Nocne imprezy ...NA DACHU

– STR. 6

Skosztuj historii naszego miasta...
RESTAURACJA LEGIONOWSKA
NA WYNOS
TEL. 511 107 701

TYGODNIK LOKALNY
TL
JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW
2,80 zł
W TYM 5% VAT
NR 5 (1603)
2 LUTEGO 2021
INDEKS 378461
ISSN 1426–6504
MAZOWIECKIE tygodnik
CO TYDZIEŃ OD 5 MAJA 1990 ROKU

Czy samorządowcy powstrzymają DEWELOPERÓW

CZYTAJ NA STRONACH 5, 20

JAK ZAPOBIEGAĆ SAMOBÓJSTWOM

– STR. 5

KOMENTARZ BIEŻĄCY
Nowy sposób na dogęszczanie zabudowy - STR. 2

JABŁONNA
Wywiad wójta z wirusologiem
Online o szczepionce - STR. 2

LEGIONOWO
Prawie 24 tys. zł dla WOŚP
Orkiestra zagrała w mieście - STR. 2

KRONIKA KRYMINALNA - STR. 4

LEGIONOWO
Chcą odmienić okolice cmentarza!
Nowa ścieżka rowerowa i chodnik - STR. 6

POWIAT
Nowe inwestycje w Powiecie Legionowskim!
Czy sytuacja epidemiczna nie przeszkodzi starostwu w realizacji planów? - STR. 6

DOBRA STRONA SEROCKA – STR. 18

DOBRA STRONA JABŁONNY – STR. 22

MIESZKANIA LOKATORSKIE
Zapomniany obowiązek spółdzielni... czyli nowe mieszkanie bez kredytu (cz. II) - STR. 23

SPORT – STR. 24

REKLAMA
II etap inwestycji
Willa Park Wieliszew 2

Biuro sprzedaży
692-705-913
PHU BUDOMUR
www.budomur.pl
MIESZKANIA I DOMY

MEDYCYNA URODY mediq

Dietetyka
Kosmetologia
Medycyna Estetyczna
Chirurgia Plastyczna
Laseroterapia
Dla Panów
www.mediq.pl
T: 22/774 26 40

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT
lek. wet. MIROSŁAW KADO
specjalista chorób psów i kotów
ŁAJSKI ul. Nowodworska 93
tel.(cały czas) 22 782 22 82
602 237 021
RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADŹWIĘKOWE USUWANIE KAMIENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

9 771426 650216 05

eprasa.pl 9c53165e95

KOMENTARZ BIEŻĄCY

Nowy sposób rządzącej ekipy na dogęszczanie zabudowy

Na ostatnich sesjach Rady Miasta Legionowo mogliśmy się przekonać, że prezydent Smogorzewski ze swoimi radnymi znalazł nowy sposób na dogęszczanie zabudowy miasta. Dziwnym trafem, do urzędu zaczęły wpływać kolejne wnioski, właścicieli działek o statusie leśnym, o pozbawienie lasu charakteru ochronnego

Chociaż zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego miasta Legionowo na działkach o charakterze leśnym można zbudować dom jednorodzinny, to jednak na „legionowskie standardy" okazuje się niewystarczające. Aby umożliwić zabudowę całej działki tzw. czworakami czy szeregowcami, znajdujący się na niej las, trzeba pozbawić najpierw statusu lasu ochronnego.

Las ochronny

Lasy ochronne to takie, które nie pełnią funkcji produkcyjnej, ale funkcje ekologiczne lub społeczne np. rekreacyjno-wypoczynkowe. Dlatego za ochronne uznaje się m.in. lasy znajdujące się w granicach miast, a także w odległości do 10 km od miast ponad 50-tysięcznych. Status taki mają więc również zalesione działki w Legionowie

Koszmar nad miastem

Tymczasem w spokojnych i zielonych dotychczas rejonach miasta, gdzie dotąd znajdowały się tylko domy jednorodzinne, teraz powstają jak grzyby po deszczu budynki wielorodzinne tzw. segmentowce, które swoimi gabarytami dominują nad sąsiednia zabudową. Nagle na działce, gdzie dotychczas budowano jeden dom, teraz powstają co najmniej 4. Są przykłady, kiedy tych segmentów jest 8 lub nawet 10. Przestrzeni do życia na próżno tam szukać, a uciążliwość dla otoczenia widoczna jest gołym okiem. Taka działka, praktycznie w całości jest zabetonowana, gdyż potrzebne są chodniki, podjazdy i miejsca parkingowe.

Pozbawiają działki statusu

Na grudniowej sesji prezydenccy radni przegłosowali 3 wnioski o pozbawienie lasu charakteru ochronnego. Ale są już kolejne. Pomimo sprzeciwu części radnych – protestowali radni Mirosław Grabowski i Bogdan Kiełbasiński (NMNS) - zostały one pozytywnie zaopiniowane. Przebieg głosowania był następujący - **za głosowali:** Ryszard Brański, Marta Budzyńska, Paweł Głażewski, Janusz Klejment, Zdzisław Koryś, Mirosław Pachulski, Andrzej Piętka, Marcin Smogorzewski, Mariusz Suwiński, Jolanta Żebrowska, **przeciw głosowali:** Mirosław Grabowski, Bogdan Kiełbasiński, Katarzyna Skierkowska-Pacocha, Artur Pawłowski, **wstrzymali się od głosu:** Małgorzata Grabowska-Kozera i Sławomir Traczyk. A więc, betonowanie trwa. **PS**

LEGIONOWO. 29. finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

250 wolontariuszy, dwa sztaby - Wielka Orkiestra zagrała w Legionowie

Pomimo pandemii i wprowadzonych obostrzeń jak co roku w styczniu odbył się 29. finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

W poniedziałek (1 lutego) Sztab WOŚP w Liceum Marii Konopnickiej około godz. 9.00 rano podawał, że w Legionowie udało się zebrać 236 tys. 800 zł i wciąż trwają licytacje, które zakończą się 3 lutego br. o godz. 23.59.

Na godz. 17.00 w poniedziałek (1 lutego) w całej Polsce fundacji udało się zebrać wg. deklaracji ponad 127 mln 495 tys złotych, a licytację oraz liczenie pieniędzy wciąż trwa. **red.**

JABŁONNA. Wójt Gminy przeprowadził wywiad z wirusologiem

Online o szczepieniach na koronawirusa

Wójt Gminy Jabłonna, Jarosław Chodorski spotkał się on-line z wirusologiem, profesorem Krzysztofem Pyrciem. Podczas wideokonferencji ekspert odpowiadał na pytania Mieszkańców Gminy Jabłonna na temat szczepień przeciwko Covid-19

W środę 27 stycznia, odbyło się spotkanie on-line wójta Gminy Jabłonna Jarosława Chodorskiego z wirusologiem, profesorem Krzysztofem Pyrciem. Tematem wideokonferencji, podczas której ekspert odpowiadał także na pytania mieszkańców Gminy Jabłonna, były wszelkie problemy związane ze szczepieniami przeciwko COVID-19. O ciekawej inicjatywie wójta Jabłonny informowały również ogólnopolskie media. **red.**

OKIEM RADNEGO

Bądźmy ludźmi!

Radny Artur Pawłowski na swoim profilu na Facebooku opublikował w niedziele (31 stycznia) nietypowe zdjęcie przedstawiające „cień" człowieka, który zmarł na ulicy w trakcie reanimacji

To zdjęcie po reanimacji na ul. Mickiewicza. Mimo heroicznego masażu serca, który wykonywała przypadkowo przechodząca pielęgniarka, nie udało się nam przywrócić życia. Bezsilnie patrzyliśmy jak ten człowiek od nas odchodzi. Plama na chodniku to ostatni ślad jaki po sobie zostawił + ślad... ciepła jego ciała+. Kim był? Dla większości pewnie „lumpem"... być może dlatego, że leżała obok niego butelka piwa lub piersiówka, a może właśnie dlatego? Jakby nikt z nas nigdy nie miał przy sobie alkoholu..., a może wyglądał na bezdomnego...?

Nie zapomnę sytuacji sprzed kilku lat, gdy zasłabłem w pociągu i karetka zabrała mnie do szpitala. Na miejscu zajęło się mną kilku medyków. Odczuli ogromną ulgę, gdy okazało się, że mam na sobie czystą bieliznę - to nie lump! - usłyszałem, leżąc trochę półprzytomny. W kilka dni potem pomyślałem... a co byłoby, gdybym wracał akurat od brata, któremu wówczas pomagałem w domowym remoncie - trochę zakurzony, trochę brudny, przepocony... czy ktoś by mi pomógł, czy poszedłby dalej...

Kilka dni po śmierci tego człowieka ktoś w tamtym miejscu zapalił znicz... żona, mama, córką, syn...? kto wie...?

Uznałem, że dziś taki wolontarystyczny dzień, może bardziej do Was przemówi obraz, choć miałem tego zdjęcia nie wstawiać... **red.**

MAZOWIECKIE toiowo LAUREAT NAGRODY PRO PUBLICO BONO

IZBA WYDAWCÓW PRASY IWP

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

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

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

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
Druk: Polska Press Łódź.
Wydawca: Agencja TiO Paweł Kozera, e-mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

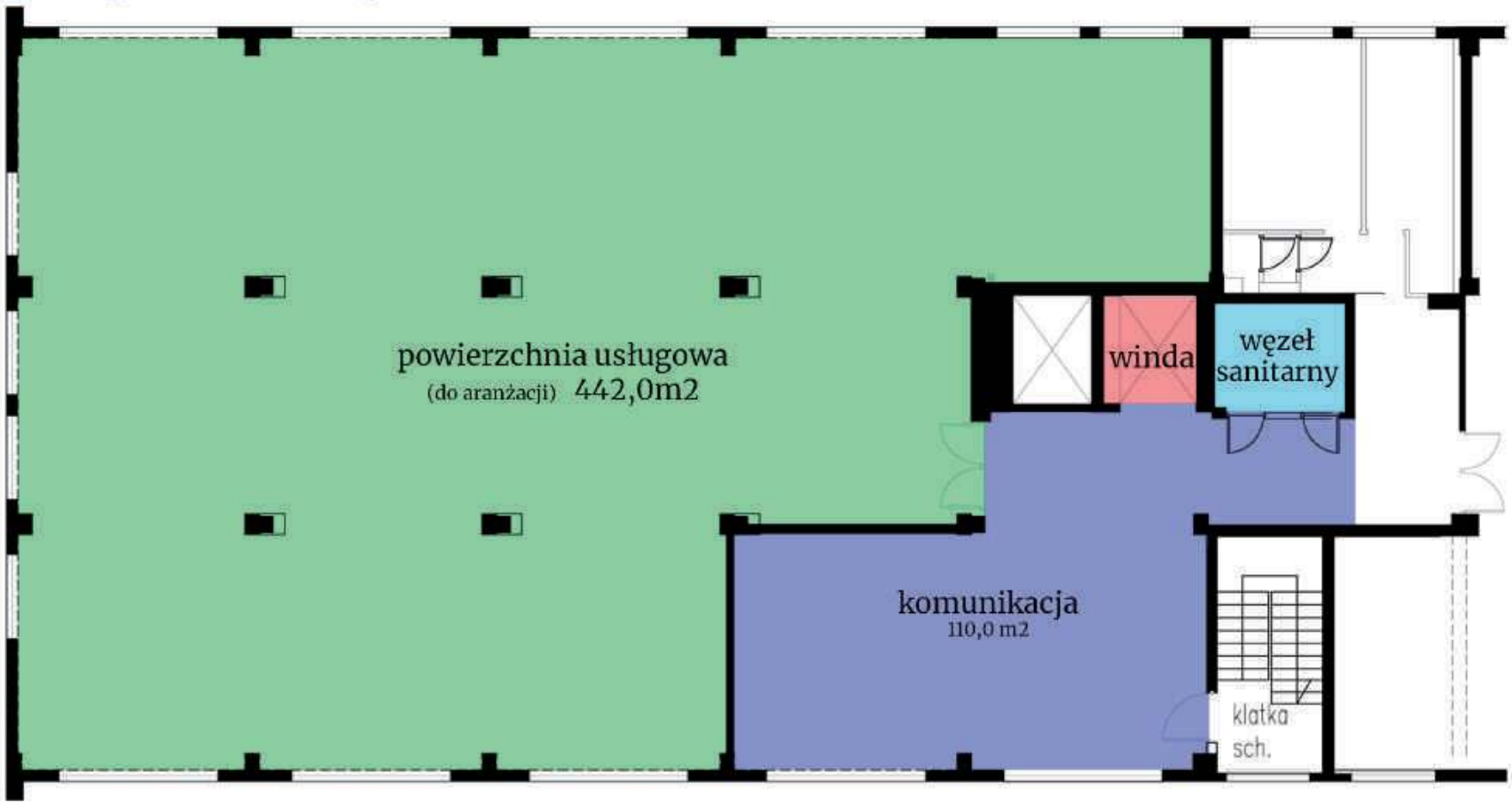
eprasa.pl 9c53165e95

WYNAJEM POWIERZCHNI USŁUGOWYCH

do 1500m2 z możliwością dowolnej aranżacji/podziału

od 12 zł/1m2 (netto)

przykładowy rzut



lokalizacja: **Legionowo, ul.Zegrzyńska 6**

Nowodworskie Centrum Nieruchomości

tel: 509 212 339

e-mail: ncn@ncn.waw.pl

eprasa.pl 9c53165e95

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

25 stycznia

NIEPORĘT. NIETRZEŹWY KIERUJĄCY Z COFNIĘTYMI UPRAWNIENIAMI

Policjanci zespołu patrolowo–interwencyjnego z nieporęckiego komisariatu zatrzymali nietrzeźwego kierującego. Okazało się również, iż 46–latek nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami mechanicznymi. Teraz mężczyzna za swoje zachowanie odpowie przed sądem.

W piątek, w godzinach wieczornych, na jednej z osiedlowych uliczek w Nieporęcie mundurowi zatrzymali do kontroli kierującego volkswagenem. Od mężczyzny wyczuwalna była woń alkoholu. Przeprowadzone badanie wykazało, że prowadził on samochód posiadając 2,5 promila alkoholu w organizmie.

Po sprawdzeniu w policyjnych systemach okazało się również, iż 46- latek nie posiada uprawnień do prowadzenia pojazdów, ponieważ zostały mu cofnięte decyzją administracyjną. Teraz mężczyzna za swoje czyny tj. kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości oraz prowadzenie pojazdu mechanicznego nie stosując się do decyzji właściwego organu o cofnięciu uprawnień do kierowania pojazdami odpowie przed sądem. Grozi mu kara do 2 lat pozbawienia wolności.

CZOSNÓW. ARESZT DLA 47- LATKA

Policjanci z komisariatu w Czosnowie zatrzymali 47-letniego mężczyznę, który znęcał się nad swoją matką i bratem. Wobec mężczyzny sąd na wniosek nowodworskiej prokuratury zastosował trzymiesięczny areszt. Grozi mu teraz kara do 5 lat pozbawienia wolności.

Policjanci z Komisariatu Policji w Czosnowie kilka dni temu zatrzymali 47-letniego mieszkańca gminy Leoncin. Zatrzymany mężczyzna będąc pod wpływem alkoholu wszczynał awantury domowe i znęcał się nad swoją matką i bratem.

Zebrane przez śledczych materiały pozwoliły na przedstawienie podejrzanemu zarzutu znęcania się psychicznego i fizycznego nad osobami najbliższymi.

Prokuratura Rejonowa w Nowym Dworze Mazowieckim złożyła do sądu wniosek o zastosowanie wobec zatrzymanego mężczyzny środka zapobiegawczego w postaci tymczasowego aresztowania. Nowodworski sąd przychylił się do wniosku. Teraz najbliższe trzy miesiące 47-latek spędzi w areszcie. Grozi mu kara do 5 lat więzienia.

SEROCK. PIJANY KIEROWCA UJĘTY PRZEZ ŚWIADKA CHCIAŁ PRZEKUPIĆ POLICJANTÓW

To kolejny przykład braku społecznej zgody na jazdę po alkoholu. Na terenie gminy Serock doszło do obywatelskiego zatrzymania. Świadkowie zareagowali i uniemożliwił jazdę kierowcy skody, który miał w organizmie blisko 4 promile alkoholu. Kiedy na miejsce przyjechali policjanci mężczyzna próbował ich przekupić, oferując pieniądze. Za próbę skorumpowania mundurowych grozi mu teraz nawet do 8 lat więzienia. O jego dalszym losie zdecyduje teraz sąd.

Przed 19.00 policjanci z legionowskiej drogówki zostali powiadomieni o ujęciu nietrzeźwego kierowcy przez świadków. Jak wynikało z relacji świadków jadących drogą krajową 61, zauważyli kierowcę skody, który nie mógł utrzymać prawidłowego toru jazdy. Para, podejrzewając, że mężczyzna jest pod wpływem alkoholu, uniemożliwiła dalszą jazdę kierowcy i powiadomiła Policję.

Mundurowi z drogówki, którzy przyjechali na miejsce, przeprowadzili badanie trzeźwości kierowcy skody. Urządzenie pokazało, że ma on w organizmie blisko 4 promile alkoholu. 61-latek, chcą uniknąć odpowiedzialności za jazdę po alkoholu, próbował przekupić policjantów. Za zapomnienie o sprawie i odwiezienie do domu oferował im 500 złotych.

Mieszkaniec powiatu pułtuskiego został zatrzymany i noc spędził w policyjnej celi. Kiedy wytrzeźwiał, został przewieziony do legionowskiej prokuratury, gdzie słyszał zarzut kierowania w stanie nietrzeźwości oraz przekupstwa. Teraz o jego dalszym losie zdecyduje sąd. Grozi mu do 8 lat pozbawienia wolności.

Świadkom bardzo dziękujemy i gratulujemy zaangażowania, profesjonalizmu w działaniu, a w szczególności godnej podziwu postawy, która powinna stanowić wzór dla wszystkich.

ZAKROCZYM. PRÓBOWAŁ WRĘCZYĆ „ŁAPÓWKĘ" BO NIE MIAŁ PRAWA JAZDY

Zakroczymscy policjanci zatrzymali 46-latka, który chciał im wręczyć „łapówkę". Mężczyzna, aby uniknąć odpowiedzialności za brak uprawnień do kierowania pojazdami proponował mundurowym korzyść majątkową. Za taki czyn kodeks karny przewiduje nawet do 10 lat pozbawienia wolności.

Zdarzenie miało miejsce w ubiegłym tygodniu na ul. Gałachy w Zakroczymiu. Policjanci z Posterunku Policji w Zakroczymiu zatrzymali do kontroli drogowej kierującego citroenem mężczyznę. W trakcie interwencji okazało się, że kierujący pojazdem 46-latek z Wyszogrodu nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami. Aby uniknąć konsekwencji, w pewnym momencie mężczyzna w zamian za odstąpienie od czynności służbowych przez policjantów, usiłował wręczyć funkcjonariuszom pięć stuzłotowych banknotów. Stróże prawa od razu oznajmili mu, że zostaje zatrzymany za próbę udzielenia korzyści majątkowej funkcjonariuszom publicznym. Banknoty zostały zabezpieczone.

46- latek noc spędził w policyjnej celi. Dodatkowo, za brak uprawnień do kierowania mundurowi nałożyli na niego mandat karny w wysokości 500 zł.

Po zgromadzeniu materiału dowodowego, prokurator nowodworskiej prokuratury przedstawił mężczyźnie zarzut udzielenia korzyści majątkowej policjantom. 46-latek przyznał się do popełnienia tego przestępstwa.

Dodatkowo na pojazd, którym mężczyzna kierował, prokurator wydał postanowienie o zabezpieczeniu majątkowym.

Konsekwencją czynu kierowcy może być kara nawet do 10 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK. 47-LATEK ZATRZYMANY BEZ UPRAWNIEŃ I NA „PODWÓJNYM GAZIE"

Funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego z pułtuskiej komendy zatrzymali kierującego bez uprawnień i pod wpływem alkoholu. Mężczyzna za swoje zachowanie odpowie przed sądem.

We wtorek (26.01) około godz. 21 na ul. Rynek w Pułtusku, policjanci z „drogówki" zatrzymali do kontroli drogowej pojazd Renault. Kierującym był mieszkaniec naszego powiatu. Badanie alkomatem wykazało, że 47-latek miał blisko 1,5 promila alkoholu w swoim organizmie. Ponadto okazało się, że mężczyzna nie posiada wymaganych uprawnień do kierowania pojazdami. Mężczyźnie za kierowanie „na podwójnym gazie" grożą teraz poważne konsekwencje.

Pamiętajmy!

Jazda w stanie nietrzeźwości stanowi duże zagrożenie na drodze, zarówno dla kierowcy, jak i innych uczestników ruchu drogowego.

SZYJKI (POW. CIECHANOWSKI). GROŹNE ZDARZENIE NA „SIÓDEMCE"

Ciechanowscy policjanci wyjaśniają przyczyny zdarzenia drogowego, do którego doszło w miejscowości Szyjki gm. Glinojeck. Trzy osoby zostały ranne.

Do zdarzenia doszło około 9:30 w miejscowości Szyjki gm. Glinojeck na drodze krajowej nr 7. Ze wstępnych ustaleń policjantów wynika, że kierujący samochodem Fiat Ducato jadąc w kierunku Gdańska od strony Warszawy na prostym odcinku drogi przekroczył oś jezdni, zjechał na przeciwległy pas ruchu i uderzył w jadący z naprzeciwka pojazd ciężarowy marki Renault. W wyniku tego uderzenia fiat odbił na swój pas ruchu, zatoczył łuk i przewrócił się na prawy bok blokując jezdnię. Droga była całkowicie zablokowana w obydwu kierunkach. 20 – letni kierowca Fiata, jego 29 – letni pasażer oraz 29 – letni kierowca Renaulta zostali zabrani do szpitala. Mundurowi ustalają szczegóły i dokładne okoliczności tego zdarzenia.

27 stycznia

LEGIONOWO. ZATRZYMANY ZA PODROBIONE RECEPTY

Funkcjonariusze wydziału kryminalnego komendy w Legionowie zatrzymali 29-latka, po tym, jak chciał zrealizować sfałszowaną receptę. Obywatel Rosji wpadł, gdy farmaceutka nabrała wątpliwości, co do autentyczności dokumentu. Jak ustalili policjanci, mężczyźnie już wcześniej udało się zrealizować takie recepty. Za popełnione przestępstwo grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności.

Kilka dni temu dyżurny legionowskiej komendy dostał zgłoszenie o podejrzeniu popełnienia przestępstwa w jednej z aptek na terenie miasta. Na miejsce skierowani zostali policjanci wydziału kryminalnego. W aptece zastali farmaceutka oraz 29-letniego obywatele Rosji. Kobieta oświadczyła, że mężczyzna posłużył się sfałszowaną receptą na zakup leków. W trakcie interwencji mężczyzna próbował uciec z apteki, jednak już po chwili został zatrzymany przez funkcjonariuszy i przewieziony do komendy.

Dalsze czynności procesowe ujawniły, że 29-latkowi już wcześniej udało się zrealizować w tej aptece podrobioną receptę. Mężczyzna usłyszał zarzuty posłużenia się podrobionymi receptami. W celu zapewnienia prawidłowego toku dalszego postepowania, prokurator skierował do sądu wniosek o zastosowanie tymczasowego aresztowani wobec mężczyzny. Legionowski sąd przychylił się do wniosku i 29-latek trafił do aresztu na 3 miesiące.

28 stycznia

LEGIONOWO. ZNĘCAŁ SIĘ NAD KONKUBINĄ, TRAFIŁ POD POLICYJNY DOZÓR

Policyjny dozór, zakaz kontaktowania się i nakaz opuszczenia lokalu zajmowanego wspólnie z pokrzywdzoną zastosował prokurator wobec 44-latka o znęcanie się nad partnerką. Mężczyźnie grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności.

Policjanci z jabłonowskiego komisariatu zostali skierowani na interwencję domową. Na funkcjonariuszy oczekiwała zgłaszająca. Kobieta przyznała się, że jej partner od roku znęca się nad nią. Policjanci podjęli decyzję o zatrzymaniu mężczyzny.

Śledczy przyjęli zawiadomienie od pokrzywdzonej o popełnieniu przestępstwa. Z zeznań kobiety wynikało, że 44-latek, będąc pod wpływem alkoholu, wszczynał awantury domowe. Mężczyzna poniżał i ośmieszał kobietę, izolował od otoczenia. Stosował również przemoc fizyczną, popychając i szarpiąc za włosy partnerkę.

Zgromadzony przez śledczych materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie 44-latkowi zarzutu znęcania się nad osobą najbliższą. Prokurator zastosował wobec podejrzanego policyjny dozór, zakaz kontaktowania się z pokrzywdzoną, a także zobowiązał go do opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania.

Za przestępstwo znęcania się grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności.

29 stycznia

PUŁTUSK. 21-LATEK ZATRZYMANY Z NARKOTYKAMI PRZEZ DZIELNICOWYCH

Pułtuscy policjanci zatrzymali 21-letniego mieszkańca Pułtuska. Znaleźli u niego środki odurzające w postaci suszu roślinnego – marihuany. Właścicielowi zabronionych substancji grozi teraz odpowiedzialność karna.

W miniony piątek, około godziny 18, podczas patrolowania rejonu służbowego, dzielnicowi z pułtuskiej komendy zauważyli młodego mężczyznę, który szedł chodnikiem nie stosując się do przepisów zasłonięcia ust i nosa w przestrzeni publicznej. Podczas legitymowania przez policjantów, 21 – latek podejrzanie się zachowywał co wzbudziło czujność u funkcjonariuszy. Po chwili okazało się, co było tego powodem. Mieszkaniec Pułtuska posiadał przy sobie blisko trzy gramy suszu roślinnego w postaci marihuany. Za niestosowanie się do obowiązku zakrywania ust i nosa nałożony został na mężczyznę mandat karny. Dodatkowo 21-latek został zatrzymany do sprawy, a marihuana zabezpieczona. Podejrzany usłyszał zarzut posiadania narkotyków, za co grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności.

ZAKROCZYM. WYPADEK CIĘŻARÓWKI

W Zakroczymiu na drodze krajowej S7 doszło do wypadku drogowego. Kierujący pojazdem ciężarowym, 25-latek z Ciechanowa nie dostosował się do sygnalizacji świetlnej i doprowadził do zdarzenia drogowego z pojazdem volvo, którym kierował 22-latek Trębek Nowych. Kierowca osobówki trafił do szpitala.

1 lutego

LEGIONOWO. ZABEZPIECZONE WYROBY TYTONIOWE

Policjanci zajmujący się zwalczaniem przestępczości gospodarczej i korupcji z legionowskiej komendy zatrzymali mężczyznę i zabezpieczyli papierosy bez polskich znaków akcyzy. Towar był przechowywany w sklepie, w specjalnie przygotowanych torebkach. 59-latka odpowie za wykroczenie skarbowe.

Policjanci z legionowskiego wydziału do walki z przestępczością gospodarczą i korupcją przypuszczali, że w jednym z osiedlowych sklepów na terenie miasta, mężczyzna najprawdopodobniej przechowuje towar bez polskich znaków akcyzy. Funkcjonariusze przygotowali działania i podjęli obserwację.

W wyniku tych działań policjanci zatrzymali 59-letniego mężczyznę. W trakcie przeszukania placówki handlowej, funkcjonariusze znaleźli ukryte papierosy w ilości blisko 1600 sztuk. Zabezpieczone wyroby tytoniowe nie miały polskich znaków akcyzy skarbowej, a spakowane były w specjalne torebki.

Zabezpieczona kontrabanda trafiła do policyjnego depozytu. Mieszkańcowi powiatu legionowskiego grozi wysoka grzywna.

KPP Legionowo, KPP Nowy Dwór Maz., KPP Pułtusk, KPP Ciechanów

eprasa.pl 9c53165e95

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

POWIAT. Konwent Samorządowy reaguje na patologiczne zjawiska

Dostrzegli problem przestrzennego chaosu i dyktatu deweloperów?

Włodarze wszystkich gmin Powiatu Legionowskiego postanowili stworzyć grupę roboczą, której zadaniem będzie będzie zapobieganie negatywnym zjawiskom wpływającym na politykę przestrzenną gmin w Powiecie Legionowskim. Chodzi o obchodzenie zapisów planów miejscowych przez deweloperów w celu realizacji coraz większych budynków i coraz gęściejszej zabudowy

Podczas Konwentu Samorządowego Powiatu Legionowskiego 26 stycznia br. dyskutowano kwestie związane z zagospodarowaniem przestrzennym i próbami obchodzenia zapisów miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego.

Obniżenie komfortu życia mieszkańców

W dyskusji wzięli udział: Wójt Gminy Nieporęt - Maciej Mazur, Paweł Kownacki - Wójt Gminy Wieliszew, Roman Smogorzewski - Prezydent Miasta Legionowo, Jarosław Chodorski - Wójt Gminy Jabłonna, Marek Bąbolski - z-ca burmistrza Miasta i Gminy Serock oraz starosta Sylwester Sokolnicki. Powodem podjęcia tego tematu były coraz częściej podejmowane próby obchodzenia zapisów planów miejscowych przez przedsiębiorców z branży deweloperskiej, które skutkują przestrzennym chaosem, zabudowywaniem dotąd wolnych przestrzeni, zagęszczaniem zabudowy i likwidacja terenów zielonych. Efektem tych działań jest obniżenie komfortu życia nie tylko obecnych, ale też przyszłych mieszkańców.

Jak temu zapobiec?

Plany miejscowe kształtują politykę przestrzenną w gminach, definiują charakter zabudowy i wielkość działek budowlanych dla poszczególnych jej rodzajów. Dobry plan powinien także zapewnić komfort życia mieszkańcom i umożliwić im dogodne warunki rozwoju. Powinien on zapewniać tereny do wypoczynku oraz dobre rozwiązania komunikacyjne. Gdy natomiast zapisy opracowanych przez urbanistów planów nie są respektowane powstaje przestrzennych chaos, na którym tracą wszyscy.

Grupa robocza

Aby przeciwdziałać tym negatywnym zjawiskom włodarze gmin powiatu legionowskiego postanowili stworzyć grupę roboczą. W skład której wejdą urzędnicy odpowiedzialni za te obszary z poszczególnych gmin i z powiatu. Zadaniem tego zespołu będzie wypracowanie takich procedur, które pozwolą zapobiegać zjawiskom negatywnie wpływającym na politykę przestrzenną gmin w Powiecie Legionowskim. Jest to niewątpliwie potrzebna i cenna inicjatywa. Oby nie skończyło się tylko na gadaniu.

Paulina Nowcka

PSYCHOLOG RADZI

SŁUCHAĆ, OBSERWOWAĆ, REAGOWAĆ – czyli jak zapobiegać samobójstwom

Trwająca pandemia może powodować wzrost incydentów samobójczych. To oznacza, że już w niedługim czasie możemy mieć do czynienia z coraz większą liczbą samobójstw spowodowanych nagłym pogorszeniem zdrowia psychicznego

Na przełomie ostatnich trzech tygodni w Legionowie doszło do dwóch samobójstw. Na własne życie targnęło się dwóch 69-letnich byłych wojskowych. Pierwszy w poniedziałek 4 stycznia, drugi dwa tygodnie później w poniedziałek 18 stycznia. W obu przypadkach prokuratura prowadzi śledztwa mające na celu wyjaśnić przyczyny tych tragedii. Zapytaliśmy psychologa jak rozpoznać problem i pomóc osobom, które borykają się z myślami samobójczymi.

Więcej problemów

Zdaniem psycholog Anny Lipskiej, w związku z pandemią zwiększył się odsetek problemów emocjonalnych. - Może to wynikać m.in. z nienaturalnej izolacji, w której się znajdujemy, ale także problemów z jakimi się borykamy i obawami o to, co przyniesie kolejny dzień – mówi psycholog. Jej zdaniem, są pewne okresy czasu, jak na przykład przełom roku, kiedy dochodzi do uaktywnienia problemów i obaw. Wtedy też może dojść do eskalacji autodestrukcyjnych zachowań w tym m.in. podejmowania prób samobójczych.

Depresja to tylko jeden z czynników

Pytając psychologa o przyczyny prób samobójczych usłyszeliśmy, że nie jest to kwestia tylko jednego problemu, wystąpienia jakiegoś kryzysu. Jest to bardzo złożony proces, który w efekcie prowadzi do próby odebrania sobie życia. Może to być np. depresja, do której doszła nagła utrata pracy, problemy finansowe, różnego rodzaju psychozy, nadużywanie alkoholu czy narkotyków. Ale także hejt, strach na przykład przed tym, co przyniesie nowy rok, nienaturalna izolacja czy samotność.

- Owszem zdarzają się przypadki działania pod wpływem impulsu, jednak z reguły są to jednostkowe przypadki – zaznacza Anna Lipska.

Najpierw pojawia się myśl

Zdaniem pani psycholog, osoba która zamierza popełnić samobójstwo najpierw o tym bardzo dużo myśli. Rozważa wszystkie za i przeciw swojej decyzji. Taka osoba jest w złej formie psychicznej. Aż 80% samobójców mówi wcześniej o swoich zamiarach bliskim lub lekarzowi. Pozostali sygnalizują to w mniej bezpośredni sposób – interesują się tematem śmierci, myślą o bezsensie życia. Więc nawet jeśli wydaje nam się, że taka osoba pół żartem, pół serio rzuca hasła dotyczące tego, że sobie coś zrobi powinniśmy reagować.

Potem pojawia się swego rodzaju druga faza, w trakcie której osoba może np. zacząć się samookaleczać, bo niejako przygotowuje się do myśli jak tego dokonać etc. W tej fazie dalej trwa zastanawianie się. Jednak dotyczy ono już nie samego samobójstwa, a najczęściej tego czy np. kogoś ukarzemy tym, że nas już nie będzie, czy ktoś będzie za nami tęsknił itd.

Później przychodzi trzecia faza, w której decyzja o targnięciu się na własne życie jest już podjęta i już się nie waha. Osoba, która coś takiego planuje bardzo często oddaje swoje osobiste rzeczy. W jej głowie jest już konkretny plan. Pojawia się szukanie odpowiedniej metody odebrania sobie życia.

WAŻNE! W każdej z tych faz można reagować i powstrzymać taką osobę przed popełnieniem samobójstwa. Jest to najtrudniejsze w ostatniej fazie, ponieważ osoba, która chce popełnić samobójstwo z reguły już o tym nie mówi.

Jak pomóc?

Zdaniem naszej rozmówczyni, najważniejsze jest niebagatelizowanie problemu.

W Polsce temat samobójstw jest swego rodzaju tabu, a rodziny dotknięte tym problemem są niejako stygmatyzowane, oceniane, wstydzą się. Jeżeli słyszymy, że ktoś ma jakiś problem i deklaruje nawet w żartach chęć odebrania sobie życia, powinniśmy zareagować. Osoby, które mają myśli samobójcze lub wykazują inne zachowania autodestrukcyjne wymagają przede wszystkim zrozumienia i rozmowy. Wysłuchajmy, obserwujmy zachowanie i traktujmy poważnie. Poinformujmy o tym jej najbliższą rodzinę lub przyjaciół. Spróbujmy skierować ją pod opiekę specjalisty: psychologa lub psychiatry. Zapewnijmy takiej osobie bezpieczeństwo. Nie bagatelizujmy jej problemów stwierdzeniami: co ty gadasz albo wszystko będzie dobrze. Być może wtedy uda nam się uratować komuś życie.

QK

NA SYGNALE

LEGIONOWO. Rosjanin podrabiał recepty

Policja zatrzymała 29-letniego obywatela Rosji podejrzanego o próbę zrealizowania podrobionej recepty. Teraz grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności

O zdarzeniu policję powiadomiła farmaceutka, u której mężczyzna próbował zrealizować sfałszowaną receptę i kupić leki. Po przybyciu na miejsce funkcjonariuszy mężczyzna próbował opuścić aptekę jednak został zatrzymany.

Po przewiezieniu na Komendę okazało się, że mężczyźnie udało się już jakiś czas wcześniej zrealizować podrobioną receptę w aptece, w której wpadł. W ramach zapewnienia prawidłowego toku postępowania wobec mężczyzny na wniosek prokuratora wobec 29-latka został zastosowany areszt tymczasowy na okres 3 miesięcy.

LEGIONOWO. Chciał pomóc poszukiwanemu koledze i sam wpadł

Policjanci z Legionowa codziennie prowadzą działania mające na celu zatrzymanie osób poszukiwanych w związku z popełnionymi przestępstwami. W taki właśnie sposób w ostatnim czasie zatrzymano dwie osoby

Do zatrzymania doszło rutynowego patrolu, w trakcie którego funkcjonariusze zauważyli mężczyznę łudząco podobnego do osoby poszukiwanej, dlatego też postanowili go wylegitymować. Jak się okazało był to strzał w dziesiątkę. Legitymowanym okazał się 35-letni mężczyzna skazany na 3 lata pozbawienia wolności za przestępstwa przeciwko życiu i zdrowiu. Kiedy policjanci prowadzili swoje czynności podszedł do nich kolega poszukiwanego, który nie zdawał sobie sprawy, że ma do czynienia z policją.

Kiedy się zorientował co się dzieje próbował odejść twierdząc, że jest umówiony na rozmowę o pracę. Policjanci nie puścili mężczyzny na rzekome spotkanie tylko sprawdzili w swojej bazie danych. Jak się okazało 29-latek również był poszukiwany i skazany na karę 6 miesięcy pozbawienia wolności za oszustwo. Obaj zatrzymani trafili już do zakładów karnych.

SEROCK. Miał 4 promile i próbował przekupić policjantów

Dzięki obywatelskiej postawie innych uczestników ruchu policja zatrzymała 61-letniego pijanego kierowcę

Z relacji świadków, którzy doprowadzili do zatrzymania mężczyzny wynikało, że ich uwagę zwrócił dziwny styl jazdy osobowej Skody. Podejrzewając, że za kierownicą może siedzieć pijany kierowca postanowili zatrzymać auto i wezwać na miejsce policję.

Po przybyciu na miejsce patrolu drogówki i przebadaniu 61-latka alkomatem okazało się, że mężczyzna ma w organizmie blisko 4 promile alkoholu. Kiedy został poinformowany o popełnieniu przestępstwa zaproponował funkcjonariuszom łapówkę w wysokości 500 zł za odstąpienie od czynności. Policjanci nie dali się przekupić i odwieźli mieszkańca powiatu pułtuskiego na komisariat. Po wytrzeźwieniu 61-latek usłyszał zarzuty kierowania w stanie nietrzeźwości oraz próbę wręczenia łapówki. Teraz grozi mu do 8 lat pozbawienia wolności.

LEGIONOWO. Pościg za dilerem narkotyków

Policjanci zatrzymali 28-letniego mężczyznę. Powodem aresztowanie było nie zatrzymanie się do kontroli drogowej oraz posiadanie znacznej ilości narkotyków. Teraz zatrzymany najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie

Uwagę policji patrolującej ulice w Legionowie zwróciło jeżdżące w koło po okolicznych ulicach osobowe Suzuki. Dlatego też mundurowi zdecydowali się zatrzymać auto. Kierujący autem widząc policyjne sygnały do zatrzymania zignorował je i zaczął uciekać. W pościg za nim ruszył próbujący zatrzymać go chwilę wcześniej patrol, a później do pościgu dołączył drugi radiowóz. W trakcie ucieczki 28-latek z auta wyrzucił torbę. Dopiero po zajechaniu mu drogi mężczyzna się zatrzymał. Jak się później okazało w wyrzuconej torbie znajdowała się metamfetamina o łącznej wadze 75 gram. W trakcie dalszego przeszukania auta znaleziono również dokument Prawa Jazdy nienależący do 28-latka. Zebrany materiał pozwolił na przedstawienie 28-latkowi zarzutu posiadania znacznej ilości narkotyków, niezatrzymana się do kontroli oraz posiadania nie swojego dokumentu prawa jazdy. Teraz najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie.

QK

eprasa.pl 9c53165e95

LEGIONOWO. Niekończąca się opowieść przy ul. Kościuszki

Nowy deweloper chce zbudować bloki na terenie składu węgla!

Firma ARIA WRC Development z Legionowo korzystając ze specustawy deweloperską chce na terenie obecnego składu węgla przy ul. Kościuszki w Legionowie zbudować 7 bloków. To ta sama inwestycja, na którą realizację zgodziło się Liegonowo w marcu 2020r.

Firma ARIA WRC Development wystąpiła z wnioskiem do miasto o wydanie decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach przedsięwzięcia pod nazwą „Budowa siedmiu wielorodzinnych budynków mieszkalnych, komunikacji i infrastruktury technicznej towarzyszącej projektowanym budynkom" w Legionowie, ul. Tadeusza Kościuszki na działkach nr ew. 1/2, 1/3, 1/4, 2/1, 2/2, 2/3 w obrębie 37, czyli w miejscu obecnego składu węgla. Przypomnijmy. Poprzedni właściciel terenu, jabłonowska Gminna Spółdzielnia Samopomoc Chłopska w styczniu 2020 r., złożyła do władz miasta wniosek o pozwolenie na lokalizację osiedla mieszkaniowego, w ramach tzw. ustawy deweloperskiej. Przedstawiono koncepcję, zgodnie z którą miało tam powstać 7 bloków 4 piętrowych, mieszczącymi łącznie ponad 200 mieszkań. Niedługo cała dokumentacja związana z inwestycją zostanie opublikowana w legionowskim Biuletynie Informacji Publicznej, a zainteresowani będą mogli wnosić do niej swoje uwagi i wnioski. Procedura powinna zakończyć się w ciągu 2 miesięcy.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. Wyścigi, alkohol i zakłócanie ciszy nocnej

Nocne imprezy na garażu przy PKP

Od dłuższego czasu na parkingu wielopoziomowym nieopodal dworca PKP w Legionowie pomimo obostrzeń odbywają się liczne imprezy. Zdaniem mieszkańców prócz łamania obostrzeń w trakcie imprez urządzane są nielegalne wyścigi, które zakłócają ciszę nocną i powodują zagrożenie dla uczestników

Jakiś czas temu otrzymaliśmy wiadomość od zaniepokojonego czytelnika, że na dachu garażu nieopodal ul. Szwajcarskiej w Legionowie od dłuższego czasu odbywają się nielegalne imprezy. W ich trakcie uczestniczący w nich młodzi ludzie spożywają alkohol, driftują (technika jazdy pojazdem w kontrolowanym poślizgu), a także urządzają nielegalne wyścigi ul. Szwajcarską stanowiąc zagrożenie dla siebie jak i osób postronnych.

Mieszkańcy się skarżą

Jak się okazuje nocne wyścigi trwają od dłuższego czasu. - Wielokrotnie słychać buczenie tych samochodów i pisk opon – mówią okoliczni mieszkańcy. - Zjeżdżają się i dudnią tymi silnikami, że spać nie można. Zdaniem niektórych wspomniane imprezy trwają od kilku lat i nie jest to nic nowego. - To się zaczęło jak tylko otworzyli ten parking. Kiedyś dzwoniłem nawet na Straż Miejską, ale było po 23.00 i już nie pracowali. A na policję się nie doczekałem – kończy jeden z sąsiadów garażowca.

Policja otrzymała jedno zgłoszenie

Zdaniem naszego rozmówcy ostatnia taka impreza miała miejsce w nocy z 15 na 16 stycznia br. Wtedy też doszło podobno do zniszczenia ogrodzenia przy stacji PKP Piaski. - Przejeżdżałem dziś to faktycznie rozwalone jest ogrodzenie na 20 metrach jak by ktoś na ten nowy parking wpadł z impetem i uciekł. Od rzecznika policji usłyszeliśmy, że faktycznie w nocy z 15 na 16 stycznia otrzymali zgłoszenie dot. driftujących pojazdów na terenie parkingu przy PKP. Jednak po przybyciu na miejsce patrolu nikogo nie zastali.

Straż Miejska przekazała nagrania

Jak udało nam się dowiedzieć Straży Miejskiej obsługującej legionowski monitoring udało się nagrać wspomnianą imprezę, która odbyła się w nocy z 15 na 16 stycznia. - Do zespołu wykroczeń trafiło nagranie z monitoringu miejskiego gdzie zarejestrowane zostały „driftujące pojazdy". W związku z tym ww. zespół prowadzi 6 postępowań w tej sprawie w kierunku art 98 Kodeksu Wykroczeń tzn: Niezachowanie należytej ostrożności przez prowadzącego pojazd – powiedziała nam rzeczniczka legionowskiej Komendy Powiatowej Policji. Sprawę będziemy monitorować. **QK**

LEGIONOWO. Nowa ścieżka rowerowa i chodnik

Chcą odmieni okolice cmentarza!

Powiat Legionowski wraz z legionowskim magistratem planują przebudowę Alei Legionów i ul. Cynkowej w Legionowie, w okolicach cmentarza.

Urząd miasta Legionowo, w październiku ubiegłego roku, wystąpił do Starostwa Powiatowego z wnioskiem o rozbudową i przebudową Alei Legionów i ul, Cynkowej w Legionowie. Zaplanowano tam: asfaltową ścieżkę rowerową i chodnik. Ścieżka powstanie w ul. Cynkowej od ronda do ul. Orzechowej, a ciąg chodnik od ronda do ul. Wyszyńskiego. Ponadto planowany jest montaż zadaszonej stacji obsługi rowerów wraz z miejscami do postoju rowerów przy skrzyżowaniu ul. Wyszyńskiego i Alei Legionów od strony południowo-zachodniej Mają zostań również, wymienione oprawy oświetleniowe na LED oraz doświetlone przejścia dla pieszych na skrzyżowaniu ul. Wyszyńskiego z Aleją Legionów.

Paulina Nowcika

POWIAT. Czy sytuacja epidemiczna nie przeszkodzi starostwu w realizacji planów?

Nowe inwestycje w Powiecie Legionowskim!

Starostwo Powiatowe w Legionowie zapowiedziało inwestycje, które ma podjąć w 2021 r. W planach m.in.: modernizacja dróg, rondo w miejscowości Szadki, sygnalizacja świetlna na skrzyżowaniu ul. Suwalnej i Olszankowej w Legionowie, budynek dla liceum w Stanisławowie Pierwszym, czy projekt siedziby PIK.

Jak informuje Starostwo Powiatowe w Legionowie, projekty nowych i realizacja już zaplanowanych inwestycji to zadania, których podejmie się w roku 2021. Będą to zarówno przedsięwzięcia drogowe, jak i kubaturowe z przeznaczeniem na działalność oświatową i kulturalną.

Budowa i przebudowa dróg

Tegoroczny budżet przeznaczony na modernizację dróg to przeszło 15,5 mln zł.

W gminie Nieporęt zaplanowano projekt i przebudowę drogi powiatowej w obrębie ulic: Wolskiej, Akacjowej i Kościelnej. Na to zadanie Powiat planuje wydać 6,4 mln zł, z czego ponad 1,1 mln zł będzie pochodzić ze środków Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych.

W gminie Serock planowana jest przebudowa drogi powiatowej na odcinku od DK 61 do skrzyżowania z ul. Prostą w Karolinie. Na ten cel zarezerwowano 3,6 mln zł. W budżecie znalazły się także środki na projekt przebudowy drogi powiatowej nr 1801W w Stanisławowie (gmina Serock). Koszt zadania to 217 tys. zł. Kolejna inwestycja to projekt ronda w Szadkach, w miejscu obecnego skrzyżowania DK 62, DW 622 i powiatowej nr 1804W. Zadanie realizowane będzie wspólnie z Gminą Serock, a dokumentacja przekazana zostanie jako pomoc rzeczowa dla GDDKiA do realizacji tej inwestycji. Wkład Powiatu na ten cel to 45 tys. zł.

Na skrzyżowaniu ulic Suwalnej i Olszankowej **w Legionowie** za 1 mln zł powstanie pełna sygnalizacja świetlna oraz lewoskręty. Środki na tę inwestycję pochodzą z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych.

Blisko 100 tys. zł to wkład Powiatu w ramach pomocy rzeczowej dla Mazowieckiego Zarządu Dróg Wojewódzkich na przygotowanie dokumentacji projektowej przebudowy skrzyżowania DW nr 632 i ul. Suwalnej **w Łajskach**.

Zaplanowano również środki w wysokości 50 tys. zł na analizę możliwości **przedłużenia obwodnicy Jabłonny, od ronda przy Kauflandzie do granic Jabłonny** (od DK 61 do DW nr 630).

Budynek dla liceum

Utworzone w 2019 roku Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Lema w Stanisławowie Pierwszym będzie miało swoją siedzibę. Obecnie trwają prace nad dokumentacją projektową dla tej inwestycji. Koszt jej wykonania to prawie 100 tys. zł. Obiekt powstanie na działce bezpośrednio sąsiadującej ze Szkołą Podstawową im. Bohaterów Bitwy Warszawskiej 1920 roku, która obecnie zapewnia liceum zaplecze lokalowe. Środki na projekt i początek prac budowalnych w kwocie miliona złotych pochodzą z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych.

Nowa siedziba PIK

Kolejnym tegorocznym zadaniem będzie projekt nowej siedziby dla Powiatowej Instytucji Kultury. W budżecie na 2021 r. zabezpieczono 200 tys. zł na ten cel. Obecnie PIK działa w budynku położonym przy ul. Sowińskiego 15 w Legionowie, którego powierzchnia jest zbyt mała aby w pełni realizować pozabiblioteczną działalność instytucji. Trwają ustalenia dotyczące lokalizacji obiektu.

Paulina Nowicka

eprasa.pl 9c53165e95

W 2021 roku przypada jubileusz XXXV lecia zespołu Sexbomba

Tymczasem przedstawiamy pierwsze wydawnictwo Sexbomby w 2021 roku!

Jest to winylowa płyta wydana w USA. Zawiera materiał z pierwszego dema zespołu nagranego w 1989 roku w studiu ARP w Szczecinie wraz z bonusami. Jednym z nich jest dołączona do winyla 16 stronicowa książeczka, która byłą dodawana do kaset rozprowadzanych w drugim obiegu w 1989 roku. Ponieważ zachował się jej oryginał, ta wydana obecnie jest kolorowa i doskonałej jakości. Zespół Sexbomba nagrywał w składzie: **Robert Szymański** – śpiew, **Bogdan Kozieł** – gitara, śpiew, **Piotr Welcel** – bass, śpiew i **Dominik Dobrowolski** – perkusja. Płyta pojawiła się już na stronie wydawcy w USA, oto link:
https://tiny.pl/rjgsb

Historia zespołu zaczęła się bowiem od koncertu na FMR w Jarocinie'86 i trwa nieprzerwanie do dzisiaj. Na rok 2021 zespół szykuje niespodzianki fonograficzne oraz serię specjalnych koncertów, na których połączy siły z inną, zaprzyjaźnioną formacją – Farben Lehre.

Aktualny skład zespołu:
Robert Szymański – śpiew
Maciek Gortatewicz – gitara, śpiew
Piotr Welcel – bass, śpiew
Hubert Traczyk – perkusja.

Teledysk do ilustracji:
https://tiny.pl/7v6nj

Obiady domowe z Pałacu
(menu dnia: zupa i danie główne lub Burger Menu)
ABONAMENT DOROSŁY

5 - dniowy
110 zł z dowozem
95 zł z odbiorem osobistym

7 - dniowy
150 zł z dowozem
130 zł z odbiorem osobistym

Obiady domowe z Pałacu
(menu dnia: zupa i danie główne lub Burger Menu)
ABONAMENT DZIECKO

5 - dniowy
80 zł z dowozem
70 zł z odbiorem osobistym

7 - dniowy
105 zł z dowozem
95 zł z odbiorem osobistym

PAŁAC W JABŁONNIE #POCZUJ NASZĄ HISTORIĘ
zamów: +48 883 324 344 info@palacjablonna.pan.pl

eprasa.pl 9c53165e95

Wokół czosnku krąży wiele legend, które mówią o jego nadzwyczajnej mocy. Otóż we Francji, do dziś przetrwała jedna z nich

JADWIGA WOŁYNIK
j.wolynik@tio.com.pl

Czosnkowy ciąg dalszy

W Marsylii w latach 1725-1726 panowała siejąca grozę i śmierć epidemia, może to była dżuma a może..... grypa? Do dziś nie wiadomo. Ludzie wymierali całymi rodzinami, nikt nie znał antidotum. Odchodzili młodzi i silni, starzy i mądrzy. Biedni i bogaci. Nie miał kto zakopywać zwłok. Miasta pustoszały. Dobrą passę miało tylko czterech wszystkim dobrze znanych złodziejaszków. Kradli na potęgę i ogromną skalę. Jak wieść niosła, owi „dżentelmeni" konserwowali się... czosnkiem macerowanym w winie! Codziennie się tym winem „chronili" przed zarazą. Pilnie strzegli swego skarbu i z nikim nie podzielili się nim.

Najstarsze pokolenie Francuzów do dziś pamięta i może powtórzyć nazwiska tych „panów". Podobno, wierząc legendzie, są to nazwiska ciągle najbogatszych i niestety... szanowanych rodów.

Tyle legenda, a w każdej bajce jest podobno jest cząstka prawdy, można wierzyć lub nie.

Podstawą kuchni naszych przodków były kiszonki, dlatego ja polecam czosnek kiszony. Jest w takiej postaci bardzo zdrowy, łatwo strawny i co najważniejsze... bez zapachu!

Najprostszy czosnek kiszony

Słoik wypełniamy główkami czosnku w łupinkach, dodajemy 2-3 baldachy kopru z nasionami, obieramy kawałek korzenia chrzanu, kroimy w paski i też dodajemy wciskając go między główki. Kilka liści z wiśni, czarnej porzeczki i dębu doda kiszonce dodatkowego smaku. Zalewamy ciepłą wodą z solą, w proporcji 1 litr wody - łyżka soli kłodawskiej. Leciutko zakręcamy słój. Stawiamy na 2 tygodnie w ciepłym miejscu do ukiszenia. Po tym czasie przechowujemy w lodówce.

Czosnek kiszony w zalewie ogórkowej

Dowolną ilość obranych ząbków czosnku blanszujemy 3 minuty we wrzącej wodzie. Wyjmujemy, układamy w słoiku i zalewamy wodą po kiszonych ogórkach. Kisimy go tak przez 3 tygodnie. Co 7 dni zlewamy starą zalewę i zalewamy nową (na targu w Legionowie można o taką wodę poprosić u producenta kiszonych ogórków). Po tym czasie czosnek będzie ukiszony i bez zapachu. Jeśli zrobimy zapas kilku słoików, to możemy zapas zapasteryzować w ostatniej zalewie. Litrowe słoiki pasteryzujemy 30 min. w temperaturze 75 stopni, a mniejsze 15 min. Zaraz po pasteryzacji przewracamy słoiki do góry dnem i tak studzimy.

Czosnek marynowany

- 1 szklanka wody,
- 1 szklanka octu winnego,
- 2 łyżeczki cukru trzcinowego,
- 3 goździki,
- 9-10 ziarenek ziela angielskiego,
- 5 ziaren pieprzu,
- 25 dag obranych ząbków czosnku.

Gotujemy wodę z przyprawami, do wrzątku dodajemy czosnek. Całość gotujemy 3 minuty. Przekładamy wszystko do słoiczków, przed zamknięciem dolewamy na wierzch nieco oleju słonecznikowego, gorące zakręcamy. Przewracamy do góry dnem. Niewielkim wysiłkiem otrzymamy wyśmienity dodatek do pieczywa i wędlin.

Czosnek kiszony - naszych przodków

Młody czosnek (tzw. dojrzałość mleczna), wykopany w momencie, gdy łodyga kwiatowa dopiero zaczyna wyrastać. Oczyszczamy główkę z pierwszych zabrudzonych łupinek, reszty nie obieramy. Układamy go ciasno w kamiennym garczku i zalewamy wodą z solą. W takich proporcjach jak kiszone ogórki. U mnie 1 łyżka soli kłodawskiej (niejodowanej!) na litr wody. Posypujemy szczodrze kolendrą i pozostawiamy do ukiszenia w ciepłe miejsce. Już po 3 dniach można czosnek zajadać z chlebkiem posmarowanym masłem. Jest bez zapachu.

Nalewka czosnkowa na odporność

- 8 ząbków czosnku,
- 1 cytryna wymyta i sparzona,
- 1 szklanka przegotowanej wody,
- 4 łyżeczki dobrego, polskiego miodu.

Obrany czosnek zgniatamy, przekładamy do słoika, zalewamy letnią wodą. Dodajemy sok z cytryny. Słoik odstawiamy na noc w ciepłe miejsce. Po 12 godzinach przecedzamy nalewkę. Dodajemy miód. Przelewamy do butelki. Przechowujemy w lodówce.

Rano i wieczorem pijemy po jednej łyżeczce.

Czosnek nie lubi noża, dlatego najlepiej miażdżyć go drewnianą kopystką na desce. Krojenie metalowym nożem powoduje wydzielanie się drażniących związków chemicznych, które to powodują wydzielanie się ostrego zapachu.

Zgnieciony czosnek wydziela allicynę, substancja ta ma działanie podobne do penicyliny i tetracykliny.

Kupujemy naturalnie nasz, polski czosnek.

Nalewka czosnkowo imbirowa

- 100g imbiru obranego,
- 1-2 główki czosnku obranego i zmiażdżonego,
- 1/2 l wódki 45%,
- 2 cytryny, wymyte i wyparzone,
- 500 g cukru trzcinowego,
- 800 ml dobrego miodu.

Cytryny kroimy w ósemki. Imbir w plasterki. Miażdżymy czosnek. Wkładamy wszystko do słoja. Zasypujemy cukrem i zalewamy miodem. Wlewamy wódkę i odstawiamy słój na 3 miesiące w ciepłe miejsce. Często wstrząsamy słojem. Po trzech miesiącach zlewamy nalewkę do butelek. Wyciskamy cytrynę, aby oddała nam płyn. Butelkę odstawiamy na kolejne 3 miesiące. Warto już w maju czy czerwcu pomyśleć o zimie. Naleweczkę należy zachować na zimową porę i stosować jako lek.

J.W.

REKLAMA

eprasa.pl 9c53165e95

Zima energetyków

Sezon zimowy w energetyce wiąże się ze zwiększoną awaryjnością sieci dystrybucyjnej. Zapewnienie ciągłości i niezawodności dostaw energii elektrycznej w tym okresie wymaga utrzymania infrastruktury w należytym stanie technicznym. Dla pracowników PGE Dystrybucja to czas walki ze skutkami masowych bądź rozproszonych awarii, wywołanych ekstremalnymi warunkami pogodowymi. Huraganowe wiatry, opady intensywnego śniegu lub marznącego deszczu stanowią podstawowe zagrożenie dla prawidłowego funkcjonowania linii dystrybucyjnych.

W celu zapewnienia niezawodności pracy sieci dystrybucyjnej w trudnych warunkach atmosferycznych, PGE Dystrybucja przez cały rok podejmuje szereg działań zapobiegawczych.

W sezonie zimowym niemożliwe jest jednak całkowite wyeliminowanie przerw w dostawie energii elektrycznej. Aby były one jak najmniej dotkliwe, energetycy pracują w tym czasie w stanie wzmożonej gotowości.

Na posterunku przez całą dobę

Służby ruchu w PGE Dystrybucja nieprzerwanie sprawdzają prognozy meteorologiczne. Dane o zbliżających się niepokojących zjawiskach atmosferycznych pozyskiwane są bezpośrednio z Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej lub poprzez Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego. Na tej podstawie tworzone są charakterystyki przewidywanego zagrożenia, w tym rodzaju zjawiska, obszaru, nad którym może ono wystąpić, prawdopodobnych kierunków przemieszczania się i przybliżonego czasu pojawienia się na danym terenie. W przypadku wystąpienia awarii masowych, sztaby kryzysowe koordynujące przebieg akcji zarówno w Rejonach Energetycznych, Oddziałach, jak i w Centrali Spółki działają 24 godziny na dobę.

Kłopotliwa sieć napowietrzna

Stan infrastruktury wymaga ciągłego podnoszenia nakładów finansowych na rozbudowę i modernizację sieci dystrybucyjnej. PGE pomimo całorocznych starań i nakładów ponoszonych na remonty i modernizację, nie ma możliwości całkowitego wyeliminowania przerw w dostawie energii, zwłaszcza przerw wynikających z działania sił natury. Po obfitych opadach śniegu zawsze występują utrudnienia w dostawach energii elektrycznej do Odbiorców. Szczególnie dotkliwe są awarie występujące w terenie zalesionym, gdzie dotarcie do miejsca uszkodzeń jest utrudnione ze względu na konieczność poruszania się po terenie ciężkimi pojazdami ze specjalistycznym osprzętem. W takich przypadkach, aby dotrzeć do miejsca awarii, niekiedy trzeba najpierw zbudować drogę.

Śnieg, mróz i wiatr

Trudne warunki pogodowe, w tym nieustające opady śniegu, marznącego deszczu oraz ujemne temperatury są przyczyną szkód wywoływanych na bardzo rozległym obszarze. Padający w zimowych warunkach deszcz tworzy warstwę lodu, który w miarę nabierania masy, obciąża nie tylko elementy sieci elektroenergetycznej, ale również pobliskie drzewa. Wystarczy zaledwie kilka godzin, by drzewa i gałęzie pod naporem lodowej pokrywy, spadając doprowadziły do zerwania przewodów oraz łamania słupów linii energetycznych.

Wszystkie ręce na pokład

Za likwidowanie awarii w terenie, odpowiedzialne są ekipy techniczne PGE Dystrybucja oraz w razie potrzeby specjalistyczne brygady zewnętrzne. W przypadku pojawienia się awarii ekipy niezwłocznie przystępują do pracy, aby jak najszybciej przywrócić zasilanie na kolejnych odcinkach linii wysokich, średnich, a następnie niskich napięć. Przy usuwaniu rozległych awarii pracuje nawet kilkaset osób. Elektromonterzy pracują często w bardzo trudnych i niebezpiecznych warunkach przez wiele godzin, nierzadko od samego rana do późnych godzin wieczornych.

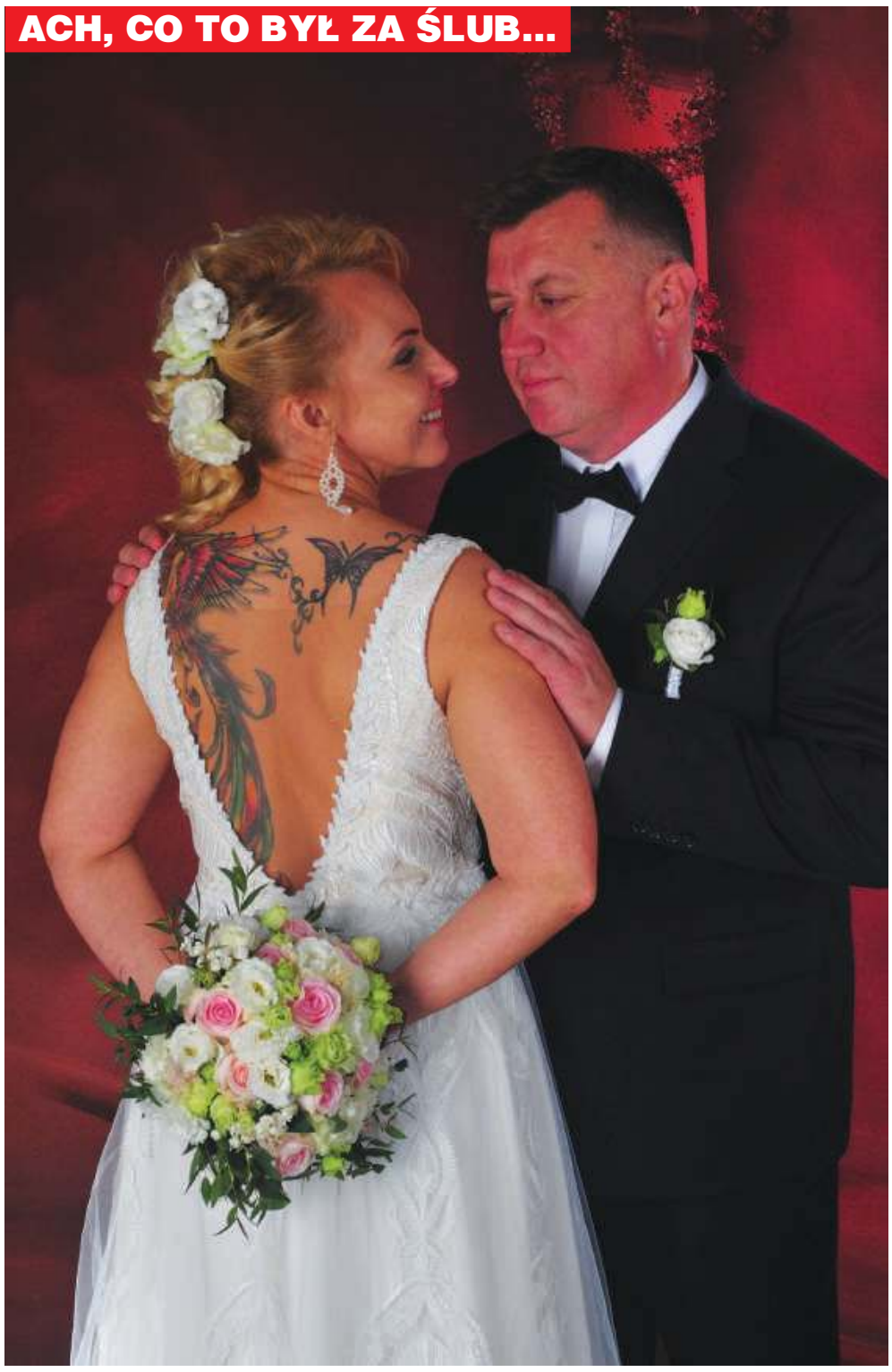
Specjalistyczny sprzęt nieodzowny

PGE Dystrybucja posiada specjalistyczne zaplecze techniczne, wykorzystywane między innymi do wykonywania prac modernizacyjnych i likwidowania uszkodzeń linii dystrybucyjnych. Brygady używają specjalistycznego sprzętu, w tym dźwigów, samochodów ciężarowych do przewozu słupów czyli tzw. dłużyc i podnośników hydraulicznych. Bywają przypadki, że na przestrzeni kilku kilometrów linię trzeba odbudować praktycznie od zera, a błoto, rozjeżdżony śnieg oraz koleiny na drogach nie ułatwiają tego zadania. W miejscach, gdzie trwają najbardziej skomplikowane prace naprawcze, często działają agregaty prądotwórcze.

red.

eprasa.pl 9c53165e95

ACH, CO TO BYŁ ZA ŚLUB...



Paweł Getka i Ewa Wolna - Wola Kiełpińska 29.09.2019 r. foto-legionowo.pl

Rodzina Wardaków z Seniorką foto-legionowo.pl

Serdeczności, życzenia, zdjęcia noworodków, ślubne i z uroczystości rodzinnych publikujemy bezpłatnie!

Wystarczy wysłać maila z treścią/zdjęciem na adres:
- serdecznosci@tio.com.pl (życzenia, uroczystości rodzinne)
- samozycie@tio.com.pl (noworodki)
- sluby@tio.com.pl (zdjęcia ślubne, życzenia z okazji rocznic)

Przesłanie zdjęcia jest równoznaczne ze zgodą na jego publikację.

Na ratunek kręgosłupowi

Plagą dzisiejszych czasów jest spędzanie dużej ilości czasu przez komputerami i smartfonami, którym towarzyszy bardzo zła pozycja ciała. Skutkiem grabienia się i siedzenia w skrzywionej pozycji są: obciążenie odcinka szyjnego, zapadnięta klatka piersiowa i osłabiony odcinek lędźwiowy. Cały kręgosłup traci prawidłowy, fizjologiczny kształt

Zła postawa ciała ma poważne konsekwencji dla naszego organizmu. Mało kto zdaje sobie sprawę z tego, że jednym ze skutków jest zmniejszenie pojemności płuc, a co za tym idzie, gorsza efektywność oddychania i niedotlenienie organizmu. Jest to tylko jedna z licznych konsekwencji skrzywienia kręgosłupa i utrzymywania ciała w niewłaściwej pozycji. Pamiętajmy, że kręgosłup nie krzywi się sam - my sami go deformujemy! Pomyśl o tym już dziś, zacznij działać i zafunduj swojemu kręgosłupowi piękne życie!

Jest wiele propozycji ćwiczeń na wzmocnienie całego ciała - od praktyk jogi po treningi ogólnorozwojowe. Co ważne, jogę należy praktykować w miarę swoich możliwości i stopnia zaawansowania. Jeżeli dopiero zaczynasz przygodę z nią, zapoznaj się z pozycjami dla początkujących, wśród których jest wiele otwierających klatkę piersiową i wzmocnienie pleców. Poniżej przedstawię jedne z moich ulubionych: most i pozycję tancerza.

Joga to świetny sposób na relaks, odprężenie, wyciszenie, a za razem zwiększenie mobilności ciała. Zaczynając od małych kroków, pilnując regularności bardzo szybko zobaczysz poprawę sylwetki, a co najważniejsze będziesz myśleć o wyprostowanej sylwetce i korekcji postawy.

Natarajasana (pozycja króla tańca)

Setubandhasana (most)

Kolejnym ćwiczeniem jest tzw superman. Budzi ono z uśpienia mięśnie głębokie i zabezpiecza plecy przed bólem, wzmacniając mięśnie grzbietu, ale również mięśnie pośladkowe.

Technika wykonania

1. Połóż się na brzuchu. Stopy oprzyj płasko przy ziemi. Nogi trzymaj złączone.

2.Weź głęboki oddech i w tym samym momencie podnieś ręce, klatkę piersiową i nogi do góry .Staraj się wytrzymać w tej pozycji kilka sekund. Wróć do pozycji wyjściowej.

#Stayhome i ćwicz ze mną
Karolina Kwaczyńska - Trenerka Babeczek
kkwaczynska123@gmail.com
Tel.: 511 446 948

eprasa.pl 9c53165e95

WSPIERAJ POLSKICH PRZEDSIEBIORCÓW

SŁAWMAR MEBEL STYL S.C.

Możliwość wykonywanych przez nas usług pozwala nam usprawnić proces wykończenia domu czy mieszkania w meble wszelkiego rodzaju, co pozwoli Państwu zaoszczędzić wiele czasu.

W ZAKRES NASZYCH PRAC WCHODZĄ:

- SZAFY I GARDEROBY,
- MEBLE KUCHENNE - WRAZ Z WSZELKIEGO RODZAJU BLATAMI KUCHENNYMI,
- MEBLE ŁAZIENKOWE - TAKŻE W POŁĄCZENIU Z GRANITEM,
- RECEPCJE ORAZ MEBLE BIUROWE,
- MEBLE NOWOCZESNE I STYLIZOWANE
- BIBLIOTEKI, BIURKA, STOŁY,
- REGAŁY WOLNOSTOJĄCE, KOMODY ITP.,
- DRZWI WEWNĘTRZNE,

SŁAWMAR MEBEL STYL S.C.
05-110 Jabłonna, ul. Szkolna 42 a
tel.: 504 017 573, 504 017 574
e-mail: mmowinski96@gmail.com, slawomir.parzonko@gmail.com

Nasz park maszyn oraz wieloletnie doświadczenie pozwala wykonać nam każdy rodzaj mebla więc chętnie podejmiemy się wykonać nietypowe i trudne zlecenia.

WWW.SLAWMAR.COM.PL

środa 3 lutego

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja
06:00 Elif - serial, prod. Turcja
06:50 Policzmy się dla Polski - felieton
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzinny ekspres
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:30 Policzmy się dla Polski
08:35 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Kasta - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Rok w ogrodzie Extra
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif - serial, prod. Turcja
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka

SERIAL OBYCZAJOWY

16:05 Przysięga - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela TVP
18:20 Kasta - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka
21:00 Geniusze i marzyciele. Jan Czochralski - film
22:05 Historia bez tajemnic - Belmondo Wspaniał
23:10 McMafia - serial
00:20 Monster - film fabularny, prod. USA, Niemcy
02:15 W szeregach ISIS
03:15 Wojsko - polskie.pl
03:35 Chichot losu - serial TVP, reż. Maciej Dejczer

TVP 2

05:20 Cafe piosenka
05:50 Doktor Kleist - serial, prod. Niemcy, 2019
06:50 Pożyteczni.pl
07:20 Familiada - teleturniej
07:55 Pytanie na śniadanie
10:40 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Policzmy się dla Polski
11:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP
15:10 Doktor Kleist - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Więzień miłości
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale
20:55 Na dobre i na złe - serial TVP
21:50 Urodzona gwiazda - serial, prod. Rosja, 2015, reż. Marat Kim
22:45 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP
23:15 Kino relaks - Miłość po francusku - komedia
00:55 Tylko jedno spojrzenie - serial kryminalny
02:00 Sekrety Jowisza
03:05 Defekt - serial
04:05 Zemsta ponad wszystko - dramat

TVN

05:30 Uwaga! - magazyn
05:45 Mango - telezakupy
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:35 Doradca smaku
11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:50 Szpital - program obyczajowy
13:50 Rozwód. Walka o wszystko
14:55 Szpital
15:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:00 Rozwód. Walk o wszystko
18:00 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:25 Uwaga! koronawirus
19:50 Raport smogowy
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy
20:55 Milionerzy
21:35 Wrogowie publiczni - film sensacyjny, USA, Japonia, 2009, reż. Michael Mann, wyk. Christian Bale, Johnny Deep, Marion Cotillard, Stephen Graham, David Wenham, Stephen Dorff
00:20 Nieznana bitwa - film wojenny, Rosja, 2019, reż. Igor Kopyłow, wyk. Siergiej Żarkow, Iwan Batarjew, Oleg Gajanow, Arsenij Sjemionow, Aleksandr Bucharow
02:55 Superwizjer - magazyn reporterów
04:10 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:25 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport, Pogoda
20:00 Nie ma mocnych wersja kolorowa Kontynuacja przygód dwóch rodzin zabużańskich, osadników na Dolnym Śląsku.

FILM SENSACYJNY

22:05 Skarb narodów Wielki przebój kinowy z Nicolasem Cagem w roli Benjamina Franklina Gatesa, którego rodzina zajmuje się od sześciu pokoleń poszukiwaniem największego w dziejach ludzkości skarbu zakonu Templariuszy.
01:00 Ewolucja Na Ziemię spada meteoryt z jednokomórkowymi organizmami, które błyskawicznie ewoluują w przerażających Obcych, zdolnych położyć kres panowaniu człowieka na planecie.
03:10 Tajemnice losu
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy

TVP Kultura

07:00 Teledysk
08:05 Informacje kulturalne
08:30 Rok 2020
09:00 Szatan z siódmej klasy - film fabularny, reż. Kazimierz Tarnas
11:00 Układ krążenia - serial
12:30 Twarze, plaże - film dokumentalny
14:15 Odkrywając Beethovena - I symfonia C - dur op. 21
15:20 Kola - film fabularny
17:20 Czterdziestolatek - dwadzieścia lat później
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Co dalej?
19:10 Niedziela z... musicalem Metro
20:00 Na wschód od Hollywood - Intruz - dramat
21:55 Więcej niż fikcja
22:55 Berlin Live
00:05 Co dalej?
00:25 Informacje kulturalne

KOMEDIODRAMAT

00:50 Lekkie obyczaje - Madame - komediodramat, prod. Francja, 2017, reż. Amanda Sthers, wyk. Toni Colette, Hervey Keitel
02:30 Kino nocne - Nibelungi: Śmierć Zygfryda - film fabularny, prod. Niemcy, 1924, reż. Fritz Lang, wyk. Gertrud Arnold, Frida Richard, Margarete Schön, Hanna Ralph, Paul Richter
05:05 Teledyski
05:35 Afisz kulturalny ekstra - program
05:50 Zakończenie dnia

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Nash jest policjantem kierującym grupą zwalczającą przestępczość w San Francisco. Po mieście porusza się swoją żółtą Barrakudą z lat siedemdziesiątych, siejąc postrach wśród przestępców.
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
10:00 Kobra - oddział specjalny - serial sensacyjny
12:00 Zaklinaczka duchów
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial

FILM KATASTROFICZNY

20:00 Czasy ostateczne: Pozostawieni Świat pogrąża się w chaosie i destrukcji. Pozostali na ziemi ludzie są świadkami proroctwa biblijnego, które zwiastuje początek apokalipsy.
22:05 Powódź
00:05 Grobowiec diabła
02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny
02:35 Dyżur - serial dokumentalny
03:00 Taki jest świat
03:55 Biesiada na cztery pory roku
04:35 Z archiwum policji
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
07:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:35 Ten moment
11:05 Szpital
12:05 Szkoła
13:05 Sąd rodzinny - program sądowy
14:05 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
15:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:05 Zakochani po uszy - serial, Polska
16:35 Brzydula - serial
17:10 19 + - obyczajowy
18:20 Kryminalni - serial kryminalny, Polska
19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska
20:00 Brzydula - serial

FILM OBYCZAJOWY

20:35 Wielki Mike - film obyczajowy, USA, 2009, reż. John Lee Hancock, wyk. Sandra Bullock, Tim McGraw, Quinton Aaron, Jae Head, Lily Collins, Kathy Bates
23:15 Pula śmierci - film sensacyjny, USA, 1988, reż. Buddy Van Horn, wyk. Patricia Clarkson, Clint Eastwood, Liam Neeson, Evan C. Kim, David Hunt, Michael Currie
01:15 Druga strona medalu - talk show
02:25 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji
12:25 Święty **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **15:00** STOP Drogówka - magazyn prod. Polska **16:00** Z miłości do dziecka **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów
18:00 Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Walka z cieniem. Ostatnia runda Artem Kolchin zostaje trenerem boksu. Nie odnosi jednak wielkich sukcesów, ponieważ trenowani przez niego zawodnicy zostają jeden po drugim znokautowani przez boksera z Południowej Afryki. **23:45** Ucho Prezesa **00:00** Pocałunek śmierci **01:55** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Disco Polo Life

TV Trwam

11:00 Świat na wyciągnięcie ręki **11:15** Co by było gdyby zwierzęta mówiły? Baśka Murmańska **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:40** Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański
12:03 Informacje dnia **12:20** Dzieci Andersa **13:30** Msza Święta **14:30** Geniusz Stworzenia **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Galilejczyk - prezentuje Keith Garner
17:00 Po stronie prawdy **17:30** Rykoszetem **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia

eprasa.pl 9c53165e95

czwartek 4 lutego

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja
06:00 Elif - serial, prod. Turcja
06:50 Policzmy się dla Polski - felieton
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Coś dla Ciebie
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:30 Policzmy się dla Polski
08:35 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
11:25 Kasta - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Agropogoda - magazyn
12:45 Natura w Jedynce
14:00 Elif - serial, prod. Turcja
14:50 Policzmy się dla Polski
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka

SERIAL OBYCZAJOWY

16:05 Przysięga - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela TVP
18:20 Kasta - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka
20:55 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
21:40 Sprawa dla reportera
22:30 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn
23:05 Motel Polska
23:35 Magazyn kryminalny 997 - magazyn
00:20 Tanie Dranie
00:55 Londyńczycy - serial
01:50 Fałszerze. Powrót sfory - serial sensacyjny

TVP 2

05:45 Doktor Kleist - serial, prod. Niemcy, 2019
06:45 Zacznij Od Nowa
07:20 Familiada - teleturniej
07:55 Pytanie na śniadanie
10:40 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Policzmy się dla Polski
11:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja, 2013
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Doktor Kleist - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Więzień miłości
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:50 Anything goes. Ale jazda! - program rozrywkowy
21:50 Urodzona gwiazda - serial, prod. Rosja, 2015, reż. Marat Kim, Władimir Szewełkow, wyk. Marina Aleksandrowa
22:45 Człowiek ze złotym pistoletem - film sensacyjny
01:00 Do zakochania jeden krok - film obyczajowy
03:00 Bez tożsamości - serial
03:45 Art Noc
04:40 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP

TVN

05:30 Uwaga! - magazyn
05:45 Mango - telezakupy
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:35 Doradca smaku
11:45 Ukryta prawda
12:50 Szpital
13:50 Rozwód. Walka o wszystko
14:55 Szpital - program obyczajowy
15:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:00 Rozwód. Walka o wszystko
18:00 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:25 Uwaga! koronawirus
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej - serial
20:55 Milionerzy

PROGRAM KULINARNY

21:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:30 Ocean's Eleven: Ryzykowna gra - film sensacyjny, USA, 2001, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Brad Pitt, Julia Roberts, Matt Damon, Andy Garcia, Don Cheadle, Eddie Jemison, Bernie Mac
01:00 Klinika bez tajemnic
02:00 Od wesela do wesela - film komedia, USA, 1998, reż. Frank Coraci, wyk. Adam Sandler, Drew Barrymore, Christine Taylor
04:00 Uwaga! - magazyn
04:15 Noc magii - program ezoteryczny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:25 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport, Pogoda
20:05 Kochaj Sawa wkrótce wychodzi za mąż za Jurka. Jednak Sawę zaczynają ogarniać coraz większe wątpliwości.

FILM OBYCZAJOWY

21:55 Burleska Ali, dziewczyna z małego miasteczka obdarzona wspaniałym głosem, decyduje się na ucieczkę od codziennych trudów i niepewnej przyszłości i podąża za swoimi marzeniami do Los Angeles. Po serii niepowodzeń, Ali natyka się przypadkiem na The Burlesque Lounge, majestatyczny, ale podupadający teatr, wystawiający rewię.
00:40 Papierowe miasta
02:55 Tajemnice losu
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Teledysk
08:00 Informacje kulturalne
08:25 Tamte lata, tamte dni
09:00 Kola - film fabularny, prod. Czechy, 1996, reż. Jan Sverak, wyk. Zdenek Sverak, Andrei Chalimon
11:00 Układ krążenia - serial
12:30 Dziwor - film dokumentalny, reż. Paweł Dyllus
13:10 Śladami wielkich kompozytorów - Śladami Berlioza - film dokumentalny
14:10 Urodzeni artyści - Gosia i Tomek Rygalikowie - cykl reportaży
14:40 W samo południe - film animowany, prod. Czechosłowacja
14:45 Drabina - film animowany, prod. Czechosłowacja, 1978, reż. Viktor Kubal
14:50 Prezent - film
14:55 Ostatni kamień - film animowany

FILM OBYCZAJOWY

15:10 Dureń - film prod. Rosja, 2014, reż. Jurij Bykow
17:25 Czterdziestolatek - dwadzieścia lat później - serial
18:30 Informacje kulturalne
18:55 Co dalej?
19:15 Księga Przestrzeni
19:50 Którędy po sztukę
20:00 Tego się nie wytnie
21:30 Kino Mistrzów - Młodość - dramat
23:40 Tego się nie wytnie
00:50 Scena muzyczna
01:05 Co dalej?
01:25 Informacje kulturalne
01:50 Na wschód od Hollywood - Intruz - dramat
03:40 Kino nocne - Miasto umarłych - film fabularny

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
10:00 Kobra - oddział specjalny - serial sensacyjny
12:00 Zaklinaczka duchów Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę.
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Jeszcze raz

KOMEDIA

22:00 Śniadanie do łóżka - komedia romantyczna prod. Polska Życie Piotra nie układa się po jego myśli do momentu, gdy nieoczekiwanie trafia na okładkę poczytnego magazynu.
23:30 Człowiek-scyzoryk
01:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę
02:05 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta
03:05 Taki jest świat
04:00 Z archiwum policji - serial dokumentalny prod. Polska
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
07:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:35 Ten moment
11:05 Szpital - program obyczajowy
12:05 Szkoła
13:05 Sąd rodzinny - program sądowy
14:05 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
15:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:05 Zakochani po uszy - serial, Polska
16:35 Brzydula - serial
17:10 19 + - obyczajowy
18:20 Kryminalni - serial kryminalny, Polska
19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska
20:00 Brzydula - serial

KOMEDIA

20:30 Agent i pół - film komedia, USA, Chiny, 2016, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Dwayne Johnson, Kevin Hart, Amy Ryan, Danielle Nicolet, Jason Bateman, Aaron Paul
22:55 Sherlock Holmes: Gra cieni - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., JudeLaw, Noomi Rapace, Rachel McAdams, Jared Harris, Stephen Fry
01:35 Druga strona medalu - talk show
02:50 Noc magii - program ezoteryczny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji **12:25** Święty **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **15:00** STOP Drogówka **16:00** Z miłości do dziecka **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci - serial kryminalny **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:05** Wampiry i świry Nastoletnia Becca ma mnóstwo problemów: czuje się zagubiona w nowej szkole, nie potrafi wybrać między dwoma zabiegającymi o jej względy chłopakami, a nadopiekuńczy ojciec traktuje ją jak dziecko. **22:50** Ucho Prezesa **23:10** Śmierć na 1000 sposobów **01:00** STOP Drogówka **02:05** Interwencja **02:25** Disco Polo Life

TV Trwam

09:30 Laus in Ecclesia **10:00** Informacje dnia **10:15** Rozmowy niedokończone **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Po stronie prawdy **12:50** Zuzela **13:20** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **13:30** Msza Święta z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze **14:30** Cena nadziei **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Modlitwa w intencji rodzin i obrony życia poczętego w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19:25** Akademia pro-life **19:30** Przyjaciele i bohaterowie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Głos Polski **21:00** Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek 5 lutego

TVP 1

05:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja
06:05 Elif - serial, prod. Turcja
06:50 Policzmy się dla Polski
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Agape - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
11:25 Kasta - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Program rolny
12:50 Natura w Jedynce - Simon Reeve i jego śródziemnomorskie przygody - dokumentalny

SERIAL OBYCZAJOWY

14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
14:50 Policzmy się dla Polski - felieton
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela TVP
18:20 Kasta - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka
21:00 Blondynka - serial TVP
21:45 Blondynka - felieton
22:00 U Pana Boga za miedzą - komedia
00:05 Barbershop 3: Na ostro

TVP 2

05:15 Cafe piosenka
05:45 Doktor Kleist - serial
06:45 Anna Dymna - spotkajmy się
07:15 Familiada - teleturniej
07:55 Pytanie na śniadanie
10:40 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Policzmy się dla Polski - felieton
11:25 Zacznij Od Nowa - magazyn
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:30 Koło fortuny
13:15 Kozacka miłość - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Doktor Kleist - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:05 Policzmy się dla Polski
17:15 Więzień miłości
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:45 Przepis dnia - magazyn
20:55 Postaw na milion - teleturniej
21:50 Urodzona gwiazda - serial, prod. Rosja, 2015
22:40 Muzyka, Taniec, Zabawa - koncert
23:45 Dawno temu w Ameryce - dramat, prod. USA, Włochy, 1984
01:50 Sztuka wyboru
03:30 Człowiek ze złotym pistoletem - film sensacyjny, prod. Wielka Brytania, 1974
05:35 Zakończenie

TVN

05:30 Uwaga! - magazyn
05:45 Mango - telezakupy
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:35 Doradca smaku
11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:50 Szpital - program obyczajowy
13:50 Rozwód. Walka o wszystko
14:55 Szpital - program obyczajowy
15:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:00 Rozwód. Walka o wszystko
18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:25 Uwaga! koronawirus
19:55 Uwaga! - magazyn

FILM WOJENNY

20:05 Bękarty wojny - film wojenny, USA, Niemcy, 2009, reż. Quentin Tarantino, wyk. Brad Pitt Mélanie Laurent, Christoph Waltz, Eli Roth, Michael Fassbender, Diane Kruger, Daniel Brühl, Til Schweiger
23:15 Hannibal - film sensacyjny, Wielka Brytania, USA, 2001, reż. Ridley Scott, wyk. Anthony Hopkins, Julianne Moore, Gary Oldman, Giancarlo Giannini, Ray Liotta
02:00 Kuba Wojewódzki - talk show
03:00 Uwaga! - magazyn
03:15 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:25 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport, Pogoda
20:00 Niemamocni 2 - film przygodowy Podczas gdy Helen rozwija swoją karierę zawodową, jej mąż Bob zostaje w domu z dziećmi

FILM SENSACYJNY

22:45 X-Men: Ostatni bastion - film sensacyjny Wynalezienie lekarstwa odwracającego proces mutowania prowadzi do odwrócenia biegu historii. Po raz pierwszy mutanty stają przed wyborem: zachować swą unikalność, co oznacza skazanie się na wieczną izolację i alienację, czy też wyrzec się pozyskanej w wyniku mutacji mocy. Przeciwstawne punkty widzenia przywódców mutantów - Charlesa Xaviera i Erika Lehnsherra zostają poddane ostatecznej próbie.
00:55 A.I. Sztuczna inteligencja - film sensacyjny

TVP Kultura

07:00 Teledysk
08:00 Informacje kulturalne
08:30 Powidoki - program publicystyczny
08:40 Księga Przestrzeni
09:15 Którędy po sztukę
09:30 Louise nad morzem - dramat, prod. Kanada, Francja, 2016, reż. Jean - Francois Laguionie
11:00 Układ krążenia - serial
12:30 Kamizelka - film TVP, reż. Stanisław Jędryka
13:25 Sami Yaffa na tropie dźwięków
15:25 Pora umierać - film obyczajowy
17:25 Czterdziestolatek - dwadzieścia lat później - serial komediowy TVP, reż. Jerzy Gruza
18:30 Informacje kulturalne
18:55 Co dalej?
19:15 Którędy po sztukę
19:25 Antyfonie - Konrad Smoleński - film

WESTERN

20:00 Strzały po zmierzchu - Łowcy skalpów - western, prod. USA, 1968, reż. Sydney Pollack, reż. Burt Lancaster, Shelley Winters, Telly Savallas, Ossie Davies, Armando Silvestre
21:50 Tego się nie wytnie
23:35 Gomorra - serial, prod. Włochy, Niemcy, 2014
00:25 Teraz animacje! - Klub seniora - film animowany
00:30 Teraz animacje! - Zmiany - animowany
00:35 Teraz animacje! - Wiatr - film animowany, prod. Niemcy, 2013
00:40 Teraz animacje! - Kilka słów - film animowany, prod. Węgry, 2017

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial sensacyjny opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście.
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
10:00 Kobra - oddział specjalny - serial sensacyjny
12:00 Zaklinaczka duchów
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

SERIAL OBYCZAJOWY

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 Kula w łeb Policjant i zawodowy morderca zawiązują sojusz, by dorwać zabójcę swoich przyjaciół.
21:50 Dziedzictwo krwi
23:25 Dorwać gringo
01:20 Castle
02:15 Dyżur - serial dokumentalny
02:55 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta
03:30 Biesiada na cztery pory roku
04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny
05:00 Dyżur - serial dokumentalny

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Szpital - program obyczajowy
07:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:35 Ten moment
11:05 Szpital - program obyczajowy
12:05 Szkoła - obyczajowy
13:05 Sąd rodzinny - program sądowy
14:05 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
15:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:05 Zakochani po uszy - serial, Polska
16:35 Brzydula - serial
17:10 19 + - obyczajowy
18:15 Sprzątaczki - program obyczajowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Brzydula - serial

KOMEDIA

20:30 Totalna magia - film komedia, USA, 1998, reż. Griffin Dunne, wyk. Sandra Bullock, Nicole Kidman, Stockard Channing, Dianne Wiest, Goran Visnjic, Aidan Quinn
22:50 List w butelce - film obyczajowy, USA, 1999, reż. Luis Mandoki, wyk. Kevin Costner, Robin Wright Penn, Paul Newman, John Savage, Illeanna Douglas, Robbie Coltrane
01:30 Druga strona medalu - talk show
02:05 Noc magii - program rozrywkowy prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - serial sensacyjny **08:00** Nasz nowy dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji - serial obyczajowy prod. Polska **12:25** Wspaniali ludzie **13:00** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **15:00** STOP Drogówka **16:00** Z miłości do dziecka **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów - serial obyczajowy prod. Polska **18:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska **20:00** Święty **21:00** Gwiazdy Kabaretu **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:20** Duchy kanionu Peter i Bronny Taylorowie spędzają wakacje w Wielkim Kanionie wraz córką i autystycznym synem. **02:05** Interwencja **02:25** Disco Polo Life **03:25** TOP 10 Lista Przebojów

TV Trwam

10:15 Filmowe Życiorysy **11:25** Głos Polski **11:35** 100 cudownych miejsc na świecie **11:45** Spotkania z ekologią **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Na przekór ciemności **13:30** Msza Święta **14:30** Aktywna zima **14:55** Słowo Życia **15:00** Modlitwa **15:20** Mocni w wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Siódmy sakrament **16:35** Świat na wyciągnięcie ręki. **17:00** W Solankowej Dolinie **17:25** Kolory Świętości **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Westerplatte Młodych **18:55** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Opowieści Theo **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

eprasa.pl 9c53165e95

sobota 6 lutego

TVP 1

05:05 Klan - telenowela TVP
06:00 Sprawa dla reportera
06:50 Policzmy się dla Polski
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:35 Rok w ogrodzie
08:00 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
08:15 Wojsko - polskie.pl
08:40 Pełnosprawni
09:10 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn
09:40 Fascynujący świat - Klasztory Europy
10:50 Blondynka - serial TVP
11:45 Jeden dzień w Sundown - western
13:10 Zakochaj się w Polsce
13:40 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
14:10 Z pamięci - felieton
14:15 Skoki Narciarskie
16:50 Policzmy się dla Polski
17:00 Teleexpress

TELETURNIEJ

17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:25 Sanatorium miłości
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
21:30 Hit na sobotę - Niewidzialny gość - film prod. Hiszpania, 2016, reż. Oriol Paulo
23:25 U Pana Boga za miedzą - komedia, reż. Jacek Bromski, reż. Andrzej Zaborski, Krzysztof Dzierma, Agnieszka Kotlarska
01:30 Barbershop 3: Na ostro - komedia
03:30 Jaka to melodia?
04:20 Z pamięci - felieton
04:25 Zakończenie

TVP 2

05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP Losy mieszkańców warszawskiej ulicy Zacisznej. Niektórzy z nich znają się od lat, niektórzy dopiero sprowadzili się na osiedle „Pod Sosnami". Młodsi szukają swojej drogi, starsi próbują odnaleźć się w nowej rzeczywistości.
06:55 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP
07:40 Przepis dnia - magazyn kulinarny
07:55 Pytanie na śniadanie
11:10 Policzmy się dla Polski - felieton
11:20 Rodzinny ekspres - magazyn
11:50 Alternatywy 4 - serial komediowy

PROGRAM ROZRYWKOWY

13:00 Anything goes. Ale jazda! - program rozrywkowy
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 The Voice Senior - Półfinał
17:50 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:35 Postaw na milion
19:35 Lajk!
20:00 The Voice Senior - Finał
22:40 Hity wszech czasów - magazyn muzyczny
23:45 Do zakochania jeden krok - film obyczajowy
01:45 Operacja Świt - dramat
03:50 Przystań - film TVP

TVN

05:00 Uwaga! - magazyn
05:15 Mango - telezakupy
07:25 Kobieta na krańcu świata
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Brzydula - serial
12:30 Na Wspólnej - serial
14:20 Kobieta na krańcu świata
14:55 Wyjątkowe domy
15:30 Totalne remonty Szelągowskiej
16:30 Kolekcja smaków
17:00 Klinika bez tajemnic
18:00 Patent na dom
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! - magazyn
20:00 Jak to robią single - film komedia, USA, 2016, reż. Christian Ditter, wyk. Dakota Johnson, Rebel Wilson, Leslie Mann, Damon Wayans Jr.

KOMEDIA

22:15 Sylwester w Nowym Jorku - film komedia, USA, 2011, reż. Garry Marshall, wyk. Michelle Pfeiffer, Zac Efron, Robert De Niro, Halle Berry, Jessica Biel, Seth Meyers, Katherine Heigl, Jon Bon Jovi, Ashton Kutcher, Lea Michele
00:50 Węże w samolocie - film sensacyjny, USA, Niemcy, Kanada, 2006, reż. David R. Ellis, wyk. Samuel L. Jackson, Julianna Margulies
03:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
04:00 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat
07:20 Maska Zorro
10:10 Ewa gotuje
10:40 Nasz Nowy Dom
11:40 Bogaty dom - Biedny dom
12:40 Rolnicy. Podlasie
13:45 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi
14:45 Nie mów do mnie śmieciarzu!
15:45 Więzienie
17:45 Chłopaki do wzięcia
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Kapitan Ameryka: Wojna bohaterów Rządowa decyzja objęcia Avengers nadzorem, sprawia, że najlepsi przyjaciele Kapitan Ameryka i Iron Man stają się zaciekłymi wrogami.

FILM SENSACYJNY

23:15 W dolinie Elah Młody amerykański żołnierz, Mike Deerfield, powraca z misji w Iraku. Wkrótce po przybyciu do bazy w Nowym Meksyku, chłopak znika bez śladu. Jego przełożeni utrzymują, że wcześniej wzorowo pełniący służbę Mike, dopuścił się dezercji. W tę wersję nie wierzą jego rodzice, emerytowany lekarz wojskowy Hank i jego żona Joan . Hank na własną rękę rozpoczyna poszukiwania syna.
02:00 Tajemnice losu
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Bo we mnie jest seks
08:05 Informacje kulturalne
08:30 Od ucha do ucha
08:35 Od ucha do ucha - Blask
08:35 Od ucha do ucha - Jubile - film animowany, prod. Francja, 2016
08:45 Od ucha do ucha - Caracas - animowany
08:55 Od ucha do ucha - Kapitan - film animowany
09:00 Od ucha do ucha - Wodny szlak - film animowany, prod. Francja, Hiszpania, 2017
09:20 Od ucha do ucha - Panna z mokrą głową - film obyczajowy
11:10 Serialowa nostalgia - Kariera Nikodema Dyzmy - serial TVP, reż. Jan Rybkowski
12:05 Młody duch tańca
12:40 Kobra - Głos mordercy
13:55 Dalej prosto
14:30 Tego się nie wytnie

DRAMAT

16:00 Retro kino - Purpura i czerń - dramat wojenny
18:25 Tamte lata, tamte dni
18:55 Scena muzyczna - Lutosławski Quartet - koncert
20:00 Bilet do kina - Przed północą - film obyczajowy
21:55 Norah Jones live at Ronnie Scott's - koncert
23:05 Mocne Kino - Wideodrom
00:45 Strzały po zmierzchu - Łowcy skalpów - western, prod. USA
02:35 Nostalgia - film fabularny, prod. ZSRR, Włochy, 1983
04:55 Teledysk
05:50 Zakończenie

TV Puls

06:00 Łowcy skarbów Sydney Fox decyduje się podróżować po świecie, by odnaleźć zaginione skarby i dzieła sztuki.
07:00 Taki jest świat
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 Krwawy sport - film sensacyjny Frank Dux dezerteruje z armii, aby wziąć udział w nielegalnym turnieju kumite rozgrywanym w Hongkongu.
21:55 Koliber Na skutek zrządzenia losu bezdomny były żołnierz sił specjalnych przejmuje tożsamość innej osoby. Nowe możliwości otwierają mężczyźnie drogę do dokonania zemsty.

FILM SENSACYJNY

23:55 Snajper 3 Sierżant Beckett leci do Wietnamu, by zabić swojego dawnego przyjaciela, który stał się śmiertelnie niebezpieczny.
01:30 Castle Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji.
02:40 Taki jest świat
03:15 Biesiada na cztery pory roku
03:55 Menu na miarę
04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny
05:00 Dyżur - dokumentalny

TVN 7

04:30 Mango - telezakupy
06:35 Kosmiczny wykop
06:55 Szkoła - obyczajowy
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
08:55 Ten moment
09:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Kamil Stoch - moja historia - serial dokumentalny, Polska
13:55 Wakacje w krzywym zwierciadle - film komedia, USA, 1983, reż. Harold Ramis, wyk. Chevy Chase, Imogene Coca, Beverly D' Angelo, Randy Quaid, Eddie Bracken
16:00 Akademia policyjna V: Misja w Miami Beach - film komedia, USA, 1988, reż. Alan Myerson, wyk. Matt Mc Coy, Janet Jones, George Gaynes, G.W. Bailey, René Auberjonois

KOMEDIA

18:00 W krzywym zwierciadle: Europejskie wakacje - film komedia, USA, 1985, reż. Amy Heckerling, wyk. Chevy Chase, Beverly D' Angelo, Dana Hill, Jason Lively, John Astin, Sheila Kennedy
20:00 Tożsamość Bourne'a - film sensacyjny, USA, Niemcy, Czechy, 2002, reż. Doug Liman, wyk. Matt Damon, Franka Potente, Chris Cooper, Clive Owen, Brian Cox
22:35 Troja - film przygodowy, USA, Wielka Brytania
01:55 Noc magii

TV 4

06:00 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **07:00** Żona dla milionera **09:00** Galileo
11:00 Dziewczyny z drużyny Kontynuacja przebojowej komedii o perypetiach nastoletnich cheerleaderek, pełna humoru, werwy i niezwykle efektownych popisów tanecznych. Whittier ma szansę zostać gwiazdą szkolnej drużyny cheerleaderek.
13:00 STOP Drogówka **14:00** Policjantki i Policjanci **19:00** Galileo **20:00** Święty **21:00** Gwiazdy Kabaretu **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:20** Pokój grozy Zainspirowana prawdziwymi wydarzeniami historia Dany, która przeprowadza się z mężem i pięcioletnim synem do wymarzonego domu na wsi.
02:05 Interwencja **02:25** Disco Polo Life

TV Trwam

10:15 Retrospekcja **10:20** Święty na każdy dzień **10:25** Myśląc Ojczyzna **10:35** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Aktywna zima **13:20** Ocalić od zapomnienia
13:30 Msza Święta **14:35** Antarktyda **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Informacje dnia **16:10** Tydzień, który zmienił świat **16:45** Filmowe życiorysy **17:00** Z Parlamentu Europejskiego
17:30 Mocni Jego mocą **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel

niedziela 7 lutego

TVP 1

04:40 Klan - telenowela TVP
06:00 Słownik polsko@polski
06:25 Wojsko - polskie.pl
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00 Tydzień
08:30 Zakochaj się w Polsce
09:05 Las bliżej nas
09:30 Okrasa łamie przepisy
10:00 Stulecie Winnych - serial TVP
10:55 Słowo na niedzielę
11:00 Msza Święta
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Rwanda 2020
13:10 BBC w Jedynce - Dynastie. Tygrysy - film
14:10 Z pamięci - felieton
14:20 Skoki Narciarskie
16:50 Policzmy się dla Polski
17:00 Teleexpress

SERIAL KRYMINALNY

17:30 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
18:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
20:15 Osiecka - serial TVP
21:15 Sanatorium miłości
22:10 Sanatorium miłości. Kulisy programu
22:20 Zakochana Jedynka - Stawiam na miłość - film obyczajowy
23:55 Niewidzialny gość - film prod. Hiszpania, 2016, reż. Oriol Paulo
01:50 Zdradzona - thriller, prod. USA, 2017, reż. Jeff Hare, reż. Jamie Luner
03:30 Jaka to melodia?
04:15 Z pamięci - felieton
04:20 Zakończenie

TVP 2

05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP
07:55 Pytanie na śniadanie
11:05 Policzmy się dla Polski - felieton
11:15 Zacznij Od Nowa - magazyn
11:45 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko muzyczne
12:55 Szalona 30-tka zespołu Boys - koncert
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko muzyczne
16:15 Na dobre i na złe - serial TVP
17:05 Jutro należy do nas - serial, prod. Francja
18:00 Panorama

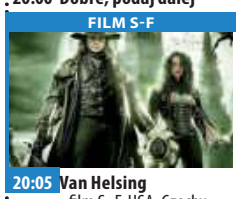
SERIAL OBYCZAJOWY

18:30 Lepsza połowa - serial TVP
19:25 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP
20:00 Operacja Świt - dramat, prod. USA, 2006
22:15 Kino bez granic - Wilczy totem - film
00:20 Różyczka - dramat, reż. Jan Kidawa - Błoński, reż. Andrzej Seweryn, Magdalena Boczarska, Robert Więckiewicz
02:25 Dawno temu w Ameryce - dramat, prod. USA, Włochy, 1984,
04:30 Rodzinka.pl - serial komediowy prod. TVP
04:55 Zakończenie

TVN

05:15 Mango - telezakupy
07:25 Nowa Maja w ogrodzie
07:55 Akademia ogrodnika
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Brzydula - serial
13:00 Co za tydzień - magazyn
13:30 Kolekcja smaków
14:05 Wyjątkowe domy
14:40 Patent na dom
15:45 Gliniarz w przedszkolu - film komedia, USA, 1990, reż. Ivan Reitman, wyk. Arnold Schwarzenegger
18:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
19:00 Fakty
19:25 Sport, Pogoda
19:40 Raport smogowy
19:45 Uwaga! - magazyn
20:00 Dobre, podaj dalej

FILM S-F

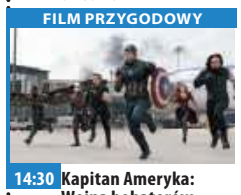


20:05 Van Helsing - film S- F, USA, Czechy, 2004, reż. Stephen Sommers, wyk. Hugh Jackman, Kate Beckinsale, David Wenham, Richard Roxburgh, David Wenham, Samuel West, Robbie Coltrane
22:55 Frantic - film sensacyjny, USA, Francja, 1988, reż. Roman Polański, wyk. Harrison Ford, Emmanuelle Seigner, Betty Buckley, Alexandra Stewart
01:25 Master Chef - program rozrywkowy
04:10 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat
08:15 Sezon na misia - film animowany Boguś, udomowiony niedźwiedź grizzly nie posiada instynktu i żadnych zdolności do przetrwania w dziczy. Wiedzie spokojne życie jako atrakcja miasteczka Timberline. Jego świat przewraca się do góry nogami, gdy poznaje Elliota cherlawego, wygadanego jelenia.
09:55 Most do Terabithii Jessie ma jedenaście lat, talent plastyczny i marzenie, żeby zostać najszybszym człowiekiem świata.
11:55 Niemamocni 2 Podczas gdy Helen rozwija swoją karierę zawodową, jej mąż zostaje w domu z dziećmi.

FILM PRZYGODOWY



14:30 Kapitan Ameryka: Wojna bohaterów Rządowa decyzja objęcia Avengers nadzorem, sprawia, że najlepsi przyjaciele Kapitan Ameryka i Iron Man stają się zaciekłymi wrogami.
17:40 Nasz Nowy Dom
18:50 Wydarzenia
19:30 Państwo w Państwie
20:00 XXI Mazurska Noc Kabretowa
22:20 Hancock - sensacyjny
00:05 Świat w płomieniach - thriller
03:00 Tajemnice losu
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:50 Myśli na ten czas
07:00 Liturgia prawosławna z cerkwi w Stargardzie - transmisja
08:25 Od ucha do ucha - Niezapomniany Leonard Bernstein
09:35 Od ucha do ucha - Cztery pory roku młodego Antoniego
10:20 Arsene Lupin - serial
11:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
12:00 Shalako - film fabularny
14:05 Kochankowie z Księżyca - film fabularny
15:45 Jordi Savall - Jerozolima - koncert, prod. Niemcy, 2018, reż. Michael Beyer
17:15 Niedziela z... tajemniczą dziewczyną
18:05 Niedziela z...z tajemniczą dziewczyną - Kalina - film dokumentalny
19:10 Niedziela z... tajemniczą dziewczyną

FILM OBYCZAJOWY

20:00 Cztery wesela i pogrzeb - film prod. Wielka Brytania, 1994, reż. Mike Newell, reż. Hugh Grant
22:05 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
22:35 Sprawa Moranta - film fabularny, prod. Australia, 1980, reż. Bruce Beresford
00:25 Teraz animacje! - Klub seniora - film animowany
00:35 Teraz animacje! - Zmiany - animowany
00:40 Teraz animacje! - Wiatr
00:40 Teraz animacje! - Kilka słów
01:00 Bilet do kina - Przed północą - obyczajowy
02:55 Bezmiar sprawiedliwości - dramat

TV Puls

05:55 Rodzinny interes - serial
09:45 Nowe przygody Aladyna Dwaj złodzieje uciekając przed pogonią w wielkim domu towarowym znajdują schronienie w dziale dziecięcym, gdzie zostają zmuszeni przez dzieci do opowiadania bajek. Niesieni ich niezwykle swobodną narracją przenosimy się do Bagdadu latających dywanów, pięknych księżniczek, przebiegłych czarodziejów oraz przeróżnej maści wezyrów i sułtanów.
11:50 Ace Ventura: Psi detektyw
13:40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Król Drozdobrody
14:55 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Śpiąca Królewna

FILM OBYCZAJOWY

16:05 Goście w Ameryce W wyniku pomyłki czarnoksiężnika francuski rycerz Thibault oraz jego giermek André trafiają do współczesnego Chicago.
18:00 Jeszcze raz
20:00 Przełęcz ocalonych Schyłek II wojny światowej. Podczas krwawej bitwy o Okinawę amerykański sanitariusz odmawia noszenia broni i zabijania z powodów moralnych.
22:45 Operacja Anthropoid
01:05 9. kompania
03:55 Taki jest świat
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

04:30 Mango - telezakupy
06:35 Kosmiczny wykop
06:55 Szkoła - obyczajowy
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
08:55 Ten moment
10:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:05 Kamil Stoch - moja historia - serial dokumentalny, Polska
13:40 Uwolnić orkę - film przygodowy, USA, Francja, 1993, reż. Simon Wincer, wyk. Jason James Richter Jayne Atkinson, August Schellenberg, Michael Madsen, Michael Ironside
16:00 Szpiedzy tacy jak my - film komedia, USA, 1985, reż. John Landis, wyk. Chevy Chase, Dan Aykroyd, Steve Forrest, Donna Dixon, Bruce Davison

KOMEDIA

18:15 Akademia policyjna VI: Operacja Chaos - film komedia, USA, 1989, reż. Peter Bonerz, wyk. Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Leslie Easterbrook, Marion Ramsey
20:00 Sherlock Holmes: Gra cieni - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace
22:45 Ludzkie dzieci - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2006, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Clive Owen, Julianne Moore
01:00 Druga strona medalu
02:45 Noc magii

TV 4

06:00 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **07:00** Żona dla milionera **09:00** Dziewczyny z drużyny Kontynuacja przebojowej komedii o perypetiach nastoletnich cheerleaderek, pełna humoru, werwy i niezwykle efektownych popisów tanecznych. Whittier ma szansę zostać gwiazdą szkolnej drużyny cheerleaderek.
10:55 Galileo **12:55** STOP Drogówka **13:55** Gwiazdy Kabaretu **14:55** Dauntless. Bitwa o Midway **17:00** Szklane piekło **19:00** Galileo
20:00 Duchy kanionu Peter i Bronny Taylorowie spędzają wakacje w Wielkim Kanionie wraz córką i autystycznym synem. **22:00** Iluzjonista. Akcja rozgrywa się w Wiedniu przełomu XIX i XX wieku. **00:15** Śmierć na 1000 sposobów

TV Trwam

09:30 Msza Święta **10:40** Jezus **11:25** Bernadetta księżniczka z Lourdes **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:20** Wieś - to też Polska **13:30** Papież Polak do Rodaków **14:35** Gala operetkowa od Wiednia do Budapesztu - Wiedeń **15:45** Kolory Świętości
15:50 100 cudownych miejsc na świecie **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **17:00** Tam, gdzie Bóg płacze **17:30** Nowa Ewangelizacja **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański
18:05 Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści biblijne historie animowane z Nowego Testamentu **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Kolory Świętości **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje

eprasa.pl 9c53165e95

poniedziałek 8 lutego

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja
06:00 Elif - serial, prod. Turcja
06:50 Policzmy się dla Polski
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Okiem Wiary - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
11:25 Kasta - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Agropogoda - magazyn
12:45 BBC w Jedynce - Dynastie. Tygrysy
14:00 Elif - serial, prod. Turcja
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka

SERIAL OBYCZAJOWY

16:05 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela TVP
18:20 Kasta - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:00 Piłka nożna - Klubowe Mistrzostwa Świata
21:00 Teatr Telewizji - Paradiso - spektakl teatralny
22:35 Świat bez fikcji
23:40 Warto rozmawiać
00:45 Stawiam na miłość - film obyczajowy
02:20 Piekło - thriller, prod. Niemcy, Austria, 2017
04:00 Barbra Streisand
05:00 Zakończenie

TVP 2

05:20 Cafe piosenka
05:55 Doktor Kleist - serial
06:50 Coś dla Ciebie
07:20 Familiada - teleturniej
07:55 Pytanie na śniadanie
10:40 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Policzmy się dla Polski
11:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:25 Koło fortuny
13:15 Kozacka miłość - serial kostiumowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP
15:05 Koło Fortuny
15:10 Doktor Kleist - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Więzień miłości
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

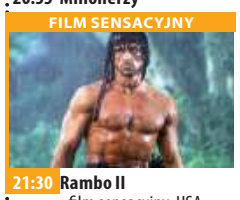
SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja, 2013
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość"
20:55 M jak miłość - serial TVP
21:50 Urodzona gwiazda - serial, prod. Rosja, 2015
22:45 Lepsza połowa - serial TVP
23:20 Truskawkowe dni - film obyczajowy, prod. Szwecja, 2016
01:00 Warto kochać - serial
01:50 Wilczy totem - film fabularny, prod. Francja, Chiny, 2015
03:50 Zakończenie

TVN

05:05 Nowa Maja w ogrodzie
05:35 Akademia ogrodnika
05:45 Mango - telezakupy
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:35 Dobre, podaj dalej
11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:50 Szpital
13:50 Rozwód. Walka o wszystko
14:55 Szpital
15:55 Kuchenne rewolucje
17:00 Rozwód. Walka o wszystko
18:00 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:25 Uwaga! koronawirus
19:50 Raport smogowy
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej - serial
20:55 Milionerzy

FILM SENSACYJNY



21:30 Rambo II - film sensacyjny, USA, 1985, reż. George Pan Kosmatos, wyk. Sylvester Stallone, Richard Crenna, Charles Napier, Julia Nickson, Steven Berkoff
23:40 Królestwo - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2007, reż. Peter Berg, wyk. Jamie Foxx, Chris Cooper, Jennifer Garner, Jason Bateman, Ashraf Barhom, Jeremy Piven, Richard Jenkins
01:55 Co za tydzień
02:25 Na granicy światów - serial, USA, Wielka Brytania
03:25 Uwaga! - magazyn
03:40 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy Bronisław Malanowski rozwiązuje zagadki kryminalne, prowadząc biuro detektywistyczne.
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:25 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport, Pogoda

FILM SENSACYJNY

20:05 MEGA HIT - Świat w płomieniach Policjant John Cale marzy o pracy w jednostce specjalnej, której zadaniem jest ochrona prezydenta Jamesa Sawyera . Niestety, jego aplikacja zostaje odrzucona. Przybity mężczyzna, nie chcąc zawieść swojej córeczki, zabiera ją na wycieczkę po Białym Domu.
22:55 Gra o życie
01:05 Kod da Vinci Robert Langdon w środku nocy zostaje wezwany do muzeum Luwru, gdzie miało miejsce tajemnicze morderstwo.
04:10 Kabarety

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
08:15 Tego się nie wytnie
09:55 Reżyserzy
11:00 Układ krążenia - serial TVP
12:30 Moja nowa droga - film krótkometrażowy
13:25 Metropolitan Opera - legenda Nowego Jorku
15:30 Przypadek dla początkującego kata - film fabularny, prod. Czechosłowacja, 1970, reż. Pavel Juracek
17:25 Czterdziestolatek - dwadzieścia lat później
18:30 Informacje kulturalne
18:55 Rok 2020
19:20 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
20:00 Panorama kina polskiego - Pętla - dramat, reż. Wojciech Jerzy Has
21:50 Powidoki - program publicystyczny

FILM OBYCZAJOWY

22:10 Żelazna klasyka - Walkabout - film obyczajowy, prod. Wielka Brytania, 1971, reż. Nicolas Roeg, reż. John Illingsworth
24:00 Scena muzyczna - Lutosławski Quartet - koncert
01:05 Informacje kulturalne - informator kulturalny
01:30 Cztery wesela i pogrzeb - film prod. Wielka Brytania, 1994, reż. Mike Newell, reż. Hugh Grant, Andie MacDowell, Simon Callow, Rowan Atkinson, James Fleet
03:35 Tamte lata, tamte dni
04:15 Teledyski
05:05 Rok 2020
05:35 Afisz kulturalny

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań
10:00 Kobra - oddział specjalny - serial sensacyjny
12:00 Zaklinaczka duchów
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

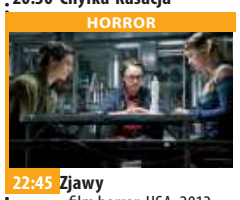
SERIAL OBYCZAJOWY

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Air Force One Air Force One z prezydentem Stanów Zjednoczonych oraz jego rodziną na pokładzie zostaje uprowadzony przez rosyjskich terrorystów.
22:30 Kula w łeb
00:10 Czasy ostateczne: Pozostawieni
02:30 Taki jest świat
03:35 Dyżur - serial dokumentalny
03:55 Biesiada na cztery pory roku
04:35 Z archiwum policji
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Szpital - program obyczajowy
07:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:35 Ten moment
11:05 Szpital - program obyczajowy
12:05 Szkoła - obyczajowy
13:05 Sąd rodzinny - program sądowy
14:05 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
15:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:05 Zakochani po uszy - serial, Polska
16:35 Brzydula - serial
17:10 19 + - obyczajowy
18:20 Kryminalni - serial kryminalny, Polska
19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska
20:00 Brzydula - serial
20:30 Chyłka-Kasacja

HORROR



22:45 Zjawy - film horror, USA, 2012, reż. Todd Lincoln, wyk. Ashley Greene, Sebastian Stan, Tom Felton, Julianna Guill, Luke Pasqualino Kiedy grupa parapsychologów stara się udowodnić, że duchy nie istnieją, wokół nich mają miejsce nadnaturalne zjawiska.
00:25 Niewierni - serial, USA Małżeństwo Trumanów przeżywa kryzys. Kiedy Neil odkrywa, że jego żona ma romans, postanawia śledzić jej poczynania.
01:25 Druga strona medalu
02:35 Noc magii

TV 4

08:00 Nasz nowy dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji **12:25** Święty **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **15:00** STOP Drogówka **16:00** Z miłości do dziecka **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Na straży prawa **23:00** Ucho Prezesa **23:15** Andron Rok 2154. Grupa młodych osób budzi się w mrocznym i klaustrofobicznym miejscu. Nie pamiętają kim są ani jak znaleźli się w Czarnym Labiryncie Androna. Aby przeżyć, muszą odczytać tajemnicze sygnały i przetrwać śmiertelnie niebezpieczne próby. **01:20** Śmierć na 1000 sposobów **01:50** Galileo - popularno-naukowy

TV Trwam

10:15 Rozmowy niedokończone **11:20** 100 cudownych miejsc na świecie **11:30** Przyroda w Obiektywie **11:50** Kolory Świętości **11:55** Święty na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Pochodzenie świata **13:20** Nuty nadziei **13:30** Msza Święta **14:30** Katedra w Chartres **15:30** Jej misja trwa **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Zew natury **16:55** Świadkowie **17:25** Kolory Świętości **17:30** Natura obiektywnie **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści Starego Testamentu **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel

wtorek 9 lutego

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja
06:00 Elif - serial, prod. Turcja
06:50 Policzmy się dla Polski - felieton
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Kościół z bliska
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP, reż. Krzysztof Lang
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Kasta - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:40 Program rolny
12:55 Natura w Jedynce - Cudowny świat przyrody

SERIAL OBYCZAJOWY

14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela TVP
18:20 Kasta - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka
21:00 Magazyn kryminalny
21:40 Magazyn Ekspresu Reporterów
22:45 Ocaleni - reality show
23:50 Buona Sera, pani Campbell - komedia
01:50 Serena - dramat

TVP 2

05:20 Cafe piosenka
05:55 Doktor Kleist - serial
06:50 Kochaj bliźniego swego... - reportaż
07:20 Familiada - teleturniej
07:55 Pytanie na śniadanie
10:40 Panorama
10:50 Pytanie na śniadanie
11:15 Policzmy się dla Polski
11:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:25 Koło fortuny
13:15 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja, 2013
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Doktor Kleist - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Więzień miłości
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 Kozacka miłość - serial kostiumowy, prod. Rosja
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
20:45 Kulisy serialu „M jak miłość"
20:55 M jak miłość - serial TVP
21:50 Urodzona gwiazda - serial, prod. Rosja, 2015
22:45 Lepsza połowa - serial TVP
23:15 Ludzkie historie - Ślad - film dokumentalny, reż. Maria Wiernikowska
00:20 Wściekły Nick - film akcji
02:35 Truskawkowe dni - film obyczajowy
04:20 La la la. Historia Musicalu - dokumentalny
05:20 Zakończenie

TVN

05:30 Uwaga! - magazyn
05:45 Mango - telezakupy
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
08:00 Dzień Dobry TVN
11:35 Doradca smaku
11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:50 Szpital - program obyczajowy
13:50 Rozwód. Walka o wszystko
14:55 Szpital - program obyczajowy
15:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
17:00 Rozwód. Walka o wszystko
18:00 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:25 Uwaga! koronawirus
19:50 Raport smogowy
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku
20:15 Gala Bestsellery Empiku

FILM SENSACYJNY

22:15 Gra - film sensacyjny, USA, 1997, reż. David Fincher, wyk. Michael Douglas, Sean Penn, Deborah Unger, James Rebhorn, Peter Donat, Carroll Baker, Armin Mueller- Stahl W dniu 48. urodzin Nicholas Van Orton zostaje zaproszony do tajemniczej gry, która odmienia jego monotonne życie.
01:00 Superwizjer - magazyn reporterów
01:35 Kuba Wojewódzki - talk show
02:35 Niewierni - serial, USA
03:30 Master Chef - program kulinarny prod. Polska

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - serial obyczajowy prod. Polska
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:25 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn prod. Polska
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport, Pogoda

FILM SENSACYJNY

20:00 Kod da Vinci Światowej sławy historyk i badacz symboli profesor Robert Langdon w środku nocy zostaje wezwany do muzeum Luwru, gdzie, jak się okazuje, miało miejsce tajemnicze morderstwo. Jego ofiarą jest kustosz muzeum, Jacques Sauni?re, który przed śmiercią pozostawił jako trop kilka zawoalowanych wskazówek i symboli.
23:15 W odwecie za śmierć
01:35 Snajper: Reguły wojny - film akcji
03:25 Tajemnice losu
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:25 Teledyski
07:55 Informacje kulturalne
08:20 Białoruski klimat
09:00 Przypadek dla początkującego kata - film fabularny
11:00 Układ krążenia - serial
12:25 Wniebowzięci - film TVP
13:25 Bolszoj - film fabularny, prod. Rosja, 2016
14:20 Scena muzyczna
15:25 Złota klatka - dramat
17:20 Czterdziestolatek - dwadzieścia lat później - serial
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Co dalej?
19:10 Powidoki
19:25 Wydarzenie aktualne
20:00 Teatr Telewizji - Wymazywanie spektakl teatralny, reż. Krystian Lupa, reż. Piotr Skiba, Maja Komorowska, Andrzej Szeremera

DRAMAT

22:40 Lekkie obyczaje - Przypis - dramat, prod. Izrael, 2011, reż. Joseph Cedar, reż. Lior Ashkenazi, Alma Zack, Shlomo Bar - Aba
00:35 Co dalej? - program publicystyczny
00:50 Informacje kulturalne
01:15 Młoda Polska - Tama
01:50 Panorama kina polskiego - Pętla - dramat, reż. Wojciech Jerzy Has, reż. Gustaw Holoubek, Aleksandra Śląska
03:40 Kino nocne - Kongijski trybunał
04:45 Teledyski
05:35 Afisz kulturalny
05:50 Zakończenie

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
10:00 Kobra - oddział specjalny - serial Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób. Często muszą dokonywać szaleńczych pościgów za uciekającymi przestępcami.
12:00 Zaklinaczka duchów
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial

DRAMAT AKCJI

20:00 Patrol - dramat akcji Doświadczony ratownik bierze pod swoje skrzydła młodego, zbuntowanego adepta, którego zachowanie ma związek z traumatyczną przeszłością.
22:55 Przełęcz ocalonych Schyłek II wojny światowej. Podczas krwawej bitwy o Okinawę amerykański sanitariusz odmawia noszenia broni i zabijania z powodów moralnych.
01:40 Zmowa
03:20 Na jedwabnym szlaku
04:35 Z archiwum policji

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Szpital - program obyczajowy
07:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:35 Ten moment
11:05 Szpital - program obyczajowy
12:05 Szkoła - obyczajowy
13:05 Sąd rodzinny - program sądowy
14:05 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
15:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:05 Zakochani po uszy - serial, Polska
16:35 Brzydula - serial
17:10 19 + - obyczajowy
18:20 Kryminalni - serial kryminalny, Polska
19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska
20:00 Brzydula - serial obyczajowy

FILM SENSACYJNY

20:35 Pakt z diabłem - film sensacyjny, Chiny, USA, 2015, reż. Scott Cooper, wyk. Johnny Depp, Joel Edgerton, Benedict Cumberbatch, Dakota Johnson, Kevin Bacon
23:05 Tożsamość Bourne'a - film sensacyjny, USA, Niemcy, Czechy, 2002, reż. Doug Liman, wyk. Matt Damon, Franka Potente, Chris Cooper, Clive Owen, Brian Cox, Adewale Akinnuoye- Agbaje, Gabriel Mann, Julia Stiles
01:35 Druga strona medalu - talk show
02:45 Noc magii - program ezoteryczny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz nowy dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji **12:25** Święty **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **15:00** STOP Drogówka **16:00** Z miłości do dziecka **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:05** Komornik Mistrz sztuk walki zatrudnia się do ściągania długów dla mafii. **23:15** Ucho Prezesa **23:40** Z odsieczą Ye, wielki generał cesarza Songa wpada w pułapkę podczas bitwy z Khitanami. Ranny kryje się z garstką żołnierzy w górskiej fortecy. Jego siedmiu synów wyrusza na ratunek. **01:50** Galileo **02:50** Trans World Sport 2021

TV Trwam

11:45 Historia i architektura **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Sanktuaria polskie **12:40** Dar nadziei **13:20** Kolory Świętości **13:25** Święty na każdy dzień **13:30** Msza Święta **14:30** Święty Patryk **15:25** Do morza przez serca kaszubów **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Jestem mamą **16:30** Kalejdoskop Młodych **16:50** Pocztówka z Indii **17:00** 100 cudownych miejsc na świecie **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Rajd Katyński **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 9c53165e95

Krzyżówka Zimowa

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 46 utworzą hasło:

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	39	40
41	42	43	44	45	46		

POZIOMO: 1) śniegowa kropelka; 4) nie ciężarowy; 5) krótka, dowcipna historyjka; 9) lód na filecie rybnym; 10) trzecia największa wyspa na świecie; 12) Norwegia dla Norwega; 15) młody pęd lub roślina; 17) najwyższy szczyt masywu Riła; 20) mały i duży na niebie; 21) wyzwala się u skoczków i narciarzy; 23) warzywo w pęczkach; 24) właściwe imię Stalina; 26) kombinacja norweska inaczej; 27) sportowe zdobycze Kamila Stocha; 28) sąsiad Szweda; 30) usuwanie pestek z owoców; 34) szwedzka marka telekomunikacyjna; 36) zawodniczka w łyżwiarstwie szybkim; 37) nad kolanem; 38) region z Saragossą; 41) budował i konserwował piece; 42) nie zamknięto; 46) pierwiastek Yb; 47) uczy jeździć na nartach; 51) sałata morska, błonica; 52) Turniej Czterech Skoczni; 53) wyższa uczelnia specjalistyczna; 54) żywieniowe w lodówce; 56) ruchome w ściennych zegarach; 59) mieszkańcy Grenlandii; 62) wśród planet; 64) boisko dla hokeistów; 65) górka dla narciarzy; 66) nie chce się uczyć; 67) wyrasta z pnia lub korzenia; 68) zimowa stolica Polski; 71) do rytowania w żelazie; 72) imię Małysza.

PIONOWO: 1) listwa ślizgowa sań; 2) sanie ratowników górskich; 3) kompleks skoczni w rosyjskim Toksowie; 6) Giovanni, założyciel Fiata; 7) Sven, były niemiecki skoczek; 8) z niego odbija się Kubacki i Żyła; 10) startowa na skoczni; 11) wirnik w maszynie; 13) starcia uliczne i zamieszki; 14) legendarna kraina pełna złota; 16) polarny kuzyn jelenia; 17) gliniana misa do ucierania ciasta; 18) nie wąski; 19) pomiarowa w laboratorium; 22) np. papilarne; 24) Marcisz, następczyni Justyny Kowalczyk; 25) do jazdy po śniegu; 29) miasto Krzysztofa Kolumba; 30) przechowywany w banku; 31) nad mianownikiem; 32) klapa skrzyni; 33) klawisz akceptujący w komputerze; 35) deska do jazdy po śniegu; 39) największy lodowiec Alp; 40) Rodnina, łyżwiarka; 43) teren pokryty złożami torfu; 44) zimą ładowany w aucie; 45) śnieg lub marznący deszcz; 48) jednoosobowe sanki wyścigowe; 49) krytyczne od trenera; 50) najwyższy w górach Dżugdżur; 55) ratuje turystów w Tatrach; 56) owczarek niemiecki; 57) Fundacja Ewy Błaszczyk; 58) nieobecność w szkole; 60) śniegowe większe niż armatnie; 61) Elon od SpaceX; 63) liga hokejowa z pucharem Stanleya; 69) mamucia skocznia w Bad Mitterndorf; 70) deseczka dla tynkarza.

eprasa.pl 9c53165e95

KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIK

WYPEŁNIJ DRUKOWANYMI LITERAMI WPISUJĄC W KRATKĘ JEDNĄ LITERĘ ROBIĄC ODSTĘP MIĘDZY WYRAZAMI

☐ SZUKAM PRACY

☐ ODDAM ZA DARMO

Zlecający
(Tylko do wiadomości redakcji)

imię

nazwisko

ulica

numer domu

kod, miejscowość

podpis

KUPON JEDNORAZOWY

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

Gminna Spółdzielnia "SCH" w Pułtusku
oferuje
do sprzedaży działkę zabudowaną o nr 43/43 w obrębie 18 miasta Pułtusk o powierzchni 1090 m².
Działka w wieczystym użytkowaniu posiadająca KW o nr OS1U/00024680/0
telefon do kontaktu 603-197-933

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA
LOKATORSKO – WŁASNOŚCIOWA „DĄŻNOŚĆ"
W NOWYM DWORZE MAZOWIECKIM UL. BOH. MODLINA 28

zaprasza do składania oferty na wykonanie n/w zadania:

„Wymiana instalacji c.o. (bez wymiany grzejników) i wod-kan oraz wykonanie instalacji c.w.u w budynku przy ul. Chemików 9"

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej www.smlw-daznosc.pl

Zastrzega się prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

INTER CARS
Filia Legionowo
ul. Zegrzyńska 4
tel.: 22 767 53 80
tel.: 22 767 53 89
INTERCARS.COM.PL

SZPITAL mediq
PORADNIE SPECJALISTYCZNE
Józefa Piłsudskiego 20
05-120 Legionowo
22 774 26 40
www.mediq.pl

PRACA

dam pracę

Elektryk-hydraulik-monter klimatyzacji-magazynier-mechanik-automatyk serwisant chłodnictwa-atrakcyjne wynagrodzenie 664 473 560
LEG 51799

FIRMA PPHU BARTEK Ubojnia Zwierząt Wiesław Bartosiak zatrudni kierowcę do transportu żywca z kategorią C+E lub C. Oferty proszę składać na adres: Wólka Somiankowska 11, 07-203 Somianka e-mail: ksiegowosc@ubojniabartek.pl tel. 29 74 188 37, 509 425 798
PUL 51789

■Kierow. do robót inżynieryjno-sanitarnych (instalacje zewnętrzne i wewnętrzne) 604939928
NDM 51821

Magazynier. Atrakcyjne wynagrodzenie 664473560
LEG 51800

Młodego mężczyznę do przyuczenia 664 473 560
LEG 51798

■Monter instalacji grzewczych i sanitarnych (chętnie ekipa) 604939928
NDM 51820

■Pomocnika do prac wykończeniowych 602456283
LEG 51786

■PRACA !!! Przyjmiemy brukarzy, całe ekipy brukarskie. Oferujemy zakwaterowanie! Kontakt 785-954-324 lub 780-170-180.
LEG 51779

■Samodzielny do robót wodno-kanalizacyjnych (chętnie ekipa) 604939928
NDM 51819

szukam pracy

■Mężczyzna lat 40 monter mebli kuchennych, pom. stolarza 692168748
LEG 51781

■Pomoc hydraulika 698 543 034
LEG 51802

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

AUTO-MOTO

sprzedam

■Skoda Superb 11.2014r. 1,8 160KM automat, tempomat. 100% bezwypadkowy. Serwisowany w ASO. 601394754
PUL 51780

■**Skup aut, płatne gotówką, każdy stan, odbiór lawetą 507004316**
LEG 51413

■**Sprzedam Ford S-max rok prod.2007 wersja tytanum. Tel. 602 106 672.**
LEG 51809

ZDROWIE

przychodnie

ultramedica
CENTRUM ZDROWIA KOBIETY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA
Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 I p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

■ULTRAMEDICA CENTRUM ZDROWIA KOBIETY
- ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D
- ortopeda dziecięcy i dla dorosłych
- proktolog, również zabiegi
- dietetyk kliniczny,
ul.Sienkiewicza 10, tel. 518 447 748
www.umedica.pl
LEG 51756

lekarze

■**Dr. n.med. pediatra - neonatolog Maria Gudyka-Piórkowska L-wo, Sienkiewicza 30, 601593502, 22 784 14 18**
LEG 51083

■Dr n.med Robert Piórkowski Gabinet ginekologiczny L-wo ul. Husarska 9 blok 107, 22 7742162, 601 391 910
LEG 51671

■**Dr n.med Robert Piórkowski Gabinet ginekologiczny L-wo ul. Husarska 9 blok 107, 22 7841418, 601 391 910**
LEG 51082

inne

■OKULISTA, CH HIT, Nowy Dwór Maz., zapisy: 22 732 22 13
NDM 51768

SPORT i URODA

O! WŁOS
PROFESJONALNE KOSMETYKI
AKCESORIA FRYZJERSKIE
tel. 508 479 937
ul. Jana Pawła II 30/U5

■SKLEP FRYZJERSKI O WŁOS
W naszej ofercie posiadamy:
- profesjonalne kosmetyki,
- akcesoria oraz sprzęt fryzjerski
Kupując w naszym sklepie, możesz liczyć na profesjonalne doradztwo.
tel. 508 479 937
ul. Jana Pawła II 30/U5, 06-100 Pułtusk
PUL 51719

TURYSTYKA

NAJLEPSZE OFERTY. PONAD 10 LAT DOŚWIADCZENIA

BIURO PODRÓŻY
Wiesława Nawrot

■Biuro podróży Wiesława Nawrot Najlepsze oferty, first minute i last minute, bilety tanich linii lotniczych, bilety autokarowe. NDMaz., ul. Przejazd 5, tel. 227754333, turystyka@vip-nawrot.pl, www.vip-nawrot.pl
NDM 51453

USŁUGI

remont i budowa

■Cyklina bez. układanie 504957222
LEG 51634

eprasa.pl 9c53165e95

Docieplanie budynków - odgrzybianie i malowanie elewacji 602-482-572
LEG 51760

■Kompleksowe remonty i aranżacje domów , biur i mieszkań , adaptacja poddaszy A-Z 692528027 www.mradex.pl
LEG 51810

■Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 51757

■ Usługi remontowo-budowlane. Kompleksowa budowa/rozbudowa budynków. Remonty, wykończenia. Adaptacja poddaszy, glazurnictwo, elewacje, ogrodzenia. 516529536, 603458182
PUL 51759

naprawy

■Komputery - dojazd, sprzedaż, skup używanych, nowe składane 513820998
LEG 51520

finanse i prawo

■**BIURO RACHUNKOWE Anna Święcka Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie zaległości podatkowych. tel:227743594, kom:605859559, e-mail:a.swiecka@wp.pl**
LEG 51755

BIURO USŁUG KSIĘGOWYCH - księgi rachunkowe, księgi podatkowe, VAT, ZUS, reprezentacja przed urzędami. 790-545-508 biuro@e-accounting.com.pl
LEG 51691

■Kompleksowe ubezpieczenia: komunikacyjne, majątkowe, na życie, turystyczne. Ubezpieczenia Wiesława Nawrot, NDMaz., ul. Przejazd 5, tel. 664416376, 227754333, ubezpieczenia@vip-nawrot.pl, www.vip-nawrot.pl
NDM 51454

inne

■**Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 51320

BIZNES

■Sprzedam bar w Modlinie Twierdzy (ul. Bema), pow. 180m2 + duży taras, tel. 501 418 989
NDM 51813

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

■Pułtusk M5 73m2 parter z zejściem do ogrodu 793 717 732
PUL 51796

■Sprzedam kawalerkę 30m2, drugie piętro w centrum Nowego Dworu Mazowieckiego 601307570 aleks@schitter.com
NDM 51807

sprzedam dom

■Mały dom blisko Nasielska, Paulinowo, działka 17/1, tel. 502618988
LEG 51797

sprzedam działkę

■Józefów k. Legionowa, dwie działki budowlane po 1500m, bezpośrednio 508830453
LEG 51787

■Sprzedam działkę budowlaną 1350m2 Studzianki 602-347-295
NDM 51818

kupię nieruchomość

■**Kupie mieszanie w bloku do 50m2 w Legionowie. Może być zadłużone lub do remontu. Prywatnie za gotówkę! +48794325904 jacek.oktaba@gmail.com**
LEG 51801

do wynajęcia

■Chotomow,kawalerka 690391165
LEG 51811

■Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety tanio 509661909
PUL 51808

ROLNICTWO

sprzedam

■**SADZENIAKI ZIEMNIAKA, ZBOŻA JARE, TRAWY - FIRMA NASIENNA GRANUM ŁOWICZ, TEL. 46 837-23-01, 46 837-23-05**
LEG 51788

inne

■Kupię każdy ciągnik rolniczy/kombajn, gotówka 507004316
LEG 51414

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

■Długowłosy 2-letni Ozark w typie owczarka niemieckiego (32 kg) i szorstkowłosy 3- letni Pierożek (15 kg) to psiaki znalezione razem 25.01.2021 w Markach. Ozark dobrze radzi sobie na smyczy, ale potrafi mocniej pociągnąć, z racji swej żywiołowości. Pierożek jest wesoły i ciekawski. Psy lgną do człowieka. Mógł być wspólny dom, bo cudownie się dogadują. Para czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51816

■Lemon to 2-latek średniej wielkości (18 kg), który trafił do Nas razem z trójką psich towarzyszy z powodu choroby właściciela. Chłopak w stosunku do nowo poznanych osób zachowuje dystans. Psiak nie miał wcześniej do czynienia ze smyczą, ale jest mądry i młody, dzięki treningowi szybko opanuje tę umiejętność. Sympatyczny nieśmiałek poleca się na całe życie. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51817

■Moda to młodziutka lipcowa sunia średniej wielkości (20 kg) znaleziona 22.01.2021 w Markach. Lgnie do człowieka, uwielbia głaskanie i przytulanie. Psina ładnie dogaduje się z kolegą z boksu, naradzie mocno ciągnie na smyczy, z uwagi na swoją nieokiełznaną żywiołowość. Kto szuka Mody? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51815

■Wrapek to roczniak małej wielkości (10 kg) znaleziony na terenie Legionowa. Nieco zdezorientowany psiak, jest grzeczny i spokojny w stosunku do człowieka. Wrapek ma trochę kłopotów z chodzeniem na smyczy. Z chęcią owinął by się już wokół swojego właściciela. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51814

OGŁOSZENIA DROBNE można nadać na stronie **www.nadajdrobne.pl**

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

■**RESTAURACJA LEGIONOWSKA; NA WYNOS od 12 do 18 Tel. 511 107 701, chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. www.legiono**

MATRYMONIALNE

RÓŻNE

ELEKTRO INSTAL
tel.: 22 766 12 18
22 782 41 31

■**HURTOWNIA ELEKTRYCZNA ELEKTROINSTAL JABŁONNA HURT-DETAL KABLE,PRZEWODY,OŚWIETLENIE TEL.22/7824131**
LEG 51338

FOTO -TANIO- VIDEO
www.foto-legionowo.pl

AUTO NAPRAWA
• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA
Adam Szczypkowski
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. – pt.: 8.00 - 17.00
☎605 94 91 91
022 782 49 10

WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZEŚWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM , ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

ZAMÓW NA WYNOS I W DOSTAWIE
tel. 883 324 344
+48 22 782 54 89
LUNCH MENU
24 ZŁ
• tradycyjny
• wegetariański
*dania z karty
ZAPŁAĆ:
VISA mastercard Maestro blik
MAIL: INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL
Pałac w Jabłonnie, ul. Modlińska 105
05-110 Jabłonna
PAŁAC W JABŁONNIE
#POCZUJ NASZĄ HISTORIĘ
Znajdź nas na facebook

eprasa.pl 9c53165e95

Będzie przychodnia w Zegrzu

Spółka Serockie Inwestycje Samorządowe informuje, że w dniu 8.01.2021 r. podpisana została z wykonawcą robót budowlanych umowa w sprawie realizacji zadania związanego z przebudową i adaptacją lokalu Z/U/185 w budynku przy ul. Drewnowskiego 1 na cele utworzenia przychodni lekarskiej w Zegrzu.

Z dniem 13 stycznia br. wykonawca przystąpił do realizacji robót.

Termin ich wykonania określony został do dnia 8.04.2021 r. Wykonawcą robót będzie firma Usługi Ogólno - Budowlane Tadeusz Głowiński z m. Nowy Modlin (05-180 Pomiechówek).

Roboty prowadzone będą z zachowaniem ustalonych z zarządcą nieruchomości warunków, niemniej jednak w przypadku wykonywania robót rozbiórkowych ścian wewnętrznych mogą wystąpić krótkotrwałe niedogodności powodowane przez hałas. Liczymy na wyrozumiałość właścicieli lokali mieszkalnych sąsiadujących z remontowanym lokalem.

PORADNIK dla seniorów od seniorów

Zapraszamy do lektury, przygotowanego przez serockich seniorów dla seniorów, pierwszego wydania „Poradnika Seniora".

Zamieszczono w nim najpotrzebniejsze informacje nie tylko o działaniu gminnych instytucji i miejscach przyjaznych osobom w wieku dojrzałym, ale również szereg podpowiedzi, które pomogą Państwu w załatwianiu ważnych spraw, czy korzystaniu z przysługujących praw stworzonych specjalnie w celu poprawienia jakości życia seniorów.

Wspólnie z autorami chcemy, by publikacja ukazywała się co roku, uwzględniając dynamikę zdarzeń lokalnych i odnosząc się do ogólnopolskich, aktualnych rozwiązań dedykowanych seniorom.

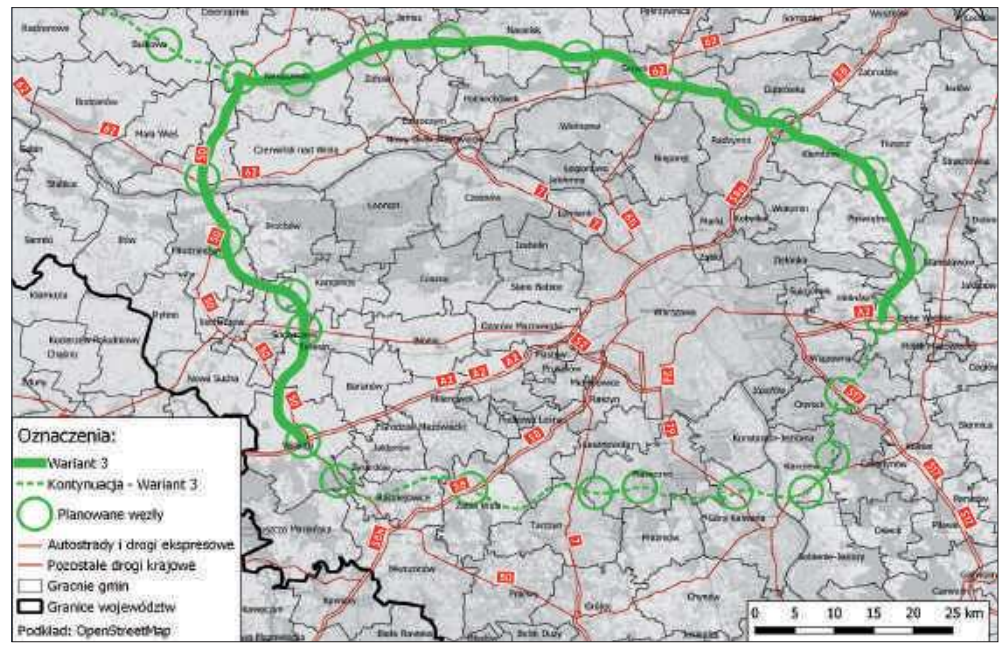
Gorąco polecamy Państwu ten poradnik skierowany do serockich seniorów mając nadzieję, że spotka się on z zainteresowaniem i życzliwym przyjęciem.

Już od 4 stycznia 2021 „Poradnik Seniora" jest do odebrania w wersji papierowej w Centrum Kultury i Czytelnictwa, w serockiej Bibliotece oraz w Ośrodku Pomocy Społecznej.

Poradnik w wersji elektronicznej znajduje się na stronie Rady Seniorów Miasta i Gminy Serock.
https://radaseniorowserock.pl/poradnik-seniora/

Plany budowy drogi ekspresowej S50

26 stycznia miało miejsce spotkanie informacyjne z przedstawicielami samorządów, na terenie których planowany jest przebieg poszczególnych korytarzy przyszłej drogi ekspresowej S50, stanowiącej tzw. obwodnicę aglomeracyjną m.st. Warszawy. Organizatorem była Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad.

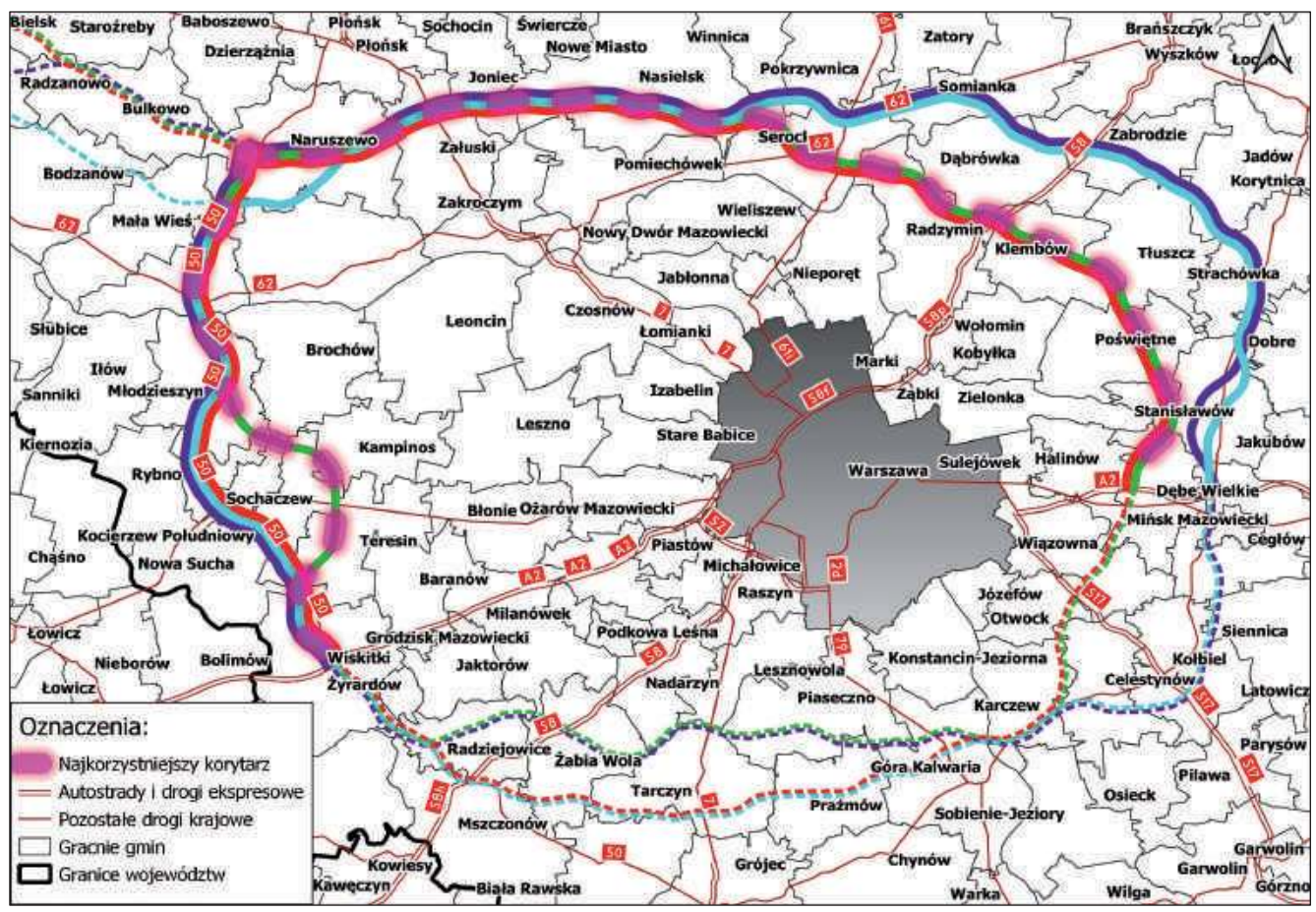


W trakcie spotkania przedstawiono stan zaawansowania prac nad projektem. Potwierdzono, że analizowane obecnie są 4 korytarze, w obrębie których będą trasowane przyszłe koncepcje przebiegu drogi. Na terenie Miasta i Gminy Serock warianty 1 i 3 oraz warianty 2 i 4 przebiegają analogicznymi trasami, co realnie powoduje, że w granicach gminy wyróżnić możemy dwa warianty trasy, określane roboczo „wariantem północnym" – wykorzystującym korytarz drogi krajowej 62 i przeprawę mostową w Wierzbicy oraz „wariantem południowym" – przewidującym budowę nowej przeprawy mostowej w rejonie Arciechowa i Serocka lub Jadwisina. Potwierdzono również, że na chwilę obecną nie są znane konkretne propozycje przebiegów trasy, które umożliwiałyby ich odniesienie do konkretnych działek.

W trakcie spotkania oznajmiono, że Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad jako preferowany wariant trasy obiera tzw. wariant południowy. Wybór preferowanego wariantu determinuje, w jakim kierunku będą prowadzone dalsze prace analityczne i projektowe, oraz w obrębie którego opracowana zostanie koncepcja trasy drogi. Obecnie GDDKiA przystępuje do realizacji Studium Techniczno-Ekonomiczno-Środowiskowego (STEŚ), w trakcie którego prowadzone będą kolejne analizy wybranego preferowanego wariantu.

Zaproponowane rozwiązania powodują szereg obaw związanych z zachowaniem integralności wewnętrznej gminy w następstwie realizacji tej strategicznej inwestycji, wprowadzenia wewnętrznych podziałów oraz ingerencji w najcenniejsze przyrodniczo rejony gminy – w tym dolinę Narwi i Jezioro Zegrzyńskie, a także kompleks leśny leśnictwa Zegrze usytuowany w centralnej części gminy. Wobec powyższego niezbędne jest przyjęcie aktywnej postawy samorządu i społeczności lokalnej, wobec zaproponowanych rozwiązań.

W celu wypracowania spójnego stanowiska samorządów, w rejonie których planowana jest realizacja trasy, uzgodniono termin pierwszego spotkania roboczego między władzami Serocka, Radzymina i Klembowa, na dzień 3 lutego. Do udziału w spotkaniu będą również zaproszeni przedstawiciele kolejnych samorządów zainteresowanych sprawą. Mamy nadzieję, że jednoczesne wielostronne spostrzeżenie o potrzebie skoordynowania stanowiska jest wyrazem spójnych interesów występujących między poszczególnymi samorządami, co pozwoli na bardziej skuteczne działania zmierzające w kierunku wprowadzenia w przestrzeni gminnej najlepszych możliwych do zastosowania rozwiązań.



STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ REFERAT KOMUNIKACJI SPOŁECZNEJ UMiG SEROCK

eprasa.pl 9c53165e95

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

LEGIONOWSKI. Wymiana turbin w elektrowni

Modernizacja Elektrowni Wodnej Dębe przebiega zgodnie z planem

Trwa kompleksowa modernizacja Elektrowni Wodnej Dębe, jednej z największych elektrowni wodnych przepływowych należących do PGE Energia Odnawialna. Spółka informuje, że pomimo obostrzeń związanych z pandemią COVID-19, prace przebiegają zgodnie z harmonogramem, a dostawy podzespołów z zagranicy odbywają się na bieżąco

PGE EO zwraca uwagę, że modernizacja Elektrowni Wodnej Dębe to wielkie wyzwanie zarówno inżynieryjne jak i logistyczne. Samo zdemontowanie każdego z czterech hydrozespołów wielkości kilkupiętrowego budynku wymaga czasu, specjalistycznego sprzętu, a przede wszystkim precyzji. Jak tłumaczy spółka, przy pomocy suwnic usuwane są m.in. dwutonowe łopaty ruchome aparatu kierowniczego, trzydziestotonowa turbina, czy jeszcze cięższy wirnik generatora. Dodatkowo wiele z prac konserwacyjnych wykonuje się pod wodą. Przy współpracy z ekipą nurków uzupełniane są ubytki w betonie, czyszczone i malowane są zawory oraz zasuwy.

Zgodnie z harmonogramem, w pierwszej kolejności, tj. do końca kwietnia bieżącego roku, ma zostać wymieniony hydrozespół nr 4, w ciągu następnych ośmiu miesięcy hydrozespół nr 3, a kolejne dwa w 2022 r. Równolegle prowadzone są prace związane m.in. z wymianą instalacji elektrycznej, wentylacją i systemem przeciwpożarowym.

Ze względu na COVID-19 PGE Energia Odnawialna wdrożyła specjalne zasady związane z modernizacją Elektrowni Wodnej Dębe. Ponieważ spółka zdecydowała, że nie będzie wyłączać obiektu z eksploatacji, konieczne było oddzielenie załogi remontowej od pracowników elektrowni. Wprowadzony został system zmianowy, który ogranicza kontakt między ludźmi. Dodatkowo restrykcyjnie pilnuje się, by wszyscy używali przyłbic, maseczek i środków dezynfekujących

Co ważne, podkreśla spółka, pandemia COVID-19 nie wpłynęła na terminowe dostawy podzespołów. Bez opóźnień dostarczone są zarówno: system sterowania od polskich producentów, jak i łopaty ruchome aparatu kierowniczego z Hiszpanii, wał turbiny z Włoch, czy wirnik i generator z Austrii.

- Dzięki przeprowadzeniu modernizacji, Elektrownia Wodna Dębe osiągnie liczne korzyści. Scentralizowana i zautomatyzowana zostanie obsługa urządzeń elektrycznych i mechanicznych oraz poprawi się efektywność energetyczna elektrowni. Wyeliminowany zostanie także potencjalny negatywny wpływ na środowisko, poprzez zminimalizowanie użycia ropopochodnych środków smarnych na rzecz materiałów biodegradowalnych - mówi Marcin Karlikowski, prezes PGE Energia Odnawialna.

Jak zaznacza PGE EO, modernizacja przyczyni się również do bezawaryjności elektrowni przez kolejne co najmniej 40 lat, zapewniając pełną automatyzację hydrozespołów, najwyższą dyspozycyjność i niezawodność oraz poprawę ergonomii obsługi.

Po zakończeniu prac w grudniu 2022 r., produkcja energii elektrycznej w elektrowni ma wzrosnąć o 17 proc., do poziomu ok. 120 GWh rocznie. Ja szacuje PGE EO, moc zmodernizowanego hydrozespołu pozwali zaspokoić potrzeby energetyczne ponad 50 tysięcy gospodarstw domowych, czyli miasta wielkości Bytomia.

Należąca do Grupy Kapitałowej PGE spółka PGE Energia Odnawialna jest obecnie największym producentem zielonej energii Polsce. Posiada 17 farm wiatrowych, 29 elektrowni wodnych, 4 elektrownie szczytowo-pompowe oraz 5 farm fotowoltaicznych. Łączna moc zainstalowana wszystkich obiektów wynosi ponad 2,3 GW.

PGE Energia Odnawialna S.A.

REKLAMA

eprasa.pl 9c53165e95

LEGIONOWO. Komentarze do artykułu Apartamentowiec naprzeciwko kościoła przy ul. Piłsudskiego

Co myślą o dogęszczaniu miasta

Coraz większa liczba mieszkańców zaczyna odczuwać negatywne skutki polityki przestrzennej władz. Na każdym kroku widać, jak pomiędzy jednorodzinnymi domami, kosztem zieleni, w kompletnym bezładzie wyrastają nowe bloki i osiedla szeregowców

Nowa wielorodzinna zabudowa, która brutalnie wkracza na osiedla domów jednorodzinnych, budzi sprzeciw mieszkańców. Na niewielkich działkach, gdzie do tej pory często stał, otoczony ogrodem, niewielki dom jednorodzinny teraz deweloperzy stawiają szeregowce i segmenty z 8., a nawet 12. lokalami mieszkalnymi. Oczywiście cierpią na tym drzewa i pozostała zieleń, na które brakuje już miejsca. Miejsc nie ma także dla samochodów, dlatego często blokują one ulice i zajmują chodniki. Zaczyna być coraz więcej problemów z odprowadzaniem wód opadowych, ponieważ powierzchnie takich osiedli niemal w całości są zabetonowywane. W takich miejscach nie może być też mowy o prywatności, bo z powodu zagęszczenia jedni mieszkańcy wręcz zaglądają drugim w okna.

Z kolei na wielkich osiedlach, wśród blokowisk, też zaczyna brakować wolnych przestrzeni, gdzie można by wyjść z psem na spacer, pójść z dzieckiem na plac zabaw albo usiąść na ławce i wypocząć. Są one bowiem zabudowywane nowymi bolkami i apartamentowcami. Nic więc dziwnego, że ludzie zaczynają mieć tego dość.

Poniżej przedstawiamy reakcje internautów na informację o planach budowy niewielkiego apartamentowca (19 mieszkań) przy ulicy Piłsudskiego w Legionowie:

Urbano
Makabra. Bądźcie przeklęci niszczyciele naszego miasta.

Kwiatkowski z Legionowa
Z zielonego Legionowa Romek i jego dworzanie zrobili miasto pełne asfaltu, betonu i smogu. Na zielonych terenach powstają kolejne blokowiska. Oddychamy smogiem, starsi ludzie mdleją. Znalezienie miejsca do parkowania auta graniczy z cudem. Planowana budowa spalarni śmieci ten stan jeszcze pogorszy. On sam nie mieszka w Legionowie więc nie jest to jego problem.

elwuo
To już zaczyna podchodzić pod bandytyzm, legionowska polityczna mafia jeszcze za słabo ma konta nabite...

jamżeBolesław
Brak mi słów, niestety SMLW jest monopolistą i ciągle im mało.A stare bloki są niedoinwestowane i brudne, brak altan śmietniki do segregacji itp. Normalnie „chinatown”

Victor
Dziwię się, że LMS nie wpadł na pomysł zburzenia Kościoła. Taka fajna działka, w takim fajnym miejscu. Po co to komu?? Paru moherom?? Jaki piękny apartamentowiec mógłby tam stać. Ile kasy można wydoić, o kurczę. A może LMS jest tak ludzki?

Agddd
Masakra i bezprawie tylko takie słowa przychodzą mi na myśl. Czynsze rosną. Średnia kwota czynszu w Legionowie niejednokrotnie przewyższyła już ceny czynszów warszawskich dzielnic, a Ci sobie Apartamentowiec w środku Pandemii wymyślili. Jak można do tego dopuścić. Ludzie miejcie litość i opanujcie się i nie niszcie ostatnich terenów zielonych w centrum miasta. Nie możemy do tego dopuścić!!!

Alexandra Kane
Większość mieszkańców się z tym nie zgadza. Niestety z narzekania nic nie ma. Szczególnie z pozycji na kanapie via Facebook. Ja niestety nie mieszkam teraz w Legionowie. Ale jedyne wyjście to uczestnictwo m.in w posiedzeniach rady I aktywny sprzeciw.

Paula Miszkurka-Krupko
Zajmujemy pierwsze miejsce w Polsce pod względem gęstości zaludnienia (GUS 2019). Jeszcze za mało? Legionowo wkrótce stanie się betonową pustynią!!! Mieszkańcy chcą czymś oddychać, mieć trochę terenów zielonych i piękne widoki ze swoich okien - nie na beton. Czy ktoś tutaj może rozsądnie zarządzić tematem???

Joanna Wesołowska - Dziedzic
Paula Miszkurka-Krupko ekipa Rosiak-Smogorzewski zarządza sprawnie od 20 lat. Swoimi budżetami.

Marcin Boreczek
Sami od kilkudziesięciu już lat wybieracie tych samych pasożytów powiązanych z po lub pzpr (jeden pies), widzicie co robią i dalej na nich głosujecie. Najwidoczniej chcecie mieszkać w Pekinie i mieć mieszkania bez promieni słońca

Irek Wolny
Póki ludzie kupują tak będzie. Kupują bo taniej. Traktują to jak sypialnie nie wiążą przyszłości z miastem w którym nie ma pracy, nie płacą w nim podatków i im wisi. Problem się robi jak nie ma gdzie zaparkować. Pomieszają i uciekają. Zagęszczenie to wina również radnych. Nie chce mi się pisać. To betonowy burdel made im Smogorzewski.

red.

LEGIONOWSKI. Nietypowe budki

Nietoperze w legionowskim lesie

Chodząc po lasach powiatu legionowskiego i nowodworskiego, można się natknąć na dziwne urządzenia, które wiszą na drzewach, ale nijak nie są podobne do budek dla ptaków

Skupisko takich budek można zaobserwować np. w Lasach Legionowskich przy drodze pożarowej nr 21. W rozmowie ze Stefanem Traczykiem, nadleśniczym Nadleśnictwa Jabłonna oraz radnym Sejmiku Województwa Mazowieckiego, dowiedzieliśmy się, że są to schrony dla nietoperzy.

Świetne warunki

Okazuje się, że na terenie Nadleśnictwa Jabłonna bytuje aż 16 gatunków tych ssaków, na 26 wszystkich gatunków nietoperzy żyjących na terenie Polski. Najczęściej spotkać tu można takie gatunki jak borowiec wielki, mroczek późny, gacek brunatny oraz nocek rudy. Chociaż należy się również pochwalić, że są tu rzadsze gatunki nietoperzy, jak na przykład borowiaczek (Nyctalus leisleri) oraz mopek (Barbastella barbastellus).

- Pomimo tego, że otaczające nas tereny są silnie zurbanizowane, to nietoperze w lasach Nadleśnictwa Jabłonna mają świetne warunki do bytowania, bo tu można spotkać wiele starych bunkrów i rozpadlisk itp., gdzie zwierzęta te chętnie bytują w okresie zimowym. Ponieważ nietoperze w okresie hibernacji zimowej wymagają w miarę stałej temperatury zbliżonej do 0 stopni Celsjusza, a tego typu miejsca są w stanie to zapewnić - wyjaśnia Stefan Traczyk.

Potrzebują schronów

Jak się dowiadujemy, nietoperze są grupą organizmów wymagającą ochrony w postaci zabezpieczenia ich miejsc rozrodu, zimowisk i noclegowisk, są także jedną z najbardziej zagrożonych grup ssaków. W ostatnich latach w polskich lasach stosuje się coraz większą liczbę schronów dla nietoperzy (budek).

- Jest to metoda pozwalająca na zasiedlenie przez te ssaki młodych i ubogich w dziuple drzewostanów lub drzewostanów silnie przekształconych przez człowieka. Na terenie Nadleśnictwa Jabłonna, prace związane z rozwieszaniem schronów oraz monitoringiem kolonii nietoperzy nigdy nie były prowadzone na taką skalę jak obecnie - mówi nadleśniczy.

Wywieszenie budek dla nietoperzy pozwoli zwiększyć dostępność miejsc rozrodu oraz schronień w okrasach migracji, co wpłynie korzystnie na lokalną populację tych zwierząt.

Pogromcy komarów

Myśląc o nietoperzach zawsze musimy pamiętać, że to są bardzo pożyteczne zwierzęta, które bardzo pomagają w zwalczaniu szkodliwych owadów żerujących zarówno na liściach jak i pod korą drzew. Nietoperze żywią się owadami, które mają szczyt aktywności wieczorami oraz w okresie nocy, gdy owadożerne ptaki nie są aktywne. Przy okazji należy przypomnieć, że nietoperze żywią się również komarami.

red.

OGŁOSZENIE

RADNY SEJMIKU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO
STEFAN TRACZYK
zapraszam na swoje dyżury
- w sprawie umówienia terminu i miejsca spotkania proszę o kontakt telefonicznie lub mailowo
stefan.traczyk@mazovia.pl
tel. 692 216 532

eprasa.pl 9c53165e95

ZWROT PODATKU AKCYZOWEGO

Urząd Miejski w Pułtusku informuje, że od 1 lutego 2021 r. do 28 lutego 2021 r. producenci rolni mogą składać wnioski o zwrot podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego wykorzystywanego do produkcji rolnej.

Do wniosku należy dołączyć faktury VAT dokumentujące zakup oleju napędowego w okresie od 1 sierpnia 2020 r. do 31 stycznia 2021 r. oraz odpowiednie zaświadczenie z Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa – w przypadku ubiegania się przez producenta rolnego o zwrot podatku w odniesieniu do bydła.

Składanie wniosków w 2021 roku, w związku z istniejącymi ograniczeniami, będzie odbywać się poprzez złożenie wypełnionego wniosku wraz z niezbędnymi załącznikami do skrzynki korespondencyjnej:

- od poniedziałku do piątku w godzinach pracy Urzędu (pon. godz. od 8.00 – 17.00, wt. – czw. 8.00 – 16.00, pt. 8.00 – 15.00)

Pomoc w wypełnianiu wniosków będzie udzielana po uprzednim telefonicznym uzgodnieniu terminu (zgodnie z Zarządzeniem Nr 166/2020 Burmistrza Miasta Pułtusk w sprawie ograniczenia dostępu interesantów do pomieszczeń Urzędu Miejskiego w Pułtusku oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku ze zmianami):

- w poniedziałek w godzinach od 14:00 do 17:00
- od wtorku do piątku w godzinach od 10:00 do 14:00

Szczegóły oraz niezbędne do wypełnienia i złożenia dokumenty są dostępne na stronie www.pultusk.pl

Wydział Budżetu i Finansów
Urzędu Miejskiego w Pułtusku
tel. 23 306 72 08

Zawiadomienie

o wszczęciu postępowania

Zgodnie z art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r.
- Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2020 r. poz. 253 z późn. zm.)

zawiadamiam

że na wniosek Gminy Pułtusk, w imieniu której działa pełnomocnik Pan Maciej Pindur wszczęte zostało postępowanie administracyjne w sprawie ustalenia lokalizacji inwestycji celu publicznego polegającej na rozbudowie oraz przebudowie części budynku Przedszkola Miejskiego Nr 5 w Pułtusku, na terenie działki nr ewid. 10/12 w obrębie 13 miasta Pułtusk.

W związku z powyższym informuję, że zgodnie z art. 10 § 1 KPA strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z właściwym pracownikiem Urzędu (zgodnie z Zarządzeniem Nr 166/2020 Burmistrza Miasta Pułtusk z dnia 22.04.2020 r. z późn. zm. w sprawie ograniczenia dostępu interesantów do pomieszczeń Urzędu Miejskiego w Pułtusku oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku) oraz zgłosić do niej ewentualne wnioski, dowody i uwagi.

Zgodnie z art. 78 § 1 KPA, strona ma prawo żądać przeprowadzenia dowodu, który może być uwzględniony, gdy przedmiotem dowodu jest okoliczność mająca znaczenie dla sprawy.

Sprawę prowadzi: Justyna Borowska tel. 23 306 72 37 justyna.borowska@pultusk.pl

Z up. Burmistrza
mgr inż. Anna Maliszewska
Kierownik Wydziału
Gospodarki Gruntami i Architektury

ROZPOCZĄŁ SIĘ NABÓR NA RACHMISTRZÓW SPISOWYCH

1 lutego rozpoczął się nabór na rachmistrzów spisowych w Narodowym Spisie Powszechnym Ludności i Mieszkań 2021. Postępowanie potrwa do 9 lutego. Aplikować można do Urzędu Miejskiego w Pułtusku. Rachmistrzowie przejdą szkolenia i egzamin, za ich prace przysługuje wynagrodzenie.

NSP 2021 będzie przeprowadzony w terminie od 1 kwietnia do 30 czerwca 2021 r., według stanu na dzień 31 marca 2021 r., godz. 24.00.

Obecnie procedowana jest zmiana ustawy z dnia 9 sierpnia 2019 r. o narodowym spisie powszechnym ludności i mieszkań w 2021 r. (Dz. U. poz. 1775 oraz z 2020 r. poz. 1486) wydłużająca czas trwania spisu do 30 września 2021 r. (i– co za tym idzie – okres pracy rachmistrzów spisowych do 30 września 2021 r.)

Na podstawie art. 35 ust. ustawy z dnia 9 sierpnia 2019 r. o narodowym spisie powszechnym ludności i mieszkań w 2021 r. (Dz.U. poz.1775, z późn.zm.) kandydat na rachmistrza spisowego powinien spełniać następujące wymagania: mieć ukończone 18 lat, cieszyć się nieposzlakowaną opinią, posiadać co najmniej średnie wykształcenie, posługiwać się językiem polskim w mowie i piśmie, nie być skazanym prawomocnym wyrokiem za umyślne przestępstwo lub umyślne przestępstwo skarbowe.

Do głównych zadań rachmistrza spisowego należeć będzie: przeprowadzenie wywiadów bezpośrednich lub telefonicznych, w zależności od aktualnej sytuacji związanej z epidemią COVID-19, z wykorzystaniem urządzenia mobilnego wyposażonego z zainstalowaną aplikacją formularzową; zebranie danych według ustalonej metodologii i zgodnie z kluczem pytań w aplikacji formularzowej; przejęcie części zadań innych rachmistrzów spisowych w sytuacjach awaryjnych, np. gdy zmniejszy się liczba rachmistrzów w gminie (w przypadku rezygnacji, zachorowań itp.) lub dotrzymanie terminu realizacji spisu będzie zagrożone.

Szczegółowe informacje na stronie www.pultusk.pl w zakładce „Narodowy Spis Powszechny 2021" oraz na stronie www.bip.pultusk.pl w zakładce „Gminne Biuro Spisowe".

Więcej informacji na temat spisu na stronie www.spis.gov.pl

Gminne Biuro Spisowe

Panu
Wiesławowi Kisielowi

Wiceprezesowi Zarządu Oddziału Miejsko-Gminnego Związku OSP RP w Pułtusku

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

BRATA
ks. kan. dr. Dariusza Kisiela

składają

Burmistrz Miasta Pułtusk
oraz
Przewodniczący
i Radni Rady Miejskiej w Pułtusku

„Życie zostało nam dane, abyśmy szukali Boga;
Śmierć, abyśmy Go znaleźli;
Wieczność, abyśmy Go posiedli"
(A. Nauer)

Panu
Michałowi Kisielowi

Radnemu Rady Miejskiej w Pułtusku,
Dyrektorowi Domu Polonii w Pułtusku

wyrazy głębokiego współczucia, wsparcia i otuchy z powodu śmierci

BRATA
ks. kan. dr. Dariusza Kisiela

historyka, regionalisty,
autora licznych publikacji i badacza historii Ziemi Pułtuskiej oraz Kurpi,
wykładowcy Akademii Humanistycznej im. Aleksandra Gieysztora

składają

Przewodniczący
i Radni Rady Miejskiej w Pułtusku
oraz
Burmistrz Miasta Pułtusk
wraz z pracownikami Urzędu Miejskiego w Pułtusku

Pułtusk
nowoczesnym miastem z tradycjami

Urząd Miejski w Pułtusku przyjmuje interesantów:
w poniedziałki w godz. 8.00 - 17.00
od wtorku do czwartku w godz. 8.00 - 16.00
w piątki w godz. 8.00 - 15.00

Elektroniczna skrzynka podawcza: www.pultusk.eboi.pl;
e-mail: um@pultusk.pl; www.pultusk.pl; BIP: www.bip.pultusk.pl

PRZYJĘCIA INTERESANTÓW:

Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk
przyjmuje interesantów:
- poniedziałki w godzinach 14:00-17:00 w sprawach skarg i wniosków
- wtorki w godzinach pracy Urzędu

Zastępca Burmistrza Miasta Pułtusk
przyjmuje interesantów, przedsiębiorców
oraz osoby zainteresowane prowadzeniem działalności gospodarczej
- piątki w godzinach pracy Urzędu

Sekretarz Miasta Pułtusk
przyjmuje interesantów
- poniedziałki w godzinach 9:00-15:00

Burmistrz Miasta Pułtusk
Wojciech Gregorczyk

eprasa.pl 9c53165e95

Do 8 000 zł na wymianę starego pieca na paliwo stałe!

Województwo mazowieckie przystępuje do walki ze smogiem. Zostały już tylko dwa lata na wymianę nieekologicznych źródeł energii. Wszystkim, którzy jeszcze tego nie zrobili, Gmina Jabłonna oferuje wsparcie.

Główną przyczyna zanieczyszczenia powietrza jest spalanie paliw stałych (takich jak węgiel i drewno) w niskosprawnych domowych piecach. Rocznie, w Polsce, zanieczyszczenie powietrza doprowadza do śmierci ok. 50 000 osób i przyczynia się do powstania wielu przewlekłych i nieuleczalnych chorób.

Zgodnie z tzw. uchwałą antysmogową województwa mazowieckiego, na wymianę pieców zostały już tylko niecałe dwa lata (do 31.12.2022 r.). Po tej dacie, za brak pieca spełniającego określone wymogi, będzie groziła grzywna w wysokości do **5000 zł**.

Jakie piece wymagają wymiany?

Piece na węgiel lub drewno niespełanijące wymogów dla klas 3,4,5 oraz kominki, które nie spełniają wymogów ekoprojektu lub nie zostały wyposażone w urządzenia ograniczające emisję pyłów.

Pół miliona złotych na wymianę

Od 1 lutego br. rusza kolejny nabór wniosków na dofinansowanie na wymianę pieców. Na realizację projektu, w budżecie gminy Jabłonna, zabezpieczono pół miliona złotych.

Kto może otrzymać dotację?

Dofinansowanie skierowane jest do osób fizycznych chcących wymienić dotychczasowe źródło ciepła opalane paliwem stałym (m.in. węglem, miałem, ekogroszkiem, drewnem) w budynku mieszkalnym na terenie Gminy Jabłonna.

Uwaga! Wymiana dotychczasowego źródła ciepła nie może zostać rozpoczęta przed podpisaniem umowy z Gminą Jabłonna. To znaczy, że stary kocioł można wymienić dopiero po załatwieniu wszystkich formalności.

Jak długo trwa nabór wniosków?

Nabór trwa od 1.02.2021 r. do 30.06.2021 r. (decyduje kolejność złożenia wniosku).

Na jakie źródła ciepła można wymienić stary piec?

- opalane paliwem gazowym
- zasilane energią elektryczną
- pompy ciepła

Jaka jest wysokość dotacji?

Wnioskodawca może uzyskać dotację w wysokości do 80% poniesionych kosztów kwalifikowanych lecz nie więcej niż 8 000,00 zł.

Jakie koszty są kwalifikowane?

- koszty demontażu dotychczasowego źródła ciepła
- koszty budowy przyłącza gazowego w przypadku wymiany dotychczasowego źródła ciepła na kocioł gazowy
- koszty wykonania lub modernizacji instalacji związanej z nowym źródłem ogrzewania
- koszty zakupu i montażu nowego źródła ciepła oraz zakup i montaż zasobnika ciepłej wody użytkowej

Czy jest możliwe otrzymanie dotacji na wymianę starych pieców na olej opałowy i gaz?

W pierwszej kolejności rozpatrywane będą wnioski na wymianę pieców i kotłów opalanych paliwem stałym. W przypadku dostępności środków finansowych po 30.06.2021 r. możliwe będzie dofinansowanie wymiany źródeł ciepła na olej opałowy i gaz, w wysokości do 50% poniesionych kosztów lecz nie więcej niż do 3 000,00 zł. Kotły na olej opałowy i gaz muszą być użytkowane minimum 10 lat i posiadać otwartą komorę spalania.

Jak wygląda harmonogram otrzymania dotacji?

- złożenie wniosku do Urzędu Gminy Jabłonna (dalej UG)
- weryfikacja wniosku i wizja lokalna na nieruchomości przez pracowników UG
- podpisanie umowy z Gminą Jabłonna
- start realizacji przedsięwzięcia, w tym trwała likwidacja starego źródła ciepła i montaż nowego
- po zakończeniu przedsięwzięcia, nie później niż do 30.10.2021 r., należy złożyć do UG wniosek o wypłatę dotacji wraz z niezbędnymi załącznikami (m.in. kopie faktur).
- weryfikacja wniosku i wizja lokalna na nieruchomości przez pracowników UG
- wypłata środków na konto Wnioskodawcy

Nie trać czasu i zdrowia - przystąp do programu już dziś!

Jak wytrwać w noworocznym postanowieniu i rzucić palenie

Do najtrudniejszych wyzwań noworocznych należy z pewnością rzucanie palenia. Wiele osób nie daje rady porzucić zgubnego nałogu z dnia na dzień i po krótkim okresie tytoniowej abstynencji przekłada swoje „żelazne" postanowienie o kolejny rok. Okazuje się jednak, że dla tych, którzy za żadne skarby nie mogą skończyć z papierosami, istnieją inne rozwiązania, co więcej – potencjalnie redukujące i ograniczające ryzyko zdrowotne związane z nałogiem.

Instytucje nadzorujące służbę zdrowia w Nowej Zelandii regulują stosowanie papierosów elektronicznych, które mają służyć jako narzędzie prowadzące do porzucenia tradycyjnych papierosów przez dorosłych palaczy. Kraj ten jest światowym pionierem, jeżeli chodzi o informowanie o e-papierosach jako potencjalnie mniej szkodliwej alternatywy dla tradycyjnego tytoniu. Już w 2017 r. władze tego kraju oświadczyły, że wapowanie (stosowanie e-papierosów) może pomóc w rzuceniu palenia. Tamtejsze Ministerstwo Zdrowia wraz z Agencją Promocji Zdrowia (HPA) uruchomiło nawet portal Vaping Facts, który szczegółowo opisuje, w jaki sposób e-papieros przyczynia się do zmniejszenia szkód związanych z nałogiem.

Używanie e-papierosów, jako mniej szkodliwe od tradycyjnego palenia, uznały już 24 międzynarodowe organizacje, wśród których są instytucje zdrowia publicznego z Wielkiej Brytanii, Francji, Kanady, Niemiec, czy Australii. Już w lipcu 2017 r. Amerykańska Agencja ds. Żywności i Leków (FDA) wskazała, że nikotyna najbardziej szkodzi wtedy, gdy dostaje się do organizmu w postaci dymu papierosowego, dając do zrozumienia, że mniej szkodliwe są takie rozwiązania jak e-papierosy, czy podgrzewacze tytoniu. Pogląd ten potwierdza raport brytyjskiej Izby Gmin, który powołuje się między innymi na dane Public Health England, instytucji zdrowia publicznego w Wielkiej Brytanii oraz Royal College of Physicians (Królewskiego Kolegium Lekarskiego). Z danych tych wynika, że e-papierosy i tzw. podgrzewacze tytoniu są potencjalnie mniej szkodliwe o ok. 90–95 proc. w porównaniu do tradycyjnych papierosów, ze względu na brak najbardziej toksycznych substancji smolistych.

Badania i opracowania naukowe pokazują też, że e-papierosy mogą być skutecznym środkiem do ostatecznego zerwania z nałogiem. Z badania brytyjskiego Action on Smoking&Health (ASH) z sierpnia 2018 roku wynika, że aż 52 proc. z 3,2 miliona dorosłych palaczy e-papierosów w tym kraju przestało palić. Z kolei z niedawnego badania z Hiszpanii wynika, że aż 9 na 10 osób korzystających z e-papierosów w tym kraju ograniczyło lub porzuciło nałóg palenia dzięki wapowaniu.

Ale na rynku, poza e-papierosami, pojawia się coraz więcej alternatyw dla klasycznego papierosa, jak np. podgrzewacze tytoniu nowej generacji. Urządzenia tego typu nie spalają, a jedynie podgrzewają tytoń wysokiej jakości. Dzięki temu palacz doświadcza uczucia porównywalnego do tradycyjnego palenia, jednocześnie dostarczając dużo mniej szkodliwych substancji do organizmu. Do najnowszych rozwiązań tego typu należy glo Hyper. Urządzenie zostało gruntownie przebadane, do tej pory przeprowadzono na nim 44 testy behawioralne, 164 analizy chemiczne, 46 badań klinicznych i 75 testów określających wpływ na komórki organizmu.

Więcej o alternatywnych produktach nikotynowych można się dowiedzieć np. dzięki kampanii Masz Wybór (www.maszwybor.pl), za którą stoi jeden z koncernów tytoniowych.

eprasa.pl 9c53165e95

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

MIESZKANIA LOKATORSKIE

Zapomniany obowiązek spółdzielni... czyli nowe mieszkanie bez kredytu (cz. II)

Temat mieszkań lokatorskich powrócił dzięki Rządowemu programowi Mieszkanie Plus. W tej sprawie współpraca z samorządem i spółdzielniami jest kluczowa i opiera się na pozyskiwaniu gminnych terenów oraz udzielaniu spółdzielniom preferencyjnych kredytów na budowę mieszkań – w tym lokatorskich

Jest wiele korzyści płynących z posiadania lokatorskiego prawa do lokalu. Najważniejszą z nich jest bezpieczeństwo finansowe i możliwość wyjścia z umowy bez dodatkowych kosztów. Niezmiennym i ustawowym zadaniem spółdzielni wciąż pozostaje zaspokajanie potrzeb mieszkaniowych członków oraz ich rodzin, przez dostarczanie członkom samodzielnych lokali mieszkalnych, a wśród nich budowa mieszkań lokatorskich.

Działalność legionowskiej SML-W nie wpisuje się w ten zakres zadań, a prowadzona przez spółdzielnie działalność developerska jest krytykowana na posiedzeniach Krajowej Rady Spółdzielczej.

Przełamać stereotyp

Od pokoleń mamy zakodowane skojarzenie własności z mieszkaniem lub domem. Aby zrozumieć ideę mieszkania lokatorskiego, warto na chwilę przełamać ten stereotyp. Mieszkanie kupione na kredyt chociaż jest naszą własnością, to zabezpieczone jest jednak hipoteką, na której pulsie rękę czujnie trzyma bank. To poczucie własności mocno ograniczone jest naszą wypłacalnością. W przypadku mieszkań lokatorskich, co prawda, nie jesteśmy właścicielami lokalu, ale chronią nas przepisy **O OCHRONIE WŁASNOŚCI**

. Ponadto, już po 5 latach od podpisania umowy ze spółdzielnią lokatorskie prawo do lokalu możemy przekształcić we własność. Podstawowa różnica pomiędzy mieszkaniem obciążonym hipoteką a mieszkaniem lokatorskim polega więc na możliwości dysponowania tym pierwszym jako własnością: można je np. sprzedać, dziedziczyć co w przypadku mieszkania lokatorskiego (aż do chwili spłaty ostatniej raty) jest niemożliwe. Warto również przełamać stereotyp jakości mieszkań lokatorskich, ponieważ są one nierzadko wykonane z wysokiej jakości materiałów budowlanych i wyposażone w nowoczesne instalacje jak w przypadku mieszkań od developerów.

Mniejsze prawa, ale za to... większe poczucie bezpieczeństwa

Poza brakiem możliwości sprzedaży czy przekazania w spadku mieszkania lokatorskiego istnieją obiektywne zalety tej formy mieszkań. Po pierwsze, w przypadku realizacji budynku na mieszkania lokatorskie to spółdzielnia jest kredytobiorcą. W związku z tym nie jesteśmy zobligowani do posiadania zdolności kredytowej, a jedynym zabezpieczeniem z naszej strony wobec umowy ze spółdzielnią jest wkład lokatorski oraz (najczęściej) 3-miesięczna nadpłata rat, na poczet kredytu zaciągniętego przez spółdzielnię. Z naszego wkładu lokatorskiego spółdzielnia może pokryć jedynie nasze aktualne zobowiązania. W przypadku niemożliwości regulowania dalszych opłat mamy dwa wyjścia. Spółdzielnie z którymi kontaktowałem się w tej sprawie dają możliwość **ZDANIA MIESZKANIA** i w ten sposób rozwiązania umowy na dalsze zamieszkiwanie. Spółdzielnia zwraca nam wówczas **ZWALORYZOWANY WKŁAD LOKATORSKI** oraz dokonuje **ZWROTU RAT KREDYTU**, które do czasu rozwiązania umowy spłacaliśmy, pomniejszając zwrot jedynie o bankowe odsetki. Zwaloryzowany wkład w dużym skrócie oznacza, że jest on wypłacany od aktualnej wartości rynkowej mieszkania na czas rozwiązania umowy. Drugim wyjściem jest proces sądowy, który rozpoczyna spółdzielnia wówczas, gdy nie regulujemy przez co najmniej sześć miesięcy zobowiązań. Tu dodatkowym obciążeniem są wyłącznie koszty postępowania sądowego. Rozstając się z mieszkaniem lokatorskim pozostaje nam więc do dyspozycji wniesiony przez nas kapitał – to uczciwe rozstanie dla obu stron umowy. Podobna sytuacja w przypadku mieszkań zabezpieczonych hipoteką ma zdecydowanie trudniejszy przebieg i nierzadko poważniejsze lub przynajmniej trudne do przewidzenia konsekwencje.

Mieszkanie na miarę... naszych czasów

Kiedy warto zdecydować się na mieszkanie lokatorskie? Właściwie jest to propozycja dla każdego. Grupą docelową są przede wszystkim młodzi ludzie poszukujący miejsca na swoje pierwsze domowe ognisko. O otrzymaniu mieszkania przesądza jedynie wkład lokatorski a nie niepewna decyzja kredytowa banku. To mieszkania również dla tych, którzy tego kredytu się obawiają i mają gdzie wrócić w razie niepowodzenia, aby przeczekać gorszy czas. Na decyzję, o tym czy zostaniemy w danym mieście ma wpływ wiele czynników dlatego mieszkanie lokatorskie może mieć charakter czasowy lub docelowy, z możliwością przekształcenia go we własność. Możliwości jest wiele. Jako ciekawostkę można odnotować fakt, że w jednej z pomorskich spółdzielni dużym zainteresowaniem mieszkania lokatorskie cieszą się wśród seniorów. Potwierdza to tezę, że są to mieszkania dla wszystkich i na miarę naszych czasów. Pandemia uświadomiła nam jak kruche jest nasze zdrowie, a los zmienny. Bez względu na czas, to poczucie stabilizacji i zdrowie pozostają tym, czego każdy z nas najbardziej oczekuje.

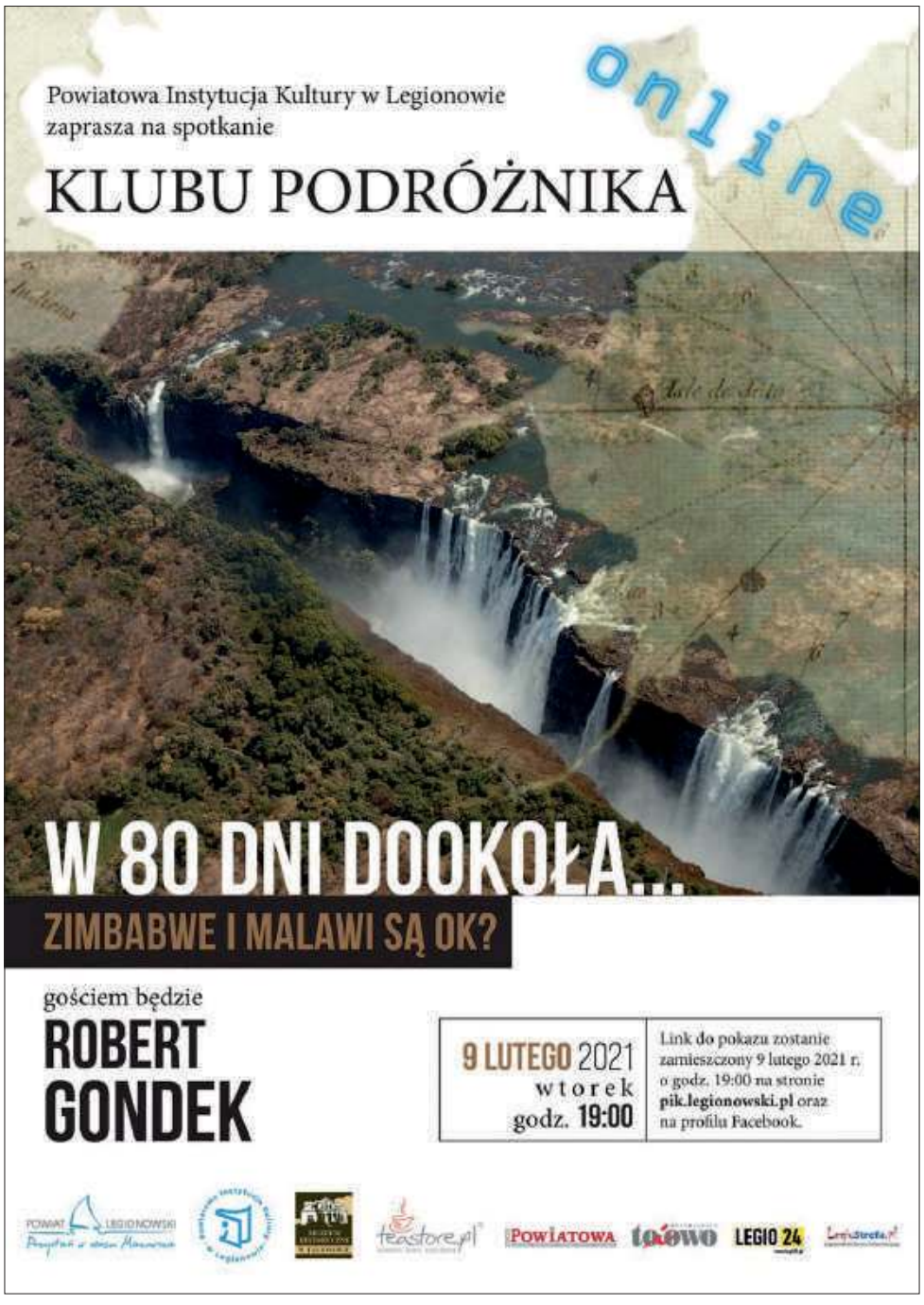
Spółdzielnie wbrew spółdzielcom i spółdzielczości.

Budowa mieszkań deweloperskich przez spółdzielnie mieszkaniowe przeczy idei spółdzielczości. Spółdzielnia sprzedając (wraz z wybudowanym blokiem) działkę pozbawia nas w ten sposób wspólnego majątku, nie realizując przy tym **potrzeb mieszkaniowych aktualnych członków spółdzielni.** Wydaje się, że to Majątek spółdzielni traktowany jest więc jako towar obrotowy na wolnym rynku w walce z deweloperami. Zastanówmy się, gdyby spółdzielnia wybudowała blok z mieszkaniami lokatorskimi na własnej działce, to o ile te mieszkania mogłyby być tańsze – koszt m2 działki w Legionowie to ponad 600 zł. Tymczasem, ustawa o spółdzielniach mieszkaniowych wskazuje jako pierwszy przedmiot działalności spółdzielni: **budowanie lub nabywanie budynków w celu ustanowienia na rzecz członków spółdzielczych lokatorskich praw do znajdujących się w tych budynkach lokali mieszkalnych**. Jaka jest praktyka? Wszyscy widzimy. W rozmowie telefonicznej prezes jednej ze spółdzielni przekazał mi wprost, że ten temat jest bardzo często podnoszony na spotkaniach Krajowej Rady Spółdzielczej gdzie wskazuje się, że działania deweloperskie spółdzielni mieszkaniowych są zaprzeczeniem idei spółdzielczości.

Obecnie SML-W planuje na SPÓŁDZIELCZYCH GRUNTACH budowę trzech nowych bloków. Ich sprzedaż w formie komercyjnej pozbawi nas lub naszych dzieci szansy na tańsze mieszkanie, a Spółdzielców atrakcyjnych działek w centrum miasta.

Artur Pawłowski – Radny Rady Miasta Legionowo

ZAPROSZENIE



eprasa.pl 9c53165e95

Legionowscy trenerzy Michał Prątnicki i Marcin Smolarczyk po pierwszej rundzie zawiesili zespołowi i sobie „wysoko" poprzeczkę Fot. fotoMiD

PIŁKA RĘCZNA. I liga wznawia rozgrywki

KPR broni lidera

W najbliższą sobotę (godz.18), pierwszoligowi piłkarze ręczni KPR Legionowo, domowym meczem z AZS UW Warszawa, rozpoczynają rundę rewanżową sezonu 2020/2021. Lokalnym sympatykom szczypiorniaka nie trzeba chyba przypominać, kto jest liderem na półmetku rozgrywek, ale jeśli ktoś zapomniał – wystarczy rzut oka na tabelkę po pierwszej rundzie. Dziesięć zwycięstw na dziesięć rozegranych spotkań musi robić wrażenie!

Podopieczni trenerskiego duetu Marcin Smolarczyk – Michał Prątnicki będą z pewnością bronić fotelu lidera w pozostałych im do rozegrania dziecięciu meczach. Przewagę wypracowali sobie dość wyraźną, ale rywale z pewnością nie będą im ułatwiać zadania i zagrają przeciwko naszej drużynie w myśl zasady – bij mistrza![1]No cóż, nasi – żartobliwie rzecz ujmując – sami tego chcieli, sami sobie zawiesili wysoko „poprzeczkę". Poza tym, w zmaganiach sportowych łatwiej jest ponoć gonić, niż uciekać.

W krótkiej przerwie zimowej w naszym zespole nie było zmian kadrowych. W czasie przygotowań rozgrywanych sparingów szkoleniowcy starali się z drużyną wypracować nowe schematy rozwiązań taktycznych. Dążyli też do tego, aby różnica w grze między „żelaznym" składem, a ławką rezerwowych nie była aż tak wyraźna, czyli mówiąc inaczej – konieczne rotacje w składzie w czasie spotkań, nie obniżały w znaczny sposób poziomy gry zespołu. Czy to się uda?

Nie ulega wątpliwości, 3-4 zespoły, które na półmetku rozgrywek oglądają plecy KPR Legionowo, będą w rundzie rewanżowej chciały naszemu zespołowi to i tamto udowodnić. Choćby to, że jest to drużyna do pokonania. Udowodnił to i to dwukrotnie, w czasie ostatnich sparingów lider rozgrywek pierwszoligowych z grupy „A" – Warmia Energa Olsztyn. Podobno do wyników spotkań sparingowych zbyt wielkiej wagi przykładać nie można, ale… Przypominam o 23-26 z Warmią w Legionowie i ostatnio 23-27 w Olsztynie, bo…

W sobotę nasz zespół rozpoczyna rundę rewanżową meczem z lokalnym rywalem ze stolicy. „Akademicy" nadspodziewanie wysoko przegrali z naszym zespołem u siebie i z pewnością liczą, że w sobotę tym razem to oni wygrają. Są wysoko, w grupie pościgowej w tabeli i wierzą, że na mecie uplasują się w czołowej czwórce najlepszych drużyn grupy „C". Lokalne derby z reguły rządzą się swoimi prawami, tym bardziej, że w obu drużynach są zawodnicy, którzy reprezentowali barwy i jednego i drugiego zespołu. Zapowiada się więc ciekawy pojedynek.

Dwie z czołowych drużyn mają już pierwsze mecze rundy rewanżowej za sobą. Niespodzianek nie było. MKS Wieluń pokonał Juranda Ciechanów 24-18, a Anilana Łódź pokonała rezerwy Azotów Puławy 39-20. Jak wynik padnie w sobotnim meczu w Legionowie? **(jb)**

PIŁKA RĘCZNA I LIGA (GR.C)

Tabela półmetka

1. KPR Legionowo	**30(10-0)**	**313-235**
2. MKS Wieluń	21(7-3)	320-265
3. AZS UW Warszawa	20(7-3)	295-274
4. Anilana Łódź	19(6-4)	307-294
5. AZS AWF Biała Podlaska	18(6-4)	326-277
6. Mazur Sierpc	16(5-5)	280-292
7. Jurand Ciechanów	15(5-5)	302-309
8. KS Uniwersytet Radom	12(4-6)	267-287
9. Azoty Puławy II	9(3-7)	255-320
10. Orlen Wisła II Płock	5(2-8)	258-302
11. SMS ZPRP Płock	0(0-10)	276-318

SIATKÓWKA. Tylko wygrany set

Bez punktów w Radomiu

W poniedziałek (25 stycznia), w meczu 17. kolejki Tauron Ligi, siatkarki DPD Legionovii (jeszcze pod starą nazwą) nie sprostały w Radomiu wiceliderowi. Przegrały 1:3, choć początki były obiecujące, bo podpopieczne trenera A.Chiappiniego wygrały pierwszego seta tego meczu. Potem…

Nasze siatkarki wygrały w Radomiu pierwszego seta, blisko tego były także w trzeciej partii radomskiego meczu Fot. fotoMiD

Patrząc na te spotkanie z perspektywy tygodnia, na dodatek przez różowe okulary, można dotrzeć – progres, w porównaniu z pierwszym meczem, rozegranym w październiku ubiegłego roku w Legionowie. Wtedy radomianki wygrały bez straty seta, teraz nasze dziewczyny napędziły im trochę strachu. Nie dość, że wygrały po przyzwoitej grze pierwszą partię, to były blisko wygranej z faworyzowanym rywalem trzeciego seta meczu.

Na dodatek drużyna Radomki przed meczem z naszym zespołem doznała – jak to się eufemistycznie określa – wzmocnienia. W jej szeregach pojawiła się trzecia Brazylijka (po atakującej Brunie Honorio i środkowej Andressie Picussie) – przyjmująca Samara Rodrigues de Alemeida. Być może niektórym sympatykom piłki siatkówki to nazwisko obiło się już o uszy. Samara zagrała bowiem w barwach Chemika Police w meczu o superpuchar kraju, a potem … nie zdała w tej drużynie testów medycznych. Do rodzinnego kraju jednak nie wróciła, bo przez pandemię utknęła w Polsce. Przygarnęły ją do siebie radomskie Brazylijki, a wkrótce okazało się, że radomski klub uznał, że przyda się w jego szeregach. W ligowym debiucie przeciwko Legionovii, Samara zaliczyła niezły występ, będąc zmienniczką Julii Twardowskiej. Tytuł MVP tego spotkania przyznano, jak najbardziej zasłużenie, jednak nie jej, nie rozgrywającej Małgorzacie Skorupie, a innej radomskiej przyjmującej, Amerykance - Janisie Johanson.

Kończąc ten wtręt o stranieri w obu zespołach warto zauważyć, że tym razem najlepiej punktującą zawodniczką po legionowskiej stronie siatki, co zdarza się sporadycznie, była atakująca Julie Oliveira Souza. Dorobek naszej Francuzki, z brazylijskim rodowodem, jest jednak o sześć punktów mniejszy od jej vis a vis po radomskiej stronie, czyli o dorobku Bruny Honorio.

Po tej porażce dziewiątej w sezonie porażce (przy ośmiu zwycięstwach) nasz zespól nadal oscyluje wokół 7-8 miejsca i należy mieć nadzieję, że niżej już nie spadnie.

E.Leclerc Moya Radomka Radom – DPD Legionovia 3:1 (20:25,25:16,25:23, 25:20)

Legionovia: Grabka(5), Rivero Marin(9),Stafford(10), Oliveira Souza (15), Różański (10), Tokarska (9), Lemańczyk (libero) oraz Kulig (libero), Szczyrba, Dąbrowska, Matejko.

Alicja Grabka i Maja Tokarska zagrały w Radomiu poprawnie. Ich gra, a także pozostałych koleżanek, nie wystarczyła jednak na zdobycie choćby jednego punktu Fot. fotoMiD

Dla Radomki najwięcej punktów zdobyły: 24 – J.Johnson, 21 – H. Bruna, 9- J. Łukasik. **(jb)**

SIATKÓWKA. Nowy sponsor tytularny

DPD IŁCapital Legionovia

- Legionovia S.A. wchodzi w rok 2021 z dużą energią nie tylko na boisku, lecz również pod względem biznesowym – poinformował w ubiegłym tygodniu na swojej oficjalnej stronie internetowej legionowski klub siatkarski. Nowym Sponsorem Tytularnym ekipy z Legionowa została firma IŁ Capital, a drużyna zmienia nazwę na **DPD IŁCapital Legionovia Legionowo** – czytamy m.in. w informacji. Oto jej dalsza treść:

IŁ Capital to działający na rynku lokalnym i międzynarodowym holding inwestycyjny, poza Polską prowadzący działalność między innymi w Chorwacji i Dubaju. Stojący na jego czele prezes Igor Łukasik w przeszłości profesjonalnie uprawiał piłkę siatkową, więc doskonale rozumie mechanizmy działające w naszej dyscyplinie.

– *Już na pierwszych spotkaniach z przedstawicielami Klubu zauważyłem w nich to, czego coraz mniej widzi się na co dzień: ogromną pasję i serce. Decyzja była szybka – wiedziałem, że chcę współtworzyć ten projekt i stać się częścią rodziny Legionovii. To dla mnie nie tylko dobry ruch biznesowy, lecz również niesamowita przygoda!* – powiedział nowy Sponsor Tytularny.

–*Dynamiczny rozwój naszego Klubu wymaga coraz większych nakładów. Chcemy inwestować w stopniową rozbudowę naszej organizacji i realizowanie coraz bardziej ambitnych celów sportowych* – powiedział Prezes Konrad Ciejka. - *Bardzo się cieszymy, że IŁ Capital dołącza do naszej ekipy. Jesteśmy przekonani, że razem wprowadzimy DPD IŁ Capital Legionovię na zupełnie nowy poziom.*

Zachęcamy do odwiedzenia strony internetowej naszego nowego Sponsora Tytularnego: www.lukasik-capital.com

Równocześnie prosimy o poprawne używanie nazwy naszej drużyny: **DPD IŁCapital Legionovia Legionowo.** **(red)**

PIŁKA NOŻNA. Sparingowy trójmecz

Nasi bez bramki

W ostatnią sobotę, na bocznym boisku stadionu przy ul.Parkowej, w ramach przygotowań do piłkarskiej wiosny sezonu 2020/2021 rozegrano piłkarski trójmecz sparingowy. Oprócz naszego zespołu uczestniczyły w nim dwie inne drużyny trzecioligowe: KS Ursus Warszawa i Olimpia Zambrów

W swoim pierwszym meczu podopieczni trenera M. Pirosa przegrali 0-2 z Ursusem, a nasza drużyna grała w następującym zestawieniu: Krzywański – Kaczorowski, Bujak, Choroś, Barański, Kluska, Koziara, Zjawiński, Bajdur, Mroczek, Trubeha. W drugim spotkaniu z Olimpią Zambrów zakończonym wynikiem bezbramkowym legionowianie zagrali w następującym składzie: Błesznowski – Lewandowski, Worach, Mróz, Karabin, Zawistowski, Dobrogost, Papazjan, Konopski, Witecki, Turkowski.

W trzecim spotkaniu trójmeczu Olimpia Zambrów pokonała Ursus 2-0. Mecze trwały po 60 minut, a trenerzy trzech drużyn wykorzystali ten sparingowy trójmecz m.in. do aktualnego przeglądu swych kadr zawodniczych. Dodajmy może jeszcze tylko, że szkoleniowcem warszawskich „Traktorków" jest były trener naszej drużyny Bogdan Jóźwiak. **(jb)**

Kolejne sparingi w zimowych warunkach, a do startu o trzecioligowe punkty pozostał jeszcze miesiąc Fot. fotoMiD

eprasa.pl 9c53165e95