 16 czerwca, Gończyce - 18 czerwca, wszystkie Msze sprawowane będą o godzinie 18:00.

» Do sakramentu małżeństwa przygotowują się - zapowiedź druga: Cezary Babik, kawaler zamieszkały w parafii tutejszej i Kamila Jurkowska, panna zamieszkała w parafii Św. Jana Chrzciciela w Górznie. Bartłomiej Bogdan Jończyk, kawaler zamieszkały w parafii tutejszej i Magdalena Biernat, panna, zamieszkała w parafii Podwyższenia Krzyża Świętego w Łaskarzewie. Zapowiedź pierwsza: Jakub Antolak, kawaler z parafii tutejszej i Aleksandra Mazurek, panna, z parafii Wniebowzięcia NMP w Maciejowicach.

» Są jeszcze wolne miejsca na planowane pielgrzymki do Kazachstanu w dniach 21-29 września oraz Fatimy 7-12 listopada. Więcej informacji u księdza kanonika Jana.

» W minionym tygodniu do wieczności odeszła Wanda Bożek z Kalenia Pierwszego, lat 81, pomódlmy się za zmarłą, za zmarłych bliskich naszemu sercu. Wieczny odpoczynek...

Samogoszcz - Parafia św. Jadwigi Śląskiej

www.parafiasamogoszcz.pl

» Nabożeństwa czerwcowe od piątku o godz. 17.40 (bezpośrednio po zakończeniu nabożeństwa Msza święta), w niedziele po Mszy św. o 11.00.

» Zaproszenia -Pielgrzymka komunistów Sokółki, 23 czerwca; Koczowisko służby liturgicznej, 27 czerwca. Już teraz biskup siedlecki Kazimierz Gurda zaprasza serdecznie do udziału w 46. Pieszej Podlaskiej Pielgrzymce oraz 3. Rowerowej Pielgrzymce Podlaskiej na Jasną Górę (w dniach 15-20.07).

Sobolew - Parafia Świętej Rodziny i św. Apostołów Piotra i Pawła

www.parafiasobolew.pl

» Przypominamy, iż cmentarz jest miejscem świętym, poświęconym pamięci zmarłych. Jest niedopuszczalne celowe niszczenie kwiatów i zniczy. Surowo upominamy tych, którzy próbują w taki sposób dawać wyraz swojej nienawiści wobec rodziny zmarłych czy samych zmarłych. Nienawiść i brak przebaczenia to śmiertelne grzechy, które uniemożliwiają przystępowanie do Komunii świętej.

» W minionym tygodniu odeszli do wieczności: śp. Ryszard Zdunek, Marian Babik i Krzysztof Chudek.

Mariańskie Porzecze (Goźlin) - Parafia Matki Boskiej Bolesnej

www.marianskieporzecze.marianie.pl

» W przyszłą niedzielę msza św. o godz. 11 na cmentarzu.

» Do zawarcia sakramentu małżeństwa przygotowują się Michał Tadeusz Szawan kaw. zam. Kraków i Iwona Maria Konarzewska panna zam. Gusin; Michał Książek kaw. zam. Nieciecz i Klaudia Kurzyp panna zam. Brzeźce par. Stężyca

Gocław - Parafia NMP Królowej Polski

www.parafiagoclaw.pl

» Zapowiedzi przedślubne: Piotr Szymon Kociszewski, kawaler, zamieszkały w parafii tutejszej oraz Agata Kocyk, panna, zamieszkała w parafii pw. św. Izydora w Marianowie.

» PYTANIA DO KSIĘDZA

Cierpienie nie zawsze zbliża do Boga

Ks. Jakub Wąsowski, parafia Matki Bożej Częstochowskiej w Garwolinie

Cierpienie to często skutki naszych grzechów. Mam wrażenie, że nawracając się, widzę coraz wyraźniej swoje błędne decyzje z przeszłości, a mimo tego zrozumienia, wciąż zdarza mi się postąpić podobnie. Dlatego boję się dużego cierpienia, które w końcu oduczy mnie błędnego myślenia. Czy Bóg tak działa?

Bóg nigdy nie jest sprawcą zła ani cierpienia. Gdy człowiek cierpi, nie działa Bóg - działa zło, które może mieć charakter osobowy bądź bezosobowy. Bóg albo nie może człowieka obronić, albo z jakiegoś powodu dopuszcza cierpienie. Nie jest też wykluczone, że Bóg wychowuje człowieka przez cierpienie - nie dzieje się to jednak na zasadzie ludzkiego afektu, gdzie narozrabiamy, a ktoś wymierza karę.

Cierpienie jest obecne w naszym życiu niezależnie od tego, czy kroczymy dobrą, czy złą drogą. Dotyka każdego. Uczymy się mu zapobiegać, lecz mimo wzrostu mądrości nigdy nie usuniemy go całkowicie. Jest ono naturalną lekcją o ludzkim życiu - przypomnieniem, że jesteśmy krusi, zależni od Boga, śmiertelni i pozbawieni ostatecznej władzy nad własnym losem, bo nie jesteśmy Bogiem.

Jedni tę lekcję przeżywają głęboko i to przybliża ich do Boga. Inni nic z niej nie wyciągają - poturbowani nieraz na własne życzenie, wracają do starych błędów. Cierpienie nie jest biczem w ręku Boga, lecz częścią życia każdego człowieka. Może być jak drogowskaz prowadzący ku Bogu, a może być jak kamień, o który się potykamy - i zamiast się zatrzymać, tylko przeklinamy i idziemy dalej.

Masz pytania dotyczące wiary? Napisz, przekażemy Twoje pytanie i dostaniesz na nie odpowiedź. Mail: redakcja@egarwolin.pl lub SMS: 514 180 801

KALENDARZ LITURGICZNY

9 czerwca, wtorek
WSPOMNIENIE ŚW. EFREMA, DIAKONA I DOKTORA KOŚCIOŁA
- PODCZAS MSZY ŚW. W KROŚNIE JAN PAWEŁ II KANONIZOWAŁ JANA Z DUKLI (1997 R.)

10 czerwca, środa
PATRON DNIA
BŁ. BISKUP BOGUMIŁ-PIOTR
- JAN PAWEŁ II BEATYFIKOWAŁ KAROLINĘ KÓZKÓWNĘ (1987 R.)

11 czerwca, czwartek
WSPOMNIENIE ŚW. BARNABY, APOSTOŁA

12 czerwca, piątek
UROCZYSTOŚĆ NAJŚWIĘTSZEGO SERCA PANA JEZUSA
- DOMINIK SAVIO ZOSTAŁ KANONIZOWANY PRZEZ PIUSA XII (1954 R.)
- WYSTARTOWAŁA TV TRWAM (2003 R.)
- KONSEKROWANO BAZYLIKĘ MATKI BOŻEJ LICHEŃSKIEJ W LICHENIU STARYM (2004 R.)

13 czerwca, sobota
WSPOMNIENIE NIEPOKALANEGO SERCA NAJŚWIĘTSZEJ MARYI PANNY
- ZM. ANTONI PADEWSKI, WŁOSKI FRANCISZKANIN, ŚWIĘTY (1231 R.)

14 czerwca, niedziela
PATRON DNIA: BŁ. MICHAŁ KOZAL, BISKUP I MĘCZENNIK

15 czerwca, poniedziałek
PATRON DNIA: ŚW. WIT, MĘCZENNIK
- IZRAEL I WATYKAN NAWIĄZAŁY PEŁNE STOSUNKI DYPLOMATYCZNE (1994 R.)

eprasa.pl 8e1e8b37b6

UCZNIOWIE W OGÓLNOPOLSKIEJ CZOŁÓWCE

Dwa garwolińskie licea pokonały ponad 450 szkół z całego kraju - i udowodniły, że lokalna szkoła potrafi grać w pierwszej lidze

Odznakę Srebrnego Wilka - otrzymują projekty, które przekroczą próg 6000 punktów: „Kompas Kariery 2.0" i „Energy Flow"

Zespół Szkół nr 1 im. Bohaterów Westerplatte w Garwolinie, potocznie zwany „Ekonomikiem", zanotował jeden z najlepszych wyników w historii placówki. W XII edycji Ogólnopolskiej Olimpiady Zwolnieni z Teorii II Liceum Ogólnokształcące uplasowało się na 25. miejscu spośród 507 szkół w całej Polsce i na 6. miejscu w województwie mazowieckim. Technikum nr 1, wchodzące w skład tego samego Zespołu Szkół, zajęło 49. miejsce w kraju i 11. w Mazowieckiem.

Zwolnieni z Teorii to jedna z największych olimpiad dla szkół ponadpodstawowych w Polsce. Jej zasady odwracają logikę typowej rywalizacji szkolnej: zamiast testów i zadań z podręcznika, uczniowie przez kilka miesięcy prowadzą własne projekty społeczne, angażują lokalne środowisko i zdobywają punkty za zasięg, jakość i realny wpływ swoich działań.

SREBRNY WILK ZA ZDROWIE I KARIERĘ

Najwyższe wyróżnienie - Odznakę Srebrnego Wilka - otrzymują projekty, które przekroczą próg 6000 punktów. W tym roku z II LO zdobyły ją dwa zespoły.

Pierwsze wyróżnienie trafiło do twórców projektu „Energy Flow", promującego zdrowy styl życia wśród dzieci i młodzieży przez aktywność fizyczną, zdrowe odżywianie i dbałość o dobrostan psychiczny. Liderką projektu była **Oliwia Wojciechowska**, a w zespole pracowali **Oliwia Dadacz**, **Filip Gawenda**, **Oliwia Tchorek**, **Jan Wielgosz** i **Bartosz Zadróżny**. Opiekę sprawowała mentorka **Angelika Chabrowska**.

Drugi projekt – „Kompas Kariery 2.0" - pomagał rówieśnikom w wyborze dalszej ścieżki zawodowej. Liderką była **Weronika Rodak**, wspierana przez **Zuzannę Rodak** i **Natalię Kołyską**. Mentorem projektu była doradczyni zawodowa **Agnieszka Karwowska**, współpracująca z **Martą Isią**.

CZTERY BRĄZOWE WILKI

Odznaki Brązowego Wilka, przyznawane za przekroczenie 3000 punktów, trafiły do czterech projektów z II Liceum Ogólnokształcącego.

Projekt „Bee Quest" edukował o ochronie pszczół i bioróżnorodności - wśród dzieci, seniorów i użytkowników mediów społecznościowych, również po angielsku. Kierowała nim **Marta Górska**, a w zespole pracowali **Adrian Baran**, **Julian Kacprowicz**, **Katarzyna Jałoszewska**, **Zuzanna Miszta**, **Natalia Proczek** i **Natasza Brodowska**. Opiekę sprawowali **Edyta Kacprowicz**, **Beata Łysiak**, **Jolanta Matysiak** i **Katarzyna Ochnio**. Projekt patronatem objęła Pasieka Zdrowy Miód Władysława Mitury.

„Biolog Henio" popularyzował wiedzę o anatomii człowieka, profilaktyce zdrowotnej i wpływie zwierząt na zdrowie psychiczne. Projekt prowadziła **Olga Książek** przy współpracy **Anny Król**, **Weroniki Król**, **Karoliny Pyzerskiej**, **Karoliny Wieczorkiewicz**, **Amelii Wieczorek** i **Wiktorii Powierży**, pod opieką **Jolanty Matysiak**.

Projekt „Świadomi w sobie" rozwijał świadomość psychologiczną i uczył radzenia sobie z emocjami. W jego ramach prowadzono cykle tematyczne: „Tydzień Emocji", „Psychologia w praktyce", „Mózg od kuchni" i „Zdrowie psychiczne bez tabu" - dostępne po polsku i po angielsku. Liderką była **Kamila Tobiasz**, a w zespole znaleźli się **Alicja Kobus**, **Monika Kasprzak**, **Krzysztof Przybysz**, **Bartłomiej Sęk** i **Justyna Kędziorek**. Opiekę sprawowały **Agnieszka Karwowska**, **Marta Gołędowska**, **Edyta Kacprowicz** i **Marta Ozóg**.

Projekt „Wzór na sukces" promował nauki ścisłe w praktyce - przez warsztaty matematyczne i fizyczne, treści edukacyjne online i wyjazdy warsztatowe. Patronat nad nim objął Wydział Matematyki, Fizyki i Informatyki UMCS. Liderką była **Wiktoria Dziubak**, wspierana przez **Karolinę Prządkę**, **Polę Skupińską**, **Alicję Zalewską** i **Weronikę Żaczek**, a opiekę sprawowały **Sylwia Łapacz** i **Renata Krzemińska**.

TECHNIKUM TEŻ W KRAJOWEJ CZOŁÓWCE

Brązowego Wilka zdobyło również Technikum nr 1. Nagrodzony projekt „Myśli pod lupą" stawiał sobie za cel przełamywanie tabu wokół emocji, tworzenie przestrzeni do psychicznego odpoczynku i promocję zdrowia psychicznego wśród młodzieży. Liderką była **Zuzanna Grzebalska**, a w zespole znaleźli się **Martyna Bartoszewska**, **Jacek Witkowski**, **Wiktoria Rusak**, **Zofia Grzegrzółka**, **Aleksandra Zdziarska** i **Oliwia Zadrożna**. Opiekę sprawowały **Jolanta Konarzewska** i **Anna Kot**.

Szczególną rolę w koordynacji całości po stronie szkoły odegrała Agnieszka Karwowska, wspierająca uczniów w prowadzeniu dokumentacji konkursowej.

Wyniki garwolińskich szkół pokazują, że liczy się nie tylko wiedza z podręcznika, ale i umiejętność realnego działania.

54 dawców, 24 litry krwi i konkurs dla dzieci w jeden dzień

W remizie OSP Korytnica 54 spośród 55 zarejestrowanych dawców oddało krew - i to podczas pierwszej w historii tej jednostki akcji krwiodawstwa. Łącznie zebrano ponad 24 litry

OSP Korytnica

OSP Korytnica

Wśród osób, które zdecydowały się oddać krew byli wójt gminy Trojanów Michał Jasek i jego zastępcą Mateusz Michalczyk

Wydarzenie odbyło się 1 czerwca pod nazwą „Ognisty Ratownik - Gorąca Krew". Organizatorzy przyznają, że frekwencja przerosła ich oczekiwania. Do remizy zgłaszali się zarówno doświadczeni krwiodawcy, jak i osoby oddające krew po raz pierwszy.

Przygotowanie akcji wymagało tygodni pracy i współpracy z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. Poborem krwi zajął się Oddział Terenowy Krwiodawstwa w Garwolinie. Organizatorzy wyróżnili kierownik oddziału **Monikę Grędę** i cały jej zespół za profesjonalne przeprowadzenie akcji.

WSPARCIE SAMORZĄDU I SPOŁECZNOŚCI

Wydarzenie nie doszłoby do skutku bez pomocy gminy Trojanów. Strażacy podziękowali wójtowi **Michałowi Jaskowi** oraz Urzędowi Gminy Trojanów za wsparcie organizacyjne. W przygotowania zaangażowały się także mieszkanki Korytnicy pod przewodnictwem sołtys **Beaty Różowicz**.

Finansowo akcję wsparli lokalni przedsiębiorcy i firmy z powiatu oraz regionu.

RYSUNKI OCENIAŁA SALA

Równolegle z akcją odbył się konkurs plastyczny dla uczniów Szkoły Podstawowej w Korytnicy na temat honorowego krwiodawstwa. O wyborze najlepszych trzech prac zdecydowali sami dawcy. Organizatorzy zapowiadają, że niespodzianki przygotowano dla wszystkich uczestników - żadne dziecko nie wróci z pustymi rękami.

OSP Korytnica zapowiada, że akcja ma stać się coroczną tradycją. Kolejna edycja „Ognistego Ratownika" planowana jest za rok.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

ZAŁOŻYŁ SZKOŁĘ, WYCHOWAŁ POKOLENIA. TERAZ MA SWOJĄ ULICĘ

Żelechów upamiętnił Mariana Euzebiusza Buksińskiego - żołnierza AK, pedagoga i założyciela Technikum Geodezyjnego - nadając jego imię jednej z miejskich ulic

Gmina Żelechów

Odsłonięcia tablicy z nową nazwą ulicy dokonali burmistrz Żelechowa Krystyna Wieczorkiewicz, przewodniczący Rady Miejskiej Michał Bogusz, Maria i Tadeusz Mrozowie, Tadeusz Mucha oraz najstarsi obecni absolwenci szkoły

Odsłonięcie tablicy odbyło się 30 maja, a pomysł wyszedł od **Tadeusza Muchy** - sołtysa sołectwa Gózdek i absolwenta Technikum Geodezyjnego. To on zaproponował upamiętnienie swojego nauczyciela. Rada Miejska w Żelechowie podjęła stosowną uchwałę 26 marca. Podczas uroczystości Mucha odebrał słowa uznania od wszystkich przemawiających.

Obchody zbiegły się z trzema jubileuszami Zespołu Szkół Ponadpodstawowych: 85-leciem kształcenia zawodowego, 65-leciem Technikum Geodezyjnego oraz 40-leciem nadania szkole imienia Ignacego Wyssogoty Zakrzewskiego i sztandaru.

WYSTAWA, TABLICA, MSZA

Uroczystości rozpoczęły się od wystawy w Urzędzie Miejskim w Żelechowie, gdzie zaprezentowano prywatne fotografie, dokumenty i pamiątki po patronie, a także jego własne obrazy i rzeźby - wypożyczone przez córkę **Marię Buksińską-Mróz**. Ekspozycję uzupełniły prace ze zbiorów szkolnych i prywatnych kolekcji mieszkańców.

Kulminacją dnia było odsłonięcie tablicy z nową nazwą ulicy. Dokonali tego wspólnie: burmistrz Żelechowa **Krystyna Wieczorkiewicz**, przewodniczący Rady Miejskiej **Michał Bogusz**, **Maria** i **Tadeusz Mrozowie**, Tadeusz Mucha oraz najstarsi obecni absolwenci szkoły.

Okolicznościowy referat o życiu i dokonaniach Buksińskiego wygłosił **Grzegorz Szymczak**, wieloletni dyrektor Zespołu Szkół Ponadpodstawowych. Uczestnicy wysłuchali też listu **Stanisława Dadasa**, byłego dyrektora szkoły i absolwenta Technikum Geodezyjnego - odczytanego przez zastępcę burmistrza **Michała Szymaniuka**.

Obchody zamknęła Msza święta w intencji patrona ulicy, celebrowana przez proboszcza **ks. Eugeniusza Filipiuka** oraz absolwentów szkoły - **ks. Dariusza Czajkę**, **ks. Andrzeja Kiliszka** i **ks. Sławomira Zaczka**. Organizatorzy złożyli wiązankę i zapalili znicze na grobie Buksińskiego na żelechowskim cmentarzu. Następnie obchody przeniosły się do szkoły, gdzie władze samorządowe i absolwenci wręczyli organizatorom okolicznościowy memoriał jubileuszowy.

ŻOŁNIERZ, PEDAGOG, ARTYSTA

Marian Euzebiusz Buksiński to jedna z ważniejszych postaci w historii Żelechowa. Uczestnik kampanii wrześniowej 1939 r. i żołnierz Armii Krajowej, po wojnie poświęcił się pracy pedagogicznej - założył Technikum Geodezyjne, które przez dekady kształciło młodzież z całego regionu. Był też artystą: malował i tworzył rzeźby.

Tabliczka z jego imieniem będzie codziennie mijana przez mieszkańców - i przez kolejnych absolwentów szkoły, którą sam powołał do życia.

400 absolwentów i 85 lat historii

Blisko 400 wychowanków zjechało 30 maja do Żelechowa na jubileusz dwóch rocznic: 85-lecia kształcenia zawodowego i 65-lecia Technikum Geodezyjnego

Uroczystości były okazją do spotkań absolwentów

Absolwenci różnych roczników, emerytowani i czynni nauczyciele, byli dyrektorzy oraz zaproszeni goście wypełnili szkolne korytarze. Przeglądano archiwalne zdjęcia, wymieniano wspomnienia.

Uroczystość otworzyła **Lidia Soćko**, dyrektor Zespołu Szkół Ponadpodstawowych im. Ignacego Wyssogoty Zakrzewskiego w Żelechowie. - *Szkoła pozostaje miejscem, do którego zawsze warto wracać* - zaznaczyła, dziękując gościom za przybycie.

MSZA I PAMIĘĆ O POPRZEDNIKACH

Obchody rozpoczęły się od Mszy Świętej w żelechowskim kościele parafialnym, odprawionej w intencji śp. dyrektora **Mariana Eugeniusza Buksińskiego** oraz całej społeczności szkolnej. Po nabożeństwie uczestnicy przeszli na cmentarz, gdzie złożyli kwiaty i zapalili znicze przy grobach byłego dyrektora i patrona szkoły - **Ignacego Wyssogoty Zakrzewskiego**.

W oficjalnej części jubileuszu przypomniano najważniejsze etapy z dziejów szkoły. Wspominano nauczycieli, wychowawców i dyrektorów, którzy przez dekady budowali jej renomę, a także absolwentów odnoszących sukcesy zawodowe w różnych częściach Polski.

PRZYJAŹNIE NA CAŁE ŻYCIE

Jubileusz pokazał, że szkoła w Żelechowie to dla wielu coś więcej niż miejsce nauki - to przestrzeń, w której rodziły się przyjaźnie i kształtowały zawodowe pasje. 30 maja udowodnił, że pamięć o szkolnych czasach pozostaje żywa niezależnie od tego, ile roczników minęło od matury.

Absolwenci oglądali wystawę archiwalnych fotografii przygotowaną z okazji jubileuszu. Na sztalugach i planszach pokazano 85 lat historii szkoły

Uroczystości odbyły się 30 maja w Zespole Szkół Ponadpodstawowych im. Ignacego Wyssogoty Zakrzewskiego w Żelechowie

eprasa.pl 8e1e8b37b6

OSP MIĘTNE WYGRAŁA GMINNE ZAWODY STRAŻACKIE

Druhowie z OSP Miętne wygrali klasyfikację generalną IX Gminnych Zawodów Sportowo-Pożarniczych

Gmina Garwolin

Gmina Garwolin

Gmina Garwolin

Gmina Garwolin

Na boisku w Rudzie Talubskiej 31 maja rywalizowało siedem jednostek z gminy Garwolin. Zawody obejmowały dwie konkurencje: sztafetę pożarniczą na dystansie 7 x 50 metrów oraz ćwiczenie bojowe. Obie sprawdzają kondycję fizyczną strażaków, a przede wszystkim ich skoordynowanie i umiejętność działania pod presją czasu. Zmagania oceniali sędziowie z Państwowej Straży Pożarnej w Garwolinie.

W klasyfikacji generalnej złoto zdobyła OSP Miętne, srebro - OSP Taluba-Feliksin, brąz - OSP Wola Władysławowska. Dalsze miejsca zajęły: OSP Ruda Talubska (4), OSP Izdebnik (5), OSP Niecieplin (6) i OSP Wilkowyja (7).

KOBIETY I MŁODZIEŻ

Rywalizacja nie ograniczyła się do drużyn seniorskich. Wśród Kobiecych Drużyn Pożarniczych triumfowała KDP Miętne przed KDP Ruda Talubska.

W kategorii Dziewczęcych Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych najlepsza okazała się MDP Młode Floriany, wyprzedzając MDP Wola Władysławowska i MDP Wola Rębkowska.

Z kolei wśród Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych zwyciężyła MDP Wola Władysławowska przed MDP Ruda Talubska, MDP Wilkowyja i MDP Wola Rębkowska.

Mieszkańcy wskazali błąd w strategii. SMS-y nie działają

Dokument wyznaczający kierunek rozwoju gminy Garwolin na siedem lat przeszedł przez konsultacje społeczne - i wrócił z poprawkami

Od 27 lutego do 2 kwietnia projekt Strategii Rozwoju Gminy Garwolin 2026-2033 był otwarty na uwagi. Wziąć w nich udział mogli nie tylko mieszkańcy, ale też sąsiednie gminy, partnerzy społeczni, Wody Polskie i Zarząd Województwa Mazowieckiego. Opinie przyjmowano osobiście, pocztą, mailowo i przez system e-Doręczeń.

HAŁAS PRZY S17 I WODA NA POLACH

Regionalny Zarząd Gospodarki Wodnej w Warszawie zaproponował uwzględnienie w strategii ochrony wód przed zanieczyszczeniami rolniczymi oraz zwiększenie retencji na terenach rolnych i leśnych. Uwagi zostały przyjęte - gmina skorygowała cele dotyczące ochrony bioróżnorodności i środowiska.

Mieszkańcy z kolei zwrócili uwagę na przekroczenia norm hałasu przy S17, na odcinku Lipówki - Węzeł Garwolin Północ. Gmina uznała to za zasadne i uzupełniła diagnozę oraz cele strategiczne.

AUTOBUS, PARKING, OZNAKOWANIE

Z codziennych problemów zgłoszonych przez mieszkańców uwzględniono wniosek o odnowienie oznakowania poziomego na ul. Przemysłowej w Miętnem. Postulat zwiększenia liczby miejsc parkingowych przy stacji w Woli Rębkowskiej przyjęto częściowo - gmina rozszerzyła diagnozę potrzeb, ale zaznaczyła, że teren należy do kolei i samorząd ma tu ograniczone możliwości.

Prośba o konkretne połączenie autobusowe dla dzieci z Miętnego do Michałówki nie mogła zostać zapisana wprost - strategia nie opisuje konkretnych tras. W dokumencie znalazł się jednak cel poprawy organizacji transportu publicznego i diagnozowania potrzeb w tym zakresie.

CZEGO NIE MOŻNA WPISAĆ DO STRATEGII

Część wniosków odrzucono ze względów formalnych. Postulat modernizacji transformatora w Miętnem nie mógł trafić do dokumentu, bo gmina nie jest właścicielem sieci energetycznej - to kompetencja operatora systemu. Propozycja działań edukacyjnych w zakresie „bezdymnego palenia" została uznana za zbyt szczegółową jak na dokument rangi strategii, choć ogólne wsparcie dla ekologicznego ogrzewania już się w projekcie znajduje.

SMS-Y JAKO MOCNA STRONA? TO SIĘ SKOŃCZYŁO

Jedną z bardziej wymownych poprawek przyniosła uwaga dotycząca gminnego systemu powiadamiania SMS. Mieszkańcy wskazali, że system nie działa prawidłowo, a więc nie powinien figurować jako mocna strona gminy. Uwaga została uwzględniona i poprawiono odpowiedni fragment analizy SWOT.

Wójt **Marcin Kołodziejczyk** w podsumowaniu raportu zaznaczył, że wprowadzone zmiany porządkują i uzupełniają treść strategii, nie zmieniając jej merytorycznego fundamentu. Strategia ma wyznaczać kierunek rozwoju gminy przez najbliższe siedem lat.

eprasa.pl 8e1e8b37b6

DZIEŃ DZIECKA W NASZYM POWIECIE

GM. ŻELECHÓW 31 maja park miejski w Żelechowie wypełniły tłumy rodzin. Obchody Dnia Dziecka rozpoczął spektakl „Pinokio" Teatru Forma z Białegostoku, po którym aktorzy poprowadzili animacje i pokaz baniek mydlanych. Do parku przybyły maskotki Pszczółka Maja, Filip i Marshal z Psiego Patrolu. Animacje i słodki poczęstunek - watę cukrową, popcorn i malowanie twarzy - zapewnili wolontariusze Caritas Żelechów. OSP Żelechów przygotowała wielką piankę i zaprezentowała sprzęt ratowniczy. Stoiska z lokalnymi przysmakami rozłożyły KGW ze Stefanowa i Starego Goniwilka, pączkami częstowało Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów. Dzieci mogły bezpłatnie korzystać z dmuchańców i przejażdżek kucykiem.

GM. PILAWA Z okazji Dnia Dziecka Koło PZW nr 51 w Pilawie zorganizowało zawody wędkarskie dla dzieci nad Stawem „Jordan". Na starcie stanęło 18 zawodników do lat 14. Organizatorzy zapewnili wędki, zanętę, pamiątkowe koszulki oraz poczęstunek. Po 2,5 godziny rywalizacji w dyscyplinie spławikowej prezes koła Radosław Wojno ogłosił wyniki: zwyciężył Miłosz Lewandowski, drugie miejsce zajęła Zofia Jarosławska, trzecie - Tadeusz Jasiński. Kolejne miejsca przypadły Janowi Zabłockiemu i Janowi Jarosławskiemu. Tytuł łowcy BIG FISH zdobył Tadeusz Jasiński, który wyciągnął karasia o wadze 1240 g. Puchary wręczyła zastępca burmistrza Agnieszka Dębowska.

GM. ŁASKARZEW 31 maja Park Alejki w Łaskarzewie stał się miejscem obchodów Dnia Dziecka. W programie znalazły się wyróżnienia dla najlepszych uczniów Zespołu Szkół nr 1 i nr 2, spektakl „Trzy świnki" przygotowany przez kadrę ZS nr 2 i Przedszkola „Leśny Zakątek", pokaz ratownictwa medycznego oraz pokaz edukacyjno-pożarniczy OSP Łaskarzew. Zawodnicy ŁKS Promnik przeprowadzili trening pokazowy, rozegrano też mecz siatkówki. Dzieci korzystały z dmuchanych zamków i symulatorów jazdy SIM-RACING. Działało stoisko profilaktyczne Policji. Wydarzenie zakończyło Piana Party.

MIĘTNE 31 maja w oddziale Banku Żywności w Siedlcach w Miętnem odbyło się rodzinne spotkanie z okazji Dnia Dziecka i Dnia Matki. Za organizację pikniku odpowiadali opiekunowie punktu - Renata i Dariusz Krugerowie. Druhowie z OSP w Miętnem przygotowali atrakcje dla najmłodszych, państwo Zielińscy - gry i konkurencje ruchowe, a Przemysław Parol zorganizował przejażdżki bryczką z kucykami. Poczęstunek zapewniło Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich w Miętnem. Bank Żywności w Siedlcach podziękował wszystkim zaangażowanym osobom i organizacjom.

GM. PILAWA Na Stadionie Miejskim w Pilawie odbył się Miejsko-Gminny Dzień Dziecka. Od godziny 14.00 na uczestników czekały dmuchańce, malowanie twarzy, warsztaty plastyczne, mobilne boisko Legia Soccer Schools, sensoplastyka oraz stanowiska służb mundurowych. Dużym zainteresowaniem cieszyło się stoisko Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury, gdzie pracownicy wykonywali kolorowe tatuaże - kolejka utrzymywała się przez całe wydarzenie. W programie znalazł się też interaktywny program muzyczny „Dziecięce Show" z konkursami i animacjami. Po stadionie spacerowały wielkoformatowe maskotki. Trybuny i alejki wypełniły setki mieszkańców miasta i gminy.

XI Bieg Papieski w Brzegach - tradycja, która łączy

Uczniowie, rodzice i sołtys pobiegli razem, by uczcić patrona szkoły. XI Bieg Papieski w Brzegach udowodnił, że liczy się tu coś więcej niż wynik

28 maja Niepubliczna Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Brzegach zorganizowała jedenastą edycję Biegu Papieskiego - corocznego wydarzenia, które łączy aktywność fizyczną z uczczeniem pamięci patrona szkoły. Na starcie stanęli uczniowie, ich rodzice oraz **Tomasz Szubiński**, sołtys wsi Brzegi. Bezpieczeństwo uczestników zapewniała Policja z Miastkowa Kościelnego.

Atmosfera biegu daleka była od typowej sportowej rywalizacji. Uczestnicy pokonywali trasę, wzajemnie się dopingując, a każdy, kto dobiegł do mety, odebrał z rąk dyrektorki szkoły pamiątkowy medal. Po biegu czas upłynął na rozmowach i wspólnych zdjęciach.

Organizatorzy podkreślają, że to właśnie te chwile - nie klasyfikacja, lecz poczucie wspólnoty - pozostają w pamięci całej szkolnej społeczności najdłużej.

XI Bieg Papieski w Brzegach udowodnił, że liczy się tu coś więcej niż wynik

eprasa.pl 8e1e8b37b6

10-latki z Gończyc najlepsze na Legii

PIŁKA NOŻNA DZIECI

Piłkarze z rocznika 2017 z Mazurków Gończyce po raz drugi wygrali Mini Mistrzostwa na Stadionie Legii

Mazurki Gończyce mają na tych zawodach wyjątkową passę. Trzy lata startów, trzy razy w ścisłej czołówce: złoto dwa lata temu, srebro rok temu i znów złoto w tegorocznej, szóstej edycji turnieju.

Drużyna prowadzona przez **Marcina Cieślę** rozegrała siedem meczów, wygrywając sześć i remisując jeden - jedyne punkty oddali Akademii Piłkarskiej Goalmania.

W turnieju rywalizowały trzy roczniki. W kategorii 2018 zwyciężył KTS Wojanek Weszło, a w grupie 2019/2020 - Młode Orły Nadnarwianka.

Zwycięzcy otrzymali vouchery do Parku Rozrywki Kocham Skakać w Warszawie. Finał turnieju uświetnił tradycyjny Mecz Gwiazd z udziałem byłych reprezentantów Polski.

mn

Mazurki Gończyce 2017 i młodsi; Krzysztof Miszczak, Wojciech Kander, Franciszek Pudło, Maciej Cieśla, Tomasz Lechnio, Tymon Jędruch, Ignacy Mikolajczuk, Bartek Paprota, Wiktor Włodarczyk, Mateusz Mazur, Aleksander Belka, Stanisław Michalec.Trener: Marcin Cieśla (fot. Mazurki Gńczyce/Facebook)

Przez cztery stolice po lek

22 biegaczy przebiegło ponad 1150 kilometrów przez cztery kraje Europy, by zebrać pieniądze dla 9-letniego Wiktora chorego na rzadką chorobę genetyczną. Na konto zbiórki wpłynęło ponad 24 tys. zł

MIG Pilawa

Biegacze Stopki wyruszyli we wtorek z Pilawy

Biegacze Stopki Pilawa wyruszyli we wtorek i po blisko pięciu dniach - w niedzielę - dobiegli do mety w Tallinie. Trasa wiodła przez Warszawę, Wilno, Rygę i Tallin. 22 zawodników podzielonych na trzy drużyny biegło non stop, dzień i noc, pokonując kolejno dziesięciokilometrowe odcinki. Łącznie przebiegli 1150 kilometrów w czasie około 113 godzin.

Jako pierwsi na trasę wybiegli **Kinga Kowalczyk-Górska** i prezes Stopki Pilawa **Damian Zieliński**.

CEL: ZNALEŹĆ LEK

Bieg miał wspierać działania Persona Foundation - organizacji prowadzącej badania naukowe i zbierającej środki na opracowanie leczenia choroby L1CAM, rzadkiej wady genetycznej. W trakcie sztafety na platformie siepomaga.pl w zbiórce „Bieg po lek" zebrano ponad 24 tysiące złotych.

Pierwotnie planowano trasę na południe, ale ostatecznie zdecydowano się na kierunek bałtycki. - *Ze względów logistycznych i kadrowych zmieniliśmy plany. Mimo to i tak było to nasze największe przedsięwzięcie. Na trasie czasem wspomagali nas lokalni biegacze. Spotkaliśmy się z wieloma wyrazami sympatii i wsparcia. Wzbudziliśmy też zainteresowanie telewizji wileńskiej* - mówi wiceprezes Stopki Pilawa **Mariusz Gac**.

SIEDEM EDYCJI, SIEDEM TRAS

W biegu wzięli udział: **Mariusz Gac**, **Kinga Kowalczyk-Górska**, **Damian Płatek**, **Paweł Jackowicz**, **Maja Kowalska**, **Krzysztof Samara**, **Damian Zieliński**, **Bartłomiej Domański**, **Artur Maszkiewicz**, **Małgorzata Gastołek**, **Łukasz Zalewski**, **Kamil Zawadka**, **Renata Zdulska**, **Piotr Paziewski**, **Adam Wakulewicz**, **Tomek Skora**, **Anna Lewandowska**, **Agata Gugała**, **Aleksandra Edyk**, **Monika Kowalska**, **Korneliusz Pawłowski** i **Radosław Pyza**. Głównym sponsorem sztafety była firma Zignago Vetro.

Cykliczne sztafety charytatywne Stopki Pilawa odbywają się od 2020 roku. Dotychczasowe edycje prowadziły kolejno do Częstochowy, na Giewont, na Hel, do Świnoujścia, Suwałk i Rzymu.

mn

Zryw Sobolew i Wilga Garwolin w finale

Klubowe Mistrzostwa Mazowsza im. Kazimierza Górskiego

Dwa kluby z powiatu garwolińskiego awansowały do finału Klubowych Mistrzostw Mazowsza w piłce nożnej dzieci

To jedenastolatkowie Zrywu Sobolew i dziesięciolatkowie Wilgi Garwolin.

Eliminacje rozegrano w Garwolinie z udziałem 49 drużyn rywalizujących w 4 kategoriach (roczniki 2015-2018) o puchar Burmistrz Miasta Garwolin **Marzeny Świeczak**.

W kategorii dziesięciolatków o drugim miejscu w turnieju im. Kazimierza Górskiego - dającym przepustkę do finału wojewódzkiego - zdecydował bezpośredni pojedynek dwóch garwolińskich drużyn. Wilga Garwolin pokonała Mazurki Gończyce 5:0 i wyprzedziła je w tabeli mimo identycznej liczby punktów. Zryw Sobolew zakończył turniej rocznika 2015 z dorobkiem 20 punktów i bilansem bramkowym 19:5, zajmując pierwsze miejsce przed Powiślanką Lipsko i Energią Kozienice II.

Rekordowa pod względem frekwencji była kategoria dziewięciolatków (rocznik 2017) - o awans rywalizowało aż 17 drużyn podzielonych na dwie grupy.

Zryw Sobolew (2015): Marcel Bajerowski, Mikołaj Dworak, Oskar Marcińczak, Michał Mikusek, Bartosz Maciejewski, Tymon Seremak, Kacper Bajerowski, Jan Zabiegalowski, Rafał Zabieglowski, Tomasz Marcińczak - trener

Wilga Garwolin (2016): burmistrz Marzena Świeczak, Maks Kieszkowski, Adam Siudalski, Igor Dębski, Szymon Tomaszek, Zosia Anyszkiewicz, Piotr Zając, Mateusz Torczynow, Oliwier Utnik, Fabian Szlążek, Filip Szynal, Krzysztof Milewski - trener

Spośród garwolińskich klubów najwyżej uplasował się Grom Trojanów - na szóstym miejscu. W kategorii najmłodszych (rocznik 2018) mocno zaprezentował się KS Puznówka, który zajął trzecie miejsce wśród jedenastu zespołów.

Organizatorami turnieju były GKS Wilga Garwolin, CSiK w Garwolinie, Football Team PBS Polskie Budownictwo Sportowe i Mazowiecki ZPN.

mn

TABELE

rocznik 2015

1. Zryw Sobolew	20
2. Powiślanka Lipsko	19
3. Energia Kozienice II	19
4. UKS Jaguar Michałowice	17
5. K.S. Delta Warszawa	13
6. Huragan Wołomin	13
7. Korona Jadów	8
8. Progres Garwolin	7
9. Energia Kozienice I	5
10. Promnik Gończyce	3

rocznik 2016

1. FC Mundialito	21
2. Wilga Garwolin	19*
3. Mazurki Gończyce	19
4. Progres Garwolin	14
5. Victoria Sulejówek I	12
6. LZS Magnuszew	10
7. Zryw Sobolew	5
8. Promnik Gończyce	4
9. Victoria Sulejówek II	0

* O drugim miejsce zdecydował bezpośredni pojedynek Wilga Garwolin - Mazurki Gończyce 5:0

Rozgrywki rocznik 2017

Olimpia Latowicz - Wilga Garwolin 1:0 (o 15. miejsce), Agrom Warszawa - Progres Garwolin II 1:0 (o 13. miejsce), Wilga Garwolin Czarni - Młode Orły Łuków 4:1 (o 11. miejsce), Progres Garwolin I - FC Mundialito 2:1 (o 9. miejsce), UKS Jaguar Michałowice - Grom Trojanów 3:0 (o 5. miejsce).

Rocznik 2018

1. GKS Osieck	30
2. Mazur Karczew	23
3. KS Puznówka	20
4. MLKS Józefovia Józefów	17
5. AP Champions Mińsk M.	14
6. MKS Otwock I	14
7.Tygrys Huta Mińska I	14
8. GKS Korona Kornica	11
9. MKS Otwock II	9
10. Zryw Sobolew	4
11.Tygrys Huta Mińska II	1

eprasa.pl 8e1e8b37b6

Wilga Miastków mistrzem A klasy

PIŁKA NOŻNA - A KLASA (SIEDLCE)

Wilga Miastków zapewniła sobie mistrzostwo siedleckiej A klasy na kolejkę przed końcem sezonu i wiosną zagra w klasie okręgowej

Wilga Miastków (fot. Wilga Miastków/Facebook)

Przez cały sezon 2025/26 Wilga Miastków nie oddała prowadzenia w tabeli. Ostateczną kropkę postawiło zwycięstwo 3:0 nad Zorzą Sterdyń - po tej wygranej druga Viktoria Kałuszyn traci cztery punkty i nie ma już matematycznych szans na dogonienie lidera.

Drugie miejsce i drugi awans do okręgówki przypadły Wiktorii, choć przez długi czas o tę pozycję walczył Promnik Gończyce. Gończyczanie w minionym tygodniu rozegrali dwa mecze - najpierw pokonali Amazonkę Wiśniew 4:1 w zaległym spotkaniu, co podtrzymało ich nadzieje na awans. W niedzielę jednak marzenia o okręgówce przekreślił Tajfun Jartypory - jedenasty zespół ligi wygrał z Promnikiem aż 6:3. Równolegle Viktoria pokonała Amazonkę 1:0, co dało jej cztery punkty przewagi nad Gończycami i pewne drugie miejsce. **mn**

MECZ ZALEGŁY

Amazonka Wiśniew	1
Promnik Gończyce	4

Gole dla Promnika: Konrad Czyżewski, Dawid Kasperczyk, samobójcza, Eryk Kisiel

WYNIKI 25 KOLEJKI

Zorza Sterdyń	0
Wilga Miastków K.	3

Gole: Jakub Biedrzycki, Wojtek Zieliński, Fabian Frelik

Tajfun Jartypory	6
Promnik Gończyce	3

Gole: Dawid Kasperczyk 2, Kuba Krzyśpiak

Tęcza - Kosovia	2:0
Grodzisk - Andrzejewo	3:1
Dobre - Olimpia	2:3
Amazonka - Victoria	0:1
Ostrówek - Błękitni	5:1

TABELA

1. Wilga	25	58	88:29
2. Victoria	25	53	96:48
3. Promnik	25	49	82:41
4. Grodzisk	25	44	54:38
4. GKS Dobre	25	43	56:51
6. Błękitni	25	33	46:63
7. Zorza	25	33	48:56
8. Kosovia	25	32	35:56
9. Olimpia	25	32	47:70
10. Amazonka	25	30	52:58
11. Tajfun	25	27	67:74
12. Tęcza	25	25	44:65
13. GKS Andrzej.	25	22	56:70
14. LKS Ostrów.	25	19	47:99

NASTĘPNE MECZE

14 czerwca

Kosovia Kosów Lacki - LKS Ostrówek, Błękitni Stoczek - Amazonka Wiśniew, Victoria Kałuszyn - GKS Dobre, Olimpia Latowicz - Tajfun Jartypory, Promnik Gończyce - Zorza Sterdyń, Wilga Miastków Kościelny - Grodzisk Krzymosze, GKS Andrzejewo - Tęcza Stanisławów - wszystkie mecze o godz.17

Nasi zagrają o pietruszkę

PIŁKA NOŻNA - KLASA OKRĘGOWA (SIEDLCE)

Żaden z zespołów powiatu garwolińskiego nie powalczy w ostatniej kolejce siedleckiej okręgówki o nic ważnego - stawka rozstrzygnięta, zostały już tylko punkty honorowe

Pewnym przegranym sezonu jest Hutnik Huta Czechy - od dawna było wiadomo, że klub spadnie do niższej ligi. Pozostałe drużyny z powiatu garwolińskiego kończą rozgrywki bez większych emocji, walcząc jedynie o jak najwyższe miejsce w końcowej tabeli.

Najlepiej z naszych wypadł Orzeł Unin trenowany przez **Rafała Głąbickiego** - drużyna może zakończyć sezon na szóstej pozycji, co będzie najlepszym wynikiem spośród garwolińskich zespołów w okręgówce.

mn

WYNIKI 29 KOLEJKI

Watra Mrozy	3
Orzeł Unin	3

Gole dla Unina: Piotr Wilegosz, Stanisław Dąbrowski, Denis Dobrowolski

Zryw Sobolew	5
Płomień Dębe Wielkie	2

Gole dla Zrywu: Damian Kulik 2, Mateusz Kiliszek, Damian Bieńko, Kamil Cholewa

Hutnik Huta Czechy	3
Jastrząb Żeliszew	3

Gole dla Hutnika: Filip Gawinek 2, More Aditya Uttam

Fenix Siennica	3
Sęp Żelechów	2

Gole dla Sępa: Mikołaj Głodek, Michał Zowczak

Gołąbek - Łosice	1:3
Wektra - Czarni	9:1
Podlasie II - Naprzód	4:1
Małkinia -Pogoń II	0:6

TABELA

1. Pogoń II	29	71	116:20
2. Wektra	29	71	99:35
3. Naprzód	28	53	73:54
4. Fenix	28	51	57:35
5. Płomień	29	49	71:60
6. Watra	29	41	67:56
7. Orzeł	29	40	65:68
8. Gołąbek	29	39	56:61
9. Małkinia	29	37	66:60
10. Podlasie II	29	36	49:58
11. Sęp	29	36	61:67
12. Czarni	29	36	56:62
13. Zryw	29	31	66:95
14. Łosice	29	31	44:81
15. Jastrząb	29	25	44:58
16. Hutnik	29	10	28:148

NASTĘPNE MECZE

10 czerwca

Naprzód - Fenix

13 czerwca

Wektra Zbuczyn - Jastrząb Żeliszew, Płomień Dębe Wielkie - MKS Małkinia (Małkinia Górna), Pogoń II Siedlce - ULKS Gołąbek, ŁDK Łosice - Hutnik Huta Czechy, Czarni Węgrów - Watra Mrozy, Orzeł Unin - Fenix Siennica (14), Sęp Żelechów - Podlasie II Sokołów Podlaski, Naprzód Skórzec - Zryw Sobolew. Mecze o godz. 17, za wyjątkiem Orła Unin

Nasi walczą o okręgówkę

PIŁKA NOŻNA - A KLASA (WARSZAWA II)

W ostatniej kolejce sezonu dwa zespoły z powiatu garwolińskiego będą walczyć o awans do okręgówki - i obie liczą na pomoc Amura Wilga.

Mistrzostwo jest już pewne - Wesoła z 54 punktami i czteropunktową przewagą nad drugą lokatą nie odda już tytułu. Walka toczy się o drugie miejsce, dające awans. Trzeci Orzeł ma 49 punktów, czwarta Wilga II - 48. Kluczem do awansu może okazać się mecz Amura z Talentem II. Jeśli Amur wygra, Talent straci punkty i droga do okręgówki otworzy się przed jedną z naszych drużyn.

Jeżeli Orzeł pokona Impuls, a Amur wygra z Talentem - do okręgówki awansuje Parysów. Gdyby jednak Orzeł przegrał, a Wilga II pokonała Wesołą - to rezerwy Wilgi Garwolin zameldują się w przyszłym sezonie na zapleczu okręgówki. **mn**

WYNIKI 25 KOLEJKI

KS Glinianka	1
Orzeł Parysów	3

Gole dla Orła: Dominik Jarek 16' (rzut karny), 62', Krystian Parzyszek 79' (rzut karny)

Amur Wilga	5
Zły Warszawa	0

Gole: Olaf Górzkowski 2, Dawid Błaszkiewicz, Franciszek Sztylka, Antoni Kęsik

Start Otwock	3
Promnik Łaskarzew	1

Gol dla Promnika: Jakub Piecek

Wilga II Garwolin	3
Józefovia II Józefów	0

Gole dla Wilgi: Piotr Domański (rzut karny), Piotr Poszytek, Karol Misiak

PKS Radość - Wesoła	1:3
Drukarz II - Talent II	2:7
Impuls - Wisła	0:3

TABELA

1. KS Wesoła	25	54	60:30
2. Talent II	25	50	83:43
2. Orzeł	25	49	80:38
3. Wilga II	25	48	71:44
5. Wisła	25	45	53:32
6. Józefovia II	25	42	74:42
7. Amur	25	36	49:44
8. Promnik	25	33	50:49
9. KS Glinianka	25	30	44:55
10. Drukarz II	25	31	61:54
11. PKS Radość	25	31	40:62
12. Start	25	30	34:55
13. Impuls	25	20	48:72
14. Zły	25	6	15:115

Wydział Gier MZPN przyznał walkowery:

- w meczu Impuls Warszawa - KS Glinianka (na boisku 4:2) dla Glinianki
- w meczu Impuls Warszawa - Zły Warszawa (na boisku 9:0) dla Złego

NASTĘPNE MECZE

13 czerwca

Promnik Łaskarzew - Drukarz II Warszawa, Talent II Warszawa - Amur Wilga, Zły Warszawa - PKS Radość (Warszawa), KS Wesoła (Warszawa) - Wilga II Garwolin, Józefovia II Józefów - KS Glinianka, Orzeł Parysów - Impuls Warszawa, Wisła Dziecinów - Start Otwock - wszystkie mecze o godz.15

Zmarnowany karny i remis

PIŁKA NOŻNA - IV LIGA MAZOWIECKA

Wilga Garwolin zmarnowała rzut karny w doliczonym czasie gry i zremisowała z MKS Przasnysz 1:1 w ostatnim domowym meczu sezonu czwartej ligi

Felipe de Brito Novais nie wykorzystał jedenastki w 90. minucie - i ten moment dobrze oddaje cały sezon Wilgi Garwolin. Gospodarze stwarzali sytuacje, mieli swoje szanse, ale brakowało skuteczności.

Przed drużyną ze Sportowej jeszcze jedno spotkanie w tym sezonie - wyjazdowe z Ursusem Warszawa. Mecz zaplanowano na sobotę, choć najprawdopodobniej zostanie rozegrany dzień wcześniej.

mn

WYNIKI 33 KOLEJKI

Wilga Garwolin	1(1)
MKS Przasnysz	1(1)

Gole: 1:0 (32') Michał Wawryszczuk, 1:1 (36') Mikołaj Karpik

Wilga: Makulec, D. Papiernik (67' Grzegorczyk), Chyła, Lewkowski, Świętulski (77' Gimel), S. Papiernik, Wawryszczuk, Pasternak (67' Novais de Brito), Mianowski, Shakurau, Obi. Trener: Karol Zawadka

Łomianki - Ożarowianka	0:1
Legionovia - Ursus	1:2
Marcovia - Makowianka	2:4
Mazur - Victoria	3:0
Oskar - Piaseczno	3:4
Hutnik - Mszczonowianka	2:1
Mazovia - Weszło	0:1
Błonianka - Talent	1:5

TABELA

1. Weszło	33	75	78:34
2. Mazovia	33	72	77:30
3. Victoria	33	66	93:53
4. Hutnik	33	62	68:42
5. Legionovia	33	52	69:52
6. Ursus	32	50	61:57
7. Piaseczno	33	48	73:63
8. Błonianka	33	47	49:55
9. Łomianki	33	45	45:69
10. Mszczonow.	33	44	62:63
11. Oskar	33	44	59:65
12. Przasnysz	33	42	42:57
13. Makowian.	33	41	59:69
14. Mazur	33	39	44:62
15. Talent	33	38	51:69
16. Ożarowian.	33	30	55:92
17. Wilga	33	26	51:74
18. Marcovia	33	24	47:77

NASTĘPNE MECZE

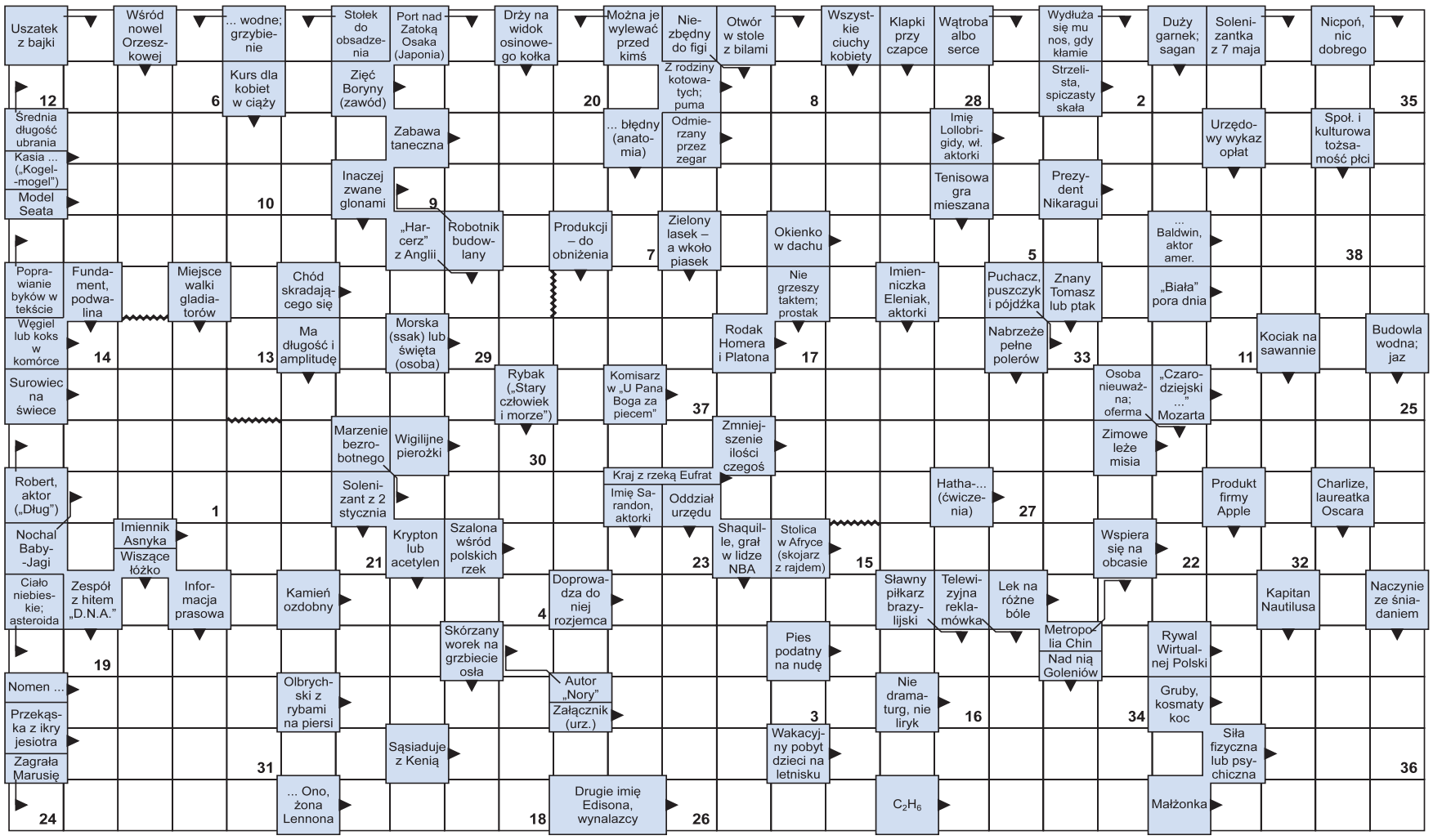
10 czerwca

KS Łomianki - Legionovia Legionowo

13 czerwca

Ursus Warszawa - Wilga Garwolin, MKS Przasnysz - Mazur Karczew, Victoria Sulejówek - Hutnik Warszawa, Mszczonowianka Mszczonów - Oskar Przysucha, MKS Piaseczno - Marcovia Marki, Makowianka Maków Mazowiecki - Błonianka Błonie, Talent Warszawa - Mazovia Mińsk Mazowiecki, KTS Weszło Warszawa - Ożarowianka Ożarów Mazowiecki - wszystkie mecze o godz.17

eprasa.pl 8e1e8b37b6



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 38 utworzą rozwiązanie - przysłowie plemienia Twi.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38

NASZA AKCJA

Wspieraj swoich! Kupuj lokalnie z „Twoim Głosem”

Kontynuujemy naszą akcję, w której co tydzień zaglądamy do serc naszej lokalnej społeczności. Odwiedzając małe, rodzinne biznesy, robicie Państwo coś znacznie ważniejszego niż zwykłe zakupy - wspólnie budujemy siłę gospodarczą naszego powiatu i dajemy pracę naszym sąsiadom. To właśnie w tych wyjątkowych punktach, z dala od pośpiechu wielkich marketów, panuje prawdziwie sąsiedzka atmosfera, a na półkach czekają unikalne towary od lokalnych producentów, których nie znajdziecie w dużych sieciach handlowych. Wybierając te miejsca, nie tylko wspieracie rodzimych przedsiębiorców, ale także zyskujecie dostęp do najświeższych produktów i najnowszego numeru „Twojego Głosu”. W tym tygodniu polecamy Waszej uwadze kolejne lokalne punkty:

DUDKI 43: Sklep Spożywczo-Przemysłowy „Piekarnia Warowny”

Żelechów, ul. Rynek 20: Sklep Spożywczo -Przemysłowy GS Żelechów

WOLA ŻELECHOWSKA: Sklep Spożywczo-Przemysłowy „Eden”

ŻELECHÓW, ul. Rynek 12: Firma Handlowo-Usługowa „24”

PIASTÓW 31A: Sklep Spożywczo-Przemysłowy „Agnes”

GÓRZNO, ul. Jana Pawła II 3: Sklep Spożywczo-Przemysłowy „Kubuś”

eprasa.pl 8e1e8b37b6