



**NadAktywni
dla Kuby Krysiaka**

str. 16



**Twoja historia
jest ważna**

str. 7



**Mąż
zabił żonę**

str. 4



Tygodnik **KRAK**

16 marca 2021

11/1508

rok XXX

cena: 3,30 zł (5% VAT)

30. rok „Tygodnika Krak”

Wójt gminy wiejskiej przed sądem



- Przyszedł moment, w którym nastąpiła eskalacja moich emocji. Faktycznie padły słowa, które z moich ust nie powinny paść. O ile radni między sobą taki dyskurs mogą uprawiać, o tyle ja nie powinnam tych słów użyć – mówiła na starcie rozprawy wójt Izabela B. Chodzi o słynną sprawę „niewyparzonej mordy”

**Zamknięte
Lubuskie**

str. 3

**Śmierć
w pożarze**

str. 13

**Ruszyła
budowa hali**

str. 11

**Dobrze, gdy
pacjenci płaczą**

str. 9

Piotruś Pan
Świat Klocków LEGO
ul. Konstytucji 3 Maja 3
RABAT 10%
z kuponem

NOWE MIESZKANIA

os. Armii Krajowej
oraz os. Majowe
w Nowej Soli

www.arkadiapark.pl

tel. 532 110 044

Czytaj str. 5

Sprzedaż drzewa
601 962 796

USŁUGI OGÓLNOBUDOWLANE
Tel. 660 674 290

PELLET 825 zł
601 962 796

RADCA PRAWNY
Emilia Kacprzak-Kopciowska
Tel. 604 230 798

FONMED
APARATY SŁUCHOWE
od 1997
Poniedziałek, środa, piątek:
8.30 – 16.00,
Wtorek, czwartek:
8.30 – 17.00.
Nowa Sól
Ul. Wojska Polskiego 43
Tel. 68 356 15 51
Kom. 696 931 316



**Zapraszamy na
BEZPŁATNY SERWIS**

wszystkich aparatów słuchowych:
wyczyścimy, osuszemy, wymienimy filtry,
wężyki, odświeżymy, a to wszystko
zapewni Państwu lepsze słyszenie

68 356 15 51

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

Mariusz Pojnarredaktor
naczelnýtel. 502 433 019
m.pojnar@tygodnikkrag.pl**Mateusz Pojnar**

dziennikarz

tel. 793 051 133
mateusz.pojnar@tygodnikkrag.pl**Aleksandra Gembiak**

dziennikarka

tel. 68 387 54 35
redakcja@tygodnikkrag.pl**Joanna Dysiewicz**grafika,
skład DTPtel. 68 387 51 62
skladtk@tygodnikkrag.pl**Ewelina Majerska**reklama,
ogłoszenia
drobnetel. 502 919 029
reklama@tygodnikkrag.pl

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy,
że w dniu 7 marca 2021 r., przeżywszy 66 lat,
odszedł od Nas Nasz Kochany Mąż i Tata



śp. **Ryszard Frątczak**

pogrążona w smutku
Rodzina

Wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci



Teścia

Pani Mirosławie Adamczak oraz Rodzinie

składają

dyrektor, grono pedagogiczne oraz pracownicy

Szkoły Podstawowej nr 6 w Nowej Soli

„Nie umiera ten, kto trwa w sercach i pamięci naszej”

Z wielkim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci



śp. **Andrzeja Otulaka**

Taty Pawła, naszego Przyjaciela z boiska.

Calej rodzinie składamy najszczerze wyrazy współczucia.

Zarząd, zawodnicy i kibice

KS Pogoń Przyborów

„Śmierć nie jest kresem naszego istnienia.

Żyjemy w naszych dzieciach i następnych pokoleniach”

Marcinowi Borgoszowi i Jego całej Rodzinie

wyrazy głębokiego współczucia

z powodu śmierci



Taty

składają Mateusz i Mariusz Pojnarowie z rodziną

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”

Z ogromnym żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

śp. **Andrzeja Otulaka**

Taty naszego Przyjaciela Pawła.

Pawłowi i całej Jego Rodzinie

najszczerze wyrazy współczucia

składają Mariusz i Mateusz Pojnarowie

Wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci



Ojca

Bratu Grzegorzowi Dziedzicowi

z Zakonu Franciszkanów

oraz rodzinie

składają dyrektor, grono pedagogiczne oraz pracownicy

Szkoły Podstawowej nr 6 w Nowej Soli

Wójt Gminy Siedlisko

działając na podstawie art. 35 ust. 1
ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o go-
spodarce nieruchomościami (Dz. U.
2020, poz. 1990)

informuje,

że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gmi-
ny w Siedlisku oraz na stronie interne-
towej www.bip.siedlisko.pl zamiesz-
czono wykaz nieruchomości gminnych
przeznaczonych do dzierżawy w dro-
dze przetargu ustnego nieograniczo-
nego. Wykaz wywieszono na okres od
08.03.2021r do 28.03.2021r. (Zarzą-
dzenie nr 0050.11.2021).

Burmistrz Otyń

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 i 2,
art. 34 ust. 1, pkt 1 i 2 ustawy z dnia 21
sierpnia 1997 r. o gospodarce nieru-
chomością (t. j. Dz. U. z 2020 r. poz.
1990 ze zm.)

informuje,

że w dniu 09 marca 2021 r. na ta-
blicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim
w Otyń, na I piętrze, ulica Rynek
1, 67-106 Otyń, oraz na stronie inter-
netowej: bip.wrota.lubuskie.pl/ugotyń
dostępny jest wykaz nieruchomości
gruntowej niezabudowanej przezna-
czony do zbycia.

„Ci, których kochamy, nie umierają nigdy,
bo miłość to nieśmiertelność”

Najszczerze wyrazy współczucia z powodu śmierci



Taty

Bratu Grzegorzowi Dziedzicowi

z parafii św. Antoniego

składają przyjaciele z „Tygodnika Krąg”

16 marca 2021

11/1508

rok XXX

cena: 3,30 zł (5% VAT)

ISSN 1233-4995

 **Tygodnik KRAK**

WYDAWCA: Spółka z o.o. „Tygodnik Krąg”
DRUK: Polska Press Sp. z o.o.

Oddział w Poznaniu

NAKLAD:

3400 egzemplarzy

ADRES: ul. Parafialna 2 B
67-100 Nowa Sól

Tel. 68/ 387-51-62, tel./fax 68/ 387-54-35

Strona internetowa: www.tygodnikkrag.pl

E-mail:

redakcja@tygodnikkrag.pl

reklama@tygodnikkrag.pl

Redaktor naczelny: Mariusz Pojnar

Zespół redakcyjny:

Mariusz Pojnar, Mateusz Pojnar,

Aleksandra Gembiak

Grafika, skład DTP: Joanna Dysiewicz

Kolportaż: Ewelina Majerska

Księgowość: ksiegowosc@tygodnikkrag.pl

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

www.tygodnikkrag.pl



**Zapraszamy
do zakupu e-wydania
Tygodnika KRAK
na www.eprasa.pl
Możliwa opcja
zakupu prenumeraty**

Zamknięte Lubuskie, czyli czarny scenariusz Niedzielskiego

Województwo lubuskie z nowymi obostrzeniami dotyczącymi walki z COVID-19. Minister zdrowia Adam Niedzielski powiedział, że „materializuje się czarny scenariusz” związany z trzecią falą pandemii. Restrykcje mają u nas obowiązywać do 28 marca. Póki co



W ostatnich dniach w Lubuskiem był spory skok liczby zakażeń koronawirusem (fot. arch.)

W ubiegłym tygodniu minister zdrowia ogłosił lockdown w kolejnych województwach. W lubuskim i mazowieckim wszedł w życie w poniedziałek. Już od soboty został wdrożony w woj. pomorskim. W tych województwach odnotowano znaczny

wzrost liczby zakażeń.

- Na razie zdecydowaliśmy się na regionalizację obostrzeń – mówił na konferencji prasowej Niedzielski. - Możliwe, że kolejne obostrzenia będą już miały charakter ogólnopolski.

W poniedziałek, gdy pisaliśmy

ten tekst, w Polsce odnotowano 10,9 tys. zakażeń COVID-19. W samym Lubuskiem – 396. Według danych z rządowej strony w powiecie nowosolskim w poniedziałek było 52 nowych chorych. W kwarantannie są 462 osoby.

Nowe obostrzenia w Lubuskiem są podobne do tych z woj. warmińsko-mazurskiego, które zamknięte zostało już wcześniej. Nie skorzystamy z hoteli, kin, teatrów, innych miejsc kultury, galerii handlowych, siłowni, basenów, saun czy obiektów sportowych.

Nauka w klasach 1-3 podstawówek będzie się odbywała w trybie mieszanym.

Szczegółowe obostrzenia znajdziecie w ramce.

„Konieczne jest, abyśmy ograniczyli mobilność społeczną, która jest kluczowa w walce z COVID-19” – czytamy w rządowym komunikacie.

Nowe restrykcje mają obowiązywać do 28 marca.

Mateusz Pojnar

OBOSTRZENIA:

Zaostrzone zasady bezpieczeństwa będą obowiązywały w:

- woj. warmińsko-mazurskim – przedłużone do 28 marca,
- woj. pomorskim – od 13 do 28 marca,
- woj. mazowieckim – od 15 do 28 marca,
- woj. lubuskim – od 15 do 28 marca.

Jakie zasady obowiązują w tych województwach?

We wskazanych okresach będą obowiązywały poniższe ograniczenia. Swoją działalność muszą zawiesić:

- **baseny** (wyjątkiem są baseny w podmiotach wykonujących działalność leczniczą i dla członków kadry narodowej);
- **sauny, solaria, łaźnie tureckie, salony odchudzające, kasyna;**
- **hotele** (wyjątkiem są m.in. hotele robotnicze, a także noclegi świadczone w ramach podróży służbowych – dokładny katalog wyjątków wraz z wymaganym potwierdzeniem odbywania podróży służbowej jest w rozporządzeniu);
- **galerie handlowe** – z wyjątkiem m.in.: sklepów spożywczych, aptek i drogerii, salonów prasowych, księgarni, sklepów zoologicznych i z artykułami budowlanymi. W galeriach handlowych nadal będą mogły działać m.in. usługi fryzjerskie, optyczne, bankowe, pralnie;
- **teatry, muzea, galerie sztuki** (możliwa jest jednak organizacja prób i ćwiczeń, a także wydarzeń online);
- **kina** (zakaz projekcji filmów dotyczy również domów i ośrodków kultury);
- **stoki narciarskie;**
- **kluby fitness i siłownie;**
- **obiekty sportowe** (mogą działać wyłącznie na potrzeby sportu zawodowego i bez udziału publiczności).

Ważne! Od 15 marca we wskazanych regionach lekcje w klasach 1-3 będą funkcjonować w trybie hybrydowym. Część uczniów danej szkoły będzie mogła uczyć się stacjonarnie, a część – zdalnie.

*z internetowej strony rządu

Nowe rozdzanie w sprawie wycieczkowca

O rozwój turystyki odrzańskiej dbać będzie teraz nowy właściciel Laguny, czyli miasto Nowa Sól, wraz z trzema partnerami – Głogowem, Zieloną Górą i Sulechowem

W zeszłą środę na pokładzie statku turystycznego Laguna w nowosolskim porcie została podpisana umowa wykupu udziałów statku przez Nową Sól. W imieniu gmin akt został podpisany przez burmistrzów: Andrzeja Kunta, Mariusza Olejniczaka, Wojciecha Sołtysa, Jacka Sautera, Marka Cebulę oraz prezydenta Jacka Milewskiego.

Ponad 2,1 mln

- Absolutnie nie kończymy tego, co zaczęliśmy wspólnie kilka lat temu. To rzecz, o którą według mnie dalej warto walczyć. To jest coś, co zaczęło się tak naprawdę w Krośnie Odrzańskim, bo tam powstał pierwszy port. Potem faktycznie wspólnie napędzaliśmy to także z Bytomiem Odrzańskim i Sulechowem. Później to znowu poszerzyliśmy i przy okazji statków do współpracy doszły Kostrzyn i Słubice, a w kolejnym ruchu Głogów, a na końcu



Umowę wykupu statku podpisują prezydent Jacek Milewski (z lewej) oraz Jacek Sauter, burmistrz Bytomia Odrzańskiego

także Zielona Góra poprzez małą Krępę – przypominał tę historię prezydent Nowej Soli przed podpisaniem umowy wykupu statku przez miasto od dotychczasowych

właścicieli, którymi obok Nowej Soli były gminy: Kostrzyn nad Odrą, Słubice, Sulechów, Bytom Odrzański oraz Krosno Odrzańskie.

Księgowa wartość Laguny to ponad 2,1 mln zł. - Jednocześnie chcę podkreślić, że ze wszystkimi jestem bardzo zżyty, wręcz odrzańsko zaprzyjaźniony i nie wyobrażam sobie, żebyśmy gdzieś dalej nie próbowali paru fajnych rzeczy zrobić. A może przyjdzie taki czas, że wrócimy do wspólnych projektów – mówił prezydent Milewski.

List intencyjny czterech gmin w sprawie rozwoju turystyki

Drugim elementem środowowego spotkania było podpisanie przez prezydenta Nowej Soli, prezydenta Zielonej Góry Janusza Kubickiego oraz prezydenta Głogowa Rafała Rokaszewicza i burmistrza Sulechowa Wojciecha Sołtysa, uroczystego listu intencyjnego dotyczącego dalszego rozwijania turystyki na Odrze w oparciu o statek turystyczny Laguna [Zefir zostanie sprzedany – dop. red.].

Samo Stowarzyszenie Odra dla

Turystów, jak już informowaliśmy w „TK”, jako dotychczasowy operator statków Laguna i Zefir będzie zawieszony. O dalszy rozwój turystyki odrzańskiej dbać będzie teraz nowy właściciel Laguny – Nowa Sól – wraz z partnerami, tj. Zieloną Górą, Głogowem i Sulechowem.

W liście intencyjnym władze gmin zapisały m.in. chęć tworzenia warunków do rozwoju turystyki wodnej na Odrze, w szczególności poprzez rozwój infrastruktury turystycznej, promocję i rozwój ruchu turystycznego oraz wspólne budowanie produktu turystycznego.

Zadeklarowano także wspólną promocję oferty rejsów statku Laguna na Odrze oraz atrakcji turystycznych poszczególnych gmin i podejmowanie innych wspólnych inicjatyw, a także realizację przedsięwzięć na rzecz rozwoju odrzańskiego produktu turystycznego.

Mariusz Pojnar

Koźuchów: 63-latek udusił żonę



Mężczyzna resztę życia może spędzić za kratkami

Pijany mężczyzna jechał autem z 4-letnim dzieckiem

Kierowcę zatrzymał mieszkaniec Nowej Soli i zabrał mu kluczyki. Pomógł mu policjant, który akurat tamtędy przechodził. Za jazdę po pijaku grozi do 2 lat więzienia, wysoka grzywna i zakaz prowadzenia aut nawet do 15 lat



Jazda pod wpływem alkoholu to skrajna nieodpowiedzialność – przestrzega policja (fot. ilustracyjna)

Nowosolanin zauważył, że kierowca volvo, który jechał przed nim, porusza się zygzakiem. - Gdy tylko nadarzyła się okazja i podejrzanie jadący kierowca zatrzymał się przed przejściem dla pieszych, by przepuścić przechodniów, zgłaszający wybiegł ze swojego samochodu i zabrał kierującemu kluczyki – opowiada Justyna Sęczkowska, rzeczniczka policji w Nowej Soli.

W pobliżu akurat przechodził policjant wydziału kryminalnego. Podbiegł do samochodu i zatrzymał kierowcę. - Mając świa-

domość niebezpieczeństwa, jakie stwarza nietrzeźwa osoba na drodze, szybko obezwładnił agresywnego mężczyznę – dodaje Justyna Sęczkowska.

Wtedy wyczuł od niego woń alkoholu. Policjant wezwał na miejsce patrol. 35-latek nie chciał poddać się badaniu na zawartość alkoholu w organizmie. Została mu pobrana krew.

- Po sprawdzeniu w systemach informatycznych okazało się, że obywatel Ukrainy nie ma uprawnień do kierowania – mówi rzeczniczka nowosolskiej policji. - Bardzo nieodpowie-

dzialne było to, że będąc nietrzeźwym zdecydował się przewozić 4-letnie dziecko i dorosłą pasażerkę. Za popełnione przestępstwo i wykroczenia odpowie przed sądem.

Za jazdę po pijaku grozi mu do 2 lat więzienia, do tego wysoka grzywna i zakaz prowadzenia aut nawet do 15 lat.

Policja chwali mieszkańca, który dokonał zatrzymania obywatelskiego. Nazywa jego postawę bohaterską, bo 35-latek mógł doprowadzić do tragedii.

Mateusz Pojnar

Mężczyzna już usłyszał zarzut zabójstwa. - Biegły medyk sądowy w wyniku szczegółowych oględzin stwierdził, że kobieta zmarła najprawdopodobniej w wyniku uduszenia – informuje prokurator Zbigniew Fąfera, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Zielonej Górze. 63-latkowi grozi nawet dożywocie

W zeszłą środę do jednego z mieszkań w Koźuchowie wezwani zostali przez sąsiadów policjanci miejscowego komisariatu. - Zostali zaalarmowani o awanturze domowej i agresywnym zachowaniu jednego z mieszkańców – informuje Zbigniew Fąfera, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Zielonej Górze.

Funkcjonariusze po wejściu do mieszkania znaleźli w nim zwłoki 65-letniej kobiety.

Namieszczeni prokurator wraz z medykiem sądowym przeprowadzili wstępne oględziny ciała i miejsca zdarzenia. Do sprawy zatrzymano męża ofiary, którego zachowanie

wskazywało, że mógł mieć udział w śmierci kobiety.

W czwartek w godzinach popołudniowych przeprowadzono prokuratorską sekcję zwłok.

- Biegły medyk sądowy w wyniku szczegółowych oględzin stwierdził, że kobieta zmarła najprawdopodobniej w wyniku uduszenia. Od ofiary pobrano materiał biologiczny celem wykonania dalszych szczegółowych badań - dodaje prok. Fąfera.

W piątek śledczy przedstawili 63-letniemu mężowi ofiary zarzut zabójstwa z art. 148 par. 1 kk.

Mężczyźnie grozi nawet dożywocie.

Mariusz Pojnar

Stracili prawko, staną przed sądem

W poniedziałek 8 marca, około godziny 16.30 na ul. Starostawskiej w Nowej Soli nowosolska drogówka zatrzymała do kontroli 35-letniego kierowcę audi. Mężczyzna jechał w terenie zabudowanym z prędkością 106 kilometrów na godzinę. Następnego dnia w Konotopie na ul. Poznańskiej zatrzymany został 34-letni obywatel Ukrainy, który gnał przez wieś mając na liczniku 103 kilometry na godzinę. We wtorek 9 marca, ponownie na ul. Starostawskiej,

został zatrzymany pirat drogowy. Tym razem był to 44-letni mieszkaniec Koźuchowa, który jechał z prędkością 107 kilometrów. W środę 10 marca około godziny 7.00 patrol policji zatrzymał 48-letnią kobietę kierującą fordem. Mieszkanka Nowego Miasteczka prowadziła samochód mając w organizmie 1,30 promila alkoholu.

Zatrzymane osoby straciły prawo jazdy, otrzymały mandaty, a sprawy przeciwko nim staną na wokandzie.

(nika)

Groził matce, że ją zabije

W minionym tygodniu dyżurny nowosolskiej policji odebrał zgłoszenie o awanturze domowej. Na miejsce pojechał patrol. Okazało się, że w jednym z mieszkań przy ul. Grobla w Nowej Soli szalał 36-latek. Mężczyzna groził matce, że ją zabije. - Szarpał kobietę i ubliżał jej – informuje sierżant sztabowa

Justyna Sęczkowska, rzeczniczka Komendy Powiatowej Policji w Nowej Soli.

Po zbadaniu ustalono, że miał w organizmie 1,5 promila alkoholu.

Mężczyzna odpowie przed sądem.

(nika)

Wójt gminy wiejskiej przed sądem

- Przyszedł moment, w którym nastąpiła eskalacja moich emocji. Faktycznie padły słowa, które z moich ust nie powinny paść. O ile radni między sobą taki dyskurs mogą uprawiać, o tyle ja nie powinnam tych słów użyć – mówiła na starcie rozprawy wójt Izabela B. Chodzi o słynną sprawę „niewyparzonej mordy”

Głośna sprawa przeciwko wójt gminy wiejskiej dotyczy znieważenia radnej Moniki Ostrowskiej. Wójt pod koniec 2019 r. miała wykrzyczeć do Ostrowskiej podczas komisji wspólnej w ramach działalności rady gminy Nowa Sól: „Nie drzyj się kobieto na mnie, bo mam dosyć twojej niewyparzonej mordy” i „ma pani niewyparzoną mordę”.

W piątek obie panie spotkały się w nowosolskim sądzie.

„Traumatyczne przeżycia”

Na samym początku mecenas Łukasz Cieślak, obrońca wójt gminy wiejskiej, wnioskował do sądu o to, żeby sprawę poprowadzić w sposób niejawnny lub częściowo wyłączyć jawność w części składania wyjaśnień przez jego klientkę. - Będzie poruszała kwestie ze swojego prywatnego życia i może to naruszać interes prywatny. Będzie to dotyczyło traumatycznych przeżyć z życia osobistego, które mogły mieć wpływ na zdarzenie objęte aktem oskarżenia – uzasadniał swój wniosek mec. Cieślak.

Jawność sprawy mogła zostać wyłączona jedynie na wniosek pokrzywdzonej, czyli Moniki Ostrowskiej. Ale ta na to nie przystała. - Prosimy o jawność rozprawy ze względu na interes publiczny – powiedział mec. Łukasz Miller, pełnomocnik Ostrowskiej.

Sąd nie zdecydował się na wyłączenie jawności całej sprawy, ale zgodził się na wyłączenie tego fragmentu składania wyjaśnień przez oskarżoną, w której mówiła o sprawach ze swojego prywatnego życia. Na ten czas dziennikarze musieli opuścić salę sądową.

- Czy przyznaje się pani do zarzucanego czynu? – zapytał sędzia Konrad Kęsek.

- Nie przyznaję się, wysoki sądzie, do zarzutu. Wyjaśnienia złożę po ich odczytaniu przez wysoki sąd i jednocześnie chciałabym powiedzieć, że na pytania pełnomocnika i prokuratora nie będę odpowiadać – stwierdziła wójt gminy wiejskiej.

Oskarżona mija się z prawdą

Po tych słowach sędzia odczytał treść wyjaśnień Izabeli B. z postępowania przygotowawczego. „W 2018 r. pani Ostrowska była moim kontrkandydatem na stanowisko wójta gminy w wy-



Wójt gminy wiejskiej pojawiła się na piątkowej rozprawie

borach powszechnych. Podawała mi również do Sądu Okręgowego w trybie wyborczym, gdzie sprawę przegrała” – tak w prokuraturze o konflikcie z radną Ostrowską mówiła oskarżona.

Ale fakty są inne. Owszem, obie panie jesienią 2018 r. w trybie wyborczym spotkały się w sądzie dwukrotnie. Wójt pozwała radnych, którzy wypowiedzieli się w naszym tekście „Prywata za publiczne pieniądze? Paluch odwołany”. Wtedy postawę tych radnych, w tym także Ostrowskiej, sąd skwitował tak: „Należy pochwalić radnych za to, że wykazali się inicjatywą i za to, że starają się wyjaśniać skomplikowane, trudne sprawy, które były przed nimi ukrywane”.

Tę sprawę wójt przegrała w obu instancjach.

Drużyna ze spraw w trybie wyborczym zakończyła się ugodą. - Każdej z was życzę wygranej i tego, żebyście po zakończeniu tych wyborów potrafiły się zaprzyjaźnić i pracować dalej z wielką zawziętością dla waszej gminy – powiedziała wtedy komentując spór sędzia Katarzyna Kijowska.

Ugodę można nazwać co najwyżej remisem, a nie zwycięstwem którejkolwiek ze stron.

Wójt wybory wygrała, ale przegrała między B. a Ostrowską nie było. A słowa wypowiedziane na komisji w 2019 r. przez szefową gminy stały się punktem zwrotnym, który zaprowadził ją przed sąd.

„Za przeproszeniem”

Wróćmy do piątkowej rozprawy. - Nie ukrywam, że aktu przeproszenia dokonałam już na uroczystej absolutoryjnej sesji. Wstyd mi dzisiaj z powodu tego, co się stało. Faktycznie te słowa nie powinny paść, dlatego na sesji absolutoryjnej, która ma

charakter podniosły, przeprosiłam mnie pokrzywdzoną i wręczyłam jej bukiet kwiatów, których ode mnie nie przyjęła – wyjaśniała wójt.

Dwukrotnie podkreśliła również, że w gminie wiejskiej komisje rady mają charakter „spotkań technicznych”, podczas których są omawiane projekty uchwał.

- Często na tych posiedzeniach język radnych jest potoczny, agresywny. Na takich posiedzeniach jest specyficzna wymiana zdań pomiędzy radnymi, nawet dochodzi do przekleństw. Ja w tym momencie również użyłam tego stwierdzenia, z tym że wtedy akurat było to posiedzenie bez osób postronnych – powiedziała wójt.

I dodała: - Samo stwierdzenie „mam dosyć twojej niewyparzonej mordy” nie dotyczyło stricte fizyczności pokrzywdzonej, tylko jej sposobu bycia, wypowiedzi, agresywnego zachowania i języka, jakim operuje oraz jej ciągłej pretensjonalności. Wypowiadając to stwierdzenie, użyłam takiego przedrostka „za przeproszeniem”, czyli już w tym moim wywodzie stało się jasne, że przepraszam za to, co zaraz powiem.

- W pani ocenie wypowiedzenie słów „za przeproszeniem”, a następnie użycie konkretnego określenia, usprawiedliwia je w jakikolwiek sposób? – zapytał sędzia Kęsek.

- Na posiedzeniu zamkniętym ostrzejszy język, z którym się osłuchuję siedząc z radnymi, jest dopuszczalny. Jak już mówiłam, ten język jest agresywny, niekiedy wulgarny. Tak praktycznie zawsze przebiegają posiedzenia komisji. Na sesji nie użyłabym takiego stwierdzenia – odpowiedziała Izabela B.

Odniosła się także do napięcia – jak sama to zdefiniowała – mię-

dzy nią a radną Ostrowską. - Jej ton, sposób bycia, ciągle krytykowanie mojej pracy w urzędzie, odnoszenie się do niej w mediach – to wszystko powoduje, że gdzieś te złe emocje są. Przyszedł moment, w którym nastąpiła eskalacja moich emocji. Faktycznie padły słowa, które z moich ust nie powinny paść. O ile radni między sobą taki dyskurs mogą uprawiać, o tyle ja nie powinnam tych słów użyć – stwierdziła wójt.

Po tych słowach dalsza część jej wyjaśnień została utajniona.

A kiedy rozprawa została ponownie odtajniona, wójt jeszcze raz przeprosiła Monikę Ostrowską.

Ostrowska: W dyskusji nie ma inwektyw

W sądzie zeznania złożyła pokrzywdzona. - Na komisji, na której padły określone słowa, akurat nie było nikogo z prasy, dlatego wójt mogła sobie pozwolić na więcej i dlatego je wypowiedziała. Nie jest możliwe, żeby osoby obecne na sali nie słyszały tego, co wójt wypowiedziała w moją stronę. Nic mi nie wiadomo, żeby którakolwiek z tych osób miała wadę słuchu. Kiedy te słowa padły, zapytałam panią wójt, czy te słowa wypowiedziała do mnie? Odpowiedziała z pełną świadomością, że tak – zeznawała Ostrowska.

Zaprzeczyła, żeby przekleństwa i wulgaryzmy były normą na komisjach rady.

- Nie dochodzi do sytuacji, w których radni wymieniają się inwektywami. Nie przeklinają. To są posiedzenia, kiedy omawiamy uchwały. Nie ma na nich takiego języka, o którym mówiła pani wójt – stwierdziła.

- Czy jako człowiek, nie jako radny, widzi pani możliwość pojednania? - zapytał prokurator.

- Pani wójt mówiła tu o przeproszeniu. Ale na kolejnych posiedzeniach komisji lub rady nadal byłam źle traktowana przez nią i jej pracowników. Byłam pomawiana, że próbuję funkcję wykrzesać do robienia prywaty. Do tego odbiera mi się głos, mówi się, że jestem niedouczona i opisuje się mnie negatywnie w internecie. Powiem tak: możliwość pojednania widziałam, kiedy startowałam w wyborach i pani wójt podała mi w trybie wyborczym do sądu. To ja w tamtej sprawie wygrałam, a wójt dziś poświadczyła nieprawdę, czyli dzisiaj kłamała – odpowiedziała Ostrowska.

Na kolejnej rozprawie będzie kontynuowane przesłuchanie radnej Ostrowskiej. Sąd na pewno przesłucha także Łukasza Kopija, ówczesnego pracownika biura rady, a obecnie wicewójta. To on wtedy przygotował protokół z obrad komisji, na której padły słowa o niewyparzonej mordzie. Przesłuchany zostanie też prowadzący obrady komisji i sesji przewodniczący rady gminy Radosław Kołpaczek.

Mariusz Pojnar

Sprzedaż materiałów promocyjnych miasta Nowa Sól zostaje przeniesiona z urzędu miasta do Centrum Informacji Turystycznej przy ul. Korzeniowskiego 2. Od 22 marca CIT będzie wyłącznym dystrybutorem miejskich gadżetów.

**Kontakt z pracownikami CIT:
536 733 193 oraz 530 337 030.**



Osoby z niepełnosprawnościami mogą dostać asystenta

Nowosolski MOPS realizuje program Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej „Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnościami”. Rozpocznie się 1 kwietnia i potrwa do 30 listopada. Kto może z niego skorzystać?

Tzw. Fundusz Solidarnościowy przeznaczył na realizację zadania ponad 430 tys. zł. - Celem programu jest ograniczenie skutków niepełnosprawności poprzez stymulowanie osób niepełnosprawnych do podejmowania aktywności i umożliwienie im realizowania prawa do niezależnego życia - mówi Adam Kałuski, wicedyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Nowej Soli.

Ma zapewnić osobom z niepełnosprawnościami bezpłatny dostęp do usług świadczonych przez osobistego asystenta. Taka pomoc będzie przez 45 godzin miesięcznie. Jego usługi mogą być realizowane 24 godziny na dobę i siedem dni w tygodniu.

Osoba niepełnosprawna dostanie pomoc m.in. przy wyjściu do pracy, szkoły, lekarza, świątyni czy na koncert.



Pomoc uzyska co najmniej 25 nowosolan

Ale też przy wykonywaniu codziennych czynności, np. w kwestii załatwienia sprawy w urzędzie.

- W godzinach realizacji usług asystenta nie mogą być

świadczone usługi opiekuńcze lub specjalistyczne usługi opiekuńcze - mówi Kałuski. - Osoba niepełnosprawna lub opiekun prawny samodzielnie wskazuje osobę, która będzie

świadczyć usługi asystenta, ale nie mogą to być członkowie rodziny, współmieszkańcy lub opiekunowie prawni uczestnika programu.

Do programu załapie się co najmniej 25 mieszkańców Nowej Soli, którzy mają orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, zatrudnieniu osób niepełnosprawnych albo orzeczenie równoważne do tych wymienionych wcześniej.

Minimum 70 proc. uczestników będą stanowiły osoby wymagające wysokiego poziomu wsparcia, w tym osoby z niepełnosprawnościami sprzężonymi i trudnościami związanymi z poruszaniem się i komunikacją.

- Warunkiem przystąpienia do programu jest wypełnienie karty zgłoszenia - podkreśla

wiceszef MOPS. Jej wzór znajdziecie na stronie internetowej BIP MOPS w Nowej Soli. Oczywiście trzeba też potwierdzić posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności.

Dokumenty można złożyć w skrzynce podawczej w siedzibie MOPS, przesłać pocztą albo na adres mejlowy: sekretariat@mopsnowasol.pl.

Aleksandra Gembiak

Więcej informacji:

Miejski Ośrodek
Pomocy Społecznej
w Nowej Soli,
ul. Staszica 1 D,
telefon:
68 506 63 05
lub 68 506 63 07.

JMSolar

INSTALACJE FOTOWOLTAIKZNE

Pompy Ciepła | Pompy Resublimacyjne | Maty, Folie Grzewcze

PRĄD ZA DARMO | KONKURENCYJNE CENY | NISKIE OPROCENTOWANIE KREDYTU

Tel: 507 870 973 Tel: 512 243 030 email: biuro@jmsolar.pl

Twoja historia jest ważna

Biblioteka wystartowała z nowym projektem. Mieszkańcy powiatu mogą do niej przyjść i podzielić się swoją historią – choćby związaną z miejscem, gdzie przez lata pracowali, mieszkali czy spędzali wolny czas. - Gdy ludzie prostymi zdaniami opowiadają o swojej historii, to ona jest żywa – mówi Wanda Świdzińska, jedna z pierwszych czytelniczek, która wzięła udział w projekcie i opowiedziała o pracy w fabryce nici

- To jest duży i ambitny projekt – mówi o Nowosolskiej Bibliotece Tradycji Regionalnej Tomasz Jędraszak, dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej.

Skąd wziął się pomysł? - Zdecydowały trzy ważne wydarzenia – opowiada Jędraszak. - Do naszej czytelnicy regionalnej przychodziły osoby związane z lokalnymi zakładami pracy, stowarzyszeniami czy sportem. Widziałem, że ci ludzie są spragnieni rozmowy o swoim życiu, o dawnych czasach. Po drugie, zauważyłem duże zainteresowanie grupą Nowa Sól Wczoraj na Facebooku. Uświadomiłem sobie, jak bardzo ludzie pasjonują się naszą regionalną historią. A po trzecie – mail od pani Wandy Świdzińskiej. Zasugerowała w nim, że warto byłoby wrócić do tematu nowosolskich włóknieniarzy i fabryki Odra. Pomyślałem: nie ma na co czekać i warto podjąć się realizacji tego projektu już teraz. Pani Wanda jako jedna z pierwszych osób udzieliła nam wywiadu na temat fabryki, w której pracowała. Przyniosła też zdjęcia i szpulki nici.

Źródło wiedzy

Biblioteka nie ogranicza się jednak tylko do tematu fabry-

ki Odra. - Zależy nam na wspomnieniach ludzi związanych z Nową Solą i powiatem, by ocalić pamięć obecnego pokolenia – tłumaczy szef biblioteki. - Jesteśmy otwarci i będziemy rozmawiać z każdym. Ważnym źródłem wiedzy jest bezpośrednia relacja ludzi. Dodatkowo chcemy zbierać zdjęcia i wszelkie przedmioty dokumentujące historię życia naszych mieszkańców. Udośćniane materiały zeskanujemy lub, jeżeli będzie taka wola, włączymy do naszych zbiorów bibliotecznych.

MBP chce nawiązać także współpracę ze szkołami, lokalnymi stowarzyszeniami i fundacjami, grupami nieformalnymi czy klubami sportowymi. - Mamy już nawiązany kontakt z kożuchowskim Kołem Związku Żołnierzy Wojska Polskiego im. 13. Pułku Zmechanizowanego – dodaje dyrektor biblioteki.

Swoją historię, dotyczącą Bobrownik, opowiedział już Edmund Krusz, mieszkaniec miejscowości. - Rozmowa naszego pracownika Józefa Piaseckiego trwała jakieś trzy-cztery godziny – uśmiecha się Tomasz Jędraszak. - Pan Edmund mówił nam m.in. o historii miejscowości i swoich kontaktach z przedwojennymi

mieszkańcami.

Wspomnienia zostaną nagrane w formie audio lub wideo i zarchiwizowane. Krótkie nagrania będą dostępne dla czytelników na Facebooku biblioteki.

Marzeniem dyrektora MBP jest utworzenie Nowosolskiej Biblioteki Cyfrowej, gdzie te wspomnienia byłyby dostępne. Istnieje możliwość skorzystania z pieniędzy ministerialnych, by ten projekt przeprowadzić. - Dodatkowo – to też melodia przyszłości – chcielibyśmy spisać utrwalone relacje i opublikować w formie papierowej. Ale to benedyktyńska

praca i na pewno potrwa co najmniej kilka lat. Zajmuje się tym Józef Piasecki, regionalista w naszej bibliotece – mówi Jędraszak. - To on z racji doświadczenia jest jednym z kół zamachowych tego projektu.

Wspomnienia płynęły

Wanda Świdzińska wyszła od tematu fabryki Odra, bo pracowała w niej 17 lat. - W niej było sporo wydziałów i gdyby różni ludzie zaczęli wspominać swoją pracę, powstałby naprawdę ciekawy obraz tamtych czasów – podkreśla nowosolska społeczniczka. - Bardzo ważne jest to, żeby tę historię ocalić od zapomnienia. Praca w Odrze to była ogromna przestrzeń życia społecznego. W przyszłości to będzie ciekawe do poczytania nawet dla tych, którzy z fabryką nie mie-



Tomasz Jędraszak, dyrektor biblioteki w Nowej Soli

li nic wspólnego.

O czym konkretnie opowiadała w bibliotece Wanda Świdzińska? - Improvizowałam, nie przygotowywałam się jakoś szczególnie do tych wspomnień – uśmiecha się. - Pracowałam w Odrze długo i trochę zdarzeń się nagromadziło. Miałam do czynienia z całym zakładem, bo moja praca polegała na inwentaryzowaniu majątku fabryki, dlatego musiałam być w każdym miejscu i poznawać ludzi. Te wspomnienia płynęły. Każdy ma coś do opowiedzenia. Coś prostego, bo to nie musi być wyszukane. Zwykle, codzienne dni pracy. Gdy ludzie prostymi zdaniami opowiadają o swojej historii, to ona jest żywa. Dlatego wszystkich do tego zachęcam.

- Jak pani wspominała, łezka się zakręciła? – pytamy.

- Nie, podchodzę do tego wesoło, spokojnie. Traktuję to jako miłą historię.

Wanda Świdzińska zaznacza,

że ten projekt dobrze współgra z rewitalizacją terenów pofabrycznych Odry, która już trwa. - To była dla mnie jedna z inspiracji – przyznaje Świdzińska. - Byłam w momencie, kiedy wyburzano halę produkcyjną. Wtedy rzeczywiście zrobiło się sentymalnie. Ta fabryka to historia naszego miasta.

Mateusz Pojnar

Wanda Świdzińska szuka oryginalnego fartucha, który nosiły kobiety na wszystkich wydziałach fabryki Odra. - Przydałby się, bo jest pomysł powstania ławeczki włóknienki na terenie starej fabryki – mówi nowosolanka. - Fartuch wręczylibyśmy projektantowi i rzeźbiarzowi, który taką ławeczkę miałby zrobić. Byłby dla niego inspiracją.



Wanda Świdzińska na terenie dawnej fabryki Odra. Rok 2016 (fot. Anna Kraśko/Agencja Gazeta)

KONTAKT Z BIBLIOTEKĄ WS. WSPOMNIENI:

➤ tel.: 68 37 81 907 lub 68 37 81 906

➤ e-mail: j.piasecki@bibliotekanowasol.pl

lub czyt_regionalna@bibliotekanowasol.pl

Tu pomogą w wyborze zawodu

Nie wiesz, jaką szkołę wybrać? W jakim kierunku dalej się kształcić? Pomogą ci pracownicy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, w której prowadzone jest wsparcie dla uczniów w zakresie planowania dalszego kształcenia i kariery zawodowej. Tam również rodzice i nauczyciele mogą liczyć na pomoc w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych możliwości, predyspozycji i uzdolnień ich dzieci i uczniów



Jolanta Romanowska, pedagog, doradca zawodowy z poradni

Kadra Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej pomaga młodzieży w dokonaniu jednego z najważniejszych wyborów w ich życiu. W placówce chcą kształtować świadomość zawodową uczniów poprzez diagnozę predyspozycji edukacyjno-zawodowych, udostępnianie i upowszechnianie aktualizowanych na bieżąco informacji edukacyjnych i zawodowych o strukturze szkół, sieci placówek oświatowych, kierunkach kształcenia oraz drogach uzyskiwania kwalifikacji zawodowych.

W poradni prowadzimy indywidualne badania zainteresowań zawodowych uczniów szkół ponadpodstawowych pod kątem poznania swoich preferencji edukacyjno-zawodowych, wyboru dalszej ścieżki kształcenia, kierunku studiów oraz planowania kariery zawodowej – mówi Paweł Zapeński, dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Nowej Soli.

- Dział doradztwa zawodowego w poradni psychologiczno-

-pedagogicznej wyposażony jest w pracownię komputerową z pięcioma stanowiskami dla uczniów oraz w urządzenia audiowizualne. Zainteresowane osoby mogą obejrzeć filmy o zawodach i skorzystać ze stron internetowych dotyczących tej problematyki – mówi Jolanta Romanowska, pedagog, doradca zawodowy z poradni.

Zadania działu doradztwa zawodowego

Poradnia organizuje zajęcia dla dzieci 6-letnich w przedszkolach. Przede wszystkim kadra wprowadza dzieci w świat zawodów, pomaga zrozumieć pojęcia typu „praca”, „zawód” i maluchy dowiadują się, jakie zawody można wykonywać. W placówce kształtuje się również pozytywne postawy wobec pracy i motywacji do działania. Dzieciom uświadamia się proces powstawania różnych produktów i, jak wiele osób pracujących w różnych branżach jest odpowiedzialnych za produkt finalny. - Dzięki takim działaniom przedszkolaki wiedzą, jak wygląda dobrze funkcjonujące społeczeństwo i potrafią wska-

zać atrybuty związane z różnymi zawodami i obowiązkami osób wykonujących daną pracę. Wszystko to odbywa się w formie atrakcyjnej dla dzieci zabawy, dostosowanej do ich wieku oraz możliwości psychofizycznych – podkreśla Romanowska.

Dla nieco starszych dzieci z trzecich klas szkół podstawowych pracownicy poradni prowadzą zajęcia dotyczące orientacji zawodowej, poznawania swoich predyspozycji i zainteresowań oraz świata różnych zawodów na terenie szkół.

Ósme klasy z podstawówek uczestniczą w indywidualnych badaniach preferencji edukacyjno-zawodowych. Te działania mają na celu pomóc uczniom w wyborze ścieżki dalszego kształcenia i planowaniu przyszłej kariery zawodowej.

- W poradni prowadzimy indywidualne badania zainteresowań zawodowych uczniów szkół ponadpodstawowych pod kątem poznania swoich preferencji edukacyjno-zawodowych, wyboru dalszej ścieżki kształcenia, kierunku studiów oraz planowania kariery zawodowej – mówi Paweł Zapeński, dyrektor Poradni Psycholo-

giczno-Pedagogicznej w Nowej Soli.

Zainteresowani doradztwem mogą skorzystać z grupowych zajęć na terenie poradni. Zajęcia grupowe dotyczące poradnictwa zawodowego, wyboru dalszej ścieżki kształcenia i rozwoju kariery zawodowej dla uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych mogą odbyć się na terenie placówek oraz poradni.

Dział doradztwa zawodowego przeprowadza badania uczniów z problemami w nauce, trudnościami wychowawczymi, żeby skierować ich do nauki w oddziale przysposabiającym do pracy. J uczniów, kandydatów do nauki zawodu, którzy nie ukończyli 15. roku życia.

- Zbieramy informacje na temat potrzeb wynikających z powiązań pomiędzy kształceniem a rynkiem pracy, również na temat lokalnego rynku pracy, wolnych miejsc w szkołach, kierunków nauczania i ewentualnych likwidacji istniejących kierunków – mówi Jolanta Romanowska.

Poradnia wymienia się informacjami o nowych rynkach pracy z Powiatowym Urzędem Pracy, organami administra-

cji samorządowej, placówkami oświatowymi i szkołami wyższymi, lokalnymi przedsiębiorcami i organizacjami działającymi na rzecz edukacji i zatrudnienia.

Dzięki temu na bieżąco gromadzone są wiadomości na temat typów i sieci szkół ponadpodstawowych i wyższych. - Ponadto planujemy także wprowadzenie innowacji w postaci letnich warsztatów z doradztwa zawodowego – dodaje Romanowska.

Pandemia a wybór zawodu

W tym roku szkolnym pracownikom poradni udało się przeprowadzić spotkania indywidualne wśród 71 osób, grupowe dla 118 uczniów, a ze spotkań na terenie szkół skorzystało 80 zainteresowanych. Liczba spotkań jest mniejsza niż zwykle ze względu na pandemię koronawirusa. - Niektórzy dyrektorzy organizują spotkania podczas panujących obostrzeń. Wtedy są mniejsze grupy i liczą do pięciu osób – mówi Romanowska.

Rodzice uczniów mogą uczestniczyć w badaniach i testach zainteresowań, jeśli interesuje ich informacja zwrotna o tym, jaki kierunek szkoły i jaki zawód chce wybrać jego dziecko.

Testy zainteresowań zawodowych składają się z prostych pytań, ale można się wiele dowiedzieć. - Od początku września prowadzimy zajęcia w formie indywidualnej. Warunek jest taki, że rodzic składa wniosek do poradni o przeprowadzenie badań pod kątem wyboru zawodu i kierunku kształcenia – podkreśla Jolanta Romanowska.

Z poradnią można się skontaktować dzwoniąc pod nr telefonu: 68 387 47 00, a wniosek znajduje się na stronie internetowej www.pppns.pl.

Romanowska dodaje, że kadra poradni stara się docierać do młodych ludzi za pomocą pedagogów w szkole, bo to często oni organizują i przedstawiają ofertę działań.

Po każdym badaniu prowadzone jest szeroko rozumiane doradztwo zawodowe. Po badaniach uczestnicy mogą obejrzeć filmy o zawodach, przeglądać strony internetowe i informatory o szkołach.

Aleksandra Gembiak

Dobrze, gdy pacjenci płaczą



- „Weź się w garść” to najgorsze słowa dla człowieka w depresji, bo on sobie nie radzi sam ze sobą. Nie jest tak, że leży całymi dniami w łóżku, bo tak mu wygodnie – psycholożka Urszula Łaba o depresji, która nie wybiera. I o tym, jak szukać światła w tunelu

Mateusz Pojnar: Prawie 38 proc. młodzieży z nowosolskich szkół średnich ma za sobą samookaleczanie i inne próby autoagresji – wynika z badań. Jeśli chodzi o klasy szóste i ósme, takie próby podjął co piąty uczeń. Te wyniki są przerażające.

Urszula Łaba: Przyczyny są różne. Przede wszystkim problem tkwi w relacjach rodziców z dziećmi. Ostatnio bardzo często zauważam, że dzieci czują się pomijane. Autoagresja jest takim drastycznym sposobem zwrócenia na siebie uwagi, wołania o pomoc. Dopiero wtedy rodzic zauważa, że coś jest nie tak. Często rodzice nie zauważają depresyjnych symptomów dziecka, że wykazuje lęk, niepokój, że mu po prostu w życiu źle. I wtedy młody człowiek ucieka aż do takiej formy wołania o pomoc.

To jest często młodzież z niezdiagnozowaną depresją. Samookaleczenie daje im złudne poczucie ulgi: człowiek, który czuje fizyczny ból, przez chwilę nie czuje tych wszystkich negatywnych, destrukcyjnych emocji.

Agresja może być zewnętrzna i przejawiać się przemocą wobec kogoś, ale i wewnętrzna – wtedy nie ma ujścia. Ona wzbiera w człowieku i ktoś dochodzi do wniosku, że jedynym wyjściem jest samo-okaleczanie się.

Coraz częściej przychodzą do ciebie dzieci?

Tak, ostatnio mam więcej pacjentów nastolatków. Jeśli chodzi o samookaleczenia, najczęściej mają od 12 do 17 lat.

Dojrzwienie ma wpływ na tę autoagresję?

Wtedy jest u nich burza hormonów, kształtują się biologicznie i to jest nasilony okres występowania i nasilenia pewnych zaburzeń psychicznych.

Badania pokazują też, że coraz więcej młodych osób podejmuje próby samobójcze. Polska niechlubnie się tym wyróżnia na mapie świata?

Na pewno wyróżnia się, mówią w cudzysłowie, brakiem pomocy takim osobom. Nie zdajemy sobie z tego sprawy, bo mało mówimy o depresji. W kręgu moich znajomych był taki chłopak, 40-latek, miał żonę, czworo dzieci, był zawsze uśmiechnięty i bardzo dobrze – tak się wydawało – funkcjonował.

Pewnego dnia odebrał sobie życie.

Nagle wszyscy zaczęli pytać: jak to się stało, przecież on był szczęśliwy? Ludzie nie zauważają symptomów depresji. Nie jesteśmy na nie wyczuleni. Mówimy, że depre-

sja to lenistwo, bo komuś nie chce się wstać z łóżka. A ona oznacza też brak sił. To jest taka sama choroba jak każda inna. Trzeba ją leczyć.

To jakie symptomy powinny wzbudzić naszą czujność?

Żeby stwierdzić depresję, objawy muszą występować co najmniej dwa tygodnie. To przygnębienie, potworny smutek, poczucie pustki, beznadziei, której nie da się opisać. Do tego płaczliwość albo – z drugiej strony – anhedonia, czyli nieodczuwanie przyjemności, obojętność na każdy bodziec. To mogą być też problemy poznawcze, z koncentracją i uwagą.

Ale i nietypowe objawy, bo często mówimy o depresji maskowanej. Np. ktoś nagle, w ciągu miesiąca, traci 10 kg. Albo odwrotnie – przybiera tych kilogramów. Do tego oczywiście bezsenność jest klasycznym objawem.

Był taki chłopak, 40-latek, miał żonę, czworo dzieci, był zawsze uśmiechnięty i bardzo dobrze – tak się wydawało – funkcjonował. Pewnego dnia odebrał sobie życie. Nagle wszyscy zaczęli pytać: jak to się stało, przecież on był szczęśliwy? Ludzie nie zauważają symptomów depresji.

Każdy przypadek na pewno jest inny, ale jakie są najczęstsze przyczyny depresji, co mówią ci pacjenci?

Nieraz jest tak, że na początku poruszamy się po bardzo płytkich tematach i to tak może trwać miesiąc, dwa. I najlepsze jest w mojej pracy to, jak po jakimś czasie – bywa, że po pół roku – nagle znajdujemy tę przyczynę.

Depresję mogą wywołać wewnętrzne czynniki, czyli ktoś jest nadwrażliwy, ma wysoką neurotyczność – wtedy zwiększa się ryzyko zachorowania. Ale są też czynniki zewnętrzne – choćby rozstanie, po którym przychodzi żaloba. Bo to jest strata, którą trzeba przepracować. Rozstania są bardzo częstą przyczyną depresji. Zwłaszcza dziś, w czasach, gdy związki są płytkie, relacje szybkie i bardzo łatwo wymieniamy partnera na kogoś innego, bo łatwiej budować coś nowego, niż odbudować to, co zaczęło źle funkcjonować.

Z mojego doświadczenia wynika, że najczęściej przyczyną depresji są problemy rodzinne. Rodzina jest systemem, który czasem choruje. Na pozór wszystko jest okej, ale objawy pojawiają się u – nazwijmy to – najsłabszego członka rodziny. U osoby nadwrażliwej, ze słabą od-



Urszula Łaba to specjalistka z zakresu psychologii klinicznej

pornością psychiczną.

Pamiętasz szczególnie jakieś historie, które usłyszałaś od pacjentów?

Tego się nagromadziło. Wcześniej pracowałam w szpitalu i w poradni, w punkcie jestem od tego miesiąca, a w Nowej Soli pracuję od czerwca. W poradni zdarzało się, że przyjmowaliśmy po 18 pacjentów dziennie.

Jeśli można tak powiedzieć, jest też drugi, może trochę bardziej zabawny aspekt mojej pracy. W poradni leczenia uzależnień robiłam źle, bo podawałam pacjentom numer telefonu – chciałam mieć z nimi kontakt. No i pewnej nocy, jakoś o 3.00, zadzwonił do mnie pijany pan. Na drugi dzień to ja do niego zadzwoniłam, ale on twierdził, że zgubił telefon i tak naprawdę w nocy dzwonił ktoś inny.

Wiesz, ostatnio bardzo się ucieszyłam. Od czerwca pracuję z jedną z pacjentek z klasyczną depresją, trochę oporną na leczenie farmakologiczne. Przepracowałyśmy dzieciństwo, okres szkolny, teraźniejszość i dopiero po pół roku okazało się, że problemem jest dawna przemoc fizyczna ze strony matki – ona była głównym źródłem depresji.

Mnie cieszy, jak pacjent przychodzi i płacze.

Jak to?

Bo to jest lepsze niż tłumienie w sobie emocji. Są tacy pacjenci, którzy nie potrafią ich wyrazić. I gdy przychodzi moment, że ktoś w końcu zapłacze, jestem szczęśliwa, bo razem udało nam się przez coś przebrnąć, przebić jakąś ścianę. To bardzo duża radość.

A największa jest wtedy, kiedy razem z pacjentem milczymy, bo w zasadzie nie mamy już o czym rozmawiać. To moment, w którym mówię, że musimy się pożegnać. Chociaż na jakiś czas. „Musi pan spróbować pożyć beze mnie. Ja je-

stem, odbiorę telefon, ale to już ten moment”. Pacjenci się z tego cieszą, choć czasem nie do końca dowierzają, że to już, że są zdrowi.

Tęsknisz potem za rozmowami z tymi ludźmi?

Tak, nieraz napiszę do nich, co słychać, jak się czują. Czasami piszą sami. Innym razem spotkam się na ulicy i wymienimy parę zdań. Oni uczą się tego, że jak mają jakiś problem – nawet niekoniecznie związany z depresją – to mogą przyjść na jedną wizytę i się wygadać.

Bo nie mają komu?

Czasami tak jest. Z drugiej strony zaczynamy dostrzegać, że terapia, rozmowa z kimś przynosi zupełnie inną perspektywę.

Każdy psycholog chociaż raz w życiu powinien przejść przez swoją terapię. To jest niesamowite doświadczenie dla mnie jako człowieka, ale i psychologa. Rzeczy, na które patrzę jednowymiarowo od wielu lat, nagle stają się inne.

Na czym polega terapia?

To na pozór nie jest coś szczególnego. Nie widać od razu, że coś się dzieje. Dużo dzieje się potem – w głowie.

Terapia polega na tym, żeby poukładać sobie to, co nie jest uświadomione. Często lęk, agresja, próby samobójcze wynikają z tego, co jest w naszej podświadomości. Coś gromadzi się i przelewa. To teoria Freuda – porównał psychikę do naczynia, do którego wlewamy wodę. Jak nie ma ujścia, w pewnym momencie się przeleje. A jak już się przeleje, czasem jest za późno. Terapia ma sprawić, że te treści wyjdą na jaw. Będą dalej w świadomości, ale nie muszą nas ranić.

To trudny proces, czasem długotrwały. Ale przynosi efekty.

Gdy ktoś widzi objawy depresji u innej osoby, to jak może pomóc? Jak powinniśmy się zachowywać w stosunku do chorego?

W naszym społeczeństwie, jak ktoś powie „co się z tobą dzieje” albo „pójdź do psychologa”, to ludzie odbierają to jako afront. Trzeba być delikatnym. Lepsze będzie pytanie „czy mogę ci jakoś pomóc”. I gdy taka osoba się otworzy, wtedy możemy polecić wizytę u specjalisty.

Proste „weź się w garść” też nie pomaga...

Absolutnie! To najgorsze słowa dla człowieka w depresji, bo on sobie nie radzi sam ze sobą. Nie jest tak, że leży całymi dniami w łóżku, bo tak mu wygodnie. Ostatnio usłyszałam takie zdanie od matki, która powiedziała o córce: „Jej z tą depresją dobrze. Leży i nic nie musi robić”. Pomyślałam: „Gdyby pani chociaż na jeden dzień zamieniła się z dzieckiem, inaczej by pani mówiła”.

Trzeba mówić do osoby w depresji motywująco. „Dasz sobie radę”.

Niektórzy jeszcze nie rozumieją, że depresja to jest choroba. Nawet zdarzają się chorzy, którzy myślą, że objawy są czymś złym. Trzeba depresję zaakceptować. „Mam teraz zły czas, ale to się skończy. Nie będzie trwało wiecznie”.

Pandemia wpłynęła na zdrowie psychiczne Polaków?

Izolacja wpływa bardzo negatywnie. Szczególnie u dzieci i seniorów. U dzieci jest więcej samo-okaleczania i prób samobójczych. Ten cały e-learning... W okresie dorastania to nie rodzina jest naszym głównym punktem odniesienia, tylko rówieśnicy. Żle, gdy ktoś nam odbiera możliwość bezpośredniego kontaktu. A seniorzy sobie nie radzą, bo czują się samotni. Do tego bardziej narażeni na trudny przebieg choroby, dlatego się boją.

Pandemia negatywnie wpływa też na osoby z nerwicą. To nie jest hipochondria, bo ci ludzie naprawdę odczuwają jakieś dolegliwości – ból serca, głowy, napad paniki – ale one nie mają źródła fizjologicznego. Zamartwiają się o swoje zdrowie, że zaraz coś może się stać i umrzeć.

Kto może szukać u ciebie pomocy w punkcie konsultacyjnym?

Wszyscy: dzieci, dorośli, seniorzy, rodzice dzieci, którzy się o nie niepokoją. Reagujmy, by zaraz nie okazało się, że jest za późno, bo ktoś powiesił się albo najadł tabletek.

Z psycholożką Urszulą Łabą można spotkać się w punkcie konsultacyjnym urzędu miasta przy Jaracza 1 w każdy piątek marca w godz. 15.00-17.00.

Rozlicz PIT i przekaz potrzebującym podatek!

Fundacja Iskierka
KRS: 0000248546
Cel szczegółowy: Franciszek Terlecki

Fundacja Avalon
KRS: 0000270809
Cel szczegółowy: Ogrodniczak, 9964

Fundacja AVALON – Bezpośrednia Po-
moc Niepełnosprawnym
KRS: 0000270809
Cel szczegółowy: Gała, 6507

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 30454 Bugajska Julia

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 34225 Tudek Jerzy

Fundacja „Na ratunek dzieciom z cho-
robą nowotworową”
KRS: 0000086210
Cel szczegółowy: Chołda Rafał

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 8427 Petrus Zuzan-
na

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 18438 Filip Twar-
dowski

Fundacja Avalon (dla Łukasza Kara-
sia)
KRS: 0000270809
Cel szczegółowy: Karas 4506

Fundacja „Na ratunek dzieciom z cho-
robą nowotworową”
KRS: 0000086210
Cel szczegółowy: Inez Różycka

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 9008 Krysiak Jakub

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 10239 Zydorowicz
Michał

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 16583 Mańczak Pau-
lina

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 21719 Wieczorek
Zuzanna

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 9032 Urbańska Elż-
bieta

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 6436 Kubów Lena

Caritas Diecezji Zielonogórsko-
Gorzowskiej
KRS: 0000226818

Cel szczegółowy: 383/2009 - Dla Oliw-
ki Wieczorek

Fundacja Spełnionych Marzeń
KRS: 0000128832
Cel szczegółowy: Dla Sebastiana Kos-
sakowskiego

Grażyna Gałązka
KRS: 0000382243
Cel szczegółowy: 650 pomoc dla Gra-
żyny Gałązka

Fundacja Pomocy Osobom Niepełno-
sprawnym „Słoneczko”
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: Filip Twardowski
54/T

Fundacja Pomocy Osobom Niepełno-
sprawnym „Słoneczko”
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: 259/P Mateusz Pie-
śniakiewicz

Fundacja Pomocy Osobom Niepełno-
sprawnym „Słoneczko”
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: 806/B Wojciech
Bem

Stowarzyszenie „Warto jest pomagać”
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Krystian Lewandow-
ski

Stowarzyszenie „Warto jest pomagać”
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Grzegorz Szkwarek

Fundacja Pomocy Rodzinom i Dzie-
ciom Chorym Na Mukowiscydozę
„Matio”
KRS: 0000097900
Cel szczegółowy: dla Patryka Maik

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 246 Łuczak Adam

Fundacja „Nasze Dzieci”
KRS: 0000249753
Cel szczegółowy: Aleksandra Łuczak

Polskie Towarzystwo Walki z Mukowi-
scydozą w Rabce-Zdroju
KRS: 0000064892
Cel szczegółowy: Magdalena Peca

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”
KRS: 0000037904
Cel szczegółowy: 12437 Pawlak Kry-
stian
Cel szczegółowy: 12438 Pawlak Seba-
stian

Fundacja „Na ratunek dzieciom z cho-
robą nowotworową”
KRS: 0000086210
Cel szczegółowy: Weronika Ziober

Towarzystwo Pomocy im. św. Brata
Alberta
KRS: 0000675115
Cel szczegółowy: Koło nowosolskie

Nowosolskie Alternatywne Stowarzy-

zenie Artystów – NASA
KRS: 0000044415

Miezhyszkolny Klub Sportowo-Tury-
styczny Astra
KRS: 0000082192

Miejski Klub Piłkarski Arka w Nowej
Soli
KRS: 0000114028

Lubuska Federacja Sportu
KRS: 0000079458
Cel szczegółowy: UKS Trójka Nowa
Sól

UKS SKM Nowa Sól
KRS: 0000270261
Cel szczegółowy: UKS SKM Nowa Sól
4314

Nowosolskie Stowarzyszenie Amazo-
nek „Tęcza”
KRS: 0000126168

Stowarzyszenie Dzieci i Młodzieży
Niepełnosprawnej „Pomóż Nie Będę
Sam”
KRS: 0000235460

Stowarzyszenie Kultury Chrześcijań-
skiej „Chorał”
KRS: 0000253405

Nowosolski Uniwersytet Trzeciego
Wiek
KRS: 0000274854

Towarzystwo Uniwersytetów Ludo-
wych Lubuski Oddział Regionalny
w Kozuchowie
KRS: 0000213462

Stowarzyszenie „Warto jest pomagać”
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Nadia Jaworska

Fundacja Karolat
KRS: 0000380329

Katolickie Stowarzyszenie Bona Fide
(W dobrej wierze) przy parafii pw. św.
Marii Magdaleny w Nowym Miastecz-
ku
KRS: 0000334911

Ochotnicza Straż Pożarna w Kozucho-
wie
KRS: 0000 116 212
Cel szczegółowy: OSP KOŻUCHÓW 67-
120 Kozuchów, ul. Głogowska 3

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Nie-
pełnosprawnych „Przystai” Bytom
Odrzański
KRS: 0000022456

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Nie-
pełnosprawnych „Przystai” Bytom
Odrzański
KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: Na leczenie Moniki
Malickiej

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Nie-
pełnosprawnych „Przystai” Bytom
Odrzański

KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: Dla Aliny Tęczy-Tu-
rowskiej

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Nie-
pełnosprawnych „Przystai” Bytom
Odrzański
KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: Leczenie Tymon No-
wak - Niedbalski

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Nie-
pełnosprawnych „Przystai” Bytom
Odrzański
KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: Leczenie Grzegorz
Puchalski

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Nie-
pełnosprawnych „Przystai” Bytom
Odrzański
KRS: 0000022456
Cel szczegółowy: Leczenie Maciej Ko-
chańczyk

Fundacja Parent Project Muscular Dys-
trophy
KRS: 0000325747
Cel szczegółowy: Na leczenie Kordiana
Karczewskiego

Miejski Klub Sportowy Odra Bytom
Odrzański
KRS: 0000122979

Stowarzyszenie Przyjaciół Sanktu-
arium Maryjnego w Otyniu
KRS: 0000345104

Ludowo-Uczniowski Klub Sportowy
Czarni Rudno
KRS: 0000056955

Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju
Letniska Jodłów
KRS: 0000335687

Miejski Klub Sportowy Nowe Mia-
steczko
KRS: 0000242804

Europejskie Centrum Rozwoju Lokal-
nego w Nowym Miasteczku
KRS: 0000332768

Kajakowy Klub Sportowy Nowa Sól
KRS: 0000032437

Nowosolski Klub Karate Kyokushin
KRS: 0000035891

Polski Związek Niewidomych Okręg
Lubuski
KRS: 0000059603
Cel szczegółowy: Koło Nowa Sól

Chorągiew Ziemi Lubuskiej Związku
Harcerstwa Polskiego
KRS: 0000282625
Cel szczegółowy: Hufiec Nowa Sól ZHP
12 HDW „Bryg”

Polski Czerwony Krzyż
KRS: 0000225587
Cel szczegółowy: Oddział w Nowej
Soli

Nowosolskie Stowarzyszenie Ludzi
Działających na Rzecz Trzeźwości
w Polsce
KRS: 0000060059

Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom
„Spes”
KRS: 0000503418

Stowarzyszenie Zawodowe Ratowni-
ków Medycznych „Medyk”
KRS: 0000682845

Fundacja dla dzieci z cukrzycą w War-
szawie
KRS: 0000163346
Cel szczegółowy: Filip Mikołajczyk
8425

1% podatku dla osób niepełnospraw-
nych - podopiecznych Fundacji „Sło-
neczko”
KRS: 0000186434
Cel szczegółowy: Filip Kaczmarek
888/K

Fundacja Serce dla Maluszka
KRS: 0000387207
Cel szczegółowy: Amelia Łukaszun

Stowarzyszenie Warto jest pomagać
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Włodzimierz Nowic-
ki

Związek Emerytów Rencistów i Inwa-
lidów RP
KRS: 0000169865
Cel szczegółowy: Koło nr 3 w Bytomiu
Odrzańskim

Związek Ochotniczych Straży Pożar-
nych
KRS: 0000116212
Cel szczegółowy: Dla OSP w Bytomiu
Odrzańskim

Uczniowski Klub Sportowy LEGION
Głogów
KRS: 0000270261

Fundacja Chorych na Zespół Dandy-
Walkera
KRS: 0000277339
Cel szczegółowy: Hanna Kuchnik

Fundacja Twórczości Ludowej CEPE-
LIADA
KRS: 0000361605

MKS Korona Kozuchów
KRS: 0000176170

Akademia Sportu Orły
KRS: 0000457030
Cel szczegółowy: Akademia Sportu
Orły 847

Polskie Towarzystwo Walki z Mukowi-
scydożą w Rabce-Zdroju
KRS: 0000064892
Cel szczegółowy: Magdalena Peca

Aurelia Ozga
KRS: 0000318521
Cel szczegółowy: Aurelia Ozga

Przekaż



podatku

W celu uzupełnienia brakujących informacji
prosimy o przesyłanie danych osób potrze-
bujących, stowarzyszeń i numerów KRS na
adres mailowy: m.pojnar@tygodnikkrag.pl.

Ruszyły prace przy budowie hali sportowej

- Bardzo liczę na to, że w trzecim kwartale przyszłego roku nasze miasto, mieszkańcy, a przede wszystkim nowosolscy sportowcy zyskają obiekt na miarę XXI wieku – mówi prezydent Jacek Milewski



W tym miejscu powstanie nowa hala

Między centrum przesiadkowym a Krytą Pływalnią Solan ruszyła budowa hali sportowo-widowskiej.

Obiekt będzie pełnił trzy funkcje. - Organizacji rozgrywek i treningów, organizacji wydarzeń kulturalnych, a do tego będzie siedzibą Miejskiego Ośrod-

ka Sportu i Rekreacji – wylicza Grzegorz Rogula, dyrektor tej jednostki.

Budynek powstanie na planie prostokąta o wymiarach 58,5 metra na nieco ponad 48 metrów. Powierzchnia użytkowa całego obiektu będzie miała 3 857,26 mkw; wysokość zewnętrzna ca-

łego obiektu to niecałe 17 m.

W hali będą boiska do gry w piłkę ręczną, koszykówkę i siatkówkę oraz widownia. Na poziomie parteru będą trybuny mobilne - cztery sztuki po 66 miejsc siedzących - oraz trzy miejsca dla osób na wózkach inwalidzkich, przy założeniu, że

wszystkie trybuny są wysunięte.

Na piętrze będą trybuny stałe dla 529 widzów.

Jak poinformował na swoim Facebooku prezydent Jacek Milewski, będzie możliwość dostawienia trybun przenośnych na około 400 miejsc. Łącznie

wszystkich będzie 1200.

- Bardzo liczę na to, że w trzecim kwartale przyszłego roku nasze miasto, mieszkańcy, a przede wszystkim nowosolscy sportowcy zyskają obiekt na miarę XXI wieku – zaznacza prezydent Nowej Soli.

Mariusz Pojnar

Czy Lakiemu dopisze szczęście?



Laki to niewielkich rozmiarów pies. Jest młody, ma nieco ponad rok i niespożyte pokłady energii. - Laki jest przyjaźnie nastawiony do ludzi, chętnie zamieni kojec przytuliska na posłanie we własnym domu – mó-

wią wolontariusze Nowosolskich Adopcji Zwierząt. W sprawie czworonoga można kontaktować się poprzez facebookowy profil NAZ lub dzwoniąc do urzędu miasta - na numer 68 459 03 57.

(ag)

kamyczek do ogródka

redakcja@tygodnikkrak.pl



Płot z pewnymi defektami

Pan Lech przyszedł do naszej redakcji ze zdjęciem rozwalonego od dawna płotu obok przejścia kolejowego przy ul. 1 Maja. - Jak to wygląda? Tragicznie. A przecież mamy piękny dworzec, który został niedawno wyremontowany – podkreśla nasz Czytelnik. I dodaje: - Trzeba naprawić ten płot, a jak tak ma wyglądać, to może lepiej w ogóle go rozebrać? Ten widok to jakiś koszmar.

W centrum miasta taki kosz?

Pan Andrzej wysłał nam zdjęcie kosza na śmieci znajdującego się przy Placu Wyzwolenia. Czytelnik jest zaniepokojony jego stanem i uważa, że nowosolanie mają teraz utrudnione zadanie dbania o czystość. - Czy ten kosz zostanie naprawiony? - dopytuje pan Andrzej.



Popijawa przy garażach

Między garażami przy ul. Parafialnej najwidoczniej doszło do popijawy. Świadczy o tym opakowanie po popularnym piwie. - To typowe zachowanie. Chcą się napić, mają siłę przynieść wszystko ze sobą, ale po skończonej imprezie nikt po sobie nie posprząta – denerwuje się pani Jolanta. A my rozumiemy jej złość.

(ag)

12 komunikaty

Tygodnik **KRAK**

16 marca 2021

11/1508

rok XXX

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowej Soli informuje,

że w siedzibie Centrum świadczone jest bezpłatne specjalistyczne poradnictwo:
1) rodzinne, 2) socjalne, 3) z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie.
Zapraszamy!

Zostań rodzicem zastępczym! I Ty możesz stworzyć rodzinny dom dla potrzebujących dzieci!

Zapraszamy wszystkich chętnych!

Gwarantujemy:

- bezpłatne szkolenie,
- specjalistyczną pomoc pedagogiczno-psychologiczną,
- świadczenie na dziecko,
- wynagrodzenie dla zawodowych rodzin zastępczych.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie

67-100 Nowa Sól, ul. Staszica 1A

pn. 7.00 - 16.00;

wt. - czw. 7.00 - 15.00;

pt. 7.00-14.00

tel.: 68/ 457 43 30,

fax: 68/ 457 43 31,

pcpr@powiat-nowosolski.pl

www.pcprnowasol.pl

Nowosolskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów "Odrodzenie"

Nowa Sól, ul. Drzymały 4

informuje dniach spotkań:

- poniedziałki, środy, piątki o godz. 17.00,
- środy o 19.00 - grupa terapeutyczna,
- wtorki w godz. 10.00-12.00 - spotkania z konsultantem
- wtorki o godz. 17.00 grupa Elementarz (DDA/DDD)

TAXI

68/ 387-28-19

lub 68/ 387-27-19

601 565 510 (nr 14)

728 191 021 (nr 40)

603 368 190 (nr 15)

511 774 597 (nr 11)

601 576 603 (nr 108)

888 833 322 (nr 100)

727 515 414 (nr 77)

Nowosolskie Stowarzyszenie Amazonek „Tęcza”

spotyka się w każdy 2. i 4. czwartek miesiąca o godz. 16.00 przy ul. Parafialnej 4/8, tel. 608 670 648.

Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

przy Urzędzie Miasta,
ul. Piłsudskiego 12 w Nowej Soli.
Tel. 68/ 459 03 05, pok. 118
przyjmuje w dniach i godzinach pracy Urzędu.

Dyżury członków Komisji RPA

w czwartki w godz. 16.00-18.00 w Punkcie Konsultacyjnym przy ul. Jaracza 1 w Nowej Soli.

Punkt Konsultacyjny - Informacyjny Przeciwdziałania Narkomanii

ul. Jaracza 1 w Nowej Soli, tel. 0 68/ 459 03 90, w poniedziałki w godz. 16.00-18.00 przyjmuje terapeuta uzależnień, w czwartki w godz. 14.00-16.00 odbywają się konsultacje dla dzieci, młodzieży i rodziców z zakresu nadużywania

mediów i urządzeń cyfrowych, w piątki w godz. 14.00-16.00. przyjmuje konsultant.

Punkt Konsultacyjny - Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

ul. Jaracza 1 w Nowej Soli, tel. 0 68/ 459 03 90, w poniedziałki w godz. 16.00-18.00 konsultacje socjalne, we wtorki w godz. 16.00-18.00 konsultacje socjalne i psychologiczne, w środy w godz. 15.00-18.00 porady prawne i mediacje rodzinne, w czwartki w godz. 16.00-18.00 konsultacje psychologiczne dla dzieci i ich opiekunów, w piątki w godz. 16.00-18.00 konsultacje socjalne.

Punkt Konsultacyjny - Informacyjny dla Osób z Problemem Alkoholowym i ich Rodzin

obecnie nieczynny ze względu na sytuację epidemiczną.

Dyżury Radnych Rady Miejskiej w Nowej Soli - kadencji VIII

w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowej Soli ul. Piłsudskiego 12, pok. 222

Andrzej Petreczko - Przewodniczący Rady Miejskiej: poniedziałek, godz. 13.00 - 15.00.

Rafał Stachowiak - Wiceprzewodniczący Rady Miejskiej: czwartek, godz. 10.00 - 11.00.

Zbigniew Szczeciński - Przewodniczą-

cy Komisji Rewizyjnej: III środa miesiąca, godz. 9.00 - 11.00.

Anna Ast - Przewodnicząca Komisji Skarg, Wniosków i Petycji: I środa miesiąca, godz. 14.00 - 16.00

Waldemar Jacheć - Przewodniczący Komisji Finansów, Budżetu i Gospodarki: I czwartek miesiąca, godz. 9.00 - 11.00.

Jan Hanusz - Przewodniczący Komisji Spraw Socjalnych i Obywatelskich: I wtorek miesiąca, godz. 9.00 - 10.00.

Stowarzyszenie Relacja

· Profilaktyka i terapia uzależnień · Terapia par i terapia rodzinna
· Grupa wsparcia dla osób uzależnionych
w poniedziałki o godz. 19.30, ul. Kościuszki 24E
tel. 506 804 548

Radni Rady Miejskiej i Rady Powiatu Prawa i Sprawiedliwości

pełnią dyżury w siedzibie partii przy ul. Jaracza 1 w czwartki w godz. 16.00 - 17.00
tel. kontaktowy: 665 883 651

Powiatowa Komisja Koordynacyjna NSZZ "Solidarność" Ziemi Nowosolskiej

ul. Parafialna 4,
tel. 68/ 356-12-11, 663 281 734
Dyżury związkowców:
we wtorki i środy od 9.00 - 11.00
oraz czwartki 16.00-18.00 (dyżur prawnika).

Wolontariusze Nowosolskiej Paczki

dyżurują we wtorki i czwartki w godz. 16.00 - 18.00 w swojej siedzibie przy ul. Witosza 18 w Nowej Soli (w budynku dawnej przychodni)

Telefony alarmowe:

999 - Pogotowie Ratunkowe
998 - Straż Pożarna
997 - Policja
68 475 77 80 - Straż Miejska
112 - telefon alarmowy (z telefonów komórkowych)
991 - pogotowie energetyczne
992 - pogotowie gazowe
504 187 736 - Pogotowie Wodociągowe
118 913 - biuro numerów TP SA

komunikaty

Oddział Rejonowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Nowej Soli

Biuro nieczynne do odwołania.

Zapisy przyjmujemy pod numerem: 509 232 530.

WYKAZ WCZASÓW 2021 r.:

1) Świnoujście SOBÓTKA 29.04-08.05, 2) Rewal BUMERANG 03.06-13.06, 3) Pobierowo MIMOZA LUX 20.06-30.06, 4) Kołobrzeg GRYF 12.06-22.06, 5) Międzyzdroje STILO 07.09-17.09, 6) Mielno SŁONECZNY BRZEG 30.08-06.09, 7) Rewal BUMERANG 16.09-26.09.

Stowarzyszenie Pokoleń Gminy Otyń

Dyżury Koła odbywają się w drugi czwartek miesiąca w godz. 12.30-13.30 oraz w czwartą środę miesiąca w godz. 13.00-14.30 w Gminnym Centrum Kultury w Otyniu, parter.

Blisze informacje pod tel. 608 717 861.

Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Nierodadzu



Informujemy o terminarzu wycieczek zorganizowanych wraz z Klubem Podróżnika:

1) 10.04.2021 - Termy Tarnowski i zamek w Szamotułach - Koszt 150zł/osoba. 2) 19.06.2021 - Spływ pontonami po Nysie Kłodzkiej + ognisko + Twierdza szyfrów - Koszt 160zł/osoba. 3) 31.07.2021 Bolesławiec - fabryka ceramiki, Zamek Kliczków, Zamek Czocha - Koszt 90 zł + bilety wstępu (około 60 zł). 4) Zwolniło się jedno miejsce na wycieczkę do Międzyzdroi w dniach 14-17 maj - Koszt 450zł/osoba z wyżywieniem.

Terminy wycieczek mogą ulec zmianie ze względu na panującą sytuację w kraju. O wszystkim będziemy Państwa na bieżąco informować.

Biuro Stowarzyszenia w kwietniu będzie czynne w dniu 12.04.2021 godz. 10-12. W maju biuro nieczynne. Przypominamy o opłatach składek członkowskich.

Życzymy Wszystkim Zdrowych i Spokojnych Świąt spędzonych w gronie rodzinnym - Zarząd Stowarzyszenia.

Oddziałowa Sekcja Emerytów i Rencistów ZNP w Nowej Soli

Dyżury do odwołania ZAWIESZONE.

Rada seniorów powiatu nowosolskiego

Kontakt z radą:

· Halina Napieralska-Pruska - 600 215 882;

· Jerzy Rybacki - 663 774 857;

Korespondencja na adres:

Ul. Moniuszki 3, 67-100 Nowa Sól.

Koło PZW nr 8 Zootek w Nowej Soli

Prowadzimy egzaminy na kartę wędkarską. Zapraszamy wszystkich chętnych.

Czynne od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 do 18.00.

Zarząd Koła Polskiego Związku Niewidomych

informuje, że od września biuro Koła przy ul. Parafialnej 4/1 czynne będzie w czwartki od 10 do 13-tej. Telefon: 605 037 409.

Koło wędkarskie w Przyborowie

Sprzedajemy znaczki na 2021 rok oraz prowadzimy egzaminy na kartę wędkarską. Zapraszamy w każdy czwartek od 17.00 do 18.30. Mamy drobny upominek dla co dziesiątego opłacającego kartę wędkarską. Wszelkie informacje: 693 472 382.

Mężczyzna zginął w pożarze

GMINA KOŻUCHÓW Ogień wybuchł w jednym z domów w Książu Śląskim. Nie żyje 67-letni mieszkaniec miejscowości

W piątek, chwilę po północy, służby ratownicze z powiatu nowosolskiego dostały informację dotyczącą pożaru domu w Książu Śląskim.

Do zdarzenia zostało za dysponowanych pięć zastępów straży pożarnej z powiatu nowosolskiego

Kiedy strażacy dojechali na miejsce zdarzenia, pożar był już mocno rozwinięty. - Ogień wybuchł prawdopodobnie w jednym z pomieszczeń, następnie przedostał się na dach budynku

- informuje aspirant Sebastian Olczyk, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Nowej Soli.

Niestety, finał był tragiczny. W wyniku pożaru zmarł 67-letni mężczyzna, jedyny lokator tego domu.

- W piątek na miejscu pracowali policjanci, którzy pod nadzorem prokuratury wyjaśniali okoliczności tej tragedii - mówi Justyna Sęczkowska z nowosolskiej policji.

(masa)



Śmierć emerytowanego proboszcza

KOŻUCHÓW Zmarł ks. kanonik Władysław Stachura, który przez niemal ćwierć wieku pełnił posługę w parafii Matki Bożej Gromnicznej w Kożuchowie. - Zostanie w pamięci mieszkańców naszej gminy - napisał w mediach społecznościowych burmistrz Paweł Jagasek



Ks. Władysław Stachura przez blisko 25 lat pracował dla mieszkańców Kożuchowa (fot. arch. kurii w Zielonej Górze)

Kapłan odszedł do wieczności w sobotę w Domu Księży Emerytów w Zielonej Górze. Posługę kapłańską pełnił przez ponad 50 lat.

Urodził się 14 lipca 1943 r. w Mszanie Dolnej. Po ukończeniu Wyższego Seminarium Duchownego we Wrocławiu przyjął święcenia kapłańskie w 1968 r. z rąk abp. Bolesława Kominka.

Dokładnie 27 sierpnia 1991 r. powierzono mu urząd proboszcza w parafii pw. Matki Bożej Gromnicznej w Kożuchowie, a 13 września tego roku - dziekana dekanatu Kożuchów. Obie te funkcje pełnił aż do przejścia w stan

spoczynku 1 sierpnia 2014 r.

Na emeryturze mieszkał nadal na plebanii w Kożuchowie i kontynuował posługę duszpasterską. W roku 2020 ze względu na stan zdrowia przeniósł się do Domu Księży Emerytów w Zielonej Górze.

„Zostanie w pamięci mieszkańców gminy Kożuchów” - napisał na swoim Facebooku burmistrz Paweł Jagasek.

„Ze smutkiem przyjęliśmy wiadomość o jego śmierci” - czytamy z kolei na Facebooku Koła Związku Żołnierzy Wojska Polskiego im. 13. Pułku Zmechanizowanego.

Ks. Stachura w latach 1991-1998 z zaangażowaniem uczestniczył w uroczystościach organizowanych przez 13. Pułk Zmechanizowany.

Pogrzeb ks. Stachury odbędzie się w czwartek 18 marca w parafii rodzinnej pw. św. Michała Archanioła w Mszanie Dolnej.

We wtorek 16 marca w kościele parafialnym pw. Matki Bożej Gromnicznej w Kożuchowie o godz. 10.30 rozpoczyna się czuwanie modlitewne, a o godz. 11.00 msza św. żałobna.

Ks. Stachura miał 77 lat.

Mariusz Pojnar

OBWIESZCZENIE BURMISTRZA OTYNIA

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu

miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie art. 17 pkt 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2020 r. poz. 293 ze zm.), oraz uchwały Nr X.30.2019 Rady Miejskiej Otyń z dnia 27 czerwca 2019 r., **z a w i a d a m i a m** o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu **miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miejscowości Modrzyca, w dniach od 23 marca 2021 r. do 13 kwietnia 2021 r.** w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu, w godz. od 8⁰⁰ do 14⁰⁰. Projekt zmiany

planu miejscowego jest również zamieszczony na stronie internetowej: <http://bip.wrota.lubuskie.pl/umoty>. Przedmiotem opracowania jest teren publiczny. **Dyskusja publiczna** nad przyjętymi w ww. projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się **w dniu 9 kwietnia 2021 r.** w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu o godz. 14³⁰. Każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego, może wnieść uwagi. Uwagi należy składać do Burmistrza Otyń, w formie pisemnej na adres: Urząd Miejski w Otyniu, ul. Rynek 1, 67-106 Otyń, ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu lub drogą elektroniczną opatrzone bezpiecznym podpisem elektronicznym lub podpisem potwierdzonym profilem zaufanym ePUAP, za pomocą

elektronicznej skrzynki podawczej ePUAP lub na adres e-mail: sekretariat@otyń.pl z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 27 kwietnia 2021 r.**

Jednocześnie na podstawie art. 39, w związku z art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2021 r. poz. 247) **z a w i a d a m i a m**, o możliwości zapoznania się, w ramach przeprowadzanej strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, w czasie wyłożenia do publicznego wglądu,

z projektem **miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miejscowości Modrzyca wraz z prognozą oddziaływania na środowisko**, z dokonanymi opiniami i uzgodnieniami w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu, w godz. od 8⁰⁰ do 14⁰⁰. Zainteresowani, w dniach **od 23 marca 2021 r. do 27 kwietnia 2021 r.**, mogą składać uwagi i wnioski do ww. dokumentu, do Burmistrza Otyń, w formie pisemnej, ustnie do protokołu oraz za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, na adres: sekretariat@otyń.pl, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy. Właściwym do rozpatrzenia uwag

i wniosków jest Burmistrz Otyń. **Na wejście do urzędu należy umówić się telefonicznie pod numerem 68 355 94 03.**

Informacje związane z przetwarzaniem danych osobowych uzyskanych w toku prowadzenia procedur dotyczących sporządzania aktów planistycznych. Administratorem danych osobowych przetwarzanych w wyniku uzyskania ich w toku prowadzenia procedur dotyczących sporządzania aktów planistycznych jest Burmistrz Otyń. Szczegółowe informacje dotyczące ochrony danych osobowych są dostępne w Biuletynie Informacji Publicznej oraz w Urzędzie Miejskim w Otyniu.

**Burmistrz Otyń
Barbara Wróblewska**

Rozmawiali o rekultywacji w Bobrownikach

OTYŃ - Nie ma podstaw prawnych, żeby blokować inwestycję, która - gdyby została przerwana - na koniec spadłaby na barki gminy – mówiła podczas sesji nadzwyczajnej poświęconej rekultywacji wysypiska w Bobrownikach burmistrz Barbara Wróblewska

Nadzwyczajna sesja w tej sprawie odbyła się w ubiegłą środę. - Takie spotkanie jak dziś powinno się odbyć z mieszkańcami już w 2018 roku. Nigdy nie byliśmy traktowani jako strona w postępowaniu, a robiliśmy wszystko, żeby nasze opinie zostały uwzględnione i żebyśmy byli na bieżąco informowani o sprawie. Wystarczy wspomnieć, że do różnych instytucji wysłaliśmy w tym temacie od 2018 roku około 120 różnych dokumentów – mówiła na samym początku Barbara Wróblewska, burmistrz Otynia.

Przypomnijmy, w sprawie bardzo gorąco było w maju zeszłego roku, kiedy transporty jadące na miejsce rekultywacji, blokując drogi w Bobrownikach zatrzymywali mieszkańcy. Wtedy doszło do starć z policją.

Wszystko zgodnie z prawem

Środowe spotkanie było prowadzone w zupełnie innej atmosferze. Podczas sesji na wcześniej zgłoszone przez mieszkańców pytania odpowiadali m.in. przedstawiciele starostwa powiatowego, Wojewódzkiego Inspektora Ochrony Środowiska



Radni przyjęli stanowisko, w którym zaapelowali m.in. do parlamentarzystów

oraz właściciel rekultywacyjnej spółki i jego prawnicy.

Wszyscy zabierający głos przekonywali, że rekultywacja odbywa się zgodnie z prawem i bez znaczących naruszeń, a decyzje i zezwolenia wydano stosując się do przepisów. Zapewnili, że na miejsce dawnego składowiska w żadnym momencie nie trafiły odpady nieprzeznaczone do rekultywacji, a sama rekultywacja jest całkowicie bez-

pieczna i konieczna dla naprawy terenu dawnego składowiska. Według nich zwożony materiał został odpowiednio przygotowany, aby nie zagrażał w żaden sposób środowisku i ludziom.

- Każde składowisko po określonym czasie musi zostać zamknięte i zrehabilitowane. Najbardziej ułomnym sposobem jest użycie odpadów, które są do tego dopuszczone, co sprzyja klimatowi protestów społecznych.

Mówiąc prostym językiem - ludzie pytają, jak to jest, że śmietnik zasypuje się śmieciami. Na to wpływu nie mamy - wyjaśniał Mirosław Ganecki, wojewódzki inspektor ochrony środowiska. Dodał, że są to odpady obojętne, niezagrożające środowisku.

Stanowisko radnych

- Idealną rekultywacją byłoby wybranie starych odpadów, wy-

wiezenie ich w inne miejsce i zasypianie dołu ziemią. Ale są też inne możliwości, które zakładają stosowanie materiału z odpadów, głównie osadu ściekowego i tzw. kompostu nieodpowiadającego wymaganiom rolniczym. Jest w tym np. szkło, plastik, ale też masa materiału biologicznego. Na koniec przykrywa się to warstwą humusu i sadi roślino - podkreślał Ganecki.

Burmistrz Wróblewska: - Będziemy dalej w tym temacie rozmawiać i spotykać się w już mniejszym gronie, również z przedstawicielami mieszkańców Bobrownik. Nie ma podstaw prawnych, żeby blokować inwestycję, która - gdyby została przerwana - na koniec spadłaby na barki gminy. Droga dojazdowa jest wyznaczona, rozmawiamy z kancelarią spółki, chcemy wypracować najlepsze dla wszystkich stron stanowisko. Radni przyjęli stanowisko, w którym zaapelowali m.in. do parlamentarzystów o zmianę prawa, które „na dziś nie traktuje władarzy danego terenu (prezydentów/burmistrzów/wójtów) jako strony postępowania w sprawach związanych przede wszystkim z rekultywacjami”.

Mariusz Pojnar

Wolontariusze Hołowni remontują dom pogorzelcom z Dębianski

SIEDLIKO/DĘBIANKA Marcin Swobodzian, radny z Bielaw, zainicjował wraz ze Stowarzyszeniem Polska 2050 Szymona Hołowni piękną lokalną akcję pomocową. Zaczęli od remontu domu pogorzelców z Dębianski. Dziś ekipa zbliża się do końca swoich prac i zapowiada wsparcie kolejnych osób i chęć pomocy seniorom w drobnych naprawach domowych

Wszystko zaczęło się wiosną 2020 roku. - Wtedy zgłosiła się do mnie pani Renata, która powiedziała do mnie tak: „Marcin, ty jesteś radnym, może jakoś pomożesz? Spalił się nasz dom, czas mija, trudno uzyskać nam jakąś pomoc.” Wiedziałem, że nie mamy możliwości wsparcia finansowego, dlatego postanowiliśmy, że spróbujemy pomóc poprzez pracę wolontariuszy. Ciężką, fizyczną, wykonywaną bezpłatnie, w swoim czasie wolnym – opowiada Marcin Swobodzian, radny z Bielaw i inicjator akcji pomocowej, w którą wciągnął strukturę ruchu Szymona Hołowni Polska 2050.

- Skontaktowałem się najpierw z liderką wojewódzką, później z ówczesną liderką powiatową. Pojechaliśmy

w kilka osób do Dębianski, oceniliśmy potrzeby i ogólną sytuację zastaną na miejscu. Swoje wsparcie zaoferował także Mariusz Wolniewicz, wolontariusz z Bytomia Odrzańskiego. Wraz z innymi chętnymi wolontariuszami z Polska 2050 Lubuskie zaczęliśmy prace w spalonym domu. Prosiłem o wsparcie materiałowe lokalnych przedsiębiorców, zorganizowaliśmy zbiórkę środków wśród wolontariuszy Polski 2050, nawiązaliśmy współpracę ze sklepami – dodaje Swobodzian.

Maja Nowak, liderka wojewódzka Ruchu Polska 2050, Marcina poznała w marcu 2020 roku, kiedy zaangażował się w akcję szycia maseczek organizowaną przez Fundację Rozwoju Aktywności Lokalnych FALA z Bytomia Odrzań-

skiego.

- Zorganizował i koordynował wtedy świetną ekipę pań szyjących maseczki ze swojej okolicy. Uszyły setki, jeśli nie tysiące maseczek, które trafiły m.in. do nowosolskiego szpitala. Któregoś dnia zapytał, czy jako Polska 2050 wesprzemy panią Renatę z Dębianski, której dom spłonął i niestety nie został odbudowany - opowiada Nowak.

Tak zaczęła się przygoda wolontariuszy Hołowni w Dębiansce.

Od tamtej pory minęło kilka miesięcy a dom powoli zaczyna być miejscem, w którym niebawem pani Renata z rodziną będzie mogła mieszkać komfortowo i bezpiecznie.

W ramach prac budowlanych wolontariusze już wykonali dach, okna, sufity, elek-

trykę i tynki na ścianach. Do zrobienia zostały posadzki, do tego wstawienie drzwi, wyszpachlowanie sufitu w pokoju i inne prace kosmetyczne. - Wciąż potrzebne są materiały, które ekipa wykorzysta do dalszych remontów - beton, posadzki, styropian twardy – zaznacza Maja Nowak.

Kilku wolontariuszy udowodniło, że wszystko jest możliwe, a najważniejsza jest chęć bezinteresownej pomocy! Na razie chcą dokończyć prace remontowe u pogorzelców, a następnie zaoferować swoje bezpłatne wsparcie seniorom z terenu powiatu, którzy będą potrzebować drobnego wsparcia. Chętnie wymienią żarówkę, naprawią kran czy uszczelniają okno.

Mariusz Pojnar



Ekipa remontowa w pełnej krasie

Gdy głaskanie sprawia ból

- Początki nie były łatwe. Wiele nadziei, wiele łez. Uznaliśmy z mężem, że jak kiedyś nam się uda zostać rodzicami, to będzie najszczęśliwszy dzień w naszym życiu. A jeśli nie – będziemy próbować wszystkiego, by się udało – o upragnionym macierzyństwie i synku Wojtusiu, który ważył w dniu narodzin pół kilo, opowiada Agnieszka Bem

Jak zaszłam w ciążę z Wojtusiem, byłam pełna sił. Rozwijał się prawidłowo. Czułam się wspaniale, zaczęłam wierzyć, że tym razem się uda.

Z nogami do góry

Opiekował się nami dr Jakub Pankiewicz: lekarz z powołania, profesjonalista o wielkim sercu. Na badania prenatalne szliśmy w świetnych humorach. Po badaniu w gabinecie zapadła cisza. Miałam rozwarcie, choć byłam dopiero w połowie ciąży.

Doktor wysłał mnie do Zielonej Góry. Stwierdził, że tam jest szansa, by dzieciątko przeżyło tak wczesny poród.

Pojechałam do zielonogórskiego szpitala i już tam zostałam.

Gdy dopytywałam o synka, usłyszałam: teraz ratujemy panią, nie dziecko. To mnie zmroziło. Błagałam, żeby ratowali mojego synka każdym kosztem. Powiedzieli, że niewiele da się zrobić. Trzeba czekać.

Zaczęły mi się sączyć wody płodowe. Wdała się infekcja. Przez tę swoją zawziętość, że dziecko ma być ratowane, zyskałam tu miano upartej pacjentki, ale też starano się sprostać mojej prośbie. Mielśmy też wsparcie doktora Kuby. Trudne decyzje podejmowaliśmy razem z dr Kuśnierską, panią ordynator.

Położono mnie z nogami do góry i kazano mi wytrwać w tej pozycji, ile zdołam. Leżałam tak grzecznie przez dwa tygodnie, wspierana obecnością i radami położnej Moniki Całko. Wody płodowe się cofnęły. Niestety, porobiły mi się kieszonki, w których woda się zbierała. Ściągnięcie jej i zaaplikowanie we właściwe miejsce były ryzykowne.

Pozostało modlić się o cud i trwać. Trwałam więc i modliłam się do św. Rity. Trafiłam na patologię ciąży i zaczęły się wędrówki na porodówkę. Dostawałam skurczy, podawali mi leki. Leżałam na sali porodowej, obserwowałam przywożone kobiety. Słuchałam, jak rodzą. Moje skurcze po kilku godzinach ustawały i odwożono mnie z powrotem na moją salę. I tak przez tydzień. Zaczęłam krwawić. Nie miałam siły jeść. Coraz trudniej było się wkuwać w moje żyły.

Lekarze chcieli doczekać pełnych 23 tygodni ciąży – wtedy dziecko miało większe szanse. Czułam, że dłużej już nie utrzymam ciąży. Słabłam. Poprosiłam panią ordynator o podanie zastrzyku „na płuca” dla dziecka. Otrzymałam podwójną dawkę. Wiedziałam, że moje dziecko jest na minimalnej granicy możliwości przeżycia po porodzie. Zapytałam, czy będą ratować mojego synka, jeśli się teraz urodzi.

Ordynator neonatologii, dr Marzena Michalak-Kloc, obiecała, że zrobi wszystko, żeby go uratować. Trochę się uspokoiłam.

Osiągnęłam dopiero 22. tydzień, ale byłam już bardzo słaba. Podłączono mi tlen. O 1.22 w nocy, po 15 minutach skurczy porodowych, usłyszałam od pielęgniarki: „Pani syn ma 540 gramów, 30 cm i urodził się w czepku”.

Pozwólcie mi zobaczyć synka

Wojtuś trafił do inkubatora, a ja do sali dla kobiet w położu. Wiedziałam, że potrzebuję odpoczynku, ale bałam się o syna. Poprosiłam pielęgniarkę, żeby pozwoliła mi go zobaczyć. Odpowiedziała, że bym się nie martwiła, dziecko na razie żyje, a ja potrzebuję snu. Później przyszła lekarka z neonatologii i wytłumaczyła mi, że pierwsza doba jest najważniejsza. Jeśli Wojtuś przeżyje, to później kolejne siedem dob będzie decydujące.

Zostałam w pokoju. Patrzałam bezradnie na Olę, śpiącą sąsiadkę, która chwilę przede mną urodziła wcześniaka w 24. tygodniu. Tak spokojnie spała. Zadzwoniłam do męża. Gdy przyjechał, pielęgniarki przyprowadziły mi wózek i mąż mógł mnie zawieźć do Wojtusia.

Dyżur przy wcześniakach sprawowały pielęgniarki: Iwonka, Iwetka, Jola, Andżelika, Marzenka i jeszcze inne, późniejsze ukochane ciocie Wojtusia. Gdy pojawiliśmy się u nich po raz pierwszy, ciocia Iwonka mnie obsztorcowała, że nie odpoczywam. Zobaczyły jednak obie z Iwetką moją determinację. Zapytały o imię dziecka. Napiwały na serduszk „Wojtuś” i nakleiły na jego inkubator. Zobaczyłam go pierwszy raz.

18 tygodni za wcześnie

Wojtuś otworzył oczy po dwóch tygodniach. W trzecim miał zastój w jelitach. Dr Górska założyła mu stomię, by uniknąć perforacji. Gdy pasaż jelitowy ruszył i odetchnęliśmy z ulgą, zatrzymał się mocz. Jeśli lekarstwa nie zadziałają, Wojtuś nie wytrwa.

Dr Perez ciągle sprawdzała



Mały Wojtuś ze szpitala do domu wrócił w Dzień Taty

woreczek. Tymczasem przez całą dobę pojawiła się tam jedna kropla. Nie opuszczały nas bezradność i strach.

Aż przyszła upragniona chwila. Mąż właśnie siedział przy inkubatorze i czytał Wojtusiu bajkę, gdy dr Perez znów sprawdzała woreczek. Stwierdziła w nim trzy krople. Nie masz pojęcia, jak bardzo można się cieszyć z trzech kropel moczu.

20 razy przetaczali Wojtusiu krew, zmieniali leki. Pod respiratorem spędził 2,5 miesiąca. Im dłużej, tym cięższa stawała się jego dysplazja płuc.

I kolejny kryzys, zwiększono podaż tlenu. Płuca zaczęły się zapadać. Podano tlenek azotu. Przy inkubatorze przybywało aparatury. A Wojtek – aktywista – konsekwentnie wyciągał z siebie wszystkie rurki. Rozintubował się sześć razy, raz przy mnie. W sekundę. Intensywnie się poruszał, jakoś złapał za rurkę. Urządzenie zaczęło piszczeć. Serce podeszło mi do gardła. Ciocie natychmiast podłączyły Wojtkę i starały się mnie uspokoić.

One zawsze myślały o uczuciach rodzica.

Dotyk i głos

Skrajnym wcześniakom głaskanie sprawia ból. Im mniej są dotykane, tym lepiej dla nich. Kiedy mogłam go dotknąć po raz pierwszy, po prostu położyłam na nim nieruchomo dłoń. Trochę dni później po raz pierwszy rozebrałam się do kangurowania. Ciocie obiecały, że jeśli stan Wojtusia będzie dobry, to i mąż będzie mógł przyjść przytulić synka. Akurat pojawiła się informacja, że szpital jest zamykany z powodu koronawirusa.

Niemal trzy miesiące nie widzieliśmy Wojtkę. Mogłam jedynie przywozić dla niego swoje mleko. Ciocie jednak dbały o nasz kontakt.

Mój pierwszy Dzień Mamy? Nagrałam się dla Wojtusia i ciocie mu odtwarzały mój głos. Później nagrały mi synka, jak słucha mnie z szeroko otwartymi oczami. Dokumentowały nagrania każdy przełomowy moment: przejście na C-PAP, rurkę z tlenem, jedzenie z butelki. Żebyśmy mogli w tym jakoś uczestniczyć. Dla nas to miało ogromne znaczenie.

W końcu przeniesiono Wojtkę na patologię noworodka, pokój dalej. Krok bliżej do wyjścia ze szpitala. Wojtuś spędził w nim pięć miesięcy swojego życia.

Prezent na Dzień Taty

Synek miał ciężką dysplazję płuc i komplikacje oddechowe. Ale wypuścili go najszybciej, jak to było możliwe i bezpieczne. Przyjechał do domu karetką w Dzień Taty. Słodki prezent.

Na początku był płacz. COVID odebrał nam wczesny bezpośredni kontakt. Wojtuś znał mój głos, ale pamiętał obecność i dotyk pielęgniarek, nie mój. Uczyliśmy się siebie od nowa. Na szczęście miałam kontakt z lekarką prowadzącą i zespołem medycznym. W razie kryzysu miałam do kogo zadzwonić i liczyć na pomoc.

W domu musieliśmy zorganizować aparaturę do podawania tlenu. Urządzenia dla wcześniaków nie są refundowane. Od dr. Górskiego z nowosolskiego hospicjum dostaliśmy stacjonarny koncentrator.

Nadciśnienie płucne spowodowało komplikacje kardiologiczne. Pojawiła się chwilowa niedomykalność zastawki. Powiększyła się lewa komora serca. Znowu trafiliśmy do szpitala w Zielonej Górze.

Dr Maślička z Nowej Soli zrobiła echa serca. Potwierdziła niedomykalność, ale skierowała nas do specjalisty w Poznaniu. Dr Mroziński stwierdził, że niedo-

mykalność jest do opanowania, a nadciśnienia praktycznie nie ma. Potwierdził też, że problemem są przede wszystkim płuca. Wojtek wciąż miał stomię. Miał być zdjęta w ciągu dwóch-trzech miesięcy, ale zabiegi chirurgiczne dla dzieci wstrzymano. Skóra wokół worka stała się zaogniona. Sączyl się z niej przezroczysty płyn, który odklejał worek. A Wojtuś cierpiał.

Do operacji mały musiał ważyć co najmniej 5 kg, tymczasem przyplątał się refluks i problemy z jedzeniem. Dostanie się do specjalisty graniczyło z cudem, wszędzie jeździliśmy prywatnie. Do tego wyjazdy do kliniki we Wrocławiu. Kolosalne pieniądze. Gorzej, że pomimo starań dziecko nadal wymiotowało. W końcu na wizycie w poradni poprosiłam doktor o zgodę na karmienie butelką. Problemy minęły jak ręką odją. Wojtuś po prostu przestał tolerować specjalistyczną mieszankę od chwili, gdy producent zmienił skład. Gdyby udało się to ustalić od początku, uniknęlibyśmy niepotrzebnego podawania leków, wyjazdów i wydatków.

9 grudnia udało się pozbyć stomii.

Wyjść z domu

Teoretycznie możemy wychodzić z Wojtkiem na spacer. Ale nie można nigdzie się ruszyć bez przenośnego koncentratora tlenu. Początkowo pożyczaliśmy aparat od Ani, mamy dziewczynki, która też urodziła się jako wcześniak. Jak najszybciej musieliśmy kupić własny. Był dla nas zbyt drogi – cena od 11 do 18 tys. zł.

Udało nam się za 4 tys. kupić używany. Niestety, bateria trzyma krótko. Urządzenie pracuje na niej do 40 minut. W tym tygodniu wyłączył się po 20. Oddaliśmy do serwisu, znów jesteśmy uzależnieni. Nowa bateria to kolejne 1200 zł. Ceny naprawy jeszcze nie znam. Marzy mi się drugi koncentrator na zmianę, gdyby ten znów się zepsuł.

Podstawowych potrzeb jest więcej. Jedynym rozwiązaniem wydaje się duży kredyt i wieloletnie spłacanie. Z nadzieją, że nie wyskoczy nic nowego.

Dzięki oddziałowi neonatologii w Zielonej Górze Wojtuś jest z nami. Personel to anioły. Gdyby nie nasze własne obciążenia finansowe, chętnie kupiłabym im nowy diafanoskop – urządzenie podświetlające żyły. Z myślą o innych skrajnych wcześniakach. To przydatne urządzenie. Oszczędza bólu i stresu.

wysłuchała

Marta Brych-Jackiewicz

NadAktywni. Skąd oni czerpią tyle energii?!

NOWE MIASTECZKO - Każdy ma swoje życie, radości i problemy, ale aktywność połączona z czymś dobrym daje energię – mówi Magdalena Wysoczańska z grupy NadAktywni po imprezie charytatywnej dla chorego Kubu Krysiaka



Maciej Gryczyński z Markiem Manturą, jednym z uczestników imprezy

Grupa z Nowego Miasteczka chciała pomóc Kubusiowi. Chłopiec cierpi na zespół Guillaina-Barrego. NadAktywni zrobili kilkudziesięciokilometrowy charytatywny bieg ultra. Na leczenie i rehabilitację chłopca udało się zebrać 2400 zł!

Najpierw zazdrość

- Nasza grupa zawiązała się na początku stycznia 2020 – mówi Maciej Gryczyński, założyciel NadAktywnych Nowe Miasteczko. - Sam pomysł zrodził się u mnie w miesiąc wcześniej, kiedy zebrałem grupę biegających chłopaków na takim wspólnym wigilijnym truchcie zakończonym słodkim poczęstunkiem. Pomyślałem, że fajnie byłoby zgromadzić wszystkich biegaczy Nowego Miasteczka. Takich osób, które kiedyś biegały, było dużo. Startowały na różnych imprezach pod przeróżnymi nazwami, ale brakowało jednolitej reprezentacji miasta. Pod tym kątem była pustynia, a mamy przecież sporo maratończyków i ultrasów. Tliła się cicha zazdrość, bo nasi sąsiedzi mają przecież duże drużyny. NadAktywni chcą zarażać – no właśnie – swoją aktywnością mieszkańców gminy. Prowadzą różne akcje: Sernik Runner czy Traper. To luźnie spotkania, które mają nakłonić do biegania początkujących. Ale są również dla tych, którzy z jakichś względów biegać nie mogą, ale lubią się delikatnie poruszać. Dla zdrowia.

- Dla mnie to oczywista oczywistość – odpowiada na pytanie o łączenie biegania z pomaganiem Gryczyński. - Z założenia jesteśmy amatorską grupą propagującą sport, która ma łączyć wszystkich prowadzących zdrowy styl życia.

Ale nie wszyscy mogą się z nami cieszyć tą aktywnością sportową. My biegamy, jesteśmy zdrowi, więc dzielimy się tym zdrowiem. Trzeba pomagać i gdy mamy możliwość połączyć naszą pasję z jakąś pomocą – jak najbardziej to robimy.

Formalnie na FB grupy jest 119 osób. 40-50 aktywnie uczestniczy w jej życiu na co dzień.

Obietnica

Maciej Gryczyński opowiada o pomysłach biegu dla Kubusia: - Rok temu z asystą rowerową Grzegorza Suchockiego pobiegłem dla chłopca maraton wokół naszej gminy. Odwołali mi wtedy imprezę w Dębnie, a przygotowywałem się do niej rok... Gdzieś trzeba było to oddać. Na zdjęcie Kubusia trafiłem w prasie i to była szybka decyzja. Obiecałem sobie wtedy, że za rok z grupą zrobimy już dla niego coś większego. I chyba wyszło super [uśmiech].

Lider NadAktywnych podkreśla, że zagrało wszystko – nawet pogoda. W pomoc włączyło się wiele osób, też lokalni biznesmeni.

- Od strony sportowej to był specyficzny trening biegowy – tłumaczy Gryczyński – dedykowany maratończykom i ultrasom. Takie wolne, bardzo długie wybieganie. 50-kilometrowa trasa, w większości polami i lasami. Tak poprowadzona, by goście zobaczyli nasze najfajniejsze miejsca do biegania, często z malowniczymi widokami.

Motywacja

Grzegorz Suchocki z NadAktywnych wyznaczył trasę ultrabiegu: - Pilotowałem też uczestników. Mieliliśmy zamiar zrobić 50 km po granicach gminy. Żeby urozmaicić trasę, dodaliśmy troszkę gór – zahaczyliśmy o Wzgórza Dalkowskie. Unikaliśmy asfaltu. Impreza wyszła fantastycznie, to nasz pierwszy raz – i to na dystansie ultra. By dopiąć to logistycznie, trzeba było poświęcić trochę czasu. To zasługa Maćka Gryczyńskiego. Pomaganie przez bieganie? Fajnie robić coś, co się kocha i przy okazji pomagać – to daje motywację do

dalszych działań. I przy okazji poznajesz nowych ludzi, którzy mają tę samą pasję.

Wielkie serca

Magdalena Wysoczańska, członkini NadAktywnych: - Po 20 latach pracy w szkole wiem, że każda taka akcja to ogromna praca. Zgranie wszystkiego logistycznie to duże wyzwanie. Podziwiam wszystkich biegaczy i rodziców Kubusia za ich siłę, wytrwałość i wielkie serca. Ja miałam tylko za zadanie upiecienie ciasta. Wspólnie z mężem Tomkiem pomagaliśmy przy organizacji stoisk z poczęstunkiem dla sportowców i przewożiliśmy kontuzjowanych biegaczy. Połączenie sportu i akcji charytatywnej to wspaniały pomysł. To nie było nasze pierwsze takie działanie. Kilka miesięcy wcześniej, też z inicjatywy Maćka, biegliśmy dla Kubu w #matyldachallenge. Zbiegaliśmy również na WOŚP morsując, biegając, jeżdżąc na rowerach czy sankach. Często w tych działaniach biorą udział całe nasze rodziny i przyjaciele. Dlaczego dołączyłam do NadAktywnych? Bo to są wspaniali ludzie – prawdziwi sportowcy, ale i amatorzy jak ja. Wielbiciele jednej lub wielu dyscyplin. Ale chyba wszystkich łączy pasja i radość z tego, co robimy. Każdy ma swoje życie, radości i problemy, ale aktywność połączona z czymś dobrym dodaje energii. Medal, który dostaliśmy od cudownej mamy Kubusia – mimo że nie przebiegliśmy 50 km – to nasz najpiękniejszy rodzinny medal.

36 kilometrów

Marika Kaszuba zawiązała się z NadAktywnymi we wrześniu



Marika Kaszuba pobiegła aż 36 km!

ub. roku: - Miałam obawy, czy zacząć biegać z grupą, bo bałam się, że nie dam rady jej dotrzymać kroku. Obserwowałam ich na FB i coraz bardziej mnie kusiło, żeby jednak spróbować do nich dołączyć. Tym bardziej że bieganie nie było mi obce, ale tylko i wyłącznie dla własnej przyjemności, wytchnienia – nie dla bicia rekordów. Po prostu biegałam dla siebie. Pewnej niedzieli odważyłam się pobiec z grupą i dałam radę. Później to się stało u mnie cotygodniową tradycją. Deszcz, śnieg i wiatr nie są nam straszne – zawsze robimy swoje niedzielne 10 km [uśmiech]. Maciej jest świetnym organizatorem, do tego nas motywuje. Nie ma, że jest zła pogoda – lecimy i nie ma dyskusji. Ten ultratrening to były tak niesamowite emocje... Żeby je zrozumieć, trzeba to przebiec. Gdy pojawił się sam pomysł, dopytywałam Maćka, jak to będzie wyglądało. I zaczęłam się nakręcać wokół tego. Cel bardzo szczytny, dlatego zapisałam się. Chciałam zrobić 18 km i zakończyć bieg na pierwszym punkcie żywieniowym. Organizacja biegu bez żadnych zarzutów, wszystko było wręcz perfekcyjne! Odczuwałam duży stres, bo nigdy nie biegałam więcej niż 12-15 km.



Grzegorz Suchocki wyznaczył trasę ultrabiegu

Ostatecznie dotrwałam do 36. kilometra! Nie wiem, czy dałabym radę, gdyby nie wsparcie mojego osobistego domowego teamu – syna, córki i męża.

Jakie plany na najbliższą przyszłość mają NadAktywni? Maciej Gryczyński: - Na razie żadnych konkretnych, oczywiście przez pandemię. Dużo u nas rodzi się spontanicznie. Na pewno są plany udziału naszych zawodników w imprezach biegowych – o ile będą się odbywały. I dalsze promowanie zdrowej aktywności u mieszkańców. Chciałbym też kontynuować uLTRA MIASTECZKO50, dopracowując różne szczegóły, by zrobić z tego supertradycję. Naszą, autorską. Rzecz jasna jeśli będzie taka wola rodziców Kubu.

Mateusz Pojnar



Magdalena Wysoczańska na biegu upiekła z synkiem Frankiem ciasto

Oglądaliście ich w muzycznych programach?

Fabian Piątkiewicz wystąpił w „Szansie na sukces”, a Wiktoria Wiater szturmuje „The Voice Kids”. Jak widać, ludzi utalentowanych muzycznie u nas nie brakuje

„Szansa na sukces” to popularny program telewizyjny TVP, emitowany od prawie 30 lat. Początkowo prowadził go Wojciech Mann, a jego następcą jest Artur Orzech.

Uczestnicy programu muszą zaśpiewać w formie karaoke piosenki znanych wykonawców. Mogą wybrać formę podkładu muzycznego – z linią melodyczną albo bez. Zwycięzca odcinka na koniec wykonuje utwór razem z artystą. Odbywa się też coroczny finał, a jego wygrani mogą wystąpić na Koncercie Debiutów Festiwalu Polskiej Piosenki w Opolu.

Szansa na sukces otworzyła drzwi do sławy takim artystom jak Justyna Steczkowska, Maciej Mołęda, Natalia Szroeder, Sylwia Przybysz czy Ralph Kamiński.

W niedzielę w „Szansie...” wystąpił nowosolanin Fabian Piątkiewicz. Fabian przyznaje, że jest zadowolony z udziału w talent show i dobrze wspomina swój występ: - To była

niesamowita przygoda i niesamowite emocje, chciałoby się to powtórzyć. Na planie panowała rodzinna atmosfera. Dogadywałem się i z ekipą, i z kontrkandydatami. Było naprawdę bardzo pozytywnie.

Fabian stawia pierwsze kroki w karierze muzycznej i mimo to był dla niego pierwszy taki występ w życiu, nie czuł tremy ani stresu. - Może to było spowodowane tą atmosferą panującą w studiu? - zastanawia się Fabian Piątkiewicz. I dodaje: - Będę próbował dalej rozwijać się w kierunku artystycznym. Czas pokaże, co będzie.

Nowosolanin w programie zaśpiewał piosenkę „W głowie” z repertuaru Ani Dąbrowskiej. Co prawda na tym etapie jego przygoda z „Szansą na sukces” się zakończyła, ale i tak jesteśmy z niego dumni!

Wiktoria robi furorę

Rodzina Wiktorii Wiater jest



Fabian Piątkiewicz w popularnej „Szansie na sukces” (fot. „Szansa na sukces”)

związana z Nową Solą. Utalentowana wokalistka bierze udział w popularnym progra-

mie „The Voice Kids” i zachwyca jurorów swoim śpiewem!

Lubuszaneczka swój talent kształtowała w zielonogórskim studiu Rezonans. Od najmłodszych lat odnosiła sukcesy podczas różnych festiwali.

Na przesłuchaniu w ciemno Wiktoria zaśpiewała utwór Varius Manx „Orla cień”. - To jest dobre śpiewanie! - przyznali podczas występu jurorzy Tomson i Baron, którzy jako pierwsi odwrócili się do uczestniczki.

Później to samo zrobili Cleo i Dawid Kwiatkowski. - W twoim wieku uwielbiałam ten numer. Przeniosłaś mnie do tamtych czasów i wyszło ci to przepięknie - mówiła Cleo.

W programie Wiktoria przyznała, że chciałaby w przyszłości zostać śpiewającą aktorką i występować w musicalach.

Dziewczyna dołączyła do drużyny Tomsona i Barona i to właśnie pod ich skrzydłami będzie przechodzić przez kolejne etapy programu.

Powodzenia, Wiktoria! Trzymamy kciuki.

Program trwa

„The Voice Kids” w TVP 2 emitowany jest od 2018 r. Uczestnikami mogą być dzieci w wieku od 8 do 14 lat.

Pierwszy etap show to przesłuchania w ciemno, w których bierze udział sto osób. Podczas nich jurorzy są odwróceni tyłem do uczestników. Jeżeli śpiew któregoś z nich spodoba się jurorowi, wtedy ten odwraca się do wokalisty i zaprasza do swojej drużyny. Może zdarzyć się sytuacja, w której odwróci się dwóch lub trzech - wtedy to wykonawca może wybrać, w której ekipie chce się znaleźć. Etap kończy się, gdy w każdej z ekip znajdzie się 18 członków.

Następnie jest czas na bitwy. Trenerzy wybierają trzy osoby, które wykonają ten sam utwór. Wtedy też jest czas na decyzję, kto zostaje, a kto odpada z drużyny. Po bitwach zostaje po sześć osób i trwają dalsze eliminacje. Później uczestnicy przechodzą do sing-off, gdzie śpiewają piosenkę, którą wykonywali w przesłuchaniach w ciemno. Po tym etapie trener wybiera trzy osoby, które znajdą się w ostatecznym składzie.

Finał polega na tym, że młodzi wykonawcy śpiewają utwór z repertuaru innej osoby. Wtedy trener musi wyłonić wokalistę, który znajdzie się w ścisłym finale, a ostatecznego zwycięzcę wybierają widzowie.

Aleksandra Gembiak



Wiktoria Wiater wystąpiła w „The Voice Kids”, zaśpiewała „Orla cień” (mat. „The Voice Kids”)

Nakrętki dla Jasia

Niewielka nakrętka może mieć wielkie znaczenie. W akcję zbierania nakrętek dla chorego Jasia włączyli się nowosolscy policjanci. - Wszyscy pomóżmy 4-letniemu chłopcu - apelują mundurowi

Nowosolscy policjanci zaangażowali się w pomoc dla chorego Jasia Piórkowskiego. Zorganizowali zbiórkę nakrętek, które trafią do recyklingu, a zebrane w ten sposób pieniądze pomogą chłopcu w walce z chorobą. Dziecko choruje na trakcyjne odwarstwienie siatkówki lewego oka, silny astygmatyzm i postępującą wadę prawego oka. Jedynym sposobem ratowania wzroku jest intensywna i ciągła rehabilitacja. Nie-

stety, jest bardzo kosztowna. W przedsięwzięcie zaangażować się mogą wszyscy. Osoby, które chciałyby pomóc, proszone są o kontakt z rzecznikiem prasowym nowosolskiej jednostki - sierżantką sztabową Justyną Sęczkowską, tel. 690106192. Nakrętki można przynieść do komendy w godzinach 7.00-14.00 od poniedziałku do piątku, w innym terminie można pozostawić je w recepcji komendy.

(nika)



Policjanci organizują akcję dla małego chłopca

Pod sąd za zniszczenia na morsowisku

Nowosolscy śledczy skierowali do sądu akt oskarżenia przeciwko nowosolaninowi, któremu zarzucają dewastację na terenie zbiornika Ochotniczej Straży Pożarnej Ratownictwa Wodnego



To poligon treningowy dla strażaków RW

Zbiornik powstał kilka lat temu w celu odwodnienia tej części miasta. Z czasem stał się atrakcją zwłaszcza dla wędkarzy. Za zgodą miasta teren mógł zostać przekształcony w poligon treningowy dla zawodowej straży pożarnej, ochotniczej i dla ratownictwa wodnego. Przez cały ostatni sezon – dzięki sprzyjającej aurze i niskim temperaturom – korzystały z niego także morys z Nowej Soli i okolic.

Niestety, to miejsce dwukrotnie było zniszczone. - Mówię to z bólem serca: znalazł się jakiś „artyści”, który bezmyślnie zniszczył

to, co strażacy społeczną pracą na poligonie zrobili do tej pory – denerwował się na naszych łamach Jarosław Intek, prezes Ochotniczej Straży Pożarnej Ratownictwa Wodnego w Nowej Soli.

Straty łącznie oszacowano na ok. 4,5 tys. zł.

Policjanci ustalili sprawcę, a śledczy już skierowali przeciwko niemu akt oskarżenia do sądu. Zarzucają mu czyn z art. 288 paragraf 1, czyli zniszczenie mienia. Grozi za to nawet do 5 lat więzienia.

Prezes OSP RW w Nowej Soli cieszy się, że sprawiedliwości stanie

się zadość. - Dbamy o to miejsce, dzięki naszym przyjaciołom udało nam się je właściwie przygotować. Marcin Czerwiński przekazał 100 ton tłuczni, Michał Prześlak postawił nam słupy pod oświetlenie, bardzo pomógł także Piotr Wieteccki, który zainstalował monitoring – wszyscy zrobili to nieodpłatnie i w ramach koleżeństwa. To była naprawdę społeczna pomoc, dlatego tak bardzo nam zależało, żeby sprawca został złapany i ukarany. Może to będzie przestroga dla innych – podsumowuje prezes Intek.

Mariusz Pojnar

OBWIESZCZENIE BURMISTRZA OTYNIA

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Napodstawie art. 17 pkt 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2020 r. poz. 293 ze zm.), oraz uchwał Rady Miejskiej Otyń: Nr X.29.2019, z dnia 27 czerwca 2019 r. i Nr XXI.25.2020, z dnia 28 maja 2020 r., **z a w i a d a m i a m** o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miejscowości Otyń, w dniach od 23 marca 2021 r. do 13 kwietnia 2021 r. w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu, w godz. od 8⁰⁰ do 14⁰⁰. Na wejście do urzędu

należy umówić się telefonicznie pod numerem 68 355 94 03. Projekt zmiany planu miejscowego jest również zamieszczony na stronie internetowej: <http://bip.wrota.lubuskie.pl/umotyń>. Przedmiotem opracowania są tereny przeznaczone pod zabudowę mieszkaniową i drogę. **Dyskusja publiczna** nad przyjętymi w ww. projekcie zmiany planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu 9 kwietnia 2021 r. w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu o godz. 14⁰⁰. Każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie zmiany planu miejscowego, może wnieść uwagi. Uwagi należy składać do Burmistrza Otyń, w formie pisemnej na adres: Urząd Miejski w Otyniu, ul. Rynek 1, 67-106 Otyń, ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu lub drogą elektroniczną opatrzone bezpiecznym podpisem

elektronicznym lub podpisem potwierdzonym profilem zaufanym ePUAP, za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej ePUAP lub na adres e-mail: sekretariat@otyń.pl z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia 27 kwietnia 2021 r.

Jednocześnie na podstawie art. 39, w związku z art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2021 r. poz. 247) **z a w i a d a m i a m**, o możliwości zapoznania się, w ramach przeprowadzanej strategicznej oceny oddziaływania

na środowisko, w czasie wyłożenia do publicznego wglądu, z projektem zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miejscowości Otyń wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, z dokonanymi opiniami i uzgodnieniami w siedzibie Urzędu Miejskiego w Otyniu, w godz. od 8⁰⁰ do 14⁰⁰. Zainteresowani, w dniach od 23 marca 2021 r. do 27 kwietnia 2021 r., mogą składać uwagi i wnioski do ww. dokumentu, do Burmistrza Otyń, w formie pisemnej, ustnie do protokołu oraz za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, na adres: sekretariat@otyń.pl, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy.

Właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Burmistrz Otyń. **Na wejście do urzędu należy umówić się telefonicznie pod numerem 68 355 94 03.**

Informacje związane z przetwarzaniem danych osobowych uzyskanych w toku prowadzenia procedur dotyczących sporządzania aktów planistycznych. Administratorem danych osobowych przetwarzanych w wyniku uzyskania ich w toku prowadzenia procedur dotyczących sporządzania aktów planistycznych jest Burmistrz Otyń. Szczegółowe informacje dotyczące ochrony danych osobowych są dostępne w Biuletynie Informacji Publicznej oraz w Urzędzie Miejskim w Otyniu.

**Burmistrz Otyń
Barbara Wróblewska**

W drugim meczu wróciła siła Astry! Stan gry – 1:1

Wystartowały długo wyczekiwane play-offy Astra Nowa Sól - Sobieski Żagań. Pierwsze starcie należało do rywala, w drugim nowosolanie odwrócili wynik. Wracamy na własny parkiet z rezultatem 1:1. Gramy do trzech wygranych

W tym roku ponownie przyszło nam się zmierzyć w play-offach z Sobieskim Żaganiem. Przez ostatnie lata eliminowaliśmy sąsiada zza miedzy i to my szliśmy walczyć dalej. W tym roku Sobieski był o oczko wyżej w tabeli i zapowiadał, że nie pozwoli odebrać sobie awansu do dalszych gier. Przypomnijmy, że w play-offach awansuje ta drużyna, która wygra trzy spotkania.

W pierwszym meczu w Żaganiu, w sobotę, w podstawowym składzie wyszli na boisko: Piotr Trzeciak, Marcin Brzeziński, Paweł Skibicki, Alan Goltz, Mateusz Nowowski, Artur Stawnikowski i Bartosz Odwarzny.

Pierwszego seta Astra zaczęła pewnie, objęła prowadzenie 7:4. Sobieski nas jednak dogonił i przejął inicjatywę. Resztę seta siatkarze z Żagania prowadzili cały czas, byli lepsi o jeden-dwa punkty i tak dojechali do końca wygrywając 25:21.

Drugiego seta nowosolanie zaczęli z większą energią. Początkowo wprawdzie prowadził Żagań 11:8, ale Astra przyspieszyła i przejęła inicjatywę na 15:13. Duża w tym zasługa Pawła Skibickiego, który zaatakował dobrą zagrywką. Choć Sobieski wyrównał na 18:18, to do końca Astra nie pozwoliła odebrać sobie zwycięstwa wygrywając 28:26.

W trzecim secie Astra odpuściła i oddała pole rywalowi. Nowosolanom gra się nie kleiła i nie podnieśli się już do końca seta przegrywając 16:25.

W czwartym jeszcze wszystko mogło się wydarzyć, niestety nie



W niedzielę Astra dostarczyła nam dużo radości

wyglądał on lepiej niż trzeci. Astrze trudno było wykrzesać w sobie siłę mentalną do pokonania rywala. Czwartego seta Koliberki zakończyły przegraną 18:25. Tym samym cały mecz przegraliśmy 1:3.

- Wygraliśmy jednego seta, ale trzeba przyznać, że gra była na styku. W końcówce przycisnęliśmy, co dało zwycięstwo. Szkoda pierwszego seta, bo też szedł równo i był do wygrania, niestety nie skończyliśmy kontry. W sobotę zdecydowanie zbyt wielu kontr nie kończyliśmy. Zagraliśmy zbyt miękko, mało agresywnie w polu zagrywki. Zbyt łatwo oddaliśmy sety. Trzeci został położony, a w czwartym doszliśmy rywalowi na 15:15 i znowu stanęliśmy w polu zagrywki. Nie graliśmy swojej mocnej siatkówki, na tym poziomie to niedopuszczalne – komentował sobotnie spotkanie trener Wiktor Zasowski.

Zdaniem trenera największym problemem nasi siatkarze mają w głowie, bo fizycznie czują się doskonale i są bardzo mocni. - Wiem, jak to może być, gdy przy stresie przyjęcie ucieka. Wtedy jest nieprecyzyjne rozegranie. Z drugiej strony zawodnicy Astry to bardzo doświadczeni siatkarze, którzy wielokrotnie grali takie spotkania. Wierzę w chłopaków, bo wiem, ile potrafią – podkreśla trener Zasowski.

Rewanż

W niedzielę o tej samej porze na żagańskim parkiecie wystartowało drugie starcie w ramach play-offów. Nowosolscy kibice z duszą na ramieniu usiedli przed ekranami komputerów, telewizorów i komórek. Wciąż mają żywo w pamięci ubiegłoroczne, pełne emocji spotkanie, podczas którego w ki-

bicowaniu wspierali nas kibice Chrobrego Głogów. Tym razem nowosolanie chcieli pokazać, że choć pandemia uniemożliwia wsparcie drużyny w hali, to kibice cały czas są z nimi.

Po zawodnikach Astry widać było, że wychodzą na boisko zmotywowani. Pierwszy set należał do nowosolan 25:21. W mediach społecznościowych reakcje kibiców były entuzjastyczne.

W drugim starciu zawodnicy z Nowej Soli znowu stanęli. Gra się nie kleiła, Sobieski dominował i doprowadził do wyniku 25:18. W zawodników z Żagania wstąpiła pewność siebie. W kibiców z Nowej Soli – zwątpienie, czy siatkarze się podniosą.

Koliberki nie spuściły głowy, rozpoczęła się walka o zwycięstwo. Nasi siatkarze pokazali klasę doprowadzając do wyniku 27:25.

Trzeci set rozstrzygnął się na naszą korzyść 27:25. A w czwartym byliśmy nie do zatrzymania, wygraliśmy 25:19.

Nowosolska radość z wygranego meczu odbijała się od ścian żagańskiej hali. Astra zakończyła play-offy na wyjeździe z wynikiem 1:1.

Najlepszym zawodnikiem niedzielnej spotkania został nasz atakujący Piotr Trzeciak.

- Jesteśmy w zdecydowanie lepszych nastrojach niż w sobotę. Po sobocie szukałem w sobie wiary w naszą wygraną w niedzielę. W sobotę mieliśmy bolączki, główną był brak lidera na boisku. W niedzielę Piotrek Trzeciak wrócił do swojej doskonałej dyspozycji. Drugi mecz

zagraliśmy poprawnie, co pozwoliło już wypunktować zespół z Żagania. Wykorzystaliśmy swoją szansę i pokazaliśmy konsekwentną grę, skutecznie ryzykowaliśmy na zagrywce. Robiliśmy wszystko, żeby wrócić ze zwycięstwem do Nowej Soli. To pierwsza porażka Żagania na własnym boisku w tym sezonie. Teraz gramy w Nowej Soli, a nam u siebie gra się dobrze – zapowiada Przemysław Jeton, prezes Astry.

Trener Zasowski zaznacza, że w drugim secie niedzielnej spotkania mogło się wkręcić zdenerwowanie. - W kolejnych setach wszystko nam już wychodziło. Rywal popełniał więcej błędów. Pokazaliśmy też naszą wielką dyspozycję fizyczną. Jesteśmy zespołem z pewnością silnym i długie mecze nie są w stanie nas zmęczyć – mówi trener Zasowski.

- Obudziliśmy się i z wielką wiarą podeszliśmy do spotkania. Pozytywnie nakręciliśmy się na boisku. Nie zrażały nas żadne chwilowe punktowe przewagi rywala. Wiedzieliśmy, że każdego seta – niezależnie od wyniku na początku – możemy odwrócić na swoją korzyść i tak się działo – stwierdza rozgrywający Mateusz Ruciński.

Czas na mecze u nas!

To jednak nie koniec. W najbliższą sobotę zostanie rozegrany trzeci mecz z Żaganiem, tym razem w hali przy ul. Botanicznej. W niedzielę kolejne starcie – również w Nowej Soli.

Monika Owczarek

Sponsorzy strategiczni



Sponsorzy wiodący



Sponsorzy



Partnerzy



Mistrzostwa Polski: Maciej Koszela z brązem!

Nowosolski biegacz stanął na najniższym stopniu podium lekkoatletycznych mistrzostw Polski masters. To nie jest pierwszy medal Macieja Koszela na imprezie tej rangi

30. już w historii mistrzostwa Polski masters w hali odbyły się w Toruniu w ubiegły weekend.

Maciej Koszela z Aresa Nowa Sól wystartował na 60 metrów w kategorii wiekowej M40.

„Obiecuję jedno: podczas mojego biegu zdążysz podejść do domofonu i jak wrócisz – będzie koniec” – żartował w internecie dzień przed startem. I jednocześnie prosił, by trzymać za niego kciuki.

Z tego, co wiemy, wielu przyjaciół rzeczywiście mocno je trzymało i to dało superefekt! Maciej Koszela zdobył brązo-

wy medal z czasem 7.51. Srebro wywalczył na bieżni Adrian Olszewski z Piasta Głogów, wykręcił 7.36. Najlepszy okazał się poznanianin Marcin Marcinkowski – czas 7.35, o włos lepszy od Olszewskiego.

Dla Koszela to nie jest pierwszy medal na turnieju mistrzowskim mastersów. Od kilku lat pasjonujemy się startami nowosolskiego sprintera na tych imprezach. Rok temu, w lutym, zdobył złoto w hali na 60 m. Z kolei w wakacje zawiesił na szyi złoty medal MP masters w trójbójku sprinterskim. Dla

młodszych kolegów z Aresa jest wzorem – pisaliśmy w uzasadnieniu jego nominacji w 3. Plebiscycie „Tygodnika KRAK” Najpopularniejsi Sportowcy Powiatu Nowosolskiego.

- Nie udało się tym razem zdobyć złota, ale jestem zadowolony – ocenia swój start Maciej Koszela. - Start mam jak torpeda, a nad resztą będę jeszcze nadal pracował – uśmiecha się.

W następnym numerze „TK” opublikujemy wywiad z brązowym medalistą MP. Gratulujemy, Maciek!

Mateusz Pojnar



Maciej Koszela od lat daje nam radość na MP mastersów

Niedosyt Czarnych Rudno

Czarni mogli z Klenicą sięgnąć po pełną pulę, ostatecznie skończyło się podziałem punktów. - I w jednym, i w drugim zespole był widoczny brak ogrania – oceniał na gorąco po meczu Mariusz Wawrów, trener Czarnych. Jak wiodło się w weekend naszym innym drużynom? Teraz czeka nas co najmniej dwutygodniowa przerwa od piłki



Mimo że Czarni grali z wyżej notowanym rywalem, mogli pokusić się o wygraną

Czarni Rudno – Odra Klenica 2:2 (1:1)

Bramki: Mateusz Sobczak 15', Boruszewski 75'

Czarni: Szatkowski – J. Korotyński (ż) (66' Szczodrak), Kasper, Stochniał (61' Świeczkowski), M. Sobczak, R. Sobczak, Boruszewski (ż), Ozgowicz (ż), Aleksandrowicz (ż), G. Korotyński (31' Zięba), Kubaśzewski (ż)

Czarni chcieli dobrze wejść w rundę wiosenną i rzeczywiście to oni objęli prowadzenie w 15. minucie za sprawą bramki Mateusza Sobczaka. Tym prowadzeniem cieszyli się dokładnie

24 minuty, bo w 39. na 1:1 trafił Kamil Naskręt.

Nastroje były gorsze w 60. minucie, kiedy na 2:1 dla gości strzelił Jakub Chalecki. Piłkarze z Rudna pokazali jednak charakter, bo zdołali wyrównać dzięki bramce Jakuba Boruszewskiego kwadrans przed końcem. Więcej goli nie padło.

- Mogliśmy ugrać coś więcej w tym meczu, bo tak naprawdę po pierwszej połowie powinniśmy wygrywać 3:0 – mówi Mariusz Wawrów, trener Czarnych. - Widać, że jeszcze chłopaki nie są w konkretnym rytmie. To w końcu pierwszy mecz w rundzie, sparingów było mało, do

tego wielu zawodników na treningach nie mieliśmy. I w jednym, i w drugim zespole był widoczny brak ogrania.

Szkoleniowiec Czarnych zaznacza, że jego zespół trenował zimą na orliku i brakowało czucia piłki na dużym, naturalnym boisku.

Trener Wawrów podkreśla też, że naczelnym celem Czarnych jest utrzymanie w klasie A: - Po drugie – nauczanie chłopaków lepszej gry w piłkę, bo momentami mamy na boisku chaos. Jak zawodnicy będą się angażowali w treningi, to myślę, że z czasem

będzie to szło w dobrym kierunku.

Na pewno największym osłabieniem drużyny z Rudna jest odejście do Arki Marcina Korotyńskiego [wywiad z „Małą” na str. 23]. - Z grania w piłkę zrezygnował też Dawid Pluta – mówi Mariusz Wawrów. - Wzmocnień nie było. Gramy tymi samymi zawodnikami co w rundzie jesiennej.

Teraz garść informacji o innych weekendowych meczach. W klasie A Lubięcin wygrał z Modrzycą aż 8:1 i to był show Piaskowskich – Piotr i Kacper strzelili po cztery gole. Honorowo dla Modrzewia trafił Daniel Frąckowiak.

Po dwóch bramkach Mateusza Mojaka Czircardz pokonał w Nowym Miasteczku MKS 2:0.

Z kolei Wierzbica uległa u siebie Szlichtyngowej 2:6, gole Guziora i Tsysa.

21. kolejka IV ligi:

Stal – Żagań 0:1
Skwierzyna – Meprozet 2:2
Świebodzin – Lechia II 1:1
Ślubice – Korona 1:1
Spójnia – Dąb 2:1
Iłowa – Stilon 1:3
Iłanka – Carina 0:1
Witnica – Syrena 2:5
Nietków – Arka 5:0

1. Carina	20	49
2. Dąb	20	43
3. Iłanka	20	42
4. Nietków	20	37
5. Ślubice	20	37
6. Stilon	20	36
7. Witnica	20	34
8. Spójnia	20	32
9. Arka	20	27
10. Korona	20	26
11. Lechia II	20	23
12. Żagań	20	23
13. Syrena	20	22
14. Iłowa	20	22
15. Świebodzin	20	22
16. Meprozet	20	21
17. Tęcza	19	12
18. Skwierzyna	20	12
19. Stal	19	6

14. kolejka klasy A:

Siedlnica – Łężyca 1:3
Lubięcin – Modrzycza 8:1
Wierzbica – Szlichtyngowa 2:6
Kargowa – Trzebiechów 0:1
Dąb II – Wschowa przeł.
MKS – Czircardz 0:2

1. Wschowa	13	29
2. Łężyca	14	27
3. MKS	14	24
4. Trzebiechów	14	23
5. Klenica	14	22
6. Szlichtyngowa	14	22
7. Kargowa	14	20
8. Siedlnica	14	19
9. Dąb II	13	18
10. Lubięcin	14	18
11. Rudno	14	17
12. Czircardz	14	17
13. Modrzycza	14	17
14. Wierzbica	14	3

15. kolejka klasy B:

Amator – Topola 2:3
Lubięcin II – Kielcz 3:0 (wo)
MKS II – Pogoń II 2:3

1. Topola	13	28
2. Pogoń II	13	27
3. Lubięcin II	13	23
4. MKS II	13	18
5. Amator	13	15
6. Zorza	12	13
7. Kielcz	13	8

Mateusz Pojnar

Półmaraton Solan odwołany!

„Kiedy rok temu odwoływaliśmy Półmaraton Solan, byliśmy niemal pewni, że w tym roku spotkamy się w Nowej Soli na kolejnej edycji naszego biegu. Niestety, ubiegłorocznego koszmaru nadal nie udało się pokonać” – napisało w poniedziałek szefostwo nowosolskiego MO-SiR. Organizatorzy podjęli decyzję o przeniesieniu 37. Półmaratonu Solan na rok 2022. „To trudna decyzja, ale przebieg pandemii i wprowadzane ograniczenia nie pozwalają w żaden sposób podjąć realnych działań organizacyjnych, a prawdopodobieństwo przeprowadzenia tak dużej imprezy wygląda bardzo mgliście” – czytamy w komunikacie. (red)

Brawo, Agata! Sukces judoczki Olimpu

Pomarańczowa Agata Pałka z brązem pucharu Polski seniorów! Dla utalentowanej zawodniczki to pierwszy krążek w tej kategorii wiekowej. - Brązowy medal w starszej grupie uważam za przyzwoity wynik – uśmiecha się nasza zawodniczka

Kibice Olimpu Nowa Sól liczyli, że z pucharu Polski seniorów i juniorów młodszych w Piasecznie nasi wrócą z jakąś zdobyczą.

- Do Piaseczna miała pojechać większa ekipa, ale sesja na studiach, sprawy zawodowe i złe samopoczucie wykluczyło ze startu Kubę Kubickiego, Amadeusza Lewandowicza, Zuzię Pietrzak i Matyldę Wijatkowską – tłumaczy Dariusz Giedziun, trener Pomarańczowych.

W seniorkach wystartowała Agata Pałka. Kategoria: 70 kg. W juniorach młodszych na macie stanęli Hubert Ratajczak (55 kg) i Wojciech Krawczyk (60 kg).

Do tej pory Agata w seniorkach medalu nie miała. Dla Olimpu pierwszy w historii krążek w tej

kategorii wywalczyła w 2019 r. Patrycja Szota – w pucharze Polski zdobyła wtedy złoto. - 2020 – mimo wysokich wyników – był rokiem z małą ilością startów – przyznaje trener Giedziun. - Występy na głównych imprezach były jedynymi i priorytetowymi.

Dla Agaty Pałki start w PP w Piasecznie był kolejnym sprawdzianem w cyklu przygotowań. I wypadł bardzo dobrze! - Szkoda pierwszej walki, która była przepustką do pojedynku o wejście do finału. Agata dostała kontrę i tę walkę przegrała. Ale w kolejnych była już górą i zawiesiła na szyi brązowy medal, umacniając swoją pozycję wśród senierek – mówi z dumą Dariusz Giedziun.

- Brązowy medal w starszej gru-

pie wiekowej uważam za przyzwoity wynik – podkreśla Agata Pałka. - Teraz przygotowania do mistrzostw Polski junierek.

Agata, wielkie gratulacje!

Hubert Ratajczak przegrał pierwszą walkę, a w drugiej uległ zawodnikowi z warszawskich Lemurów. Olimp czekał na kolejną wygraną Lemura, która pozwoliłaby wejść do repasażów. Ale ów Lemur przegrał i Hubert zakończył walki na eliminacjach.

Wojciech Krawczyk miał bardzo trudne losowanie. Zakończył eliminację na pierwszej walce.

- Przed nami kolejne starty, na pucharze analizowaliśmy swoje walki. Wiemy, nad czym pracować – puentuje Giedziun.

Mateusz Pojnar



Trener Giedziun pęka z dumy, bo medal Agaty Pałki jest drugim w historii Olimpu na poziomie seniorskim

Okręgówka: Wysoka porażka Gieksy, szalony mecz Odry

Dwa zwycięstwa, dwie porażki – to bilans naszych drużyn w pierwszej wiosennej kolejce. Cieszą się w Przyborowie i Bytomiu Odrzańskim, po weekendzie gorsze nastroje są w Siedlisku i Konotopie



Porażka w Żarach była wpisana w rachunek zysków i strat GKS Siedlisko. Teraz nasi muszą punktować, by się utrzymać (fot. Tomasz Chmielewski/promienzary.com)

Porażka w Żarach była w zasadzie już przed meczem wpisana w rachunek zysków i strat GKS Siedlisko. Podopieczni trenera Bogumiła Potażnika przegrali z Promieniem, liderem, 7:1. Na 2:1 bramkę dla nas zdobył Grzegorz Romański, ale póź-

niej strzelali już tylko gospodarze. Gieksa wiosną musi mocno punktować, żeby utrzymać się w okręgówce.

Porażkę u siebie z mocną Łęknica poniósł również Miesko Konotop. Przegraliśmy 0:1. „Mimo porażki możemy być za-

dowoleni z postawy naszej drużyny i jeśli będziemy tak grać w następnych meczach (o ile do nich dojdzie), to możemy być spokojni o wyniki” – napisali na Facebooku piłkarze z Konotopu.

Wielki powrót zaliczyła Odra Bytom Odrzański! Bytomianie

w Górzynie trzykrotnie przegrywali, ale mieli niesamowitą końcówkę. W 90. minucie na 3:3 trafił Daniel Wołkowski, a w doliczonym czasie gry gospodarzy dobił Tomasz Wróbel. Wcześniej trafiali Maciej Konsewicz i Karol Łyczko (samobójcza). Oderka określiła ten tryumf „zwycięstwem charakteru”. „To bardzo ważne punkty na bardzo trudnym terenie. Idealne wejście w rundę” – podkreślili nasi piłkarze.

Pogoń Przybórow nie bez problemów pokonała u siebie Chynowiankę Zielona Góra 2:0. Wynik otworzył dopiero w 76. minucie Marcel Napieralski. W 87. zielonogórzan dobił Konrad Gabiga. „Zwycięstwo dedykujemy tym naszym ludziom, którzy przedwcześnie i nieoczekiwanie odeszli do wieczności. Pamiętamy” – napisali Pogoniści na FB.

Mateusz Pojnar

18. kolejka klasy okręgowej:

Lubsko – Grabik 6:0
Promień – Siedlisko 7:1
Alfa – Szprotawa 1:1
Delta – Sulechów 6:1
Racula – Czerwieńsk 0:4
Kunice – Ochla 1:2
Pogoń – Chynowianka 2:0
Górzyn – Odra 3:4
Miesko – Łęknica 0:1

1. Promień	18	43
2. Lubsko	18	42
3. Łęknica	18	42
4. Ochla	18	42
5. Pogoń	18	37
6. Czerwieńsk	18	35
7. Kunice	18	32
8. Szprotawa	18	31
9. Górzyn	18	28
10. Odra	18	27
11. Alfa	18	22
12. Chynowianka	18	18
13. Miesko	18	15
14. Racula	18	11
15. Grabik	18	10
16. Sulechów	18	9
17. Siedlisko	18	9
18. Delta	18	9

Pierwszy start Astry w tym roku

Zakończył się sukcesem, bo na podium stanęły dziewczyny

W minioną sobotę zawodnicy nowosolskiej Astry wzięli udział w mistrzostwach Dolnego Śląska w biegach przełajowych w Olszynie. To tradycyjny sposób biegaczy na powitanie wiosny.

Bieg był podzielony na kategorie open dla dorosłych i dzieci. Dziewczyny biegiły 3 km, a męz-

czyźni – 5 km. Najmłodsi wzięli udział w zmaganiach na trasie 2 km.

Nowosolanki całkowicie oparowały podium. W biegu na 3 km pierwsza była Sandra Nowak, druga Martyna Korwel, trzecia Zofia Chorostkowska. W biegu na 5 km drugie miejsce zajął Jakub Wawrzykowski, a szósty na metę dotarł Kacper Kubiak. W biegach młodszych zawodników na 2 km szósta do-

biegła Jagoda Wawrzykowska.

- Nasi zawodnicy mają za sobą pierwszy start po zimowym obozie treningowym. Zawody były dla nas bardzo udane. Warunki pogodowe trudne, ale daliśmy sobie radę – chwali zawodników trener Ryszard Biesiada.

Kolejna konfrontacja z innymi biegaczami ma się odbyć 27 marca w Żaganiu podczas tradycyjnego crossu.

(nika)



Piękny to widok! Trzy nowosolanki na podium

Damianowi ręka nie zadrżała!

- Liczy się charakter, walka i to, żeby pomóc szczęściu – mówi po meczu ze Spartakusem Alan Raczkowiak, trener Trójki. Nowosolanie ograli gospodarzy, a teraz czekają na sobotni mecz z Legnicą. - Będą decydowały detale – podkreśla Raczkowiak

Spartakus Buk - Trójka Nowa Sól 30:31 (16:14)

Trójka: Rapiejko, Ostrowski, Florczak, Kokot (2 bramki), Stelmasik (1), Bortnowski, Uchal (4), Orliński (4), Kowalski (4), Jaskółka, Raczkowiak (2), Sz. Lisiewicz (3), Kwiatkowski (2), Ceglarz, Hajnysz (9), Karp

Laik, który spojrzały na tabelę, stwierdziły, że mecz Trójki z Bukiem przebiegnie nam szybko, łatwo i przyjemnie. Ale nowosolanie wiedzieli, że wcale nie będzie łatwo, mimo że beniaminek jest dopiero na 10. miejscu w tabeli. - Trzeba pamiętać, że druga runda rozgrywek jest nowym otwarciem – zwraca uwagę Alan Raczkowiak, trener Trójki. I rzeczywiście Buk w rundzie rewanżowej wygląda dużo lepiej – i sportowo, i po prostu wynikowo. - Obyli się w II lidze. Po drugie wiedzieliśmy, że to podobny zespół do naszego pod względem charakteru i woli walki – podkreśla Raczkowiak.

Trenera Trójki cieszą powroty Patryka Bortnowskiego i Jakuba Florczaka, którzy w sobotę po dłuższej przerwie pojawili się już na boisku. Teraz będą pracować nad tym, by wrócić



Nowosolanie pokazali w sobotę to, z czego słyną w II lidze – wolę walki

do pełni formy.

Początek meczu należał do nas, nowosolanie wyszli na prowadzenie 3:0. - Później szybki pokrzyżowały nam trochę dwie kary Marcina Hajnysza, który jest filarem naszej obrony, tym bardziej że nie mieliśmy w tym meczu do dyspozycji Jarka Paszkiewicza – mówi Alan Raczkowiak. - Od 20. minuty zaczęliśmy popełniać proste błędy, które Buk wykorzystał. Mieliśmy okres przestoju

w ataku pozycyjnym.

Do przerwy Spartakus wygrywał 16:14.

Na początku drugiej połowy byliśmy nieskuteczni w ofensywie, w 39. minucie przegrywaliliśmy 22:17.

I wtedy nasi pokazali to, z czego słyną. Charakter!

Zaczęliśmy gonić. W 52. minucie zrobiło się 27:27. - Za ten fragment meczu czapki z głów dla chłopaków – uśmiecha się trener Trójki. Nasz zespół zaczął

dobrze wyprowadzać kontrataki, z przodu grać bardziej kombinacyjnie, a jednocześnie solidniej w obronie. - Cieszę się, że w samej końcówce zachowaliśmy zimną krew – podkreśla Alan Raczkowiak. - Wytrzymaliśmy stres. Trzeba też pochwalić Damiana Uchala, który rzucił ważne bramki ze skrzydła. Szacunek dla niego, że ręka mu nie zadrżała. Musimy zrobić dużą

nasza liga się wyrównała i tak naprawdę wszędzie może być ciężko. Liczy się charakter, walka i to, żeby pomóc szczęściu.

W sobotę o godz. 15.00 w hali przy ul. Botanicznej Trójka zagra z Legnicą i ten mecz odbędzie się normalnie. - Spodziewam się mocnego, fizycznego starcia. Będą decydowały detale. Plusem dla nas jest to, że gramy u siebie – ocenia trener Trójki Nowa Sól.

Mateusz Pojnar

19. kolejka II ligi:

Brzeg – Komprachcice 27:27 <6:5>
Środa Wlkp. – Wolsztyn 33:28
Legnica – Dzierżonów przeł.
Kościan – Oborniki 29:28
Oleśnica – Świdnica 29:27

1. Kościan	16	45
2. Świebodzin	16	44
3. Świdnica	17	39
4. Legnica	17	37
5. Nowa Sól	16	34
6. Oborniki	16	27
7. Wolsztyn	18	25
8. Środa Wlkp.	18	21
9. Brzeg	18	17
10. Buk	18	16
11. Komprachcice	16	10
12. Oleśnica	17	10
13. Dzierżonów	17	5

Wyższe wtajemniczenie

Załoga trenera Tomasza Makowskiego zdała egzaminy na wyższe stopnie uczniowskie i dostała certyfikaty Polskiego Związku Kickboxingu



Już w tym tygodniu Maku Gym chce pojechać do Poznania na ligę kickboxingu. 12 młodych podopiecznych trenera Makowskiego może się teraz pochwalić wyższymi stopniami uczniowskimi

- Stopnie zaawansowania w naszej dyscyplinie sportowej można porównać do pasów w karate – tłumaczy nam Tomasz Makowski, trener Maku Gym. - Wyższe stop-

nie są wymagane wtedy, gdy np. zawodnik chce startować w K-1.

Żeby zdać na konkretny stopień, są pewne zasady i wymagania. Zawodnik musi przejść chociażby

sparing pod okiem egzaminatora.

Od ubiegłego tygodnia wyższymi stopniami uczniowskimi mogą pochwalić się: Karol Kąkol, Nadia Petejko, Zuzanna Topór, Patrycja

Wiśniewska, Oliwia Głodek, Igor Gwiazda, Adrian Tomala, Brajan Sanojca, Patryk Szaub, Mateusz Szarubko, Jakub Kiesiak i Michał Gołębiowski.

„Maku” dodaje, że jego zawodnicy już w tym tygodniu będą chcieli powalczyć na lidze kickboxingu w Poznaniu. Trzymamy kciuki!

(matp)

Marcin Korotyszewski:

Od ponad 20 lat miałem w Arce czyste konto

Po wielu latach do bramki Arki Nowa Sól wrócił jej wychowanek Marcin Korotyszewski. - Pytasz o formę? Nie pamiętam, kiedy byłem w lepszej – uśmiecha się „Mala”. - Nie przyszedłem tu przegrywać – dodaje

Mateusz Pojnar: Dlaczego zdecydowałeś się na powrót do Arki? Ile lat minęło od momentu, kiedy odszedłeś z klubu?

Marcin Korotyszewski: Nie wiem do końca, dlaczego zdecydowałem się wrócić. Pomijając namowy ze strony trenera Sobczaka, Arka Gallewicz i Mariusza Ekierta, to chyba chciałem sprawdzić, czy dam radę jeszcze dobrze pobrać w IV lidze przed czterdziestką.

To była trudna decyzja, bo odszedłem z Czarnych Rudno – chłopaki naprawdę liczyli, że zostaną i pomogą im w nadchodzącej rundzie. Czuję, że trochę ich oszukałem.

Ile minęło lat od mojego odejścia z Arki? Szczerze mówiąc, nawet nie pamiętam. Chyba to był rok 1998, może 1999. Łatwo policzyć, że od co najmniej 22 lat miałem w Arce czyste konto [uśmiech].

Jak zapamiętałeś ten twój wcześniejszy pobyt w Arce?

W zasadzie pierwszy raz wróciłem do klubu, jak robiliśmy awans do IV ligi. Wtedy także po namowach trenera Sobczaka zostałem pomocnikiem w treningach, ale teraz wracam i chcę powalczyć o granie. A jak wywalczę plac, to już nie odpuszczę.

Całe wyszkolenie techniczne, które prezentuję, nabyłem w Arce do momentu kontuzji. Na tym zbudowałem swoją dalszą przygodę z piłką. Jako młody zawodnik trenowałem bardzo

ciężko. Treningi bramkarskie z trenerem Petejką czy ze Zbyskiem Pawem pozwoliły mi nawet zadebiutować w bramce jako niespełna 17-latek w starej III lidze.

Niestety, z Arką wiązą się też niemiłe wspomnienia. Po tym, jak zerwałem więzadła, kierownik pierwszego zespołu, którego nie warto wymieniać z imienia i nazwiska, zapytał mnie, kiedy oddam klubowy dres, bo w piłkę to już grać nie będę.

Dlatego bliskie osoby odradzały mi powrót do Arki, ale wychodzę z założenia, że klub to ludzie, którzy go tworzą, a teraz tworzą go zupełnie inni. Dlatego tu jestem.

Jak przyjęli cię koledzy z szatni?

Naprawdę super. A nowy trener jak dla mnie bomba.

Przypomnij, gdzie grałeś przez te wszystkie lata.

Najdłużej w Hutniku Szczecin i Sprotavii Szprotawa – to były naprawdę dobre lata. W Hutniku przyjęli mnie po kontuzji, spędziłem tam dobre chwile. W tzw. międzyczasie wygrałem z drużyną tamtejszej politechniki mistrzostwo Polski technicznych szkół wyższych.

Później grałem w Czarnych Rudno, gdzie nawet awansowałem na trenera – również dobry czas. Następnie wspomniana Szprotawa, jak się domyślasz, za namową trenera Sobczaka – kilka lat i epizod w III lidze.

Potem wróciłem do Arki i pomagałem w treningach, awanso-



Marcin Korotyszewski: - Będę motywował zespół tak mocno, jak umiem. A jaki to da rezultat, dowiemy się na koniec sezonu

waliśmy do IV ligi, a później jedna z najlepiej wspomnianych przeze mnie rund w Rudnie w gronie naprawdę fajnych ludzi. I znowu powrót do Arki do IV ligi.

Jak oceniasz swoją formę? Odczuwasz upływ lat czy nadal czujesz się rześki i młody?

Pytasz o formę? Nie pamiętam, kiedy byłem w lepszej [uśmiech]. A to za sprawą planu treningowego, jaki zafundowali mi w Czar-

nych Rudno. Styczeń przetrenowaliśmy i biegowo, i siłowo – w pełni profesjonalnie.

Niby rocznikowo jestem blisko czterdziestki, ale mam jeszcze prawie dwa lata. Czuję się wyśmienicie.

Jak oceniasz wasz start i pierwszy mecz z Tęczą [rozmawiamy w piątek, jeszcze przed wyjazdem Arki do Nietkowa na drugi

mecz wiosną – red.]?

Wydaje mi się, że spełniliśmy oczekiwania bukmacherów, bo podobno na nas był kurs zaledwie 1,17, a na Krosno – coś ponad 5 [śmiech]. A tak serio fajnie to wyglądało: doświadczenie i solidność w defensywie, a z przodu młodość. Tęcza za bardzo nie miała argumentów, zaszalała u nas młodzież.

Na co twoim zdaniem stać Arkę w rundzie wiosennej?

Trudno mi to ocenić, bo nie grałem w IV lidze jesienią i nie znam jeszcze dostatecznie innych drużyn. Zagramy pewnie na sto procent możliwości i zobaczymy, na co to wystarczy.

Wiem jedno: nie przyszedłem tu przegrywać. Będę motywował zespół tak mocno, jak umiem. A jaki to da rezultat, dowiemy się na koniec sezonu – pewnie przez pandemię jakoś na początku października [śmiech].

Zadeklarujesz, że „Mala” na stadionie w Nowej Soli będzie znowu zadziwiał paradami jak przed laty?

Jak ktoś podrzuci taki strzał, który nie będzie leciał za wysoko i dam radę doskoczyć, to na pewno przy lądowaniu zrobię kilka obrotów pod publikę dla fotoreporterów – oczywiście musisz być czujny z aparatem, bo potrafię to robić naprawdę szybko [śmiech].

To jest właśnie jedna z tych przyjemności, dla których chce mi się jeszcze uprawiać ten sport.



Młodsze Dziki doskonalili formę w Szczecinie

Nie ma lekko...

... trzeba ostro trenować, więc Ippon Kozuchów wziął udział w campach w Szczecinie i Poznaniu!

Przed tym, jak judocy Ipponu pojechali na puchar Polski, byli w Poznaniu i Szczecinie na campach treningowych. - To była praca w sobota – podkreśla Grzegorz Bączykowski, trener zawodników z Kozuchowa.

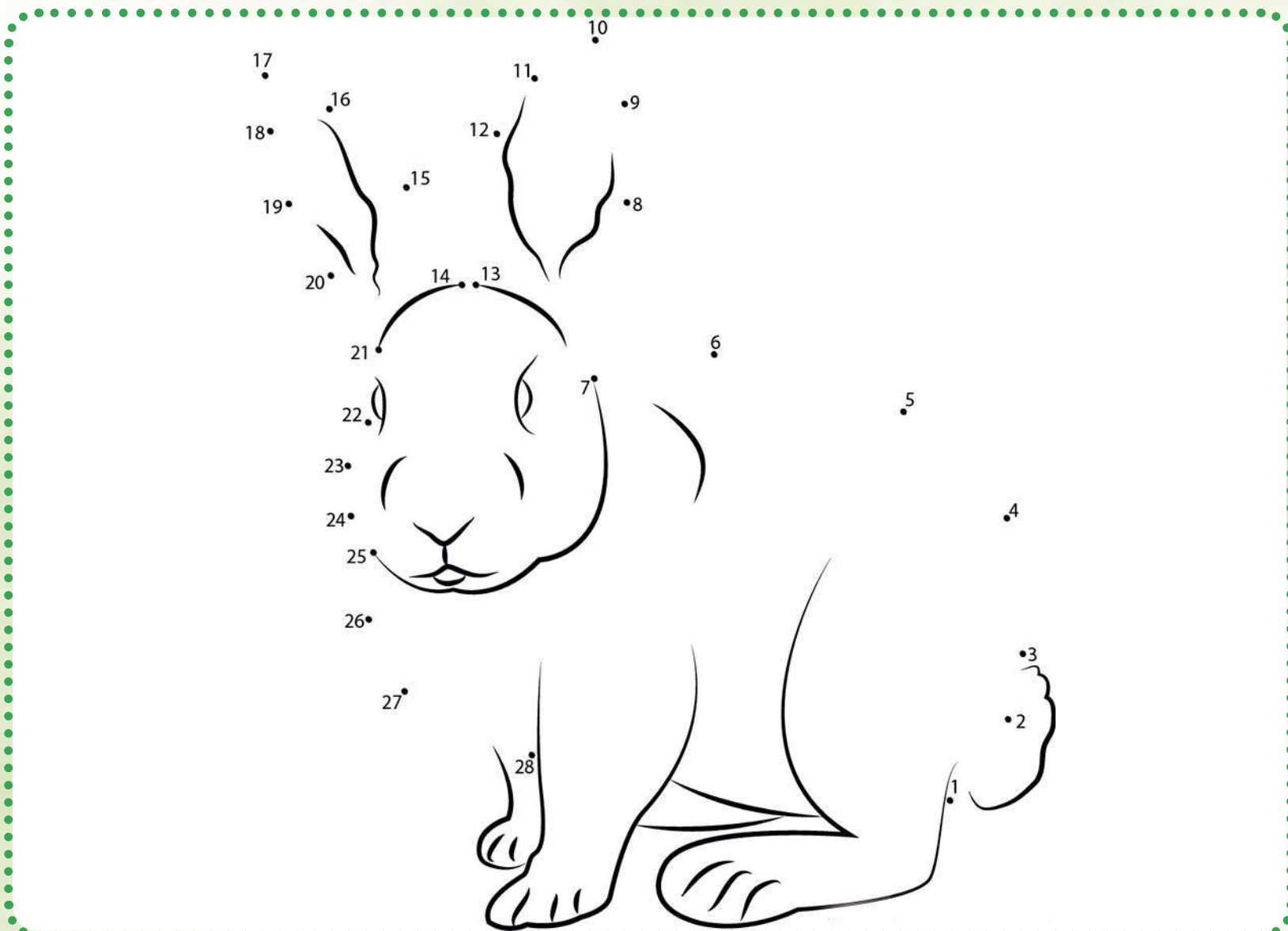
Prawie 20 naszych brało udział w campie zorganizowanym przez UKS Gimnazjum 20 Kłodan Szczecin. Stawiło

się na nim łącznie 150 zawodników z siedmiu klubów. - Dużo mocnych przeciwników we wszystkich grupach wiekowych. To pozwoliło wszystkim uczestnikom stoczyć po 15 dobrych walk – opowiada trener Bączykowski. - W przerwie między treningami zostało przeprowadzone szkolenie z nowych przepisów judo.

Cztery osoby odwiedziły też Poznań, gdzie odbywa się Wielkopolski Camp Judo organizowany przez Akademię Judo i prowadzony przez olimpijczyka Przemysława Matyjaszka. - Nasi najstarsi zawodnicy mieli okazję podszkolić technikę i stoczyć kilkanaście walk sparingowych – mówi Grzegorz Bączykowski.

(red)

POŁĄCZ KROPKI I POKOLORUJ



k=t



l=j



REBUS

NR 11

HASŁO:

Piotruś Pan
Świat klocków LEGO

RABAT
z kuponem

10%

ul. Konstytucji
3 Maja 3

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



ZWYCIĘZCA Z NUMERU 10:

BARBARA MICHALSKA

GRATULUJEMY!

CZAS NA ODEBRANIE NAGRODY:

5 DNI ROBOCZYCH.

PO ODBIÓR MOGĄ ZGŁASZAĆ SIĘ TYLKO OSOBY PEŁNOLETNIE.

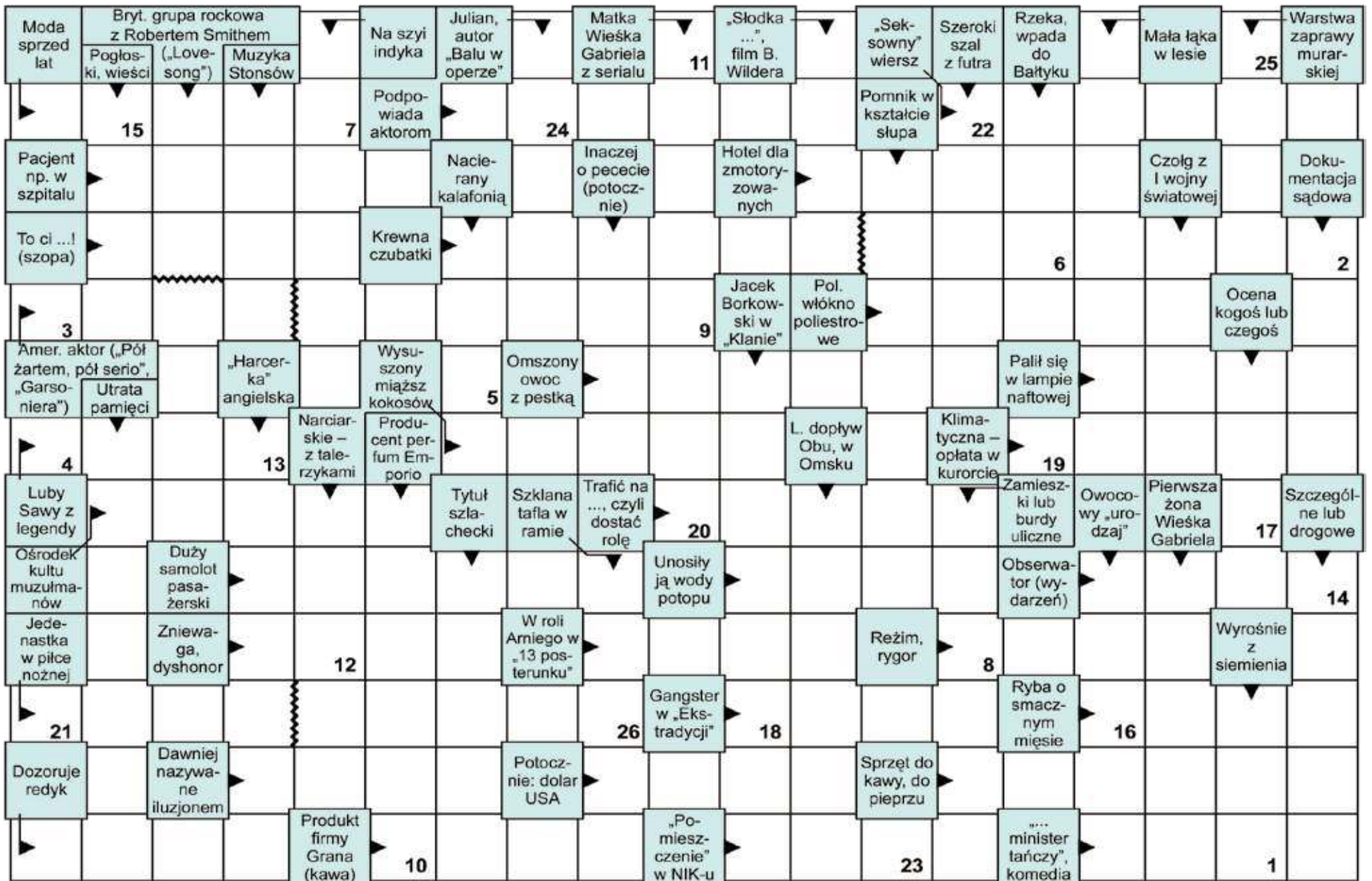
Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdują się na str. 30.

Dane zawarte na wyżej wymienionym zgłoszeniu będą przetwarzane przez 30 dni po wyłonieniu zwycięzcy.

Dane zwycięzców opublikowanych w papierowej formie gazety oraz w formie pdf będą przechowywane bezterminowo.

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na zgłoszeniu zawierającym rozwiązanie rebusu ze strony 24.

Czytelny podpis pełnoletniej:



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą rozwiązanie - przysłowie angielskie.

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

HUMOR

Po wakacjach Jasiu opowiada kolegom:

- Było rewelacyjnie. Jaka prędkość, jakie wrażenia. Jadę na słoniu, patrzę, a za mną pantera, gepardy.
- I co zrobiłeś?
- Nic, karuzela stanęła i zszedłem.

"Retro Catering & Event"

ul. Piłsudskiego 7

e-mail: biuro@restauracja-retro.pl

tel. 68/ 387 04 30, 603 762 681, fax. 68/ 387 31 68



- ⇒ Dania kuchni staropolskiej i europejskiej.
- ⇒ Organizujemy kameralne przyjęcia okazjonalne jak np.: komunie, chrzciny, bankiety, jubileusze, wesela.
- ⇒ Imprezy firmowe i eventy, catering, imprezy plenerowe
- ⇒ Bankiety i konferencje

Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdujących się na str. 30. Dane zawarte na wyżej wymienionym zgłoszeniu będą przetwarzane przez 30 dni po wyłonieniu zwycięzcy.

Dane zwycięzców opublikowane w papierowej formie gazety oraz w formie pdf będą przechowywane bezterminowo.

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na zgłoszeniu zawierającym rozwiązanie krzyżówki ze strony 25.

Czytelny podpis osoby pełnoletniej

Prawidłowe odpowiedzi z naklejonym kuponem należy przynieść w ciągu 4 dni od daty ukazania się numeru (do piątku włącznie) do redakcji: „Tygodnik Kraków”, 67-100 Nowa Sól, ul. Papiernicza 2 B. Piątą poprawną odpowiedź nagrodzimy - decyduje kolejność zgłoszeń. Nagrodę (kupon o wartości 50 zł) ufundowaną przez Restaurację RETRO za rozwiązanie krzyżówki z nr 10 („Wiara i obyczaj jak miody, im starsze, tym słodsze”) otrzymuje: **Tomasz Buszta**. Gratulujemy, po odbiorze nagrody prosimy zgłosić się w ciągu siedmiu dni do redakcji „TK”.

Kupon krzyżówki nr 11

BARAN - ten tydzień będzie dla Ciebie spokojny. Potrzebny będzie Ci wypocinek. Spotkają Cię również sytuacje, w których będziesz musiał podejmować ważne decyzje, to nie będzie łatwe, lecz pamiętaj o rozwadze i ostrożności, a wszystko pójdzie po Twojej myśli.

BYK - w tym tygodniu zajmij się porządkami, odświeżone pomieszczenie, w którym przebywasz, pomoże Ci odświeżyć swoją duszę. Poczujesz się silniejszym i zdobędziesz motywację do działania. Zastanów się nad zmianą diety na zdrowszą, poczuje się lepiej. Rozpocznij nowy projekt, który przyniesie Ci prestiż.

BLIŹNIĘTA - to świetny moment na poznanie nowych osób, zawierając nowe znajomości zyskasz wiele dobrego humoru. Wspaniale się poczujesz, gdy pomożesz komuś, wesprzesz, doda Ci to większej pewności siebie. W miłości zostaniesz doceniony przez drugą połówkę.

RAK - bądź bardziej oszczędny! Musisz uważać na wydatki, gdy wydasz za dużo na przyjemności, poczujesz, że zaczynają się kłopoty finansowe. Musisz cieszyć się z życia! Nie rozmyślać nad problemami w pracy, one niedługo miną. Zastanów się nad spotkaniem z rodziną.

LEW - to idealny tydzień, by zadbać o swoje zdrowie, zastanów się nad relaksem i zabiegami pielęgnacyjnymi. W sprawach finansowych nie będziesz mieć problemów. W tym tygodniu uważaj na relacje z szefem, pamiętaj by się nie sprzeciwiać, w ten sposób unikniesz kłopotów.

PANNA - początek tygodnia będzie dla Ciebie bardzo pracowity, ale spokojnie w weekend odpoczniesz. Wyruszyć w podróż, to będzie sprzyjać Twojemu zdrowiu i poprawi Ci humor. Będziesz w nastroju do flirtu, także to dobry moment na randkę. Twoja druga połówka będzie bardzo zadowolona. Wasze relacje się polepszą.

WAGA - skup się na sprawach zawodowych, zdobędziesz nowe doświadczenia. Optyzm i radość Tobą zawładną, to świetnie, bo dobrym humorem będziesz zarażał innych. W głowie będą Ci siedzieć dobre pomysły, nie bój się ich urzeczywistnić.

SKORPION - będziesz mieć problemy z zaśnięciem. Uspokój się i nie daj się ponieść negatywnym emocjom. Potrzebna będzie Ci cierpliwość i chwila wolnego czasu na refleksję i odpoczynek. Pod koniec tygodnia zyskasz w końcu trochę spokoju, zrelaksujesz się i zapomnisz o problemach.

STRZELEC - będziesz nerwowo, nadwrażliwy a wszystko to spowodowane niewyspaniem. Przez brak snu poczujesz też osłabienie Twojej odporności, uważaj, by nie zachorować. Zadbaj o siebie, odżywiaj się zdrowiej i postaraj się poświęcić więcej czasu na sen. Pomoże Ci też rodzina, która zauważy Twoje problemy i zechce im zaradzić, dla Twojego dobra.

KOZIOROŻEC - to dobry czas na spędzenie czasu z rodziną i przyjaciółmi. Spędzenie czasu w domowych pieleszach pomoże Ci osiągnąć spokój. Warto wybrać się do kina, teatru czy muzeum. To, co myślą o Tobie inni, nie powinno być zmartwieniem, nie przejmuj się i rób swoje, nie daj się wyprowadzić z równowagi.

WODNIK - humor będzie Ci dopisywać, tylko nie możesz się przejmować niepowodzeniami, lecz walczyć i poprawiać to, co nie wyszło. Wyjdź na spacer z ukochaną osobą, zaproś ją na kolację przy świetle świec, zobaczysz jak bardzo ukochana osoba, będzie wdzięczna.

RYBY - zastanów się nad kierunkiem w jakim zmierzasz, musisz nabrać dystansu do chwilowych kłopotów. Nie bój się ich, szybko miną. Pamiętaj o odpoczynku po pracy i relaksie. Zadbaj o związek, poczuje się, jak ważna dla Ciebie jest ta druga połowa.

26 program TV

Tygodnik **KRAK**

16 marca 2021 11/1508 rok XXX

TELEWIDZ

PROGRAM TELEWIZYJNY
17.03.-23.03.2021

ŚRODA



THRILLER

Na pokuszenie

21.40 Czas wojny secesyjnej, Wirginia. Uczennica szkoły dla dziewcząt, Amy, znajduje w lesie pod drzewem ciężko rannego mężczyznę. Wraz z koleżankami decyduje się mu pomóc.

TVN SIEDEM

USA 2017, REŻ. SOFIA COPPOLA, WYK. NICOLE KIDMAN, KIRSTEN DUNST, COLIN FARRELL, ELLE FANNING, OONA LAURENCE

SOBOTA



KOMEDIA

Siostry

21.30 Kate i Maura nie przepadają za sobą. Każda z nich wie, że decyduje o tym, że decyzyjną matki i ojca ich rodzinny dom ma zostać sprzedany.

TVN

USA 2015, REŻ. JASON MOORE, WYK. AMY POEHLER, TINA FEY, MAYA RUDOLPH, IKE BARINHOLTZ, JAMES BROLIN

CZWARTEK



KOMEDIA

Porady na zdrady

22.30 Kalina i Fretka postanawiają założyć firmę testującą wierność mężczyzn. Wszystko idzie dobrze, dopóki nie dostają zlecenia od Beaty. Okazuje się, że nie tak łatwo przylapać jej męża na zdradzie.

TVN

POLSKA 2017, REŻ. RYSZARD ZATORSKI, WYK. MAGDALENA LAMPARSKA, MIKOŁAJ ROZNERSKI, ANNA DERESZOWSKA

NIEDZIELA



DRAMAT

Przyrzeczenie

21.55 Rok 1915. Mikael przybywa do Konstantynopola, gdzie zamierza podjąć studia medyczne. Nawiązuje romans z Aną, narzeczoną Chrisa Myersa. Wkrótce rozpoczynają się tam prześladowania Ormian.

TVP 2

USA/HISZPANIA 2016, REŻ. TERRY GEORGE, WYK. CHARLOTTE LE BON, OSCAR ISAAC, CHRISTIAN BALE, DANIEL GIMÉNEZ CACHO

PIĄTEK



KOMEDIA

Planeta singli 2

20.05 Celebryci Tomek i Ania podejmują decyzję o rozstaniu. W tym czasie producent wpada na pomysł wigilijnego show, którego ozdobą ma być słynna para. Na ekranie mają udawać, że są razem.

TVN

POLSKA 2018, REŻ. SAM AKINA, WYK. AGNIESZKA WIEDŁOCHA, MACIEJ STUHR, DANUTA STENKA, PIOTR GŁOWACKI

PONIEDZIAŁEK



SENSACYJNY

Szkłana pułapka 5

20.00 John McClane udaje się do Rosji, aby odnaleźć syna Jacka. Tam odkrywa, że chłopak jest agentem CIA uczestniczącym w tajnej misji. Razem chcą udaremnić atak nuklearny.

POLSAT

USA 2013, REŻ. JOHN MOORE, WYK. BRUCE WILLIS, SEBASTIAN KOCH, JAI COURTNEY, MARY ELIZABETH WINSTEAD, YULIYA SNIGIR

17 MARCA
ŚRODA

TVP 1

05.15 Przysięga (372); Elif (937)
07.00 Transmisja mszy świętej
07.30 Rodzinny ekspres - magazyn
08.00 Wiad., Pogoda, Kalendarz polityczny
08.40 Ranczo 6 (69) - serial obycz., Polska
09.40 Komisarz Alex 14 (177) - serial
10.35 Ojciec Mateusz 21 (277) - serial
11.25 Kasta (101) - serial parodok., Polska
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.35 Rok w ogrodzie extra - magazyn
12.55 Natura w Jedyńce: Błiskie spotkania ze zwierzętami (2/6)
14.00 Elif (938) - serial obyczajowy, Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (373) - telenowela, Tur.
17.00 Teleexpress - program inf.
17.15 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3772); Kasta (102)
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.25 Leśniczówka (357) - telen., Polska
20.55 Piłka nożna: Liga Mistrzów
23.10 O zwierzętach i ludziach - film dok.
00.20 Mała matura 1947 (24) - serial

TVP 2

05.30 Górszy ratownicy (17) - serial
06.25 Mistyka studni - rep., Polska 2021
06.50 Familiada - teleturniej
07.30 Pytanie na śniadanie
11.15 Policzmy się dla Polski
11.25 Rodzinka.pl (117) - serial kom., Pol.
11.50 Barwy szczęścia (2407) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.15 Kozacka miłość (72/270) - serial
14.05 Va banque - teleturniej, Polska
14.35 Na sygnale (250) - serial, Polska
15.10 Górszy ratownicy (26) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.15 Wielebny miłości (513) - telen., Tur.
18.00 Panorama - program informacyjny
18.20 Va banque - teleturniej, Polska
18.45 Kozacka miłość (73/270) - serial
19.30 Barwy szczęścia (2408) - serial
20.05 Barwy szczęścia (2408) - serial
20.50 Na dobre i na złe (802) - serial
21.45 Sanditon (2/8) - serial
22.45 Osiecka (6/13) - serial, Polska
23.45 Moje pieskie szczęście - komedia romantyczna, USA 2014

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021
05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.40 Małanowski i partnerzy (122, 123)
09.40 Sekrety rodziny (90) - serial, Pol.
10.40 Dlaczego ja? (417) - serial, Polska
11.40 Ukryta prawda (1230) - serial, Pol.
11.40 Gliniarze (410) - serial, Polska
12.50 Wydarzenia, Interwencja
13.40 Trudne sprawy (1004) - serial
14.40 Dlaczego ja? (1050) - serial, Pol.
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja - mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (526) - serial, Pol.
17.00 Gliniarze (535) - serial, Polska
18.00 Pierwsza miłość (3194) - serial
18.50 Wydarzenia, Gość „Wydarzeń”
19.45 Sport, Pogoda
20.05 Nasz nowy dom - reality show
21.05 Komisarz Mama (3) - serial, Pol.
22.10 Love Island. Wyspa miłości
23.10 Klik: I robisz, co chcesz - komedia, USA 2006, reż. Frank Coraci
01.40 Jaja w tropikach - komedia, Niemcy/USA/Wielka Brytania 2008
04.00 Tajemnice Iosu - program rozr.

TVN

05.45 Uwaga! - magazyn reporterów
06.00 Ukryta prawda (1132) - serial, Pol.
07.00 Kuchenne rewolucje - rozr.
08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.35 Doradca smaku - magazyn
11.45 Ukryta prawda (1230) - serial, Pol.
12.50 Ukryta prawda (1133) - serial, Pol.
13.50 LAB (22) - serial krym., Polska
14.55 Szpital (367) - serial parodok., Pol.
15.55 Kuchenne rewolucje - rozr.
17.00 LAB (23) - serial krym., Polska
18.00 Ukryta prawda (1231) - serial, Pol.
19.00 Fakty, Uwaga! Koronawirus
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! - magazyn reporterów
20.10 Doradca smaku - magazyn
20.15 Na Wspólnej (3189) - serial, Polska
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2021
21.30 Tajemnica zawodowa (5) - serial
22.30 Epidemia strachu - thriller SE USA/
Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011
00.50 Superwizjer - mag. reporterów
01.25 Tajemnica zawodowa (5) - serial
02.25 Uwaga! - magazyn reporterów
02.45 NOC Magli

TV 4

06.00 Gliniarz i prokurator (13) - serial
07.00 Strażnik Teksasu (34) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Sędzia Judy - reality show
09.25 Z miłości do dziecka (31) - telen.
10.25 Nowe sekrety sąsiadów (3): Idealna macocha - serial, Polska
10.55 Detektywi w akcji (13) - serial
11.55 Kobra - oddział specjalny (13): Sabotaż - serial sensac., Niemcy
12.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska
13.55 Rubi (13) - telenowela, Meksyk
14.55 Z miłości do dziecka (32) - telen.
16.00 Policjantki i Policjanci (732)
17.00 Kochane pieniądze (10, 11): Rywalki; Sponsor - serial, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (733)
20.00 Święty (87) - serial kom., Polska
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (452) - serial krym., Polska
21.40 Agenci - film sensacyjny, USA 2013
23.55 Śmierć na 1000 sposobów (2-6)
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska 2021
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.50 Szkoła (551) - serial parodok., Polska
06.55 Szpital (673) - serial parodok., Pol.
07.55 Zakochani po uszy 5 (304)
08.25 Ukryta prawda (966-968) - serial
11.25 Ten moment (37/40) - serial, Polska
11.55 Szpital (674) - serial parodok., Pol.
12.55 Szkoła (552) - serial parodok., Pol.
13.55 Sąd rodzinny (108) - serial, Polska
14.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (546) - serial fab-dok., Polska
15.55 Ukryta prawda (842) - serial, Pol.
16.55 Brzydula 2 (105) - serial kom., Pol.
17.30 Rozwód. Walka o wszystko (18/40)
18.30 Ten moment (38/40) - serial, Polska
19.00 19+ (582) - serial parodok., Polska
19.30 Zakochani po uszy 5 (305)
20.00 Brzydula 2 (106) - serial kom., Pol.
20.30 Hotel Paradise 3 - reality show
21.40 Na pokuszenie - thriller, USA 2017
23.35 Kac Vegas - komedia, USA/Niemcy 2009, reż. Todd Phillips
01.55 Zabić królów piękności 2 (3)
02.55 Druga strona medalu - talk-show
03.30 NOC Magli
05.30 Zakochanie programu

TV PULS

09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (112)
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (370)
11.00 Zbuntowany anioł (32) 12.00 Zaklinaczka duchów 5 (101, 102) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (113, 114) 16.00 Rodzinny interes 4 (142, 143) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (371, 372) 20.00 Pakt z mordercą - thriller, USA/Hiszp./Niem. 2017 21.45 Uwiedziona w mroku - thriller, USA 2013 23.35 Wielkie wesele - kom., USA 2013

PULS 2

14.00 Mustang: Duch wolności 2 (12, 13) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (12, 13) 16.00 Fineasz i Ferb 2 (33, 34) 16.55 Alvin i nikt (1) 17.15 Power Players (18, 19) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (28, 29, 30) 19.00 Psi Patrol 5 (4, 5) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (360, 361) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (8) 22.55 Wszechwładca: XXL (5, 6) 00.50 Lombard. Życie pod zastaw (36)

STOPKŁATKA

09.00 Klara i wszystkie jasne 4 (3, 4) 11.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) 12.25 Chicago Fire 4 (20) 13.20 Katastrofy w przestworzach (100, 101) 15.25 Wybuchi - film kaskad., USA 2011 17.05 Chicago Fire 4 (21) 18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 19.10 Wojny kontenerowa 3 (9, 10) 20.00 Cop Out: Fajury na tropie - komedia, USA 2010 22.10 Uznany za niewinnego - film krym., USA 1990 00.55 Milioner - film obycz., Polska 1977

TTV HD

14.25 Królowe życia 6 (5) 15.15 Królowe życia 10 (11) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Goglebox. Przed telewizorem 5 16.55 Megatransporty 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 9 (3) 18.35 Złomowisko PL 6 (11) 19.45 Express, Pogoda 20.05 Polski świat 21.15 Królowe życia 10 (21) 21.45 Express, Pogoda 22.05 Królowe życia 10 (22) 22.30 It's my life! To moje życie 2 23.40 Goglebox. Przed telewizorem 14

TV 6

07.00 Skonieczny patrol 2 (2, 3) 09.00 Gali-
leo 10.00 Sędzia Judy 11.00 Pamiętniki z wakacji (42) 12.00 Miodowe lata (22, 24, 25) 13.40 Bumerang (51) 14.15 Policjantki i Policjanci (8) 15.15 Detektywi w akcji (51) 16.15 Septagon (44) 17.15 Hawaje 5-0 (22) 18.15 Miodowe lata (39, 54) 20.00 Gali-
leo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (142, 143) 23.00 Złotopieni - film sensac., Bułg./Włk. Brytania 2005 01.00 STOP Drogówka

POLSAT SPORT

06.00 Sporty walki: KSW 58 08.30 Siatkówka mężczyzn: TAURON Puchar Polski 11.00 Biatlon: Zawody PS w Nowym Mieście na Morawach 13.00 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów 17.50 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń 20.50 Siatkówka kobiet: Liga Mistrzyń 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów 01.00 Boks: Gala Warsaw Boxing Night - waga junior ciężka

program TV 27

Tygodnik **KRAK**

16 marca 2021 11/1508 rok XXX

18 MARCA
CZWARTEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.15 Przysięga (373); Elif (936) 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Coś dla ciebie - magazyn 08.00 Wiad., Pogoda, Kwadrans polityczny 08.40 Ranczo 6 (70) - serial obycz., Polska 09.35 Komisarz Alex 15 (178) - serial 10.35 Ojciec Mateusz 22 (278) - serial 11.25 Kasta (102) - serial paradok., Polska 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Rok w ogrodzie extra - magazyn 12.45 Zainwestuj w marzenia 3 (32) 12.55 Bliskie spotkania ze zwierzętami (3) 14.00 Elif (339) - serial obycz., Turcja 14.45 Policzmy się dla Polski 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (374) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress - program inf. 17.15 Jaka to melodia? 17.55 Klan (3773) - telenowela, Polska 18.20 Kasta (103) - serial paradok., Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (368) - telen., Polska 21.00 Sprawa dla reportera - magazyn 21.55 Magazyn śledczy Anity Gargas 22.30 Magazyn kryminalny 997 23.15 Motel Polska - reality show	04.55 Cafe piosenka - mag., Polska 2020 05.25 Górszy ratownicy (18) - serial 06.20 Smaki świata po polsku 2 06.50 Familiada - teleturniej 07.30 Pytanie na śniadanie 11.15 Policzmy się dla Polski 11.25 Wojciech Cejrowski - bosy przez świat - cykl reportaży Polska 2021 11.50 Barwy szczęścia (2408) - serial 12.25 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 13.15 Kozacka miłość (73/270) - serial 14.05 Va banque - teleturniej, Polska 14.35 Na sygnale (251) - serial, Polska 15.10 Górszy ratownicy (27) - serial 16.00 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.15 Więzień miłości (514-ost.) - telen. 18.00 Panorama - program informacyjny 18.20 Va banque - teleturniej, Polska 18.45 Kozacka miłość (74/270) - serial 19.35 Barwy szczęścia (2408, 2409) 20.40 Kulisy seriali „Na dobre i na złe” i „Na sygnale” - cykl felietonów 20.55 Na sygnale (297, 298) - serial, Polska 21.50 Sanditon (3/8) - serial 22.45 Osiecka (7/13) - serial biograf., Polska 23.40 Zabójczy widok - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1986	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Malanowski i partnerzy (124) 09.10 Malanowski i partnerzy (125) 09.40 Sekrety rodziny (91) - serial, Polska 10.40 Dlaczego ja? (418) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (411) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf., Polska 13.25 Interwencja - mag. reporterów 13.40 Trudne sprawy (1005) - serial 14.40 Dlaczego ja? (1051) - serial, Polska 15.40 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (527) - serial, Polska 17.00 Gliniarze (536) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3195) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.25 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Nasz nowy dom - reality show 21.05 Przyjaciółki (197) - serial, Polska 22.10 Love Island. Wyspa miłości 23.10 Dzień Matki - komedia, USA 2016 01.50 12 mężczyzn z kalendarza - komedia romantyczna, USA 2009 03.45 Tajemnice losu - program rozr.	05.45 Uwaga! - magazyn reporterów 06.00 Ukryta prawda (1133) - serial, Pol. 07.00 Kuchenne rewolucje: Gryfów Śląski, restauracja Magnolia 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.35 Doradca smaku: Warzywa stir-fry z tofiu - magazyn, Polska 2021 11.45 Ukryta prawda (1231) - serial, Pol. 12.50 Ukryta prawda (1134) - serial, Pol. 13.50 LAB (23) - serial krym., Polska 14.55 Szpital (368) - serial paradok., Pol. 15.55 Kuchenne rewolucje - program rozr. 17.00 LAB (24) - serial krym., Polska 18.00 Ukryta prawda (1232) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku - magazyn 20.15 Na Wspólnej (3190) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2021 21.30 Kuchenne rewolucje - program rozr. 22.30 Porady na zdrady - komedia romantyczna, Polska 2017, reż. Ryszard Zatorski 00.35 Chyłka - Rewizja (5) - serial, Polska 01.40 Uwaga! - magazyn reporterów 02.00 NOC Magii	06.00 Gliniarz i prokurator (14) - serial 07.00 Strażnik Teksasu (35) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Z miłości do dziecka (32) - telen. 10.25 Nowe sekrety sąsiadów (4): Zabawny wulkanizator - serial, Pol. 10.55 Detektywi w akcji (14) - serial 11.55 Kobra - oddział specjalny (14): Wbyczka - serial sensac., Niemcy 12.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.55 Rubi (14) - telenowela, Meksyk 14.55 Z miłości do dziecka (33) - telen. 16.00 Policjantki i Policjanci (733) 17.00 Kochane pieniądze (11, 12): Sponsor; Skłot - serial, Polska 19.00 Policjantki i Policjanci (734) 20.00 Święty (88) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (453) - serial krym., Polska 21.40 Oczy anioła - dramat obyczajowy, USA 2001, reż. Luis Mandoki 23.45 Śmierć na 1000 sposobów (7, 8, 9, 10) - serial dokumentalny, USA 01.45 Ucho Prezesa 3 (8, 9) - serial, Pol. 02.25 Disco Polo Life - muz., Polska 2021 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.50 Szkoła (552) - serial paradok., Polska 06.55 Szpital (674) - serial paradok., Polska 07.55 Zakochani po uszy 5 (305) 08.25 Ukryta prawda (969-971) - serial 11.25 Ten moment (38/40) - serial, Polska 11.55 Szpital (675) - serial paradok., Polska 12.55 Szkoła (553) - serial paradok., Polska 13.55 Ślad rodzinny (109) - serial, Polska 14.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (547) - serial fab-dok., Polska 15.55 Ukryta prawda (843) - serial, Polska 16.55 Brzydula 2 (106) - serial kom., Pol. 17.30 Rozwód. Walka o wszystko (19) 18.30 Ten moment (39/40) - serial, Polska 19.00 19+ (583) - serial paradok., Polska 19.30 Zakochani po uszy 5 (306) 20.00 Brzydula 2 (107) - serial kom., Pol. 20.30 Hotel Paradise 3 - reality show 21.40 Wakacje Jasia Fasoli - komedia, Wielka Brytania/francja/Niemcy/USA 2007, reż. Steve Bendelack 23.30 Ciemniejsza strona Greya - melodramat, USA/Chiny 2017 01.55 Zabójcy królowych piękności 2 (4/6) - serial dokumentalny, USA 02.55 Druga strona medalu 4 03.30 NOC Magii 05.30 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Zbuntowany anioł (32) 07.00 Nash Bridges (106, 107) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (113) 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (371) 11.00 Zbuntowany anioł (33) 12.00 Zaklinaczka duchów 5 (102, 103) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (114, 115) 16.00 Rodzinny interes 4 (143, 144) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (372, 373) 20.00 Pokojówka na Manhattanie - komedia, USA 2002 22.05 Co się zdarzyło w Las Vegas - komedia, USA 2008 00.00 Amerykańska dziewica - kom., USA 2009	12.05 Gumisie 2 (1) 12.45 Blaze i megamaszyny 4 (2) 13.15 Denver - ostatni dinozaur (24, 25) 13.45 Alvin!!! i wiewiórki 4 (51) 14.00 Mustang: Duch wolności 2 (13, 14) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (13, 14) 16.00 Fineasz i Ferb 2 (34, 35) 16.55 Alvin!!! i wiewiórki 3 (41) 17.15 Power Players (19, 20) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (30, 31, 32) 19.00 Psi Patrol 5 (5, 6) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (362-364) 22.55 Wstydlive choroby: XXL 2 (1, 2) 00.50 Lombard. Życie pod zastaw (37)	09.00 Klara i wszystko jasne 4 (4, 5) 11.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (8) 12.25 Chicago Fire 4 (21) 13.20 Katastrofy w przestworzach (102, 103) 15.25 Asteroida: Wielkie uderzenie - film katastroficzny, Kanada 2015 17.05 Chicago Fire 4 (22) 18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 18.40 Wojny magazynowe: Kanada 2 19.10 Wojny kontenerowe 3 (10, 11) 20.00 W słuszej sprawie - thriller, USA 1995 22.05 Ptasek na uwięzi - komedia, USA 1990 00.20 Premiera: Sala samobójców - dramat, Polska 2010	12.05 Gogglebox. Przed telewizorem 9 13.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 6 (4) 14.25 Królowe życia 6 (6) 15.15 Królowe życia 10 (12) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 13 17.10 Nauka jazdy 2 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 9 (4) 18.35 Złomowisko PL 6 (12) 19.45 Express, Pogoda 20.05 Dżentelmeni i wieśniaczki 3 (3) 21.15 Królowe życia 10 (22) 21.45 Express, Pogoda 22.05 Królowe życia 10 (23) 22.30 Polski świat 23.30 Damy i wieśniaczki. PL (7)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Słoneczny patrol 2 (4, 5) 09.00 Galileo 10.00 Sędzia Judy 10.30 Sędzia Judy 11.00 Pamiętniki z wakacji (43) 12.00 Miodowe lata (54, 39) 13.40 Bumerang (52) 14.15 Policjantki i Policjanci (9) 15.15 Detektywi w akcji (52) 16.15 Septagon (45) 17.15 Hawaje 5-0 (23) 18.15 Miodowe lata (38, 80) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (49, 50) 23.00 Incydent - dramat, Hongkong 2009 01.30 STOP Drogówka 02.30 SuperLudzie Extra	06.00 Boks: Gala Mębski Boxing Night w Radomiu 08.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów 11.00 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów 16.50 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów - mecz półfinałowy: Zenit Kazan - Grupa Azoty Kędzierzyn-Koźle 18.50 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów - mecz półfinałowy: Itas Trentino - Sir Sicoma Monini Perugia 23.00 Piłka nożna: Liga włoska - mecz: Cagliari Calcio - Juventus FC 01.00 Sporty walki: KSW 58

19 MARCA
PIĄTEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Przysięga (374) - telenowela, Tur. 06.00 Elif (339) - serial obycz., Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Agape - magazyn, Polska 2018-2021 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Ranczo 6 (71) - serial obycz., Polska 09.35 Komisarz Alex 15 (179) - serial 10.35 Ojciec Mateusz 22 (279) - serial 11.25 Kasta (103) - serial paradok., Polska 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy 12.55 Natura w Jedynie: Bliskie spotkania ze zwierzętami (4/6) 14.00 Elif (940) - serial obycz., Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (375) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress - program inf. 17.15 Jaka to melodia? 17.55 Klan (3774) - telenowela, Polska 18.20 Kasta (104) - serial paradok., Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (369) - telen., Polska 21.00 Ojciec Mateusz 25 (318) - serial 21.55 Wyjście awaryjne - kom., Polska 1982 23.40 Głębia oceanu - dramat obyczajowy	05.25 Górszy ratownicy (19) - serial 06.20 Anna Dymna - spotkajmy się 06.50 Familiada - teleturniej 07.30 Pytanie na śniadanie - pobudka 07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.15 Policzmy się dla Polski 11.25 Dookoła Bałtyku - magazyn 11.50 Barwy szczęścia (2409) - serial 12.30 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 13.15 Kozacka miłość (74/270) - serial 14.05 Va banque - teleturniej, Polska 14.35 Na sygnale (252) - serial, Polska 15.10 Górszy ratownicy (28) - serial 16.00 Kółko fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.15 Promyk nadziei (1) - serial, Turcja 18.00 Panorama - program informacyjny 18.20 Va banque - teleturniej, Polska 18.45 Kozacka miłość (75/270) - serial 19.35 Barwy szczęścia (2409) - serial 20.05 Barwy szczęścia (2410) - serial 20.35 Dance Dance Dance 3 - program rozr. 22.55 Muzyka, taniec, zabawa - koncert 23.55 A psa biorę ja - komedia, USA 2016 01.40 Pod nadzorem - film sensacyjny, Kanada/USA 2003 03.30 Zabójczy widok - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 1986	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Malanowski i partnerzy (126) 09.10 Malanowski i partnerzy (127) 09.40 Sekrety rodziny (92) - serial, Polska 10.40 Dlaczego ja? (419) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (412) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf., Polska 13.25 Interwencja - mag. reporterów 13.40 Trudne sprawy (1006) - serial, Pol. 14.40 Dlaczego ja? (1052) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (528) - serial, Pol. 17.00 Gliniarze (537) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3196) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.25 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 22.10 Love Island. Wyspa miłości 23.10 Daredevil - film sensacyjny, USA 2003, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Ben Affleck, Jennifer Garner 01.35 A.I.: Sztuczna inteligencja - film SF, USA 2001, reż. Steven Spielberg	05.45 Uwaga! - magazyn reporterów 06.00 Ukryta prawda (1134) - serial, Pol. 07.00 Kuchenne rewolucje: Zjazd Leśna Chata - program rozr., Polska 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.35 Doradca smaku: Pasta z twarogu i sardynek - magazyn, Polska 2021 11.45 Ukryta prawda (1232) - serial, Pol. 12.50 Ukryta prawda (1135) - serial, Pol. 13.50 LAB (24) - serial krym., Polska 14.55 Szpital (369) - serial paradok., Pol. 15.55 Kuchenne rewolucje: Wielbark, Karczma Leśniczanka - rozr. 17.00 LAB (25) - serial krym., Polska 18.00 Ukryta prawda (1233) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.05 Planeta singli 2 - komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Sam Alkin, wyk. Agnieszka Włodocha 22.30 Kryjówka - thriller, USA/RPA 2012, reż. Daniel Espinosa, wyk. Ryan Reynolds, Denzel Washington 01.00 Kuba Wojewódzki - talk-show 02.00 Uwaga! - magazyn reporterów 02.20 NOC Magii	06.00 Gliniarz i prokurator (15) - serial 07.00 Strażnik Teksasu (41) - serial, USA 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Z miłości do dziecka (33) - telen. 10.25 Nowe sekrety sąsiadów (5) 10.55 Detektywi w akcji (15) - serial 11.55 Kobra - oddział specjalny (1): Bez wyjścia - serial sensac., Niem. 12.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.55 Rubi (15) - telenowela, Meksyk 14.55 Z miłości do dziecka (34) - telen. 16.00 Policjantki i Policjanci (734) 17.00 Nowe sekrety sąsiadów (9, 10, 11, 12) - serial paradok., Polska 19.00 Policjantki i Policjanci (735) 20.00 Gwiazdy Kabaretu - rozr., Pol. 2021 21.00 Gwiazdy Kabaretu - rozr., Pol. 2019 22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (450) - serial krym., Polska 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (451) - serial krym., Polska 00.05 Zabić Salazara - dramat kryminalny, USA/Rumunia 2016 02.10 Graffiti - program publicystyczny 02.25 Disco Polo Life - muz., Polska 2021 03.25 Top 10 - lista przebojów - muz. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.50 Szkoła (553) - serial paradok., Polska 06.55 Szpital (675) - serial paradok., Polska 07.55 Zakochani po uszy 5 (306) 08.25 Ukryta prawda (972) - serial, Polska 09.25 Ukryta prawda (973) - serial, Polska 10.25 Ukryta prawda (974) - serial, Polska 11.25 Ten moment (39/40) - serial, Polska 11.55 Szpital (676) - serial paradok., Polska 12.55 Szkoła (554) - serial paradok., Polska 13.55 Ślad rodzinny (110) - serial, Polska 14.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (548) - serial fab-dok., Polska 15.55 Ukryta prawda (844) - serial, Polska 16.55 Brzydula 2 (107) - serial kom., Pol. 17.30 Rozwód. Walka o wszystko (20/40): Rozwód z zaskakującym finałem - serial paradok., Pol. 18.30 Ten moment (40) - serial, Polska 19.00 Ukryta prawda (968) - serial, Polska 20.00 Brzydula 2 (108) - serial kom., Pol. 20.30 Ślub od pierwszego wejrzenia 5 21.30 Sposób na teściową - komedia romantyczna, Niemcy/USA 2005 23.40 Ta podstępna miłość - komedia romantyczna, USA 1997 01.55 Druga strona medalu 02.30 NOC Magii 04.55 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Zbuntowany anioł (33) 07.00 Nash Bridges (107, 108) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (114) 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (372) 11.00 Zbuntowany anioł (34) 12.00 Zaklinaczka duchów 5 (103, 104) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (115, 116) 16.00 Rodzinny interes 4 (144, 145) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (373, 374) 20.00 Zemsta Sokola - film sensac., USA 2014 22.00 Ostatnie rozgrywy - dramat, Wlk. Brytania 2018 00.00 Strzelec wyborowy - film sensacyjny, USA/Czechy/Hiszp./Fr/Wlk. Brytania 1995	13.15 Denver - ostatni dinozaur (26, 27) 13.45 Alvin!!! i wiewiórki 3 (42) 14.00 Mustang: Duch wolności 2 (14, 15) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (14, 15) 16.00 Fineasz i Ferb 2 (35, 36) 16.55 Alvin!!! i wiewiórki 3 (41) 17.15 Power Players (20, 21) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (32, 33, 34) 19.00 Psi Patrol 5 (6, 7) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (365, 366) 22.00 Lombard. Życie pod zastaw (22) 23.00 Jason X - horror SF, USA 2001 00.55 Ale numer! 01.55 Lombard. Życie pod zastaw (38)	07.30 Dom (6) 09.40 Poirot: Zbrodnia na festynie - film krym., Wlk. Brytania/USA 2013 11.35 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu - komedia, Wł./USA 2015 13.30 Nieustraszeni bracia Grimm - film fantasy, USA/Czechy/Wlk. Brytania 2005 15.45 Cztery pancerni i pies (3, 4) 18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 18.40 Wojny magazynowe: Kanada 2 19.10 Wojny kontenerowe 3 (11, 12) 20.00 Kiler-ów 2-óch - komedia, Polska 1999 22.20 Egzorcysta 3 - horror, USA 1990 00.45 Niszczycielka - film krym., USA 2018	13.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 6 (5) 14.25 Królowe życia 6 (7) 15.05 10 zadań specjalnych Michela Morana 5 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 5 16.55 Najgorsze polskie tatuaże (7) 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 9 (5) 18.35 Złomowisko PL 6 (13) 19.45 Express, Pogoda 20.05 Sport 20.10 Gogglebox. Przed telewizorem 11 21.15 Królowe życia 10 (23) 21.45 Express, Pogoda 22.05 Królowe życia 10 (24, 25) 23.00 Królowe życia 9 (5) 00.00 Damy i wieśniaczki. Za granicą (16-ost.)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Słoneczny patrol 2 (6, 7) 09.00 Galileo 10.00 Sędzia Judy 11.00 Pamiętniki z wakacji (44) 12.00 Miodowe lata (80, 38) 13.40 Bumerang (53) 14.15 Policjantki i Policjanci (10) 15.15 Detektywi w akcji (53) 16.15 Septagon (46) 17.15 Hawaje 5-0 (24) 18.15 Miodowe lata (23, 85) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (102, 103) 23.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami 3 01.20 STOP Drogówka 02.20 SuperLudzie Extra	06.00 Trans World Sport 07.00 Koloseum 09.00 Piłka nożna: Liga włoska 11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów 12.30 Biatlon: Zawody PS w Östersund 14.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 16.00 7. strefa 17.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz o 11. miejsce fazy play-off: Cerrad Enea Czarni Radom - Cuprum Lubin 23.00 Biatlon: Zawody PS w Östersund - bieg sprinterski kobiet 01.00 Boks: Gala Mębski Boxing Night w Radomiu

28 program TV

Tygodnik KRAK

16 marca 2021 11/1508 rok XXX

20 MARCA
SOBOTA

TVP 1

05.05 Klan (3770, 3771) - telenowela, Polska
05.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
07.00 Transmisja mszy świętej
07.35 Rok w ogrodzie - magazyn
08.15 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży
08.40 Pełnosprawni - magazyn
09.10 Prywatne życie zwierząt 2 (4)
09.35 Policzmy się dla Polski
09.45 Fascynujący świat: Miejsca kultury na świecie (2/3) - film dok.
10.50 Sprawa dla reportera - magazyn
11.45 Policzmy się dla Polski
12.00 Płonące siodła - western komediowy, USA 1994, reż. Mel Brooks
13.45 Okrasa łamie przepisy - magazyn
14.15 Z pamięci - cykl feleronów
14.25 Ozdrowieńcy - reality show
14.55 Policzmy się dla Polski
15.05 Sekretne życie kotów
16.00 To był rok! - rozr, Polska 2021
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.30 Jaka to melodia?
18.25 Stulecie Winnych 3 (28) - serial
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.35 Komisarz Alex 15 (86) - serial
21.35 Papillon. Motylek - dramat biograficzny, Czechy/Hiszpania/USA 2017
23.55 Wyjście awaryjne - komedia, Polska

TVP 2

05.50 Barwy szczęścia (2406) - serial
06.25 Barwy szczęścia (2407) - serial
06.55 M jak miłość (1574) - serial, Polska
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.10 Rodzinny ekspres - magazyn, Polska
11.45 Dance Dance Dance 3 - program rozr.
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska
15.15 Wojciech Cejrowski - bosso przez świat - cykl reportaży Polska 2021
15.45 Smaki świata po polsku 2
16.20 Na dobre i na złe (802) - serial
17.25 Na sygnale (297) - serial, Polska
17.50 Słowo na niedzielę - pręcligijny
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Postaw na milion - teleturniej, Polska
19.25 Rodzinka.pl (161) - serial kom, Polska
20.00 The Voice Kids 4 - widowisko
21.30 The Voice Kids 4 - widowisko
22.15 Kabaret. Supershow Dwójki
23.20 Hity wszech czasów - magazyn
00.20 Teściowie - komedia sensacyjna, USA/Niemcy 2008, reż. Andrew Fleming, wyk. Michael Douglas
02.10 Przysiężenie - dramat historyczny, USA/Hiszpania 2016
04.30 Rodzinka.pl (246) - serial, Polska
04.55 Zakonczenie programu

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021
05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.10 Dawno temu w trawie - film animowany, USA 1998
10.10 Ewa gotuje - magazyn, Polska 2021
10.40 Nasz nowy dom - reality show
12.40 Design Dream. Pojedynek na wnętrza - rozr, Polska 2021
13.40 Łowcy nagród - teleturniej
14.40 Rolnicy. Podlasie (28) - serial
15.45 Więzienie (7) - serial dok, Polska
16.15 Więzienie (8) - serial dok, Polska
16.45 Więzienie (9) - serial dok, Polska
17.15 Więzienie (10) - serial dok, Polska
17.45 Chłopaki do wzięcia (179) - serial
18.20 Chłopaki do wzięcia (180) - serial
18.50 Wydarzenia. Gość „Wydarzeń”
19.45 Sport, Pogoda - inf.
20.05 Kowalscy kontra Kowalscy (5)
20.35 Kowalscy kontra Kowalscy (6)
21.05 Piękni i bezrobotni (5) - serial
21.35 Piękni i bezrobotni (6) - serial
22.05 Yabank 2, czyli riposta - komedia sensacyjna, Polska 1984
00.30 Bad Ass: Twardziel - dramat sensacyjny, USA 2012, reż. Craig Moss
02.30 Tajemnice losu - program rozr.

TVN

05.10 Uwaga! - magazyn reporterów
05.25 Ukryta prawda (1013) - serial, Pol.
06.25 Kuchenne rewolucje - rozr.
07.25 Efekt Domina (2) - serial dok, Pol.
08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Brzydula 2 (104) - serial kom., Pol.
12.00 Brzydula 2 (105) - serial kom., Pol.
12.30 Brzydula 2 (106) - serial kom., Pol.
13.00 Brzydula 2 (107) - serial kom., Pol.
13.30 Brzydula 2 (108) - serial kom., Pol.
14.00 Na Wspólnej (3187) - serial, Polska
14.30 Na Wspólnej (3188) - serial, Polska
15.00 Na Wspólnej (3189) - serial, Polska
15.30 Na Wspólnej (3190) - serial, Polska
15.50 MasterChef Junior - program rozr.
17.25 Efekt Domina (2) - serial dok, Pol.
18.00 Kuchenne rewolucje: Gorąca Paletnia, Kraków - rozr, Polska 2021
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.45 Uwaga! - magazyn reporterów
20.00 Power Couple - reality show
21.30 Siostro - komedia, USA 2015, reż. Jason Moore, wyk. Amy Poehler
00.00 Król Skorpion 2: Narodziny wojownika - film przygodowy, USA/Niemcy/RPA 2008
02.20 Uwaga! - magazyn reporterów
02.40 NOC Magii

TV 4

06.00 Szczęzące lata Toma i Jerry'ego (34, 35) - serial animowany, USA
07.05 Scooby-Doo! Wyprawa po mapę skarbów - film anim., USA 2013
08.00 Galileo - prpopulamonaukowy
09.00 Galileo - prpopulamonaukowy
10.05 W 80 dni dookoła świata - film przygodowy, USA/Niemcy/Irlandia/Wielka Brytania 2004
12.35 STOP Drogówka - magazyn, Polska
13.45 Agent XXL: Rodzinny interes - komedia, USA 2011
16.00 Policjantki i Policjanci (731)
17.00 Policjantki i Policjanci (732)
18.00 Policjantki i Policjanci (733)
19.00 Galileo - prpopulamonaukowy
20.00 Policjantki i Policjanci (734)
21.00 Policjantki i Policjanci (735)
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (452) - serial krym., Polska
23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (453) - serial krym., Polska
00.00 Oczy anioła - dramat obyczajowy, USA 2001, reż. Luis Mandoki
02.10 Graffiti - program publicystyczny
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska 2021
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.00 Szpital (672) - serial paradok, Polska
06.00 Kosmiczny wykop (26-ost.): Inny wymiar - serial animowany, Polska
06.15 Szkoła (543) - serial paradok, Pol.
07.20 Ukryta prawda (960) - serial, Polska
08.20 Ukryta prawda (962) - serial, Polska
09.20 Ten moment (36/40) - serial, Polska
09.50 Hotel Paradise 3 - reality show
11.45 Ten moment (37/40) - serial, Polska
12.15 Neurochirurg (1/2) - film dokumentalny, Polska 2020
13.15 Pluto Nash - komedia SF, USA 2002, reż. Ron Underwood, wyk. Eddie Murphy, Rosario Dawson
15.15 Dorwać Smarta - komedia, USA 2008, reż. Peter Segal, wyk. Steve Carell, Anne Hathaway
17.35 Godzilla - film SF, USA/Japonia 2014, reż. Gareth Edwards
20.00 Kac Vegas w Bangkoku - komedia, USA 2011, reż. Todd Phillips
22.15 Firewall - thriller, USA/Australia 2006, reż. Richard Loncraine
00.30 Nauka jazdy - komediodramat, Wielka Brytania/USA 2014, reż. Isabel Coixet, wyk. Ben Kingsley
02.25 NOC Magii
04.55 Zakonczenie programu

TV PULS

06.00 Łowcy skarbów (13) 07.00 Taki jest świat 6 08.00 Lombard. Życie pod zastaw (21, 22) 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (12-16) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (370-373) 19.00 Lombard. Życie pod zastaw 8 (374) 20.00 American Assassin - thriller, USA 2017 22.05 Pakt z mordercą - thriller, USA/Hiszpania/Niem. 2017 23.55 Eliminatory - film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2016 01.50 Castle 3 (53) 02.45 Zobacz to! Taki jest świat 6 03.25 Na jedwabnym szlaku (7) 04.00 Menu na miarę

PULS 2

09.35 Blaze i megamaszyn 4 (14) 09.55 Ciekawski George 6 (8, 9) 10.55 Moonzy (18) 11.25 Podwójne kłopoty - film familijny, Niem. 2010 13.00 Czarodziejka Lilly: Przygoda w krainie Mandolan - film familijny, Niem./Hiszp./Austr. 2011 14.50 Pingwiny z Madagaskaru 2 (35, 36, 37) 16.25 Dzwoneczek i tajemnica piratów - film animowany, USA 2014 17.55 My Little Pony: Film - film anim., USA/Kanada 2017 20.00 Odlot - film anim., USA 2009 22.15 Jaskinia - horror, USA/Niem. 2005 00.00 Uśpieni - horror

STOPKLATKA

06.00 Klara i wszystko jasne 4 (7, 8) 08.00 Komisarz Rex 3 (8, 9) 10.00 Hudson i Rex 2 (7) 11.00 Cztery pancerni i pies (5, 6) 13.35 Samotny wilk McQuade - film sensacyjny, USA 1983 15.50 Ptasek na uwięzi - komedia, USA 1990 18.20 Stój, bo mamusia strzela - komedia, USA 1992 20.00 Premiera: Batman - film przyg., USA/Wlk. Brytania 1989 22.40 Psy - dramat, Pol. 1992 00.55 Borat: Podpatrzone w Ameryce, aby Kazachstan rościł w siłę, a ludzie żyli dostatniej - komedia, USA 2006 02.40 Zakłete rewiry - dramat

TTV HD

10.30 It's my life! To moje życie 2 12.35 Usterka 13 (6) 13.05 Wyburzacz 9 13.55 Polski świat 14.55 Najgorsze polskie tatuaże (7) 15.45 Express, Pogoda 16.00 Ostre cięcie 8 16.40 Gogglebox. Przed telewizorem 13 17.45 Express, Pogoda 18.05 Złomowisko PL 6 (14) 19.15 Królowe życia 10 (2) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Królowe życia 10 (22, 23, 24, 25) 22.00 Najgorsze polskie tatuaże (8) 22.45 Gogglebox. Przed telewizorem 14 23.45 Gogglebox. Przed telewizorem 12 00.45 Gogglebox. Przed telewizorem 5

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.05 Flintstonowie (131-134) 09.05 Gordon Ramsay: 24 godziny w piekle 10.20 Księżniczka i będkzi i królewska tajemnica 11.55 Wicher 2: Na przekór wszystkiemu - film familijny, Niemcy 2015 14.05 Columbo (2) 16.05 Wzór (7) 17.05 Wzór (8) 18.05 Wzór (9) 19.00 Wzór (10) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (104) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (105) 23.00 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami 3 01.05 Spadkobiercy

POLSAT SPORT

06.00 7. strefa 08.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 10.00 Koloseum 12.30 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 14.45 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz ćwierćfinałowy fazy play-off: Trefl Gdansk - VERVA Warszawa ORLEN Paliwa 17.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga - mecz ćwierćfinałowy fazy play-off: DPD ŁC Capital Legionovia Legionowo - E.Leclerc MOYA Radomka Radom 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz fazy play-off 23.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 01.00 Boks

21 MARCA
NIEDZIELA

TVP 1

04.40 Klan (3772-3774) - telenowela, Polska
06.00 Słownik polsko@polski
06.25 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży
07.00 Transmisja mszy świętej
08.00 Tydzień - magazyn rolniczy, Polska
08.30 Zakochaj się w Polsce - magazyn
09.00 Weterynarz z sercem - magazyn
09.30 Przeglądnik na tropie (1) - serial
10.05 Wielkie rodziny (1) - telen. dok.
11.00 Msza święta z Jasnej Góry
12.00 Anioł Pański - program religijny
12.15 Między ziemią a niebem - mag.
12.50 Pasterz - serial dok, Polska
13.15 Na ratunek młodym szympansom (2/3) - film dokumentalny
14.15 Z pamięci - cykl feleronów
14.25 Okrasa łamie przepisy - magazyn
15.05 Komisarz Alex 15 (86) - serial
16.05 Sekretne życie kotów
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.30 Ojciec Mateusz 25 (318) - serial
18.30 Jaka to melodia?
19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda
20.15 Stulecie Winnych 3 (29) - serial
21.15 To był rok! - rozr, Polska 2021
22.20 Grace księżna Monako - film biograf., Fr/USA/Belgia/Wł/Szwajcaria 2014
00.10 Papillon. Motylek - dramat

TVP 2

05.20 Barwy szczęścia (2408-2410) - serial
06.55 M jak miłość (1575) - serial, Polska
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.15 Dookoła Bałtyku - magazyn
11.45 The Voice Kids 4 - widowisko
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska
15.15 Szansa na sukces. Opole 2021 2
16.15 Na sygnale (298) - serial, Polska
16.45 Lajki - magazyn kulturalny
17.00 Zainwestuj w marzenia 3 (32)
17.15 Moje życie XXL (2) - serial, Polska
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Wojciech Cejrowski - bosso przez świat - cykl reportaży Polska 2021
19.00 Smaki świata po polsku 2
19.25 Rodzinka.pl (162) - serial, Polska
20.00 Postaw na milion - teleturniej, Polska
20.55 Wszystko dla mojej córki - film dokumentalny, Polska 2019
21.55 Przysiężenie - dramat historyczny, USA/Hiszpania 2016
00.20 Głowa rodziny - dramat obyczajowy, USA/Kanada 2016
02.15 Zbliżenia - dramat, Polska 2014
03.45 Wszystko, co kocham - dramat obyczajowy, Polska 2009
05.20 Zakonczenie programu

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021
05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.45 Madagaskar - film animowany, USA 2005, reż. Eric Darnell, Tom McGrath
10.45 Spider-Man 3 - film przygodowy, USA 2007, reż. Sam Raimi, wyk. Tobey Maguire, Kirsten Dunst, Thomas Haden Church, Topher Grace, James Franco
13.45 Ninja Warrior Polska
15.45 Woja Iwarz Brzmi Znajomo
17.40 Design Dream. Pojedynek na wnętrza - program rozr, Polska 2021
18.50 Wydarzenia. Sport, Pogoda - inf.
19.30 Państwo w państwie - public.
20.00 Kabaret na żywo - Klubina Skeczów Męczących - program rozrywkowy, Polska 2021
22.10 Love Island. Wyspa miłości
22.25 Botoks - film obyczajowy, Polska 2017, reż. Patryk Vega, wyk. Olga Bołądź, Agnieszka Dygant, Katarzyna Warmke, Marieta Żukowska
02.05 Szklana pułapka 5 - film sensacyjny, USA 2013, reż. John Moore, wyk. Bruce Willis, Sebastian Koch, Jai Courtney, Mary Elizabeth Winstead
04.25 Kabarety - program rozr, Polska

TVN

05.10 Uwaga! - magazyn reporterów
05.25 Ukryta prawda (1014) - serial, Pol.
06.25 Kuchenne rewolucje: Lublin, restauracja Antykwariat - rozr.
07.25 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn
07.55 Akademia ogrodnika - magazyn
08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Efekt Domina (3) - serial dok, Pol.
12.05 Co za tydzień - magazyn, Pol. 2021
12.55 Tajemnica zawodowa (5) - serial
13.55 Power Couple - reality show
15.30 Planeta singli 2 - komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Sam Alkin, wyk. Agnieszka Włodarczyk, Maciej Stuhr, Danuta Stenka
18.00 Równi sobie - reality show
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.45 Uwaga! - magazyn reporterów
20.00 MasterChef Junior - rozr.
21.30 Szybko i wściekle - film sensacyjny, USA 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker
23.50 Śmiertelna wyliczanka - thriller, USA 2002, reż. Barbet Schroeder, wyk. Sandra Bullock, Ben Chaplin
02.15 Kuchenne rewolucje
03.15 Uwaga! - magazyn reporterów
03.35 NOC Magii

TV 4

06.00 Szczęzące lata Toma i Jerry'ego (36) - serial animowany, USA
06.35 Scooby-Doo! Frankenstrachy - film animowany, USA 2014
08.00 Alvin i wiewiórki 3 - film familijny, USA 2011, reż. Mike Mitchell, wyk. Jason Lee, David Cross, Jenny Slate
09.55 Galileo - prpopulamonaukowy
10.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska
11.55 Gwiazdy Kabaretu - rozr, Pol. 2021
12.55 Wciąż ją kocham - melodramat, USA 2010, reż. Lasse Hallström, wyk. Channing Tatum, Amanda Seyfried
15.10 Joe Black - melodramat, USA 1998, reż. Martin Brest, wyk. Brad Pitt
19.00 Galileo - prpopulamonaukowy
20.00 Hellboy - horror SF, USA 2004, reż. Guillermo del Toro, wyk. Ron Perlman, John Hurt, Selma Blair
22.35 Nożownik - dramat sensacyjny, USA 2003, reż. William Friedkin
00.30 Gwiazdy Kabaretu - rozr, Pol. 2019
01.35 Śmierć na 1000 sposobów (11)
02.00 Ucho Prezesa 3 (10) - serial, Pol.
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska 2021
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
04.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.00 Szpital (674) - serial paradok, Polska
06.00 Kosmiczny wykop (1/26): RL-9
06.15 Szkoła (544) - serial paradok, Pol.
07.20 Ukryta prawda (964) - serial, Polska
08.20 Ukryta prawda (966) - serial, Polska
09.20 Ten moment (38/40) - serial, Polska
09.50 Hotel Paradise 3 - reality show
10.45 Hotel Paradise 3 - reality show
11.45 Ten moment (39/40) - serial, Polska
12.15 Neurochirurg (2-ost.) - film dokumentalny, Polska 2020
13.15 Ukryta prawda (969) - serial, Polska
14.10 Ukryta prawda (971) - serial, Polska
15.10 Słub od pierwszego wejścia 5
16.10 Street Dance - film muzyczny, Wielka Brytania 2010, reż. Max Giwa, Dania Pasquini
18.15 Johnny English - komedia sensacyjna, Wielka Brytania/Francja 2003, reż. Peter Howitt
20.00 Geostorm - film SF, USA 2017, reż. Dean Devlin, wyk. Gerard Butler
22.20 Bez przebaczenia - western, USA 1992, reż. Clint Eastwood
01.00 Na pokuszenie - thriller, USA 2017
02.55 Druga strona medalu
03.30 NOC Magii
05.00 Zakonczenie programu

TV PULS

06.00 Rodzinny interes 4 (141, 142, 143)
09.00 Sezon na psa - komedia, USA 2018
11.20 Czy to ty, czy to ja? - film familijny, USA 1995 13.30 Grające dzweczko - baśń film., Niem. 2016 14.45 Najpiękniejsze baśnie: Mała syrenka - baśń film., Niem. 2013 15.55 Matylda - komedia, USA 1996 17.55 Pokójówka na Manhattanie - komedia, USA 2002 20.00 Plan ucieczki - thriller, Wlk. Brytania/USA 2019 00.05 Saper - dramat, USA 1998 02.05 Zobacz to! Dyżur 3 (42-ost., 30)

PULS 2

06.00 Ale numer! 06.25 Ale numer! 07.00 Wojciech Cejrowski. Bosso - Ziemia Święta (1, 2, 3) 08.40 Dzwoneczek i tajemnica piratów - film animowany, USA 2014 10.15 My Little Pony: Film - film animowany, USA/Kanada 2017 12.15 Odlot - film anim., USA 2009 14.25 Oskar - komedia, Fr. 1967 15.55 Kapuśniaczek - komedia, Fr. 1981 18.15 Psi Patrol 5 (7, 8) 19.00 Dolina Muminków (3, 4) 19.55 Lombard. Życie pod zastaw 8 (367-369) 22.50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (7, 8) 00.35 Lekarze na start (28)

STOPKLATKA

06.00 Klara i wszystko jasne 4 (8) 07.00 Klara i wszystko jasne 3 (1) 08.00 Komisarz Rex 3 (10, 10) 10.00 Hudson i Rex 2 (8) 11.05 Przygody Merlina 3 (33-35) 14.10 Polowanie na mysz - komedia, USA 1997 16.25 Stój, bo mamusia strzela - komedia, USA 1992 18.15 Poirot: Kurtyna - film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2013 20.00 Wróg u bram - dramat, Niem./USA/Irl/Wlk. Brytania 2001 22.45 Cop out: Fujały na tropie - komedia, USA 2010 00.55 Facet (nie)potrzebny od zaraz - komedia, Pol. 2014

TTV HD

13.35 Dżentelmeni i wieśniacy 2 (5) 14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 12 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 14 17.05 It's my life! To moje życie 2 17.45 Express, Pogoda 18.05 It's my life! To moje życie 2 18.45 Królowe życia 10 (24, 25) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Sport 20.10 Najgorsze polskie tatuaże (8) 21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 13 22.00 Down the road. Zespół w trasie 2 (5) 22.40 Orzeł czy reszka? 2 23.45 Królowe życia 10 (21, 22) 00.35 Co za kabarety! (4)

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.05 Flintstonowie (135, 136, 137) 08.40 Dzielnia Mysz (20) 08.55 STOP Drogówka 10.00 Gordon Ramsay: 24 godziny w piekle 11.00 Hero - dramat, Hongkong/Chiny 2002 13.00 Teren prywatny - thriller, USA 2001 15.00 Policjantki i Policjanci (115) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (106) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (107) 23.00 Gatunek 2 - horror SF, USA 1998 01.00 Spadkobiercy 02.00 Władczy móch (48) 02.30 SuperLudzie Extra

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 08.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 10.30 Atleci 11.00 Cafe Futbol 12.30 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 14.45 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 17.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga - mecz ćwierćfinałowy fazy play-off: Grot Budowlani Łódź - Grupa Azoty Chemik Police 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz ćwierćfinałowy fazy play-off: Jastrzębski Węgiel - Aluron CMC Warta Zawiercie 23.00 Biatlon: Zawody PS w Östersund 01.00 Sporty walki: KSW 55

program TV 29

Tygodnik **KRAK**

16 marca 2021 11/1508 rok XXX

22 MARCA
PONIEDZIAŁEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Przysięga (375); Elif (940) 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Oklęciem wiary - mag. religijny, Polska 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Ranczo 6 (72) - serial obycz., Polska 09.35 Komisarz Alex 15 (180) - serial 10.35 Ojciec Mateusz 22 (280) - serial 11.25 Kasta (104) - serial paradok, Polska 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Rok w ogrodzie extra - magazyn 12.50 Na ratunek młodym szympansom (2/3) - film dokumentalny 14.00 Elif (941) - serial obycz., Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (376) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress - program inf. 17.15 Jaka to melodia? 17.55 Klan (3775) - telenowela, Polska 18.20 Kasta (105) - serial paradok, Pol. 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (360) - telen., Polska 21.00 Teatr Telewizji: Ravensbrück. Młostko kobiet - monodram 22.40 Kiedy ten wiatr ustanie - film dok. 00.00 Warto rozmawiać - talk-show	05.30 Górszy ratownicy (20) - serial 06.25 Coś dla ciebie - magazyn 06.50 Familiada - teleturniej 07.30 Pytanie na śniadanie 11.10 Policzmy się dla Polski 11.25 Rodzinka.pl (118) - serial kom., Polska 11.50 Barwy szczęścia (2410) - serial 12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska 13.05 Policzmy się dla Polski 13.15 Kozacka miłość (75/270) - serial 14.05 Va banque - teleturniej, Polska 14.35 Na sygnale (253) - serial, Polska 15.05 Górszy ratownicy (29) - serial 15.50 Zainwestuj w marzenia 3 (33) 16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.15 Promyk nadziei (2) - serial, Turcja 18.00 Panorama - program informacyjny 18.20 Va banque - teleturniej, Polska 18.45 Kozacka miłość (76/270) - serial 19.35 Barwy szczęścia (2411) - serial 20.10 Barwy szczęścia (2411) - serial 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20.55 M jak miłość (1576) - serial, Polska 21.50 Sanditon (4/8) - serial 22.45 Osiecka (8/13) - serial, Polska 23.40 Foxtrot - dramat obyczajowy, Izrael/Szwajcaria/Niemcy/Francja 2017	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Malanowski i partnerzy (128) 09.10 Malanowski i partnerzy (129) 09.40 Sekrety rodziny (93) - serial, Polska 10.40 Dlaczego ja? (420) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (413) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf., Polska 13.25 Interwencja - mag. reporterów 13.40 Trudne sprawy (1007) - serial, Pol. 14.40 Dlaczego ja? (1053) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia, Pogoda 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (529) - serial, Polska 17.00 Gliniarze (538) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3197) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.25 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.00 Szklana pułapka 5 - film sensacyjny, USA 2013, reż. John Moore 22.10 Love Island. Wyspa miłości 23.10 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj - film sensacyjny, USA/Chiny 2016 01.50 Wpół do śmierci 2 - film sensacyjny, USA 2007, reż. Art Camacho 03.50 Tajemnice losu - program rozr.	05.10 Uwaga! - magazyn reporterów 05.20 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn 05.50 Akademia ogrodnika - magazyn 06.00 Ukryta prawda (1135) - serial, Pol. 07.00 Kuchenne rewolucje - rozr. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.35 Jesteśmy w domu! - widowisko 11.45 Ukryta prawda (1233) - serial, Pol. 12.50 Ukryta prawda (1136) - serial, Pol. 13.50 LAB (25) - serial krym., Polska 14.55 Szpital (370) - serial paradok, Pol. 15.55 Kuchenne rewolucje - rozr. 17.00 LAB (26) - serial krym., Polska 18.00 Ukryta prawda (1234) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku - magazyn 20.15 Na Wspólnej (3191) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2021 21.30 Równi sobie - reality show 22.30 Godziny szczytu 2 - komedia sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner 00.30 Co za tydzień - magazyn, Pol. 2021 01.20 Strzelec (6) - serial sensac., USA 02.25 Uwaga! - magazyn reporterów 02.45 NOC Magii	06.00 Gliniarz i prokurator (16) - serial 07.00 Strażnik Teksasu (37) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Z miłości do dziecka (34) - telen. 10.25 Nowe sekrety sąsiadów (6): Nadopiekuńczy przyjaciel - serial 10.55 Detektywi w akcji (16) - serial 11.55 Kobra - oddział specjalny (2): Na celowniku - serial, Niemcy 12.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.55 Rubi (16) - telenowela, Meksyk 14.55 Z miłości do dziecka (35) - telen. 16.00 Policjantki i Policjanci (735) 17.00 Kochane pieniądze (12, 13) 19.00 Policjantki i Policjanci (736) 20.00 Święty (89) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (454) - serial krym., Polska 21.40 Skaza - film sensacyjny, USA/Kanada 2009, reż. Jeff F. King 23.50 Galileo - prapopulamonaukowy 00.50 Pęknieś ze śmiechu - program rozr. 02.50 SuperLudzie (5) - serial dok., Polska 03.20 SuperLudzie (6) - serial dok., Polska 03.50 Trans World Sport - magazyn 04.55 SuperLudzie (7) - serial dok., Polska 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.50 Szkoła (554) - serial paradok, Polska 06.55 Szpital (676) - serial paradok, Polska 07.55 Zakochani po uszy 5 (306) 08.25 Ukryta prawda (975-977) - serial paradokumentalny, Polska 11.25 Ten moment (40) - serial, Polska 11.55 Szpital (677) - serial paradok, Polska 12.55 Szkoła (555) - serial paradok, Polska 13.55 Ślad rodzinny (111) - serial, Polska 14.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (549) - serial fab-dok, Polska 15.55 Ukryta prawda (845) - serial, Polska 16.55 Brzydula 2 (108/125) - serial, Polska 17.30 Rozwód. Walka o wszystko (21) 18.30 Ten moment (41) - serial, Polska 20.30 Policjantki i Policjanci (736) 19.30 Zakochani po uszy 5 (307) 20.00 Brzydula 2 (109/125) - serial, Polska 20.30 Hotel Paradise 3 - reality show 21.30 Tylko mnie kochaj - komedia romantyczna, Polska 2006 23.45 Blade, Wieczny łowca 2 - horror, USA/Niemcy 2002 02.15 Zabójcy królowych piękności 2 (5/6) - serial dokumentalny, USA 03.15 Druga strona medalu 4 03.45 NOC Magii 05.00 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Zbuntowany anioł (34) 07.00 Nash Bridges (108, 109) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (116) 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (116, 117) 11.00 Zbuntowany anioł (35) 12.00 Zaklinaczka duchów 5 (104, 105) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (116, 117) 16.00 Rodzinny interes 4 (145, 146) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (374, 375) 20.00 Kod 21 - film sensac., USA 2018 21.30 American Assassin - thriller, USA 2017 23.50 Uwiedziona w mroku - thriller, USA 2013 01.40 Zobacz to! Taki jest świat 6	13.15 Denver - ostatni dinozaur (28, 29) 13.45 Alvin!!! I wiewiórki 3 (44) 14.00 Mustang: Duch wolności 2 (15, 16) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (15, 16) 16.00 Fineasz i Ferb 2 (36, 37) 16.55 Alvin!!! I wiewiórki 3 (45) 17.15 Power Players (21, 22) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (34, 38, 39) 19.00 Psi Patrol 5 (8, 9) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (113, 114) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (8, 22, 55) Wstydlive choroby: XXL 2 (3) 23.50 Rinke za kratami (12)	06.05 Scena śmiechu 07.00 Plebania (258-261) 09.00 Klara i wszystko jasne 4 (5, 6) 11.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (9) 12.25 Chicago Fire 4 (22) 13.20 Katastrofy w przestworzach (104, 105) 15.25 Ostatnie godziny Ziemi - film SF, Kanada 2011 17.05 Chicago Fire 4 (23) 18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 19.10 Wojny kontenerowe 3 (12, 13) 20.00 Psy - dramat, Pol. 1992 22.15 W cieniu chwały - dramat, USA/Niem. 2008 01.00 Formuła - film sensacyjny, USA/Wlk. Brytania/Kanada 2001	12.05 Gogglebox. Przed telewizorem 14 13.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 6 (6) 14.25 Królowe życia 6 (8) 15.15 Królowe życia 10 (13) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 5 16.55 Wyburzacz 9 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 12 18.35 Złomowisko PL 7 (1) 19.45 Express, Pogoda 20.05 Służby ratownicze 6 (3) 20.55 Megatransporty 21.45 Express, Pogoda 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 14 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 11 00.00 Najgorsze polskie tatuaże (8)	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Słoneczny patrol 2 (8, 9) 09.00 Galileo 10.00 Sędzia Judy 10.30 Sędzia Judy 11.00 Pamiętniki z wakacji (45) 12.00 Miodowe lata (85, 23) 13.40 Bumerang (54) 14.15 Policjantki i Policjanci (11) 15.15 Detektywi w akcji (54) 16.15 Septagon (47) 17.15 Hawaje 5-0 (25) 18.15 Miodowe lata (26, 50) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (51, 52) 23.00 Forteca - dramat, USA 2012 01.10 STOP Drogówka 02.10 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów	06.00 Sporty walki: Gala Babilon Fight Night 08.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 11.00 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 13.00 Od kadetów do seniorów Mistrzostwa Śląska w boksie 13.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga - mecz fazy play-off 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz o 9. miejsce fazy play-off GKS Katowice - Indykpol AZS Olisztyn 23.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz fazy play-off 01.00 Boks

23 MARCA
WTOREK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Przysięga (376); Elif (941) 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Kościół z bliska - magazyn 08.00 Wiad., Pogoda, Kwadrans polityczny 08.30 Policzmy się dla Polski 08.40 Ranczo 6 (73) - serial obycz., Polska 09.35 Komisarz Alex 15 (181) - serial 10.35 Ojciec Mateusz 22 (281) - serial 11.25 Kasta (105) - serial paradok, Polska 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.35 Magazyn Rolniczy - mag., 2021 12.55 Natura w Jedyńce: Bliskie spotkania ze zwierzętami (5/6) 14.00 Elif (942) - serial obyczajowy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (377) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress - program inf. 17.15 Jaka to melodia? 17.55 Klan (3776) - telenowela, Polska 18.20 Kasta (106) - serial paradok, Polska 18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.30 Leśniczówka (361) - telen., Polska 20.55 Wielkie rodziny (2) - telen. dok. 21.40 Magazyn Ekspresu Reporterów 22.45 Ocaleni - reality show 23.50 Magazyn Śledczy Anity Gargas	05.00 Cafe piosenka - mag., Polska 2020 05.30 Górszy ratownicy (21) - serial 06.20 Policzmy się dla Polski 06.25 Historia, która trwa - reportaż 06.55 Familiada - teleturniej 07.20 Policzmy się dla Polski 07.30 Pytanie na śniadanie 11.10 Policzmy się dla Polski 11.25 Rodzinka.pl (119) - serial kom., Polska 11.50 Barwy szczęścia (2411) - serial 12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska 13.15 Kozacka miłość (76/270) - serial 14.05 Va banque - teleturniej, Polska 14.35 Na sygnale (254) - serial, Polska 15.10 Górszy ratownicy (30) - serial 16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.15 Promyk nadziei (3) - serial, Turcja 18.00 Panorama - program informacyjny 18.20 Va banque - teleturniej, Polska 18.45 Kozacka miłość (77/270) - serial 19.35 Barwy szczęścia (2411, 2412) - serial 20.40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20.55 M jak miłość (1577) - serial, Polska 21.50 Sanditon (5/8) - serial 22.35 Zainwestuj w marzenia 3 (33) 22.45 Osiecka (9/13) - serial, Polska 23.40 Węgrzy w Warszawie - film dok, Polska	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2021 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.40 Malanowski i partnerzy (130) 09.10 Malanowski i partnerzy (131) 09.40 Sekrety rodziny (94) - serial, Polska 10.40 Dlaczego ja? (421) - serial, Polska 11.40 Gliniarze (414) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf., Polska 13.25 Interwencja - mag. reporterów 13.40 Trudne sprawy (1008) - serial 14.40 Dlaczego ja? (1054) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia - program inf. 16.10 Pogoda - program informacyjny 16.15 Interwencja - mag. reporterów 16.30 Na ratunek 112 (530) - serial, Polska 17.00 Gliniarze (539) - serial, Polska 18.00 Pierwsza miłość (3198) - serial 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.25 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Ninja Warrior Polska 22.05 Love Island. Wyspa miłości 23.10 Azyl - thriller, USA 2002, reż. David Fincher, wyk. Jodie Foster 01.45 12 rund 2 - film sensacyjny, USA 2013, reż. Roel Reiné 03.45 Tajemnice losu - program rozr.	05.45 Uwaga! - magazyn reporterów 06.00 Ukryta prawda (1136) - serial, Pol. 07.00 Kuchenne rewolucje: Bielsko-Biala, Kuźnia Smaków - program rozr. 08.00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11.35 Doradca smaku: Zupa z batatów z ananasową salsą - magazyn 11.45 Ukryta prawda (1234) - serial, Pol. 12.50 Ukryta prawda (1137) - serial, Pol. 13.50 LAB (26) - serial krym., Polska 14.55 Szpital (371) - serial paradok, Pol. 15.55 Kuchenne rewolucje - rozr. 17.00 LAB (27) - serial krym., Polska 18.00 Ukryta prawda (1235) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.10 Doradca smaku - magazyn 20.15 Na Wspólnej (3192) - serial, Polska 20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2021 21.30 Chyłka - Rewizja (6) - serial, Pol. 22.30 Kuba Wojewódzki - talk-show 23.30 Superwizjer - mag. reporterów 00.05 Grzesznica (3) - serial krym., USA 01.05 Niewierni (10) - serial obycz., USA 02.05 Uwaga! - magazyn reporterów 02.25 NOC Magii	06.00 Gliniarz i prokurator (17) - serial 07.00 Strażnik Teksasu (38) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Sędzia Judy - reality show 09.25 Z miłości do dziecka (35) - telen. 10.25 Nowe sekrety sąsiadów (7): Podziwliwy mąż - serial, Polska 10.55 Detektywi w akcji (17) - serial 11.55 Kobra - oddział specjalny (3): Lista śmierci - serial sensac., Niemcy 12.55 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.55 Rubi (17) - telenowela, Meksyk 14.55 Z miłości do dziecka (36) - telen. 16.00 Policjantki i Policjanci (737) 17.00 Kochane pieniądze (13, 14) 19.00 Policjantki i Policjanci (737) 20.00 Święty (90) - serial kom., Polska 20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (455) - serial krym., Polska 21.40 Incydent - dramat kryminalny, Hong Kong 2009, wyk. Jackie Chan 00.05 STOP Drogówka - magazyn, Polska 02.10 Śmierć na 1000 sposobów (12) 02.35 Graffiti - program publicystyczny 02.50 Trans World Sport - magazyn 03.55 SuperLudzie (7, 8) - serial, Polska 04.55 SuperLudzie (9) - serial dok, Polska 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.50 Szkoła (555) - serial paradok, Polska 06.55 Szpital (677) - serial paradok, Polska 07.55 Zakochani po uszy 5 (307) 08.25 Ukryta prawda (978, 979) - serial 10.25 Ukryta prawda (980) - serial, Pol. 11.25 Ten moment (41) - serial, Polska 11.55 Szpital (678) - serial paradok, Polska 12.55 Szkoła (556) - serial paradok, Polska 13.55 Ślad rodzinny (112) - serial, Polska 14.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (550) - serial fab-dok, Polska 15.55 Ukryta prawda (846) - serial, Polska 16.55 Brzydula 2 (109/125) - serial, Polska 17.30 Rozwód. Walka o wszystko (22) 18.30 Ten moment (42) - serial, Polska 19.00 19+ (585) - serial paradok, Polska 19.30 Zakochani po uszy 5 (308) 20.00 Brzydula 2 (110/125) - serial, Polska 20.30 Hotel Paradise 3 - reality show 21.40 Szkal - film sensacyjny, Niemcy/USA/Francja/Wielka Brytania/Japonia 1997 00.10 Żołnierz przyszłości - film SF, USA/Wielka Brytania 1998 02.20 Zabójcy królowych piękności 2 (6-ost.) - serial dokumentalny, USA 03.15 Druga strona medalu - talk-show 03.45 NOC Magii 05.00 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Zbuntowany anioł (35) 07.00 Nash Bridges (109, 110) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (116) 10.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (117, 118) 11.00 Zbuntowany anioł (36) 12.00 Zaklinaczka duchów 5 (105, 106) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (117, 118) 16.00 Rodzinny interes 4 (146, 147) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (375, 376) 20.00 Mroczna przeszłość - thriller, USA 2021 22.00 Zemsta Sokola - film sensac., USA 2014 00.00 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę - film sensac., USA 2004	13.45 Alvin!!! I wiewiórki 3 (46) 14.00 Mustang: Duch wolności 2 (16, 17) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (16, 17) 16.00 Fineasz i Ferb 2 (37, 38) 16.55 Alvin!!! I wiewiórki 3 (47) 17.15 Power Players (22, 23) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (39) 18.15 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1, 2) 19.00 Psi Patrol 5 (9, 10) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (115, 116) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (9) 22.55 Wstydlive choroby: XXL 2 (4, 5) 00.50 Lekarze na start (28)	11.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (10) 12.25 Chicago Fire 4 (23) 13.20 Katastrofy w przestworzach (106, 107) 15.25 Znaki destrukcji - film SF, USA/Kanada 2014 17.05 Chicago Fire 3 (1) 18.05 Wojny magazynowe: Kanada 2 18.40 Wojny magazynowe: Kanada 19 19.10 Wojny kontenerowe 3 (13) 19.35 Wojny kontenerowe 2 (1) 20.00 Wesele - komediodramat, Pol. 2004 22.10 Borat: Podpatrzone w Ameryce, aby Kazachstan rósł w siłę, a ludzie żyli dostatniej - komedia, USA 2006 23.55 Haker - komedia, Polska 2002	12.05 Gogglebox. Przed telewizorem 9 13.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 6 (10) 14.25 Królowe życia 6 (9) 15.15 Królowe życia 10 (14) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 5 16.55 Służby ratownicze 6 (3) 17.45 Express, Pogoda 18.05 Usterka 9 (6) 18.35 Złomowisko PL 7 (2) 19.45 Express, Pogoda 20.05 Wyburzacz 9 20.55 Usterka 11 (28) 21.45 Express, Pogoda 22.05 Królowe życia 10 (26) 22.30 It's my life! To moje życie 2 23.45 Ostre cięcie 8	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Słoneczny patrol 2 (10, 11) 09.00 Galileo 10.00 Sędzia Judy 11.00 Pamiętniki z wakacji (46) 12.00 Miodowe lata (50, 26) 3.40 Bumerang (55) 14.15 Policjantki i Policjanci (12) 15.15 Detektywi w akcji (55) 16.15 Septagon (48) 17.15 Hawaje 5-0 (1) 18.15 Miodowe lata (45, 42) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (53, 54) 23.00 Czas zemsty - film sensacyjny, USA/Arabia 2003 00.55 STOP Drogówka 01.55 Benny Hill 02.30 SuperLudzie Extra	06.00 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga 08.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 11.00 Biathlon: Zawody Pucharu Świata w Östersund 13.00 Piłka nożna: FORTUNA 1. liga - mecz: Stomil Olsztyn - Widzew Łódź 15.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz fazy play-off 17.30 Siatkówka kobiet: TAURON Liga - rewanżowy mecz półfinałowy 20.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Mistrzów - rewanżowy mecz półfinałowy 22.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz fazy play-off 01.00 Sporty walki: KSW 58

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

7. Ma Pan/i prawo wniesienia

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

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

LOKALE

SPRZEDAM

- Sprzedam dwie kawalerki stare budownictwo, parter i I piętro ul. Głogowska, po remoncie, cena-99 tys zł. Tel. 888 159 739 lub 664 138 567
- Sprzedam mieszkanie w Nowej Soli 58m2, 3 pokoje, kuchnia, łazienka i wc oddzielnie. Tel. 504 210 574 lub 661 257 162
- Sprzedam mieszkanie 50m2 ul. Okrężna Nowa Sól 2 pokoje, III p.-możliwość z garażem. Tel. 609 790 046
- Sprzedam mieszkanie 56m2 lub zamienię na kawalerkę. Tel. 537 132 265
- Sprzedam mieszkanie ok 135m2 ul. Muzealna. Tel. 506 092 424
- Sprzedam mieszkanie ok 40m2 ul. Zielonogórska. Tel. 506 092 424
- Sprzedam dom 100m2, częściowo do remontu plus budynek gospodarczy 130m2 w miejscowości Stypułów om. Koźuchów na działce 23 ary. TANIO. Tel. 605 643 046
- Sprzedam dom o pow. 100m2 działka 1600m2 (gaz) Nowa Sól. Tel. 48 539 206 911

- Sprzedam lokal użytkowy 133m2, parter, centrum. Tel. 604 983 295
- Sprzedam lub wynajmę dwa lokale użytkowe ok 30m2 jeden na ul. Wrocławskiej. Tel. 506 092 424
- Sprzedam garaż w Nowej Soli ul. Brzozowa, siła, kanał, cena-38 tys zł. Tel. 507 057 938
- Sprzedam lub wynajmę garaż w podwórku przy ul. Wrocławskiej 12 w pobliżu restauracji Polonia. Tel. 507 989 735
- Sprzedam działkę budowlaną, zagospodarowaną 9,23 ara, wszystkie media, prąd, woda, kanalizacja, gaz. Bytom Odrzański ul. Lipowa 6. Tel. 698 411 302
- Sprzedam działkę o pow. 74 arów częściowo zalesioną nad jeziorem w Lginu powiat Wschowa. Tel. 698 805 051
- Sprzedam grunty rolne 3ha i 4,15 ha w gminie Siedlisko. Tel. 509 803 099
- Sprzedam działkę ogrodową ROD IRYS ekologiczny. Tel. 512 391 075
- Sprzedam działki cichych zakątków pod lasem „Studzieniec”, na działki są wydane warunki zabudowy, link <https://www.lento.pl/9934456>. Tel. 721 042 009

ZAMIENIĘ

- Zamienię mieszkanie pokój 13m2 na II p. własnościowe, bez zadłużenia w centrum miasta, po remoncie na większe z zadłużeniem, do remontu. Tel. 48 579 112 633
- Mieszkanie 4 pokoje IV p. na os. Konstytucji zamienię na 2 pokoje do I p. z ogrzewaniem miejskim. Tel. 665 109 414

WYNAJMĘ

- Wynajmę 2 pokojowe mieszkanie z windą, Nowa Sól ul. 1 maja, nowe wraz z miejscem parkingowym. Tel. 663 343 399 lub 794 301 205
- Do wynajęcia garaż na ul. Kupieckiej z kanałem. Tel. 880 275 071
- Wynajmę kawalerkę 34m2 M-2 ul. Al. Fredry. Tel. 784 518 773
- Wynajmę lokal w centrum Nowej Soli Plac Wyzwolenia 80m2. Tel. 731 886 360
- Wynajmę lub sprzedam lokal w centrum miasta 25m2 ul. Wrocławska. Tel. 731 886 360
- Wynajmę lokal 54m2 w Nowej Soli przy ul. Piłsudskiego 7 (naprzeciw Urzędu) Tel. 665 982 060 lub 694 602 922
- Wynajmę lokal 60m2 3 pokoje, kuchnia, łazienka, osobne wejście lub na działalność handlową, miejsce parkingowe. Tel. 667 324 932 lub 880 172 759
- Do wynajęcia umeblowany pokój z używalnością kuchni i łazienki, 1 osoba lub para niepaląca, dobre warunki. Tanio. Tel. 730 583 116
- Wynajmę pokój dla osoby bez nałogu w zamian za pomoc przy domku jednorodzinnym. Tel. 515 159 736

- Wezmę w dzierżawę grunty rolne, łąki, ugory oraz nieużytki. Tel. 795 681 247
- Wynajmę lokal usługowy 70m2, parter, duża witryna, ścisłe centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Wynajmę mieszkanie 70m2 ścisłe centrum w kamienicy, I piętro, CO po remoncie (apartament)(może być dla pracowników). Tel. 795 978 353
- Wynajmę Lokal dwa poziomy 140m2 ścisłe centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Nowy właściciel wynajmie lokal w ścisłym centrum Nowej Soli róg ul. Piłsudskiego i Głowackiego, ok 50m2, atrakcyjna lokalizacja. Tel. 795 978 353
- Do wynajęcia mieszkanie 52m2, 2 pokojowe w Nowej Soli ul. Cicha. Tel. 600 293 763

KUPIĘ

- Kupię mieszkanie do remontu, zadłużone, z lokatorem, Nowa Sól i okolice. Tel. 888 159 739 lub 664 138 567
- Kupię kawalerkę do I p. w Nowej Soli ogrzewanie miejskie. Tel. 601 363 902
- Kupię każdą nieruchomość w złym stanie. Zamiast płacić prowizję-gotówka od ręki. Tel. 888 159 739
- Kupię kawalerkę do I p. na os. Konstytucji w Nowej Soli, ogrzewanie miejskie. Tel. 665 109 414
- Kupię lokal na parterze w ścisłym centrum Nowej Soli. Tel. 795 978 353
- Kupię dom, mieszkanie, pola, działki, stan obojętny-gotówka od ręki. Tel. 888 159 739 lub 664 138 567
- Kupię dom w Nowej Soli do 160m2 z garażem do zamieszkania lub małego remontu. Tel. 695 063 033

- Kupię pole łąkę, stary dom. Tel. 880 162 222

SPRZEDAŻ

- Sprzedam Grande Punto 2009r. 1,2 benzyna, 4 drzwi, 135 tys km, elektryka, klima, zarejestrowany, ubezpieczony, bezwypadkowy, wszystkie blachy i szyby oryginalne, prawie nowe opony, Radio Pionier z USB, wymieniony rozrząd i olej, cena-12500zł. Tel. 664 134 748
- Sprzedam Fiata Stilo 2002r. Przebieg 180 tys km 2,4 benzyna, biały, półautomat, klima, ekran dachowy, el. Fotel, kpl. Kół aluminiowe felgi, aktualny przegląd i ubezpieczenie, cena-5000 zł. Możliwa negocjacja, Tel. 605 288 314
- Sprzedam samochód osobowy Fiat Grande Punto 1,3TD 2011r.-3500zł.; samochód ciężarowy Mercedes 814 z windą, kontener 1997r.-8000zł. Tel. 605 640 228
- Sprzedam Forda Mondeo MK3 kombi 2001r. 2,0 turbo diesel, cena-2200zł. Do negocjacji, aktualny przegląd i ubezpieczenie, sprawny. Tel. 729 658 785
- Sprzedam przyczepkę NRD zarejestrowana bez terminowo, opłacona, stan dobry. Tel. 721 042 009
- Sprzedam Audi A3 benzyna, automat, 2000r. 2,0 cm3, stan bardzo dobry, cena-9000zł. Tel. 691 091 596
- Sprzedam 4 opony z alufelgami w dobrym stanie 195/50 R-15, cena-533 373 042
- Sprzedam łóżeczko dziecięce Klaps(sówki) białe z materacykiem, stan bardzo dobry. Tel. 605 244 033
- Sprzedam wózek dziecięcy Anex Sport wielofunkcyjny (gondola, spacerówka, fo-

Prezydent

Miasta Nowa Sól

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U.2020.1990 ze zm.)

informuje,

że w siedzibie tut. Urzędu na okres 21 dni, począwszy od dnia 9 marca 2021 roku wywieszono wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

Zarząd

Powiatu Nowosolskiego

działając zgodnie z art. 35 ust.1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2020 r., poz. 1990 z późn. zm.)

informuje,

że w siedzibie Starostwa Powiatowego w Nowej Soli przy ul. Moniuszki numer 3 oraz na stronie internetowej bip.powiat-nowosolski.pl wywieszony został wykaz nieruchomości stanowiących własność Powiatu Nowosolskiego przeznaczonych do oddania w najem.

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu 68 458 68 79.

telik samochodowy), kolor foxy, stan bdb. Tel. 605 244 033

- Łóżka z pilotem, podnośnik z pilotem, schodolazy, wózki, skutery, toalety, kule, wózki akumulatorowe. Tel. 500 409 997
- Sprzedam ziemniaki wielkości sadzeniaka Melodi, Wine-ta i Denar, 0,7zł./kg okolice Bytomia Odrzańskiego. Tel. 669 610 263
- Opalarka, monitor 19", fotelik samochodowy, podnośnik samochodowy i spacerówka, podkaszarkę do żywopłoty elektryczną, piła tarczowa ręczna elektryczna. tanio. Tel. 604 678 082
- Piła spalinowa, hulajnoga, Radio-odtwarzacz samochodowy CD Sony, podnośnik samochodowy, felgi stalowe z oponami 14 cali, deska snowboardowa,. Tanio. Tel. 604 678 082
- Telewizor LCD 32,42,50 cali, monitor 19" płaski, laptop Toshiba, fotelik samochodowy, piła łańcuchowa elektryczna, pralka frania. Bardzo tanio. Tel. 604 678 082
- Szlifierka kątowna wyrzynarka, piła elektryczna tarczowa ręczna elektryczna, odkurzacz, wiertarka, farelka. Tanio. Tel. 604 678 082
- Sprzedam krajzega 2,2Kw, 230v, duży agregat prądowy 230 i 380V-benzyna. Tel. 511 859 582
- Sprzedam nowy odkurzacz wieloczynnościowy, pranie, czyszczenia i inne „Ambasador” prod. Niemcy; matę masującą na pilota „Body Sharp”; Matę gruba do ćwiczeń rodzinnych Tel. 510 593 535
- Drewno na rozpałkę wiązane-sprzedam. Tel. 669 283 888
- Sprzedam piły do cięcia drzewa (krajzegi) silnik 3kw-700zł; silnik 5,5 ka-800zł; oraz butle gazowe 8L argon i dwutlenek węgla pełne i puste. Tel. 601 562 875
- Przepływowy podgrzewacz wody nowy 24Kw za ½ ceny 650zł.-sprzedam Tel. 664 548 453
- Sprzedam zboże, pszenicę, pszenżyto, owies. Tel. 609 232 264

- Sprzedam meble kuchenne, drzwi pokojowe 2 szt z szybami i 1 szt całe, 1 szt przesuwane; ława duża, kuchenka gazowa, szafka wisząca 14 x 40cm. Tel. 699 804 642
- Sprzedam łóżko rehabilitacyjne-ładne, prawie nowe, meblowe z pilotem 4 poziomowe z oryginalnym materacem, cena-900zł. Tel. 882 762 289
- Sprzedam-szafa dwudrzwiowa biała, wysoki półka-450zł.; biurko czarno-białe-100zł.; zlew jednokomorowy granitowy-150zł.; rower do ćwiczeń „Orbitrek” nowy-650zł.; Rower do ćwiczeń Freestyle -250zł. Tel. 728 818 886
- Łóżeczko dziecięce, mało używane, stan bardzo dobry w komplecie materac+2 komplety pościeli, cena-250zł. Nowa Sól. Tel. 660 465 302
- Sprzedam łóżko rehabilitacyjne na pilota z materacem przeciwdrożdżynowym, chodzik czterokołowy, używane. Tel. 668 637 746
- Sprzedam telewizor Orion płaski ekran 25"; przedmioty pochodzenia z okresu PRL-u i przedwojenne. Tel. 720 170 071
- Sprzedam silniki elektryczne różne od 1,5kw do 7,5 kw. Tel. 601 562 875
- Sprzedam wieszak sklepowy ramieniowy obrotowy, rzutnik lata 70, biurko pod komputer, prasownica elektryczna (Sonat) niemiecka, maszyna do szycia trzynitkowa overlok 1973(zabytek)sprawną. Tel. 698 898 448
- Sprzedam parasol ogrodowy czteroramienny-ramię 1,60m. Tel. 604 194 938
- Sprzedam siatkę ogrodzeniową ocynkowaną powlekaną plastikiem, różnej wielkości. Tel. 697 638 521
- Sprzedam słomę małą. Kostka i talerzówkę 2,50m Unia Grudziądz cena 2900 zł. Tel. 68 3553458 Tel. kom. 787 830 885
- Sprzedam drewno opałowe i kominkowe. Tel. 884 205 000

KUPNO

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

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

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

Skup aut do 5000 zł uczciwa wycena auta Tel. 726 860 601

KUPIĘ KAŻDE AUTO całe lub uszkodzone najlepsze ceny! Tel. 697 236 934

- Stare radia, gramofony, mebel, obrazy, lustra kupię. Tel. 601 397 208
- Skup aut, złomowanie pojazdów do 1000zł. Odbiór własnym transportem, mogą być uszkodzone bez przeglądu i OC. Tel. 665 333 389
- Skup aut, złomowanie pojazdów do 2000zł. Odbiór własnym transportem, mogą być uszkodzone bez przeglądu i OC. Tel. 603 462 462
- Kupię stare motorowery, motocykle i części do nich, mogą być bez dokumentów i niesprawne: WSK, SHL, Komar, oraz inne. Tel. 511 847 700
- Kupię starocie strychowe: stare meble, maszyny do szycia, zegarki, żelazka, młynki do kawy, kryształ, lustra oraz inne. Tel. 511 847 700
- Kupię butelki po piwie 0,5l, polskich browarów, cena 20gr/szt. Tel. 574 236 046
- Kupię tanio z rozbiórki deski, płyty nadające się na zabudowanie małego baraku na działce. Tel. 794 708 803
- Kupię Simsona, najchętniej model KR51 lub S50/51, może być bez przeglądu i OC, preferowany sprawny tech. Ale nie konieczne, mam możliwość transportu. Tel. 798 914 285
- Kupię wszystko co jest niepotrzebne w domu: zegarki, monety, kryształ, różne

kolekcje. Tel. 791 817 250

- Kupię stary samochód minimum 25-letni: Maluch, Fiat, Polonez, Opel, Ford, Audi i inne, również do remontu. Tel. 513 055 300

RÓŻNE

- Odbiorę stare zbędne-pralki, lodówki, gazówki, zamrażarki, wanny, bojler, silniki, grzejniki, piece oraz zbędny złom. Tel. 661 855 291

PRACA

- OGŁOSZENIA PŁATNE
- Wiercenie studni; wymiana filtra oraz naprawa pomp wodnych na 230 V. Dzwonić do 20-tej. Tel. 699 432 641
- Wykonam szpachlowanie, malowanie, regipsy, panele, płytki i inne remonty mieszkań, Nowa Sól i okolice. Tel. 697 924 312
- Posiadam 20 letni staż (10 lat w Norwegii) w branży budowlano-remontowej, wykona szpachlowanie, malowanie, regipsy, płytki oraz ogólne prace wykończeniowe. Jesteś zainteresowany zadzwonić. Tel. 602 397 590
- Malowanie, szpachlowanie, tapetowanie. Tel. 696 943 711
- Blacharz-dekarz szuka pracy, dekarz, papa termoizolacyjna i obróbki blacharskie. Tel. 669 898 904
- Łazienki kompleksowo. Tel. 693 288 850
- Remonty domów i mieszkań. Szpachlowanie, malowanie, regipsy, płytki. Tel. 693 288 850

USŁUGI

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

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

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

ODDAM

- Oddam gruz budowlany, transport we własnym zakresie. Tel. 698 805 051

ZAPRASZAMY
www.tygodnikkrak.pl

OGŁOSZENIE DROBNE KUPON nr 11

Ogłoszenia do 15 słów!

Kupony ważne tylko z 3 ostatnich tygodni

Ogłoszenia na najbliższe wydanie przyjmujemy do czwartku do godz. 16⁰⁰

PUBLIKOWANE BĘDĄ WYŁĄCZNIE OGŁOSZENIA NIEZAWIERAJĄCE DANYCH OSOBOWYCH.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
TEL.

ZAKŁAD POGRZEBOWY S.C.

Jarostaw Nowak

Administrator Cmentarzy Komunalnych w Nowej Soli

POGOTOWIE CAŁODOBOWE: TEL. 603-367-176

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

www.uslpogrzebowe.pl

WĘGIEL

PELLET - LAVA

ZUT - Sawicz

SIEDLIKO

tel. 68/ 388-30-37

606 675 315

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

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

**Zatrudnię odlewników
figur z żywicy, osobę
do laminowania oraz
czyszczących laminaty
z doświadczeniem**
Tel. 601 586 519

**Zatrudnię odlewników, klepaczy
oraz osoby czyszczące
do figur dekoracyjnych.**
Tel. 511 353 155

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

**LG GREE AUX
SEVRA SAMSUNG**
KLIMATYZACJA
POMPY CIEPŁA • REKUPERACJA
SPRZEDAŻ • MONTAŻ • SERWIS
DEZYNFEKCJA POMIESZCZEŃ
OZONOWANIE - ZAMGLAWIANIE
TERMICZNE I ULV
HALE, BIURA, MIESZKANIA
Tel. 513 179 899

Biuro Rachunkowe ROBAKOWSKA

księgi handlowe,
księga podatkowa, ryczałt,
pomoc w zakładaniu firmy

NOWY ADRES
Nowa Sól, ul. Odrzańska 8/2

Tel./fax 68 4 588 588

biuro.robakowska@wp.pl

EXPERT MEBLE

kuchnie, szafy
garderoby, wnęki
na wymiar.

Atrakcyjne ceny.

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

CYKLINOWANIE BEZPYŁOWE

✓ układanie parkietów,
podłóg, paneli

✓ renowacja schodów

Tel. 790 584 982

**Przyjmę do pracy
w terenach zieleni.**
Tel. 607 763 316

Przewozy Bagażowe BUS-MAXI
Tel. 696 466 747

**Sprzedam działkę 7 ar
w Otyniu, ul. Topolowa**
Tel. 608 425 724

Zatrudnię kierowcę busa

Praca: poniedziałek- piątek
godz. 6.00 - 14.00

Tel. 606 637 991

DREWNO OPAŁOWE / KOMINKOWE

Transport 4mp do 30 km GRATIS

Facebook: fb.me/transtolpphu

Tel.: 600 056 867, 665 996 815,
792 736 522

Produkcja okien z ciepłych profili

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

Atrakcyjne ceny producenta

BRAMY • ROLETY • ŻALUZJE • MOSKITIERY

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

STACJA DEMONTAŻU - RECYKLING

ZŁOMOWANIE samochodów osobowych, ciężarowych,
motocykli, przyczep

ZA DARMO transport gratis

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

Zlecę wykonanie prac:
malowanie altany,
ogrodzenia, balustrad.
Tel. 605 413 163

PSYCHOLOG

Wojciech Twardowski

Tel. 691-960-242

Rehabilitacja

mgr Aneta Januszka

67-124 Nowe Miasteczko
ul. 22 Lipca 18

Tel.: 606 640 219

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

PROTEZY ZĘBOWE

EKSPRESOWA NAPRAWA

Tel. 603 603 810

Modrzyca, ul. Brzozowa 6

Zatrudnimy

- pracownika warsztatu,
- odlewników,
- czyszczących laminaty
- oraz osobę
do laminowania.

Zgłoszenia: Nowa Sól
ul. Głogowska 75
lub tel.: 68 387 45 98

**ALK CENTRUM
LEASINGOWO-KREDYTOWE**

Leasing Dla Firm

Kredyt Samochodowy

Pożyczka Leasingowa

Ubezpieczenia

Tel. 502 527 786

Nowa Sól



**Zapraszamy
do zakupu e-wydania
Tygodnika KRAK
na www.eprasa.pl**

TWÓJ SKŁAD OPAŁU

Sprzedaż RATALNA



ROMEXS
POLSKI WĘGIEL - POLSKA JAKOŚĆ

➤ Orzech Bobrek 990 zł

➤ Orzech Marcel 950 zł

➤ Orzech Jankowice 920 zł

➤ Orzech Staszic 1100 zł

➤ Orzech 690 zł

➤ Orzech 750 zł

GODZINY OTWARCIA:

poniedziałek - piątek 8.00 - 16.00
sobota 8.00 - 12.00

PROMOCJA

➤ W sprzedaży pellet
DREWEXIM i VARMO

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