

Ruszył proces matki oskarżonej o zabójstwo dziecka

STR. 5

Wystarczył ułamek sekundy, by doszło do tragicznego wypadku. Iza w stanie krytycznym trafiła na stół operacyjny

STR. 7



Śmierć wartownika. To było samobójstwo?

STR. 5

Nr 7 (1148)

17 lutego 2026 r.
cena 4,00 zł (VAT 5%)
www.twojglos.pl
rok XXVII

Jesteśmy na Facebooku
TWÓJ GŁOS - gazeta
i portal powiatu ryckiego

Numer w sprzedaży do
23 lutego 2026 r.

TWÓJ GŁOS

GAZETA I PORTAL POWIATU RYCKIEGO

XXV PLEBISCYT
TWOJEGO GŁOSU

Dziś kolejny kupon.
Zagłosuj na swojego
faworyta!

KONKURS
dla
czytelników

Nagrody czekają!

STR. 32

GM. ULĘŻ

Co z parkiem krajobrazowym? Mieszkańcy boją się ograniczeń w produkcji rolnej i budownictwie

STR. 4

GM. NOWODWÓR

Nowy Żłobek „Smerfuś” w Nowodworze działa od lutego. Wciąż są wolne miejsca dla najmłodszych dzieci

STR. 4

POWIAT

Uczniowie ze stypendiami Prezesa Rady Ministrów. Sprawdź, kto dostał

STR. 7

POWIAT RYCKI ZNIKA W OCZACH Dramatyczne dane za 2025 rok

Ponad 600 pogrzebów

i zaledwie 365
urodzeń - bilans 2025
roku jest bezlitosny.

Od 2002 roku
ubyło nas aż 16%,
a prognozy są
jeszcze gorsze.
Jeśli trend się utrzyma,
za 25 lat populacja
powiatu spadnie
poniżej 40 tysięcy.
Sprawdzamy sytuację
w każdej gminie



STR.
2

Nocny wypadek. Kierowca trafił do szpitala



STR.
3

REKLAMA

USŁUGI KOMINIARSKIE

FREZOWANIE KOMINÓW

- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy
- sprzedaż pelletu

do każdego
frezowania
NASADA GRATIS!

KOM-FREZ ☎ 783 493 576

WIĘCEJ NAS UMIERA NIŻ SIĘ RODZI



Liczba mieszkańców powiatu ryckiego wykazuje stałą tendencję spadkową, zmniejszając się o ponad 16% w latach 2002–2024. Prognozy demograficzne wskazują na dalszy spadek populacji w kolejnych latach, wynikający z ujemnego przyrostu naturalnego

Powiat rycki jest najmniejszym powiatem w województwie lubelskim pod względem powierzchni. Na koniec 2025 roku miał 53 073 mieszkańców. Jeszcze 10 lat temu liczba ta przekraczała 57 tysięcy. W latach 2002–2024 liczba mieszkańców zmalała o 16,1%.

Średni wiek mieszkańców wynosi ok. 44 lat i jest porównywalny do średniego wieku mieszkańców województwa lubelskiego oraz porównywalny do średniego wieku mieszkańców całej Polski. W kolejnych latach należy spodziewać się kolejnego spadku liczby mieszkańców. Według

prognoz w 2050 roku ma nas być już tylko 39 485 osób.

Powiat rycki ma ujemny przyrost naturalny. W ubiegłym roku urodziło się 365 dzieci, w tym 184 dziewczynki i 181 chłopców. Współczynnik dynamiki demograficznej, czyli stosunek liczby urodzeń żywych

do liczby zgonów wynosi 0,59. W 2025 roku zmarło 609 mieszkańców powiatu ryckiego, w tym 322 mężczyzn i 277 kobiet. Największy odsetek zgonów spowodowany był chorobami układu krążenia, nowotworami, chorobami układu oddechowego. Na 1000 ludności powiatu ryckiego

przypada 11,49 zgonów. Mieszkańcy powiatu ryckiego zawarli w 2025 roku 356 małżeństw, co odpowiada 6,7 małżeństwom na 1000 mieszkańców. W tym samym okresie odnotowano aż 145 rozwodów (2,7 rozwodów przypadających na 1000 mieszkańców). Najpopularniejszym

imieniem nadawanym nowo narodzonym mieszkańcom powiatu ryckiego wśród chłopców był Nikodem, Stanisław, Franciszek i Jan a wśród dziewczynek Liliana, Gabriela, Zofia i Pola. W gminie Ułęż pojawiło się również rzadko spotykane imię chłopca Teoman.

DĘBLIN

14.198 mieszkańców

kobiety
7.274

mężczyźni
6.924

URODZENIA
76



40 chłopców, 36 dziewczynek

ZGONY
169



87 mężczyzn, 82 kobiety

MAŁŻEŃSTWA
91



ROZWODY
47



Najpopularniejsze imiona
chłopcy: Nikodem, Stanisław, Leon
dziewczynki: Zofia, Pola, Hanna

KŁOCZEW

7.138 mieszkańców

kobiety
3.614

mężczyźni
3.524

URODZENIA
74



36 chłopców, 38 dziewczynek

ZGONY
83



49 mężczyzn, 34 kobiety

MAŁŻEŃSTWA
57



ROZWODY
14



Najpopularniejsze imiona
chłopcy: Nikodem, Szymon, Franciszek
dziewczynki: Liliana, Rozalia, Marcelina, Emilia

NOWODWÓR

4.038 mieszkańców

kobiety
2.002

mężczyźni
2.036

URODZENIA
26



11 chłopców, 15 dziewczynek

ZGONY
42



25 mężczyzn, 17 kobiet

MAŁŻEŃSTWA
21



ROZWODY
10



Najpopularniejsze imiona
chłopcy: Franciszek, Jan, Jakub
dziewczynki: Lena, Marcelina, Zofia

RYKI

19.730 mieszkańców

kobiety
10.008

mężczyźni
9.722

URODZENIA
136



66 chłopców, 70 dziewczynek

ZGONY
218



119 mężczyzn, 99 kobiet

MAŁŻEŃSTWA
131



ROZWODY
56



Najpopularniejsze imiona
chłopcy: Jan, Nikodem, Stanisław
dziewczynki: Liliana, Oliwia, Gabriela

STĘŻYCA

4.882 mieszkańców

kobiety
2.462

mężczyźni
2.420

URODZENIA
33



17 chłopców, 16 dziewczynek

ZGONY
65



34 mężczyzn, 31 kobiet

MAŁŻEŃSTWA
32



ROZWODY
9



Najpopularniejsze imiona
chłopcy: Antoni, Szymon, Fabian
dziewczynki: Zofia, Laura, Kalina

UŁĘŻ

3.087 mieszkańców

kobiety
1.581

mężczyźni
1.506

URODZENIA
20



11 chłopców, 9 dziewczynek

ZGONY
32



18 mężczyzn, 14 kobiet

MAŁŻEŃSTWA
24



ROZWODY
9



Najpopularniejsze imiona
chłopcy: Jan, Franciszek, Karol
dziewczynki: Zofia, Pola, Rozalia

wg. stanu na dzień 31 grudnia 2025 r.

REDAGUJE ZESPÓŁ:

Michał Gawryłek - red. naczelny, sekretarz redakcji, tel. 505 049 181, e-mail: michal@twojglos.pl

Zbigniew Jończyk - z-ca red. naczelnego, tel. 505 049 182, e-mail: jon.tg@op.pl

Tomasz Kępka - tel. 511 192 743, e-mail: tomaszkepka@twojglos.pl

Mariusz Nastalski - sport, tel. 502 443 010, e-mail: sport@twojglos.pl

DZIAŁ REKLAMY: tel. 503 993 383, e-mail: reklama@twojglos.pl

WSPÓŁPRACUJĄ: asp. sztab. **Agnieszka Marchlak** (kronika policyjna), mł. bryg. **Jarosław Lasek** (kronika strażacka)

SKŁAD I ŁAMANIE: **Michał Gawryłek**, **Marcin Sadura**

WYDAWCA: Firma Wydawnicza Michał Gawryłek, ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki

DRUK: Ringier Axel Springer Polska Sp. z o.o., nakład 3770 egz.

REDAKCJA: ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki, tel. 510 332 855, e-mail: redakcja@twojglos.pl

ADRESY SKRZYNEK KONTAKTOWYCH

RYKI: wejście do redakcji (ul. Szkolna 1); sklep Delikatesy Centrum (ul. Słowackiego 15b); **DĘBLIN:** przed wejściem do biura SHPIU (ul. PCK 4); kiosk na stacji PKP (ul. Dworcowa); kiosk „Andbell” (ul. Niepodległości); **KŁOCZEW:** sklep GS Kłoczew (ul. Długa); **STĘŻYCA:** „APRO” Sklep Spożywczo-Przemysłowy; Sklep Spożywczo-Przemysłowy Anna Celińska; **UŁĘŻ:** Sklep Spożywczo-Przemysłowy „Groszek”; **NOWODWÓR:** Sklep Spożywczo-Przemysłowy Szczepan Kałaska; Sklep Spożywczo-Przemysłowy „U Leszka”; **GRABÓW SZLACHECKI:** A&M Sklep Spożywczo-Przemysłowy s.c.

Redakcja zastrzega sobie prawo zmiany tytułów, skracania i redagowania nadesłanych tekstów, nie zwraca materiałów nie zamówionych, nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń, nie publikuje listów anonimowych (autor może sobie zastrzec imię i nazwisko do wiad. red)

WYBUCH POJEMNIKA PRZY ODBIORZE ŚMIECI



Podczas odbioru odpadów doszło do groźnego zdarzenia. Pojemnik z pianką montażową wybuchł tuż przy twarzy pracownika



❗ Nie wolno wyrzucać odpadów niebezpiecznych do zmieszanych. Mieszkańcy muszą zwracać uwagę na prawidłową segregację śmieci, bo może to spowodować nieszczęście dla pracowników, którzy je odbierają. Pan Mariusz Żmuda pracuje w ryckim PGKiM od ponad 5 lat. Do tej pory na szczęście nie miał poważniejszego zdarzenia przy odbiorze spowodowanych niebezpiecznymi odpadami. – Trzeba jednak cały czas uważać, czy w workach lub pojemnikach nie ma czegoś niebezpiecznego – mówi pracownik PGKiM. – Jakiś czas temu mieliśmy przypadek, że zapalił się pojemnik i trzeba było go gasić, bo ktoś wrzucił rozżarzony popiół z pieca – dodaje

w Lublinie.

– Chcieliśmy mieć absolutną pewność, że nie stało się nic groźnego dla oczu. Skończyło się

to dobrze, bo instynktownie zamknął oczy. Po dokładnych badaniach okazało się, że wzrok nie został uszkodzony. Nie

potrzebna była hospitalizacja. Skończyło się tylko na podrażnieniu skóry – mówi Dariusz Wojdat, prezes Miejskiego Zakła-

du Gospodarki Komunalnej w Dęblinie.

Jak podkreśla prezes, nikt nie spodziewał się takiej sytuacji. Pojemniki po pianie montażowej to odpady niebezpieczne. Nie powinny trafiać do kosza na śmieci zmieszane.

– Wrzucanie pojemników pod ciśnieniem, np. po pianie montażowej nie powinno mieć miejsca. Najlepszym rozwiązaniem jest oddanie takich odpadów do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych – przypomina prezes Wojdat.

Choć w Dęblinie to pierwszy taki wypadek, w kraju regularnie dochodzi do podobnych zdarzeń, także bardzo poważnych.

– Mogło to się skończyć bardzo tragicznie, bo resztki tej pianki uderzyły człowieka prosto w twarz. Dobrze, że pianka a nie odłamki blachy z tego pojemnika – mówi Dariusz Wojdat.

Częściej zdarzają się

przypadki wystawiania do wywozu gorącego popiołu prosto z pieca. To może doprowadzić do pożaru śmieciarki.

– Mieszkańcy muszą zwracać uwagę na te wszystkie rzeczy, bo może to spowodować nieszczęście dla pracowników, którzy odbierają śmieci. Wydaje się, że to proste czynności, ale praca tych osób jest naprawdę ciężka, zasługująca na szacunek i jak się okazuje może być niebezpieczna – podkreśla prezes.

Spółka przypomina, że Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych (PSZOK) to właściwe miejsce dla zużytych pojemników po piankach, klejach czy silikonach. To odpady poremontowe. Ze względu na pozostałości chemiczne i resztki ciśnienia nie wolno ich wrzucać ani do żółtego pojemnika na metale i tworzywa, ani do odpadów zmieszanych.

Zbigniew Jończyk

Kierowca busa jechał na podwójnym gazie

Podczas policyjnej akcji „Truck & Bus” w powiecie ryckim wpadł nietrzeźwy kierowca busa. Miał 0,44 promila alkoholu

To efekt działań ryckich policjantów ruchu drogowego prowadzonych w ramach ogólnopolskiej akcji „Truck & Bus”. Funkcjonariuszy wsparł dron z Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Wojewódzkiej Policji w Lublinie, który z powietrza obserwował ruch na głównych drogach. Sprzęt pomógł szybciej wykrywać wykroczenia.

– Policjanci szczególną uwagę zwracali na kierujących pojazdami ciężarowymi, busami oraz autokarami. Celem działań była poprawa bezpieczeństwa na drogach oraz przeciwdziałanie nieprawidłowościom występującym podczas wykonywania transportu

drogowego osób i rzeczy – informuje asp. Łukasz Filippek z Komendy Powiatowej Policji w Rykach. W ciągu jednego dnia funkcjonariusze przeprowadzili blisko 60 kontroli drogowych i ujawnili ponad 30 wykroczeń. Prawie 20 z nich dotyczyło kierowców ciężarówek.

Mundurowi zatrzymali 7 dowodów rejestracyjnych oraz 1 prawo jazdy. Do tego zatrzymania doszło w miejscowości Moszczanka. 40-letni kierowca fiata z powiatu ryckiego miał 0,44 promila alkoholu w wydychanym powietrzu.

Policjanci przypominają, że jazda po alkoholu grozi poważnymi konsekwencjami. W zależności od stężenia alkoholu czyn może być wykroczeniem (od 0,2 do 0,5 promila) albo przestępstwem (powyżej 0,5 promila). Za jazdę w stanie nietrzeźwości

grozi do 3 lat więzienia, wysoka grzywna, zakaz prowadzenia pojazdów oraz obowiązkowe świadczenie pieniężne.

Alkohol a prowadzenie auta

Alkohol może być zabójczy na drodze, ponieważ zaburza zdolność prawidłowego postrzegania rzeczywistości oraz oceny sytuacji, obniża też szybkość reakcji. Negatywne oddziaływanie można zaobserwować nawet przy minimalnej dawce, zaś z każdą kolejną możliwą bezpiecznego prowadzenia auta maleje.

0,1 promila - rozproszenie uwagi
0,2 promila - dłuższe sprzeczanie
0,3 promila - drobne zaburzenia równowagi oraz koordynacji ruchowej, gorsze postrzeganie kształtów znajdujących się w oddali oraz nieprawidłowe postrzeganie dynamicznych zmian światła
0,4 promila - opóźnione reagowanie na występujące bodźce, niższa sprawność motoryczna, dłuższa adaptacja do zmieniających się warunków oświetleniowych i atmosferycznych
0,5 promila - zaburzona ocena sytuacji na drodze, nieprawidłowa ocena odległości, obniżenie ostrości widzenia, nadpobudliwość
0,6 promila - nierealistyczna ocena własnych możliwości, zaburzona kontrola zachowania, znaczący spadek koncentracji
0,8 promila - osłabienie mięśni realnie obniżające zdolność prowadzenia samochodu
1 - 2 promile - zaburzenia koordynacji mięśniowej, obniżenie sprawności intelektualnej, labilność emocjonalna
2 - 3 promile - silna senna, postępująca utrata kontroli nad swoim zachowaniem
3 - 4 promile - spadek ciśnienia krwi, pogorszenie funkcji życiowych, ryzyko utraty przytomności
4 promile i więcej - groźba zapadnięcia w śpiączkę, zatrzymania akcji serca, zgonu

Nocny wypadek w Leopoldowie. Kierowca trafił do szpitala

Całkowicie rozbity przód osobowego volkswagena, to skutek nocnego zderzenia z przydrożnym drzewem. Kierowca ratował się przed potrąceniem sarny



Do groźnie wyglądającego zdarzenia doszło w nocy z niedzieli na poniedziałek na drodze powiatowej między Leopoldowem a Grabowem Szlacheckim. Tuż po godzinie 1:00 służby zostały zaalarmowane o wypadku drogowym na ulicy Zielonej w Leopoldowie. Na miejsce natychmiast skierowano zastępy straży pożarnej, zespół ratownictwa medycznego oraz policję.

– Ze wstępnych ustaleń wynika, że do zdarzenia doszło w momencie omijania sarny, która wbiegła przed samochód – informuje asp. Łukasz Filippek, rzecznik prasowy

❗ Jedna osoba ranna i rozbity samochód to skutek uderzenia w drzewo, do którego doszło po nagłym wtargnięciu sarny na jezdnię. 20-letni kierowca, chcąc uniknąć zderzenia ze zwierzęciem, stracił panowanie nad pojazdem (fot. OSP KSRG Leopoldów)

wy komendy powiatowej policji w Rykach.

Volkswagenem kierował 20-letni mieszkaniec powiatu ryckiego. Młody kierowca stracił panowanie nad kierownicą, zjechał na pobocze a następnie uderzył w drzewo. Karetką pogotowia został przetransportowany do szpitala. Był przytomny.

– Kierowca musi być zawsze czujny i przygo-

towany na ewentualne wtargnięcie dzikiego zwierzęcia, szczególnie porą nocną. Zwierzęta, oślepięte światłami nadjeżdżających samochodów, mogą niespodziewanie wtargnąć na drogę. Szczególnie zwracamy uwagę na pobocza, gdzie te zwierzęta mogą zerować. Zwolnijmy i zachowajmy wzmożoną uwagę – apeluje asp. Łukasz Filippek z ryckiej policji.

PARK KRAJOBRAZOWY BUDZI SPRZECIW



Duże emocje i wiele pytań - tak wyglądało spotkanie o planowanym parku krajobrazowym na naszym terenie. Mieszkańcy boją się ograniczeń w produkcji rolnej i budownictwie

9 lutego w Ułężu odbyło się jedno z pierwszych spotkań dotyczących utworzenia parku krajobrazowego nad rzeką Wieprz. Inicjatywa wyszła ponad rok temu od władz i pracowników Zespołu Lubelskich Parków Krajobrazowych. Pomysł trafił do marszałka województwa Jarosława Stawiarskiego. Jeśli park powstanie, będzie to pierwszy nowy park na Lubelszczyźnie od 30 lat. Na razie trwają wstępne prace. Przedstawiciele ZLPK spotykają się z radnymi i mieszkańcami gmin położonych nad Wieprzem. Spotkanie w Ułężu było jednym z pierwszych.

UŁĘŻ I OKOLICE MAJĄ POTENCJAŁ

Pracownicy ZLPK przedstawili wstępną koncepcję. - Chcemy wydzielić najciekawsze tereny w otoczeniu Wieprza. Zakładamy, że park obejmie 16 tys. ha powierzchni, czyli



Na spotkaniu gościł m.in. dyrektor Zespołu Lubelskich Parków Krajobrazowych Paweł Łapiński (w środku)

mniej niż połowę dotychczasowego obszaru chronionego - mówił Andrzej Kardasz, zastępca dyrektora ZLPK.

O korzyściach mówił przewodnik turystyczny Michał Zieliński.

- Park krajobrazowy wpływa na rozpoznawalność i markę miejsca. Powoduje, że jest ono obecne na mapach, przewodnikach i w Internecie. Jest to sygnał dla ludzi z zewnątrz, że warto do takiego miejsca przyjechać - tłumaczył. Jego zdaniem bliskość Warszawy i Lublina może przyciągnąć turystów.

- Powstaną tu miejsca noclegowe, pokoje gościnne, domki, agroturystyka, kempingi, ścieżki rowerowe, przystanie kajakowe. Będą potrzebne lokale z małą gastronomią i restauracje. A to spowoduje wzrost miejsc pracy - zaznaczył Zieliński.

O potencjale mówił też Marek Łukasiak z Ośrodka Edukacji Ekologicznej w Sobieszynie.

- Tylko w ubiegłym roku do naszego ośrodka przyjechało prawie 6 tys. osób. To świadczy o tym, że mamy potencjał - ocenił.

MIESZKAŃCY PYTALI O ZAKAZY

Ogólne zapowiedzi nie uspokoiły mieszkańców. Pytali o granice parku i możliwe zakazy.

- Zrobiliśmy przetarg na dokumentację. Gdy powstanie, zajmą się nią naukowcy. Ale nawet gotowy, nie będzie wersją ostateczną. Granice parku będzie można zmienić, w zależności od potrzeb gminy czy mieszkańców - tłumaczył Paweł Łapiński, dyrektor ZLPK.

Nie ma jeszcze pełnej listy zakazów.

- Na ten moment, na terenie obszaru chronionego, mamy siedem zakazów. Gdy powstanie park, tych zakazów będzie pięć, czyli mniej niż dotychczas i będą one dotyczyć przedmiotu ochrony, czyli w tym przypadku rzeki Wieprz. Może się tak jednak zda-



W spotkaniu z przyrodnikami wzięło udział kilkadziesiąt mieszkańców Ułęża i okolic

rzyć, że po konsultacjach z radnymi i mieszkańcami, ostatecznie liczba zakazów jeszcze zostanie zmniejszona. Na pewno można się spodziewać zakazu używania łodzi motorowych i jazdy quadami po łąkach - zaznaczył Łukasiak.

- Mając park możecie być pewni, że na tym terenie nie powstaną takie rzeczy, jak elektrownia wiatrowa czy spalarnia odpadów. Nie jesteśmy po to, by mieszkańcom robić na złość. Chcemy, by park wam pomógł, a nie zaszkodził - dodał Kardasz.

CO Z BUDOWĄ DOMÓW?

Mieszkańcy pytali też o plan ochrony i ewentualne nowe ograniczenia w przyszłości.

- Wykonawca planu opiera się na obowiązujących planach zagospodarowania przestrzennego. A w zakresie nieuregulowanym, wydawane są wskazania, które dla gmin nie są wiążące - wyjaśnił Łapiński. - Każda zmiana musi być

uzgodniona z radą gminy, a gmina może się na nią nie zgodzić - dodał.

W sprawie budownictwa głos zabrał Andrzej Kardasz.

- Jeśli będą ograniczenia, to tylko takie, jakie są obecnie. A teraz obowiązuje zakaz wykonywania prac ziemnych trwale zmieniających ukształtowanie terenu. A co do budowy budynków, decydować o tym będzie miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego, urząd gminy i starostwo. My wydajemy tylko opinię, a ta jest niewiążąca - przekonywał.

TRASA ROWEROWA WZDŁUŻ WIEPRZA

Przyrodnicy zapowiedzieli też projekt trasy rowerowej wzdłuż całego Wieprza.

- Przygotowujemy się do projektowania trasy rowerowej wzdłuż całego Wieprza. Trasa będzie prowadziła od źródła rzeki do jej ujścia i ma to być najdłuższa trasa rowerowa, a przy tym bezpieczna, z punkta-

mi na odpoczynek. Projektowana trasa połączy się z trasą wzdłuż wschodnich terenów Polski i z trasą wzdłuż Wisły. Będziemy ją wytyczać wzdłuż już istniejących dróg wojewódzkich i powiatowych. Przygotujemy ją tak, by nie utrudniała życia rolnikom - mówił Michał Zieliński.

Nie wykluczył przy tym wywłaszczeń. W razie braku zgody właścicieli, trasa ma być prowadzona innymi terenami.

Natomiast w najbliższej przyszłości ma powstać plan parku z jego granicami. Planiści mają na czas do 19 lutego. Później rozpoczną się konsultacje z mieszkańcami i gminą. Na podstawie planu powstaną zalecenia ochrony, a później projekt uchwały, którą rada gminy może przyjąć lub odrzucić. - W przypadku odrzucenia, procedury tworzenia parku zaczynają się na nowo. Ale myślę, że w takiej sytuacji nie będziemy szli w zaparte i od planu odstępimy - mówi dyrektor ZLPK.

Tomasz Kępka

Są wolne miejsca w żłobku w Nowodworze

Nowy Żłobek „Smerfuś” w Nowodworze działa od lutego. Wciąż są wolne miejsca dla najmłodszych dzieci

Placówka rozpoczęła działalność z początkiem lutego. Teraz zaprasza także rodziców spoza gminy Nowodwór. Żłobek zapewnia opiekę dla 16 dzieci w wieku od 20 tygodni do 3 lat. Maluchy mogą przeby-

wać tam przez 10 godzin dziennie i mają zapewnione całodziennie wyżywienie.

Nowy budynek wyposażono w pomoce do nauki i zabawy. Mają one wspierać rozwój ruchowy, psychiczny, poznawczy i emocjonalny dzieci.

Czesne wynosi 1,5 tys. zł miesięcznie. Rodzice mogą otrzymać tę kwotę z programu „Aktywny

rodzic”. Z własnej kieszeni trzeba zapłacić za wyżywienie oraz ewentualne wydłużenie pobytu dziecka do maksymalnie 12 godzin.

Dokumenty potrzebne do zapisania dziecka można pobrać ze strony internetowej: nowodwor.eurzad.eu.

Żłobek „Smerfuś” mieści się w tym samym budynku co przedszkole otwarte we wrześniu.

Obiekt powstał dzięki wsparciu z Programu Inwestycji Strategicznych „Polski Łód”.

To pierwsze takie miejsce w gminie. Do tej pory działały tylko oddziały przedszkolne przy szkołach podstawowych i to jedynie przez pięć godzin dziennie. Nowa inwestycja pozwala rodzicom zostawić dzieci pod opieką na dłużej.

zj



Budynek ma prawie 640 metrów kwadratowych. Jest w nim miejsce na cztery oddziały przedszkolne dla 80 dzieci oraz jeden oddział żłobkowy dla 15 maluchów. Są też pomieszczenia socjalne i gospodarcze, aneks kuchenny, szatnia oraz łazienki, w tym jedna dostosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnościami (fot. UG Nowodwór)

RUSZYŁ PROCES 31-LATKI OSKARŻONEJ O ZABÓJSTWO



Przed Sądem Okręgowym w Lublinie rozpoczął się proces 31-letniej mieszkanki Ułęża. Prokuratura zarzuca Aleksandrze K. zabójstwo nowo narodzonego dziecka



W piątek ruszył przed Sądem Okręgowym w Lublinie proces 31-latki oskarżonej o zabójstwo noworodka. Grozi za to kara pozbawienia wolności na czas nie krótszy od 10 lat, 25 lat pozbawienia wolności albo dożywocie (fot. archiwum/KPP Ryki)

Według śledczych w nocy z 7 na 8 sierpnia 2025 roku kobieta, „działając w zamiarze bezpośrednim pozbawienia życia nowo narodzonego dziecka płci męskiej, po zakończonej akcji porodowej nie zapewniła mu odpowiedniej opieki medycznej i porzuciła je w budynku starej chlewni, w warunkach uniemożliwiających samodzielne przeżycie”. Akt oskarżenia trafił do sądu 17 grudnia.

ZA ZAMKNIĘTYMI DRZWIAMI

Kobieta od zatrzymania przebywa w tymczasowym areszcie. Obrońca

wnioskował o zmianę tego środka na wolnościowy, ale sąd nie przychylił się do takiego wniosku.

Proces ruszył w piątek, 13 lutego, przed Sądem Okręgowym w Lublinie. Oskarżona została doprowadzona z aresztu. Sąd odebrał od niej wyjaśnienia i rozpoczął przesłuchiwanie świadków.

- Sąd miał na uwadze szczególne okoliczności tego czynu, jak też ewentualnie okoliczności dotyczące samej osoby oskarżonej, jej stanu zdrowia, wpływu stanu zdrowia na przebieg tego całego zda-

rzenia - poinformował Radio Lublin Andrzej Mikołajewski, sędzia SO w Lublinie.

Rozprawa odbywa się za zamkniętymi drzwiami. Jeszcze przed jej rozpoczęciem obrońca złożył wniosek o wyłączenie jawności. Sąd przychylił się do tego wniosku, uznając, że okoliczności sprawy mogą naruszyć prywatność i dobre obyczaje. Media i inni obserwatorzy będą mogli wejść na salę dopiero podczas ogłoszenia wyroku.

Kobiecie grozi nawet dożywocie.

OGRANICZONA POCZYTAŁNOŚĆ

Jak wynika z materiałów sprawy, sąd będzie mógł nadzwyczajnie złagodzić karę. Prokuratura, po uzyskaniu opinii biegłych uznała, że w chwili popełnienia czynu oskarżona miała w znacznym stopniu ograniczoną zdolność rozpoznania jego znaczenia i pokierowania swoim postępowaniem. - Z kwalifikacji prawnej wynika jasno, że poczytalność była ograniczona w stopniu znacznym, ale nie została zniesiona całkowicie, dlatego do

sądu trafił akt oskarżenia - informowała Marta Śmiech, rzecznik prasowy Sądu Okręgowego w Lublinie.

CIAŁO W STAREJ CHLEWNI

Sprawa wyszła na jaw 10 sierpnia 2025 roku. Ratownicy medyczni zostali wezwani do kobiety z powodu powikłań po porodzie. Rodzina podejrzewała, że 31-latka jest w ciąży, jednak kobieta temu zaprzeczała. Nie była pod opieką lekarza i nie wykonywała badań.

Podczas udzielania pomocy przyznała, że zоставiła dziecko w starej chlewni na terenie byłej Spółdzielni Rolniczej w Ułężu. Na miejsce wezwano policję i straż pożarną. W czasie przeszukiwania odnaleziono ciało noworodka. Zespół ratownictwa medycznego stwierdził zgon.

Sekcja zwłok wykazała, że dziecko urodziło się żywe. Biegli nie ustalili jednoznacznie przyczyny śmierci.

Aleksandra K. przyznała się do zarzutu. Jak ustalili śledczy, nie ukrywała, że celowo nie udzieliła synowi pomocy i czekała, aż umrze.

Zadziałała czujka czadu

RYKI W ubiegłym tygodniu strażacy zostali wezwani do mieszkania w bloku przy ul. Kościuszki w Rykach. Powodem było uruchomienie alarmu czujki czadu. W lokalu znajdował się piec gazowy do podgrzewania wody. Urządzenie wykryło obecność tlenu węgla i wyświetliło wartość 80 ppm. Działania strażaków polegały na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia oraz sprawdzeniu stężenia czadu w mieszkaniu. Przeprowadzone pomiary nie wykazały obecności tlenu węgla.

Wypalali kable

DĘBLIN Kilka dni temu służby zostały wezwane na ul. Staszica. Zgłoszenie dotyczyło wypalania izolacji z kabli elektrycznych. Jak wynika z informacji przekazanych przez policję, ogień miał pojawić się w okolicach toru kolejowego prowadzącego do jednostki wojskowej, między garażami. Strażacy odnaleźli miejsce, w którym wypalano przewody. Nie stwierdzili jednak zarzewi ognia.

Śmierć wartownika w Dęblinie. To było samobójstwo?

34-letni pracownik ochrony zginął podczas służby przy jednostce wojskowej w Dęblinie. Śledczy wykluczyli udział osób trzecich

Do tragedii doszło 6 lutego wieczorem na terenie garnizonu Dęblin. Ciało 34-letniego mieszkańca powiatu puławskiego znaleziono przy bramie prowadzącej do jednostki wojskowej od strony zespołu pałaco-

wo-parkowego przy ul. Dywizjonu 303.

Wartę w tym miejscu pełnią cywilni pracownicy firmy ochroniarskiej z Lublina. Około godziny 21 świadkowie usłyszeli serię strzałów z broni palnej. 34-latek pełnił służbę sam. Dwa pociski trafiły go w szyję, pozostałe uderzyły w elementy pomieszczenia. Na miejscu wezwano służby. Mężczyzna zmarł. Przy sobie miał karabin maszynowy.

Na miejscu pracowała Żandarmeria Wojsko-

wa. Funkcjonariusze zabezpieczyli ślady i przesłuchali świadków. Materiały trafiły do wydziału ds. wojskowych Prokuratury Okręgowej w Lublinie, która zleciła sekcję zwłok.

Sekcję przeprowadzono w minioną środę. Prokuratura poinformowała, że śmierć nastąpiła w wyniku oddania dwóch strzałów z broni automatycznej ustawionej na ogień ciągły.

Postępowanie prowadzone jest z artykułu kodeksu karnego, który

mówi o „doprowadzeniu” do samobójstwa poprzez namowę (podżeganie) lub udzielenie pomocy (ułatwienie).

Śledczy wykluczyli udział osób trzecich w zdarzeniu z 6 lutego. Przebieg tragedii zarejestrowały kamery monitoringu. Prowadzący sprawę wiedzą, jak wyglądało zdarzenie.

Badane są jeszcze inne kwestie, w tym sprawy formalne, jak aktualność badań psychologicznych związanych z pozwoleniem na broń.

Złodziej trafił za kratki

Policjanci z Ryk rozwiązyli sprawę usiłowania włamania, do którego doszło ponad dwa lata temu na terenie MOP Sarny

Z ustaleń śledczych wynika, że sprawca włamał się do jednego z zaparkowanych tam samochodów. Z auta zabrał torbę z dokumentami oraz portfel z pieniędzmi w różnych walutach o łącznej wartości około 3 tys. zł. Dzięki szybkiej reakcji właściciela nie doszło jednak do skutecznej kradzieży, a złodziej uciekł.

Kilka dni temu policjanci w Chęcinach zatrzymali do kontroli drogowej

BMW. Okazało się, że samochód ma „lewe” tablice rejestracyjne. Za kierownicą siedział 44-letni mieszkaniec Radomia. Mężczyzna był poszukiwany przez policjantów z Ryk w związku z kradzieżą sprzed dwóch lat.

Został doprowadzony do prokuratury w Rykach, gdzie usłyszał zarzuty. Sąd zdecydował o jego tymczasowym aresztowaniu.

Za usiłowanie kradzieży z włamaniem grozi mu do 10 lat więzienia. Z kolei za używanie tablic rejestracyjnych nieprzypisanych do pojazdu grozi kara od 3 miesięcy do 5 lat pozbawienia wolności.

POSŁOWIE PIS NA SPOTKANIU W RYKACH



O polityce, cenach i planach na przyszłość rozmawiali w Rykach posłowie Radosław Fogiel i Przemysław Czarnek



Obaj posłowie, Radosław Fogiel i Przemysław Czarnek skupili się na najważniejszych sprawach bieżącej polityki

ła - przyznał Czarnek.

„KOMUNA WRÓCIŁA”

Posłowie krytycznie oceniali obecną sytuację w kraju.

- Można powiedzieć, że komuna wróciła. I nie chodzi tylko o wybór na marszałka sejmu byłego komunisty Włodzimierza Czarzaste-

go. Gorsze jest to, że ten marszałek zapowiedział rozliczanie Żołnierzy Wyklętych. Wydawało się, że przywróciliśmy godność osobom, które z komuną walczyły. A okazuje się, że nadal jest prehistoryczna, „jurajska” komuna, która chce z nimi walczyć - zauważył Fogiel.

Wśród problemów wy-

mieniał drożyznę, bezrobocie, sytuację finansów państwa i służby zdrowia.

- Wszystkie rządy po 1989 roku nie zadłużyły Polski tak jak rząd Donalda Tuska w dwa lata. Albo nie umieją, albo nie chcą zarządzać finansami publicznymi. Pieniądze gdzieś znikają i ktoś na tym zarabia - tłumaczył Fogiel.

- W tym roku w NFZ zabraknie 23 mld zł. Stąd pomysły likwidacji oddziałów położniczych i zmuszanie kobiet do rodzenia na SOR, najlepiej w godzinach 8-18, kiedy będzie obecny odpowiedni lekarz. To może zagrażać życiu kobiet - przestrzegł poseł PiS.

PYTANIA O WOJSKO I MAŁE MIASTA

Podczas spotkania był też czas na pytania z sali. Starosta zapytał o sprawę

obronności i jednostkę w Sobieszynie.

- Obecna władza nie chce realizować projektów PiS. W Sobieszynie ma chęć budowy pasa awaryjnego. Rząd widocznie wraca do obrony na Wiśle - uznał Czarnek.

Mieszkańcy pytali również o rozwój takich miast jak Dęblin i Ryki.

- Zaoferujemy samorządowi finansowanie inwestycji publicznych, które wpływają na infrastrukturę, spadek bezrobocia i rozwój miejsc pracy, tak jak było za naszych rządów - obiecał były minister nauki.

- Wypłaczymy też Polskę z Zielonego Ładu i polityki migracyjnej - dodał Fogiel.

Jedno z pytań zadała uczennica Milena z Niwy Babickiej. Chciała wiedzieć, w jaki sposób sze-

rokie spodnie mogą zagrażać bezpieczeństwu w szkole. Poseł Czarnek zapowiedział, że przekaże to pytanie minister Barbarze Nowackiej.

- Sam jestem ciekaw, jak na nie odpowie - mówił były minister.

Na koniec padło pytanie, jak odsunąć - w ocenie części uczestników - obecną władzę od rządzenia.

- My robimy, co w naszej mocy, ale wszędzie nie dotrzemy. Dlatego w swoim środowisku musicie państwo samemu działać i uświadamiać znajomych - przekonywał Fogiel.

Zapytany o możliwe koalicje po wyborach zaznaczył, że nie wyklucza samodzielnej większości Zjednoczonej Prawicy, choć przyznał, że będzie to trudne.

Tomasz Kępka



Wszystkim tym, którzy byli z nami w najtrudniejszych chwilach i dzielą nasz smutek po odejściu ukochanego Męża, Ojca, Dziadka

ŚP.
Stanisława Śluzka

oraz tak licznie przybyli i uczestniczyli w uroczystościach pogrzebowych serdeczne podziękowania składa Rodzina

Pożar domu

DĘBLIN Kilka dni temu straż pożarna otrzymała zawiadomienie o pożarze na ulicy Staromiejskiej. Ogień pojawił się w drewnianym domu. Okazało się, że powstał w wyniku nieszczę-

ności pieca kaflowego, który stykał się z drewnianą ścianą. Działania PSP oraz OSP Dębliń-Masów polegały na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia, wygaszeniu pieca i rozebraniu

fragmentu drewnianej ściany oraz podłogi, gdzie znajdowały się zarzewia ognia. W dalszej kolejności zgaszono tłące się fragmenty drewnianej konstrukcji budynku.

Strażacy przypominają o konieczności regularnego sprawdzania stanu urządzeń grzewczych, pieców oraz przewodów kominowych. Zaniedbania mogą doprowadzić do nieszczęścia.

**Odeszli
od nas**



26 stycznia 2026 r. zmarł

**Sławomir
MROZOWSKI**

z Niedźwiedzia
przeżył 70 lat

6 lutego 2026 r. zmarł

**Piotr
MUSZAŁSKI**

z Ryk
przeżył 49 lat

9 lutego 2026 r. zmarł

**Witold
GOŁĄBEK**

z Dębina
przeżył 89 lat

9 lutego 2026 r. zmarł

**Stefan
PSZKIT**

z Ryk
przeżył 85 lat

10 lutego 2026 r. zmarł

**Andrzej
ZAJĄC**

z Dębina
przeżył 68 lat

10 lutego 2026 r. zmarł

**Marian
PYRA**

z Brzezina
przeżył 69 lat

10 lipca 2026 r. zmarł

**Krzysztof
JARASZEK**

z Dębina
przeżył 59 lat

11 lutego 2026 r. zmarł

**Kazimierz
JÓŻWIK**

z Ulęża
przeżył 86 lat

12 lutego 2026 r. zmarła

**Kazimiera
JAROŃ**

z Ulęża
przeżyła 77 lat

13 lutego 2026 r. zmarła

**Zofia
PIOTERCZAK**

z Rososzy
przeżyła 76 lat

14 lutego 2026 r. zmarł

**Stanisław
KĘPKA**

z Dębina
przeżył 84 lata

JEDNA CHWILA, KTÓRA ZŁAMAŁA JEJ ŻYCIE



Wystarczył ułamek sekundy, by doszło do tragicznego wypadku. Iza w stanie krytycznym trafiła na stół operacyjny. Zawsze uśmiechnięta, wysportowana teraz walczy z całych sił o sprawność



■ - Ona ma duszę sportowca i wiemy, że walczy z całych sił o sprawność! Bez Was jednak nie mamy szans. Tylko z Waszą pomocą powrót Izy do dawnego życia jest możliwy. Prosimy, pomóżcie! - apelują bliscy Izabeli Łukasziak

Izabela Łukasziak urodziła się w Rykach. Tu uczęszczała do przedszkola i szkoły podstawowej a po zdaniu matury rozpoczęła studia w Warszawie. Po ich ukończeniu pozostała w stolicy, ale w każdej wolnej chwili odwiedzała swoją mamę w Rykach. W jednej chwili życie rodziny zatrzymało się. Był 22 sierpnia 2025 roku. - *Późno w nocy ode-*

braliśmy telefon z policji z informacją o wypadku. Iza jechała ścieżką rowerową, gdy doszło do zderzenia z rowerzystą z naprzeciwka. Została zabrana do szpitala nieprzytomna, gdzie w stanie krytycznym trafiła na stół operacyjny - mówi jej brat Arkadiusz. Operacja trwała kilka godzin. Okazało się, że ma ciężki uraz czaszkowo-

-mózgowy. Krwotok podtwardówkowy, krwiak podtwardówkowy, złamania kości czaszki, stłuczenie mózgu, wodogłowie pourazowe. - Przez długi czas słyszeliśmy tylko jedno: „to ciężkie uszkodzenie mózgu, pozostaje czekać, nic więcej nie możemy zrobić” - wspomina pan Arkadiusz. Rozpoczęła się walka o życie Izy.

Od zawsze uwielbiała aktywnie spędzać czas. Jej pasją jest kolarstwo przełajowe, narciarstwo, żeglarstwo i górskie wędrówki. Wszystko to zostało przerwane w jednej chwili. Blisko pół roku po wypadku Iza przebywa w zakładzie opiekuńczo-leczniczym. Nadal wymaga tlenoterapii, żywienia dojelitowego

i cewnikownia. Pojawiają się małe postępy: reaguje na dotyk, otwiera i wodzi oczami, zaciska ręce. Jej znajomi nie mają wątpliwości, że Iza to wspaniała wojowniczka. Ma duszę sportowca. - *Pokaż sobie, że Ty wygrasz z największymi przeciwnościami losu. Wierzę w Ciebie, że dasz radę, krok za krokiem, nie poddawaj się, za rok znów wsiądziesz na rower i poczujesz wiatr we włosach. Jesteś wspaniałą, nic Ciebie nie złamie* - napisała na jej profilu FB Anna Cichocka. Przed Izą długie, trudne i bardzo kosztowne leczenie oraz wieloetapowa, specjalistyczna rehabilitacja. Jedyną szansą na powrót do sprawności jest przeniesienie Izy do specjalistycznej placówki rehabilitacyjnej. Jest to ośrodek prywatny. Koszty są duże, bo wahają się między 25 a 40 tys. zł miesięcznie. Dodatkowo we własnym zakresie trzeba co miesiąc wymienić

sprzęt medyczny: rurkę tracheostomijną, cewnik, zestawy do żywienia dojelitowego. Każdy z nich to kolejne około 5 tys. zł. Dlatego ruszyła akcja wsparcia finansowego Izy, która musi na nowo nauczyć się czynności, które kiedyś były dla niej naturalne.

„Wiemy, że walczy z całych sił o sprawność. Bez Was jednak nie mamy szans. Tylko z Waszą pomocą powrót Izy do dawnego życia jest możliwy. Prosimy, pomóżcie” - napisali jej bliscy w apelu o wsparcie.

Zbigniew Jończyk

Jak pomóc

- odwiedzając stronę siepomaga.pl i tam dokonać wpłaty
- wysyłając sms na numer telefonu 75365 o treści 0924993
- przekazując 1,5% podatku. Numer KRS 0000396361, cel szczegółowy: 0924993 Izabela

Najlepsi z najlepszych

235 uczniów z województwa lubelskiego otrzymało w tym roku szkolnym stypendium Prezesa Rady Ministrów. Wśród nich jest 8 młodych ludzi z powiatu ryckiego

Stypendium trafia do uczniów szkół dziennych, które kończą się maturą. Z każdej szkoły wybiera się jedna osoba. Musi mieć najwyższą średnią ocen i promocję z wyróżnieniem albo szczególne uzdolnienia w jednej dziedzinie oraz co najmniej dobre oceny z pozostałych przedmiotów. W roku szkolnym 2025/26 w gronie nagrodzonych znalazło się ośmioro uczniów z naszego powiatu. Część z nich otrzymała to wyróżnienie już kolejny raz.

Stypendystami zostali: Martyna Pudło z Technikum nr 2 w Rykach,



■ Olena Chopenko - Technikum nr 1 w Rykach



■ Martyna Pudło - Technikum nr 2 w Rykach

Michalina Jędrzys z Liceum Ogólnokształcącego w Dęblinie, Emilia Kalbarczyk z Technikum nr 2 w Dęblinie, Olena Chopenko z Technikum



■ Emilia Kalbarczyk - Technikum nr 2 w Dęblinie



■ Kacper Jan Wojtaś - Technikum nr 1 w Dęblinie

nr 1 w Rykach, Dawid Małyśka z Ogólnokształcącego Liceum Lotniczego w Dęblinie, Julia Polak z I Liceum Ogólnokształcącego w Rykach, Kacper



■ Dawid Małyśka - Ogólnokształcące Liceum Lotnicze w Dęblinie



■ Julia Anna Polak - I Liceum Ogólnokształcące w Rykach

Wojtaś z Technikum nr 1 w Dęblinie oraz Natalia Pytka z Liceum Ogólnokształcącego w Sobieszynie-Brzozowej.



■ Natalia Pytka - Liceum Ogólnokształcące w Sobieszynie-Brzozowej



■ Michalina Jędrzys - Liceum Ogólnokształcące w Dęblinie

Natalia Pytka jest tegoroczną maturzystką z Zespołu Szkół im. hr. Kajetana Kickiego w Sobieszynie. Uczy się w kla-

sie o profilu wojskowym. - *Zdobywanie dobrych ocen nigdy nie sprawiało mi większych kłopotów. Lubię zdobywać wiedzę, ale nie do końca lubię uczyć się do szkoły - mówi Natalia.*

Najbardziej lubi historię i język angielski. Nie przepada za matematyką i fizyką.

- *Trzeba uczyć się wszystkich przedmiotów, żeby myśleć o stypendium. Zawsze byłam uczennicą czwórkową, piątkową. Już w podstawówce zdobywałam świadectwo z czerwonym paskiem - dodaje. Jej średnia ocen w liceum wynosi 5,31.*

Stypendium Prezesa Rady Ministrów to 500 zł miesięcznie. Pieniądze wypłacane są w dwóch ratach: pierwsza do 30 listopada (za okres od września do grudnia), druga do 30 kwietnia (za okres od stycznia do czerwca).

Zbigniew Jończyk

KALENDARZ
LITURGICZNY

❖ **17 lutego, wtorek**
WSPOMNIENIE ŚWIĘTYCH SIEDMIU
ZAŁOŻYCIELI ZAKONU SERWITÓW
NMP
-PAPIEŻ LEON XII ZATWIERDZIŁ
ZGROMADZENIE MISJONARZY
OBLATÓW MARYI NIEPOKALANEJ
(1826 R.)
- MAKSYMILIAN MARIA KOLBE
ZOSTAŁ ARESZTOWANY PRZEZ
GESTAPO (1941 R.)

❖ **18 lutego, środa**
POPIELLEC
- ZM. PAPIEŻ GRZEGORZ V (972 R.)

❖ **19 lutego, czwartek**
PATRON DNIA: ŚW. KONRAD
PUSTELNIK

❖ **20 listopada, piątek**
PATRON DNIA: ŚW. FRANCISZEK
I ŚW. HIACYNTA
- LEON XIII ZOSTAŁ WYBRANY 256.
PAPIEŻEM (1878 R.)

❖ **21 lutego, sobota**
PATRON DNIA: ŚW. PIOTR DAMIANI

❖ **22 lutego, niedziela**
I NIEDZIELA WIELKIEGO POSTU
- PAPIEŻ BONIFACJ VIII OGŁOSIŁ
ROK 1300 ROKIEM JUBILEUSZOWYM
- PRZEBYWAJĄCA W DOMU
ZAKONNYM W PŁOCKU SIOSTRA
FAUSTYNA KOWALSKA MIAŁA
PIERWSZE OBJAWIENIE CHRYSZTUSA
(1931 R.)

❖ **23 lutego, poniedziałek**
PATRON DNIA: ŚW. POLIKARP
- UMOWNA DATA PUBLIKACJI
PIERWSZEJ DRUKOWANEJ KSIĄŻKI
- BIBLIJ GUTENBERGA (1455 R.)
- UKAZAŁA SIĘ KSIĄŻKA PAMIĘĆ
I TOŻSAMOŚĆ PAPIEŻA JANA
PAWŁA II (2005 R.)

Dla
przyszłych
małżonków

RYKI Parafia Najświętszego Zbawiciela zaprasza narzeczonego z dekanatu ryckiego, którzy w najbliższych miesiącach planują przyjąć ślub na kurs przedmałżeński. Pierwsze spotkanie zaplanowano na 28 lutego w sobotę o godz. 10:00 w sali parafialnej, a następne 7 i 14 marca.

„PROCHEM JESTEŚ I W PROCH SIĘ
OBRÓCISZ”

» **Środa Popielcowa
wyznacza początek
Wielkiego Postu.
Czas duchowego
przygotowania
do uroczystości
Zmartwychwstania
Pańskiego, czyli
Wielkanocy**

Rozpoczynający się w środę okres wielkopostny to tak zwany „czas zakazany”, okres pokutny w Kościele. Z liturgii znika wesołe „Alleluja” oraz „Chwała na wysokości Bogu”, a kolorem szat liturgicznych staje się fiolet, który przywodzi na myśl pokutę, oczekiwanie i żałobę. W Środę Popielcową, która jest początkiem Wielkiego Postu, w ko-



❖ Od roku 604 Wielki Post rozpoczyna się w Środę Popielcową, a od 1099 roku praktykuje się w całym Kościele posypywanie głów popiołem, który pochodzi z palm poświęconych w Niedzielę Palmową poprzedzającego roku. Kapłani zmieniają kolor szat liturgicznych na fiolet, symbolizujący pokutę (fot. archiwum TG)

ściołach wierni uczestniczą w nabożeństwach, podczas którego błogosławiony jest popiół, uzyskiwany ze spalania palm z ubiegłorocznej Niedzieli Palmowej. Po-

Obrzęd ten ma przypominać, że życie szybko przemija. - Popiół oznacza ludzką słabość, przemijanie i zależność od Pana Boga - podkreśla, ks. Mateusz Pasek, student filologii klasycznej na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim i jednocześnie rezydent Parafii Chrystusa Miłosiernego w Dęblinie. Aby dobrze przeżyć ten czas i przygotować się do najważniejszego święta Chrześcijan służą wyjątkowe nabożeństwa. W piątki Droga Krzyżowa, a w niedziele Gorzkie Żale. W tym czasie chrześcijanin powinien też praktykować czyny pokutne. Są nimi m.in.: modlitwa, jałmużna, wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i post. Wiele osób podejmuje różne postanowienia. - *Warto postanowić sobie, by przez Wiel-*

ki Post być na Drodze Krzyżowej, a kto może, to w niedzielę na Gorzkich Żalach, aby wstąpić się w mękę Pana Jezusa i czerpać z niej inspiracje do dobrego życia - zachęca ks. prałat Stanisław Chodźko, proboszcz parafii Najświętszego Zbawiciela w Rykach. W każdej parafii będzie również można przeżyć rekolekcje wielkopostne.

Zbigniew Jończyk

W Środę
Popielcową
obowiązuje post

Wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych obowiązuje wszystkich, którzy ukończyli 14 rok życia. Dodatkowo osoby między 18 a 60 rokiem życia mogą spożyć tylko dwa posiłki skromne i jeden do syta. Podobny post obowiązuje także w Wielki Piątek, a w piątki przez cały rok obowiązuje wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych. W Wielkim Poście obowiązuje również zakaz organizowania zabaw i uczestniczenia w nich.

Polska silna wiarą i trzeźwością

Katolicy w całej Polsce modlą się o trzeźwość rodzin i odpowiedzialność rządzących. Hasło tegorocznych modlitw brzmi: „Polska silna wiarą i trzeźwością”

Rozpoczął się 59. Tydzień Modlitw o Trzeźwość Narodu. Wierni modlą się o zachowanie abstynencji w polskich rodzinach, o świadectwo trzeźwego życia kapłanów oraz za osoby sprawujące władzę, aby „przeciwstawiali się demoralizacji społeczeństwa i troszczyli się o trzeźwość”.

Kościół przypomina, że problem nadużywania alkoholu w Polsce jest poważny. Negatywne skutki dotyczą wielu rodzin.

- Kościół w Polsce od ponad pół wieku zachęca wiaryzących, aby przygotowując się do Wielkiego Postu modlili się w sposób szczególnie



w intencji trzeźwości narodu - podkreśla bp Tadeusz Bronakowski, przewodniczący Zespołu KEP ds. Apostolstwa Trzeźwości i Osób Uzależnionych.

Dodaje, że wynika to z odpowiedzialności za Ojczyznę, która - jak mówił bł. ks. Bronisław Markiewicz - „albo będzie trzeźwa, albo nie będzie jej wcale”.

ALARMUJĄCE
DANE

W 2023 roku Polska zajęła drugie miejsce w Europie pod względem liczby zgonów spowodowanych przez alkohol.

- Prowadzi nas wiara, że Bóg wysłucha naszych modlitw i da nam Ojczyznę silną wiarą i trzeźwością. Modlimy się o to zawsze, ale

właśnie Tydzień Modlitw jest wyjątkowym czasem mobilizacji, aby wspólnie wołać do Boga o zwycięstwo nad wadami narodowymi, w tym nad niszczącym nasz naród pijaństwem. Ono tak często jest bagatelizowane, a nawet przez wielu kultywowane i przewrotnie traktowane, jakby było synonimem wolności - tłumaczy bp Bronakowski. Hierarcha wyjaśnia też, czym jest pijaństwo: - Obrazowo można je porównać do prostej i szybkiej autostrady prowadzącej do śmiertelnej choroby, jaką jest alkoholizm. Tą autostradą porusza się każdy, kto pije alkohol ryzykownie i szkodliwie.

Ekspert podają, że pijaństwo to jednorazowe spożycie 60 gramów etanolu w przypadku mężczyzn i 40 gramów w przypadku kobiet. W Polsce, oprócz osób uzależnionych, ponad dwa miliony ludzi ma

problemy z alkoholem. Chodzi o osoby, które często są nietrzeźwe. Pojedyncze epizody pijaństwa w ciągu miesiąca dotyczą nawet dwóch trzecich dorosłych.

POTRZEBNA
REFLEKSJA

Droga do uzależnienia często zaczyna się niewinnie. Ktoś mówi sobie, że „jedno piwo wieczorem na pewno mi nie zaszkodzi”. Z czasem alkoholu jest coraz więcej, a wraz z nim pojawiają się poważne problemy. Inicjatorem Tygodnia Modlitw był kard. Stefan Wyszyński. W tym roku w sierpniu minie 70 lat od rozpoczęcia tej inicjatywy.

Jak podkreśla Kościół, nadużywanie alkoholu prowadzi do osłabienia wiary i wielu złych czynów. Tydzień Modlitw ma skłonić do zastanowienia się nad własnym życiem i zachęcić do zmiany na lepsze.

MUZYKA, EMOCJE I OWACJE NA STOJĄCO



Pełna sala, znane utwory i owacje na stojąco - tak wyglądał doroczny Koncert Noworoczny w Dęblinie

W Klubie Uczelnianym Lotniczej Akademii Wojskowej nie było wolnych miejsc. Koncert Noworoczny zorganizowali wspólnie Lotnicza Akademia Wojskowa, 4 Skrzydło Lotnictwa Szkolnego oraz Miasto Dęblin. Na scenie wystąpiła Orkiestra Wojskowa z Dębina.

Pod batutą kapelmistrza por. Michała Wadowskiego muzycy zaprezentowali szeroki repertuar - od klasyki i utworów musicalowych po kompozycje związane z tradycją wojskową. Wieczór był pełen energii i wzruszeń. Szczególne wrażenie zrobił utwór „To my, Dywizjon 303”, któremu towarzyszyła oprawa wizualna przygotowana przez Muzeum Sił Powietrznych.

Orkiestrze towarzyszyli soliści: Katarzyna Dudek - finalistka 7 edycji programu „The Voice of Poland”, Adrian Litewka - uczestnik m.in. „Must Be the Music” oraz Kacper Bator - były wokalista Sound'n'Grace. Artyści szybko nawiązali kontakt z publicznością. Ich występy zostały nagro-



Wieczór wypełniły dźwięki pełne elegancji, energii i wzruszeń, a artyści od pierwszych chwil z łatwością nawiązali wyjątkową więź z publicznością

dzone owacjami na stojąco i bisami.

Koncert poprowadziła Monika Podolak. Jej profesjonalizm i swoboda na scenie dopełniły muzyczne widowisko. Dęblin jest jednym z nielicznych miast w Polsce, które może pochwalić się własną Orkiestrą Wojskową. Jak pokazał ten wieczór, jej koncerty wciąż przyciągają tłumy i dostarczają wielu emocji.



Zbigniew Jończyk
(fot. Marta Serafin LAW)

Orkiestra nie szczędziła sił, by zapewnić swojej publiczności jak najlepszych wrażeń muzycznych



Adrian Litewka



Katarzyna Dudek



Koncert poprowadziła Monika Podolak



Kacper Bator



Podczas koncertu, w imieniu Marszałka Województwa Lubelskiego, Odznakę Honorową „Zasłużony dla Województwa Lubelskiego” otrzymał rektor-komendant LAW, generał Krzysztof Cur



Kapituła odznaki pamiątkowej Orkiestry Wojskowej w Dęblinie, na wniosek kapelmistrza por. Michała Wadowskiego (pierwszy z prawej), przyznała odznaki pamiątkowe jako podziękowanie za współpracę. Otrzymali je Roman Bytniewski - burmistrz Dębina oraz płk Marek Kejna - dowódca 41. Bazy Lotnictwa Szkolnego



Dęblin to jedno z nielicznych miast w Polsce, które może poszczycić się obecnością Orkiestry Wojskowej



Bogaty repertuar od klasyki i musicalowych standardów po utwory zakorzenione w tradycji wojskowej zachwylił publiczność, która nagrodziła artystów owacyjnym aplauzem

FELIETON

„Kto z Was jest bez winy, niech pierwszy rzuci kamień”



Karol Gałkowski

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

Gdybyś potrzebował wsparcia, napisz: karolgalkowski02@gmail.com

Kocham Kościół Katolicki - to wiem. To uczucie dojrzewało we mnie przez długie lata pełne zmagani, upadków i konfrontacji z własnymi cieniami. Jako grzesznik, który nieustannie się nawraca, a jednocześnie towarzyszy innym w ich bólu i wysłuchuje historii łamiących serce - coraz częściej rozmyślam o prawdzie. Nie tej abstrakcyjnej, lecz surowej i codziennej; takiej, która czasem kłuje, a jednak otwiera drogę do uzdrowienia. Chcę podzielić się tym, co dostrzegam, przysłuchując się skrzywdzonym w Kościele - kobietom i mężczyznom, którzy odważyli się opowiedzieć o ranach zadanych przez tych, którym powierzono posługę.

Wyobraźcie sobie kobietę, którą spotykam w terapii. Niesie ciężar, którego niemal nie da się opisać. Zaufała księdzu - temu, który na rekolekcjach i w mediach mówił o Bożej miłości z poruszającą charyzmą. Przyszła do niego po duchowe wsparcie. Zamiast niego doświadczyła przekroczenia granic, których przekroczyć nie wolno.

Słowa, gesty, manipulacja - i nagle wszystko pęka.

„Jak to możliwe?” - pytała ze łzami w oczach. „Dlaczego to się wydarzyło? Może to moja wina? Przecież to ja zwróciłam się do niego o pomoc. To ja się nie sprzeciwiłam”. Ta spirala samooskarżeń wraca w moim gabinecie boleśnie często. Ofiara izoluje się, traci wiarę w ludzi,

w Kościół, czasem nawet w Boga. Niekiedy mija wiele lat, zanim ktoś jest w stanie wypowiedzieć na głos to, czego doświadczył. I choć ujawnienie prawdy boli, bywa konieczne - po to, by to, co nieczyste, wyszło na światło i mogło zostać oczyszczone, dla dobra wspólnoty i samego Kościoła. „Jeśli Jego sługa mnie zranił, dlaczego On temu nie zapobiegł? Dlaczego pozwolił się użyć przeciwko mnie?” - te pytania powracają jak echo.

A potem przychodzi wtórne zranienie. Gdy pokrzywdzony odważy się powiedzieć głośno, czego doświadczył, słyszy: „Atakujesz Kościół!”, „On tyle dobra zrobił, a ty wyciągasz brudy!”, „Po tylu latach nagle ci się przypomniało?” To jak sypanie soli na ranę kogoś, kto już jest zdruzgotany. W mojej praktyce widzę, jak takie słowa pogłębiają traumę: bezsenność, lęk, nastrój depresyjny.

Ofiara czuje się zdradzona podwójnie - raz przez sprawcę, drugi raz przez rodzinę wiary, która miała chronić. Wielu odchodzi w cynizm, niosąc ból w samotności. Ale niektórzy odnajdują siłę - i mówią głośno, nie szukając zemsty, lecz uzdrowienia. To akt odwagi wręcz prorocki, jak biblijne wołanie o sprawiedliwość.

Myśląc o tym wszystkim, myślę też o kapłanach. Tak chętnie stawiamy ich na piedestale - jak posągi bez skazy, jak bogów w sutanach. Daje nam to złudne

poczucie bezpieczeństwa: „On jest święty, więc moja wiara jest pewna.” Ale ta iluzja szkodzi wszystkim.

Jako terapeuta widzę, jak bardzo ten piedestał dusi. Kapłani są ludźmi - ze słabościami i cieniami, jak każdy z nas. Warto zdjąć ich z tych wyżyn i dać im przestrzeń na zwykłe człowieczeństwo: z prawem do błędów, nawrócenia, nawet zmiany drogi. To nie umniejsza ich powołania - wręcz przeciwnie, czyni służbę prawdziwą.

Tu wracam do tego, co leży mi na sercu najbardziej: do potrzeby trwania przy prawdzie, mówienia jej i dawania świadectwa. W historiach, które słyszę, widzę, jak to działa - gdy ktoś odważy się powiedzieć „zostałem zraniony”, Kościół otrzymuje szansę, by stać się bardziej Chrystusowy. Prawda nie niszczy wspólnoty; ona ją oczyszcza.

Bez niej tkwimy w iluzji: idealizujemy, tłumimy, zamiatamy pod dywan. A kiedy wychodzi na jaw - przez świadectwa ofiar, przez szczere przyznanie do błędu - Kościół nagle oddycha swobodniej. Staje się żywy, ludzki, miłosierny - taki, jakim był Chrystus wśród grzeszników i chorych. „Prawda was wyzwoli” (J 8,32) - nie piękna deklaracja, lecz żywe zaproszenie. Ukrywanie ran mnoży cierpienie; mówienie o nich pozwala leczyć i wzrastać. I właśnie w tym Kościół staje się prawdziwie Chrystusowy: nie nieskazitelny

na zewnątrz, lecz uzdrawiający od środka.

Chciałbym nas, katolików, widzieć jako tych, którzy próbują rozumieć i współczuć - nie jako strażników moralności gotowych zbyt szybko wydawać wyroki. Zamiast potępiać ofiary za odwagę mówienia prawdy, powinniśmy stawać obok nich z empatią - jak Jezus, który wyciągał rękę, nie podnosił kamienia.

Współczucie pozwala towarzyszyć w bólu, słuchać bez odruchu obrony instytucji za wszelką cenę i razem szukać uzdrowienia. Gdybyśmy tak postępowali, Kościół stałby się miejscem prawdziwego miłosierdzia - gdzie rany są leczone, nie pogłębiane przez osąd. To wizja, która daje nadzieję, bo w takim Kościele prawda i miłość idą ramię w ramię, budując wspólnotę silniejszą, niż kiedykolwiek mogłaby być bez tego trudu.

Kończąc, czuję nadzieję. Ofiary, z którymi pracuję, stopniowo odzyskują głos. Jezus stał po stronie zranionych: uzdrawiał, dotykał wykluczonych, szedł tam, gdzie inni nie chcieli wchodzić. My też możemy - słuchać bez osądu, oferować pomoc, po prostu być.

Jeśli nosisz ból, pamiętaj: prawda może być początkiem uzdrowienia. To moja refleksja, prosto z serca grzesznika, który kocha tę wspólnotę i wierzy w jej odnowę. Człowieka, który nie ocenia - ale chce współczuć.

REKLAMA

ukwaś sam



JOGURT

probiotyczny

posiada największą liczbę kultur ze wszystkich Zakwasek

zrób jogurt bez oleju palmowego, konserwantów i GMO

Więcej informacji
www.jogurt-domowy.pl

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



KOSZULKI Z NADRUKIEM

TWOJA GRAFIKA

RYKI, UL. SZKOLNA 1 (na rogu)
TEL. 508 823 563

MECENAS OŚKO MÓWI, JAK JEST

Cena nieczytania



Mecenas
Tomasz Ośko

Radca prawny,
absolwent studiów
prawniczych oraz
studiów MBA.
Certyfikowany Audytor
Wiodący ISO 27001.
Prowadzi własną
kancelarię w Garwolinie
przy ulicy Senatorskiej
6, tel. 501 011 773.

Najwięcej spraw, które trafiają do prawnika, nie zaczyna się od złej woli. Zaczyna się od nadziei. Od przekonania, że „jakoś to będzie”, że druga strona „na pewno nie będzie robić problemów”, że „to przecież normalna umowa”. Nadzieja jest potrzebna w życiu, ale w prawie bywa złudnym doradcą. Prawo nie działa na nadziei. Prawo działa na tym, co zostało podpisane.

Przychodzi do mnie przedsiębiorca. Prowadzi niewielką firmę. Podpisał umowę z dużym dostawcą - energią, usług, produktów, to bez znaczenia. Umowa miała kilkadziesiąt stron. Nie negocjował, bo nie było takiej możliwości. Dostał wzór. Podpisał. Jak większość z nas. Przez jakiś czas wszystko działało. Potem przyszło potknięcie - opóźnienie, niespełnienie jednego z warunków, zmiana para-

metrów. I nagle pojawiły się kary umowne, odsetki, wezwania do zapłaty. Wtedy zaczyna się dramat. Pisma, tłumaczenia, prośby o zrozumienie. Opowieść o tym, że sytuacja jest trudna, że firma ma przejściowe problemy, że przecież współpraca była dobra.

Tylko że po drugiej stronie nie siedzi człowiek, który podejmuje decyzję na podstawie emocji. Siedzi procedura. System. Korporacja, która realizuje to, co wynika z umowy. Nie dlatego, że jest zła. Dlatego, że taka jest jej rola. Ona nie może działać wbrew własnemu interesowi, bo przestałaby być wiarygodna wobec innych kontrahentów.

I wtedy pada zdanie, które słyszałem już setki razy: „Panie Mecenasie, gdybym wiedział...”. Tylko że wiedza była dostępna od początku. Była w tej umowie. W paragrafach,

które zostały pominięte, bo były długie, skomplikowane, napisane trudnym językiem. To nie jest zarzut. To jest fakt. Większość ludzi nie czyta tego, co podpisuje. A konsekwencje są realne.

Druga historia jest jeszcze trudniejsza. Zaczyna się od jednej pożyczki. Potem drugiej, żeby spłacić pierwszą. Potem trzeciej, bo pojawiły się odsetki. W końcu przychodzi komornik. I wtedy kończy się sen. Dosłownie. Ludzie mówią, że przestali spać. Każdy telefon budzi lęk. Każda koperta oznacza zagrożenie. Życie zaczyna się kręcić wokół długu.

Rzadko kiedy to jest wynik lekkomyślności. Częściej splotu okoliczności - choroby, utraty pracy, złej inwestycji. Ale niemal zawsze gdzieś na początku była decyzja podjęta bez pełnej świadomości skutków. Bez zrozumienia, że

umowa pożyczki to nie jest formalność. To zobowiązanie, które będzie egzekwowane.

Nie piszę tego, żeby kogoś straszyć. Piszę, żeby przypomnieć prostą prawdę. W systemie prawnym każdy podpis ma znaczenie. Każdy. Nie ma podpisów „na próbę”. Nie ma podpisów „na chwilę”. Są tylko podpisy, które wywołują skutki.

Można powiedzieć: przecież nie każdy musi znać prawo. I to prawda. Prawo jest skomplikowane. Nawet prawnicy nie znają wszystkich przepisów. Ale jest coś ważniejszego niż znajomość prawa. To świadomość, że prawo istnieje i że działa. Że umowa to nie jest papier. To narzędzie, które kształtuje rzeczywistość.

Najbardziej bolesne w tej pracy jest to, że często trafiają do mnie ludzie za późno. Kiedy mogę już

tylko ograniczyć straty, ale nie mogę ich cofnąć. A przecież wiele z tych historii mogłoby wyglądać inaczej, gdyby na początku ktoś poświęcił godzinę na przeczytanie dokumentu. Gdyby zadał kilka pytań. Gdyby nie zaufał ślepo.

Prawo nie jest po to, żeby utrudniać życie. Jest po to, żeby wprowadzać porządek. Ale ten porządek wymaga jednego - odpowiedzialności za własne decyzje. To nie jest wygodne. Wymaga czasu. Uwaga. Czasem ostrożności, która wydaje się przesadna.

Ale cena nieczytania bywa znacznie wyższa niż cena ostrożności.

I to jest właśnie moment, w którym warto pamiętać o prostej zasadzie: zanim złożysz podpis, zatrzymaj się. Bo czasem jeden podpis decyduje o spokoju na lata. Albo o jego braku.

O ZDROWIU

O kolagenie i zapobieganiu osteoporozie



Leszek Marek
Krześniak

Specjalista chorób
wewnętrznych,
absolwent Akademii
Medycznej w
Warszawie. Od ponad
30 lat prowadzi własny
gabinet lekarski
www.drkrzesniak.pl

Kolagen to jedno z podstawowych białek naszego ciała, stanowiące ok. 30% wszystkich białek. Jest spoiwem łączącym komórki i zapewnia elastyczność, a jednocześnie wytrzymałość naszej skóry, mięśni, więzadeł, chrząstek stawowych oraz naczyń krwionośnych. Jego wytwarzanie pozwala rosnać dzieciom, sprzyja gojeniu się wszelkich ran oraz odbudowie kości po złamaniach. Największą jego ilość organizm osiąga około 25. roku życia. Na rusztowaniu kolagenu następuje mineralizacja kości, które największą masę osiągają w 35. roku życia. Potem stopniowo wytwarzanie kolagenu

się zmniejsza. Po 45. roku życia człowiek traci ok. 1-3% masy swoich kości rocznie, a widocznym objawem tej utraty są zmarszczki na skórze.

Choroba cechująca się znacznym zmniejszeniem ilości kolagenu w kościach, mięśniach i naczyniach to osteoporoza, czyli inaczej zrzesotnienie kości. Bywa ona określana mianem „złodzieja kości”. Skutkiem tej choroby są złamania, które mogą zdarzać się nawet po niewielkich urazach czy upadkach. Badaniem potwierdzającym tę chorobę jest densytometria kości.

Osteoporoza może mieć wiele przyczyn, z których najważniejszą są procesy

starzenia się organizmu, ale może także występować u ludzi młodych jako tzw. osteoporoza młodzieńcza. Pojawia się ona w przypadkach zaburzeń hormonalnych, w przewlekłych chorobach przewodu pokarmowego z tzw. zespołem złego wchłaniania, a także jako niepożądanym objawem długotrwałego stosowania leków, np. sterydowych.

Zapobieganie osteoporozie, poza podawaniem witaminy D i dietą bogatą w wapń (lub suplementacją preparatami wapnia), to również uzupełnianie innych składników, z których organizm jest w stanie sam wytwarzać kolagen. Należą do nich: peptydy, fragmenty kolagenu, ami-

nokwasy, kwas hialuronowy, siarczan glukozaminy, aktywna organiczna siarka (MSM), witamina C oraz antyoksydanty, jak np. ksantohumol, nienasycone kwasy tłuszczowe omega-3, wyciągi z kurkumy (kurkuminoidy) i wyciągi z pieprzu (piperyna).

Wszystkie te składniki działają synergistycznie. Stosowanie tego kompleksu już po 2 tygodniach przynosi u wielu osób zauważalne efekty, jak np. zmniejszenie bólów kolan czy kości długich. Aby uzyskać trwałe efekty, np. zmniejszenie zmarszczek, trzeba stosować je zdecydowanie dłużej. Wiele osób zauważa też znaczną poprawę stanu włosów i paznokci.

Do pokarmowych źródeł kolagenu należą: żelatyna, galaretki z zimnych nóżek, golonka, chrząstki (np. uszy zwierząt), buliony czy ryby, pod których skórą znajduje się warstwa zawierająca kolagen. W profilaktyce osteoporozy warto wykorzystywać rośliny zawierające krzem, jak skrzyp polny, rdest ptasi, poziewnik, kłącza bambusa oraz pełnoziarniste zboża (owies, jęczmień, ryż brązowy, otręby) i warzywa (skórka ziemniaka, ogórek, buraki, szpinak, rzodkiewka, cebula). Warunkiem poprawy wchłaniania w jelitach jest przywracanie bakterii probiotycznych, np. w postaci samodzielnie wyhodowanych jogurtów czy kefirów.

Najlepszy z najlepszych Szkoły Orląt



Zastąpił jako wybitny pilot i naukowiec oraz twórca nazwy „Siły Powietrzne”. Przez kilka lat był blisko związany z dęblińską Szkołą Orląt. 8 lutego minęło cztery lata od śmierci generała broni pil. dr hab. Ryszarda Olszewskiego



✚ Pamięć wybitnego pilota i komendanta-rektora Szkoły Orląt uczcili reprezentanci Dęblińskiego Oddziału Stowarzyszenia Seniorów Lotnictwa Wojskowego RP oraz koledzy i podwładni (fot. Anna Sawińska)

Liczne zasługi generała dla lotnictwa, w tym dla Garnizonu w Dęblinie wciąż są widoczne i szanowane. Kustoszem pamięci o nim jest m.in. Dębliński Oddział Stowarzyszenia Seniorów Lotnictwa Wojskowego RP. W czwartą rocznicę śmierci dawnego komendanta wówczas Wyższej Szkoły Oficerskiej Sił Powietrznych, reprezentanci Stowarzyszenia oraz koledzy i podwładni gen. Olszewskiego udali się do Warszawy, by zapalić znicze na jego grobie.

JEDEN Z MŁODSZYCH DOWÓDCÓW

Generał Ryszard Olszewski urodził się 1 maja 1948 roku w Tuczniej (woj. lubelskie). W 1967 r. ukończył Liceum Pedagogiczne w Leśnej Podlaskiej, a rok później podjął studia w Wyższej Oficerskiej Szkole Lotniczej w Dęblinie. Szkołę ukończył w 1971 roku jako prymus, uzyskując stopień podporucznika i tytuł pilota inżyniera. Pierwszym miejscem jego służby zawodowej w lotnictwie była funkcja pilota instruktora w 58. lotniczym pułku szkolno-bojowym w Dęblinie. Zdolności pilotażowe i organizacyjne młodego podporucznika

szybko docenili przełożeni. Efektem był awans na kolejny stopień oficerski, wyższe stanowisko służbowe oraz skierowanie w 1974 roku na studia w Akademii Sztapu Generalnego WP w Warszawie. Ukończył je po trzech latach z wyróżnieniem, po czym powrócił do 58. lotniczego pułku szkolno-bojowego, by pełnić w nim kolejno funkcje: zastępcy dowódcy eskadry, dowódcy eskadry i zastępcy dowódcy pułku.

- Na uwagę zasługuje fakt, że Ryszard Olszewski już w wieku 34 lat, w kwietniu 1982 roku, został dowódcą 60. lotniczego pułku szkolnego w Radomiu. Pod jego dowództwem pułk osiągał bardzo dobre wyniki, co dostrzegło ministerstwo przyznając mu wyróżnienie - zauważa ppłk Mirosław Michałuk, prezes dęblińskiego oddziału SSLW RP.

CENIONY REKTOR-KOMENDANT

Kolejną misją gen. Olszewskiego, od marca 1986 roku, było lotnictwo myśliwskie, w którym objął dowództwo 2. pułku lotnictwa myśliwskiego „Kraków” w Goleniowie. A dwa lata później został szefem sztabu - zastępcą dowódcy 4. PDLM w Mal-



✚ Gen. Ryszard Olszewski był komendantem WSOSP w latach 1995-2000 (fot. www.dlapilota.pl)

borku.

W następnych dwóch latach (1988-1990) kontynuował studia operacyjno-strategiczne w Moskwie. Po ich ukończeniu powrócił do WOSL w Dęblinie, gdzie zaczął pełnić obowiązki szefa sztabu - zastępcy komendanta, a po reorganizacji uczelni w 1994 r., zastępcy komendanta do spraw ogólnych. Równocześnie z pełnieniem tej funkcji kontynuował pracę naukowo-badawczą. Jej wynikiem była, obroniona w Akademii Obrony Narodowej w 1992 roku, rozprawa doktorska, za którą uzyskał wyróżnienie.

Ze stopniem doktora, Olszewski 16 października 1995 roku, powrócił do Dębina. Został komendantem-rektorem WSOSP, co zbiegło się z nadaniem 11 listopada 1995 roku z rąk prezy-

denta RP Lecha Wałęsy, stopnia generała brygady. - Jako rektor-komendant był niezwykle cenionym i szanowanym. Zawsze dbał o właściwy wizerunek dęblińskiej uczelni i bardzo zabiegał o jej poziom naukowy - podkreśla ppłk Michałuk. Warto też dodać, że jako rektor-komendant gen. Olszewski uzyskał habilitację, na AON w Warszawie w 1998 roku.

AMBASADOR W KAMBODŻY

Jeszcze w okresie przebywania w Dęblinie, jak i w latach późniejszych, przyszedł kolejny etap rozwoju kariery gen. Olszewskiego. W latach 2000-2001 studiował na Narodowym Uniwersytecie Obrony w Waszyngtonie. Od czerwca 2001 r. do marca 2002 roku pełnił służbę na stanowisku szefa Generalnego Zarządu Operacyjnego P-3 w Sztabie Generalnym WP. Ważnym momentem w jego życiu był 15 sierpnia 2001 roku, gdy z rąk prezydenta RP Aleksandra Kwaśniewskiego otrzymał nominację na stopień generała dywizji. Następnie 3 kwietnia 2002 roku decyzją prezydenta RP został wyznaczony na stanowisko dowódcy WLOP,

a od 1 lipca 2004 do 31 marca 2005 roku był dowódcą Sił Powietrznych. W tym czasie 15 sierpnia 2002 r. został awansowany do stopnia generała broni. 31 sierpnia 2005 roku generał odszedł do rezerwy, ale nadal zachował aktywność zostając ambasadorem w Kambodży.

Po powrocie do kraju w 2008 roku zajął się kolejnymi zadaniami. Tym razem podjął się roli wykładowcy w Akademii Obrony Narodowej w Warszawie i w Wyższej Szkole Policji w Szczytnie.

DOWÓDCA, BADACZ I ORGANIZATOR

Generał Ryszard Olszewski, poza funkcjami dowódczymi, od 1967 roku był także czynnym pilotem. Miał klasę mistrzowską pilota wojskowego. Jego ogólny nalot na samolotach różnych typów wynosił prawie 3500 godzin. W 2000 roku otrzymał nawet tytuł honorowy „Zasłużony Pilot Wojskowy RP”. Jako naukowiec zajmował się badaniami z zakresu strategii obronnej RP, będąc autorem 35 publikacji dotyczących tej problematyki i autorem dwóch książek.

Nie brakuje też innych zasług gen. Olszewskiego. W 2004 roku zmienił nazwę WLOP na Siły Powietrzne. Kierował ćwiczeniami z wojskami w kraju i za granicą. Wdrażał nowe procedury po przyjęciu Polski do NATO. Kierował akcjami: „Serce” dla Kliniki w Zabrzu, „Przeszczep Serca” dla Kliniki w Krakowie, „Nerka” i „Ratuj Dziecko”. Uczestniczył w międzynarodowych treningach reagowania kryzysowego. Przygotował szereg ważnych obiektów służących obronności kraju w tym lotniska w Poznaniu - Krzesinach i Łasku do przyjęcia samolotów F-16. Dokonał re-

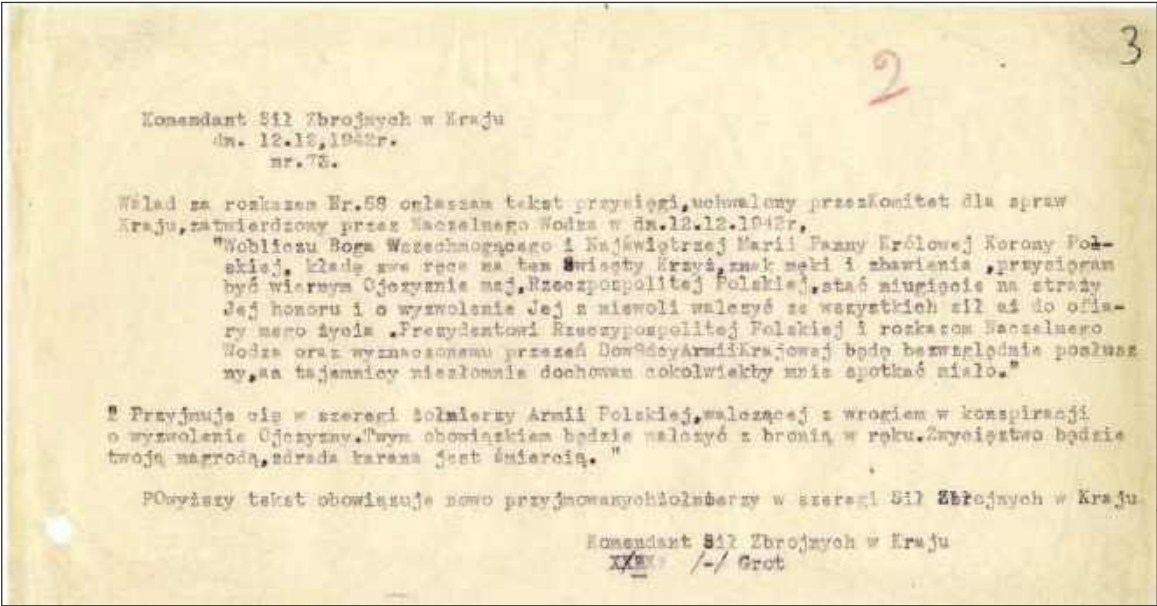
strukturyzacji Wojsk Lotniczych, Wojsk Rakietowych i Wojsk Radiotechnicznych. Organizował wiele międzynarodowych pokazów lotniczych „Air Show” w Dęblinie i Radomiu oraz współtworzył cztery Światowe Zjazdy Lotników Polskich.

POLSKA I RODZINA NAJWAŻNIEJSZE

W opinii współpracowników gen. Ryszard Olszewski był ikoną Lotnictwa Polskiego i znakomitą wychowawcą wielu pokoleń lotników. Cechował się profesjonalizmem i perfekcją. Za swoją wszechstronną wiedzę i doświadczenie był szanowany nie tylko w Siłach Powietrznych. Jego życiowe hasło brzmiało: „sprawy trudne załatwiam natychmiast, niemożliwe na drugi dzień”. Żył tak, jak dyktowało mu Jego żołnierskie serce i poczucie odpowiedzialności. Służbę Ojczyźnie i rodzinę stawiał zawsze na pierwszym miejscu i to było dla niego najważniejszą wartością. Aktywnie uczestniczył w działalności organizacji mających na celu podtrzymanie tradycji narodowych, w tym ochronę godności i honoru żołnierza polskiego i integrację środowisk byłych żołnierzy lotnictwa wojskowego Sił Zbrojnych RP. Generał Ryszard Olszewski zmarł 8 lutego 2022 roku po ciężkiej chorobie. Za swoje zasługi w trakcie służby i po niej otrzymał m.in.: Krzyż Komandorski, Krzyż Oficerski i Krzyż Kawalerski, Order Odrodzenia Polski, Złoty Krzyż Zasługi, Legię Zasługi IV Klasy (USA), Tytuł Honorowy i Medal „Za Zasługi dla Miasta Stołecznego Warszawy” i Medal Komisji Edukacji Narodowej.

opr. Tomasz Kępka

Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Armii Krajowej



➤ Rota przysięgi AK. Źródło: Archiwum Akt Nowych



14 lutego obchodzimy Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Armii Krajowej. Data ta nie jest przypadkowa - to właśnie tego dnia w 1942 roku Związek Walki Zbrojnej został przekształcony w Armię Krajową

Święto to jest wyrazem hołdu dla żołnierzy największej podziemnej armii w podbitej Europie. AK działała w czasie II wojny światowej jako zbrojne ramię Polskiego Państwa Podziemnego. Żołnierze AK walczyli pod niemiecką i so-

wiecką okupacją aż do 1945 roku. Ich losy po wojnie były niezwykle trudne - wielu z nich stało się ofiarami prześladowań, a część zdecydowała się na dalszą działalność w podziemiu antykomunistycznym. Istnieje bardzo ważna

wieź między AK a Żołnierzami Wyklętymi. Wielu Żołnierzy Wyklętych wywodziło się właśnie z Armii Krajowej. Gdy 19 stycznia 1945 roku oficjalnie rozwiązano AK, niektórzy z nich nie złożyli broni i kontynuowali walkę o wolną Polskę,

tym razem sprzeciwiając się komunistom. Obchodzone 14 lutego święto przypomina nam o różnych etapach walki o niepodległość naszego kraju. Z tej okazji strona Dawny Żelechów zaprezentowała rotę przysięgi AK.

Dawny Żelechów

Z rodzinnego albumu do historii miasta



➤ To zdjęcie, odnalezione w zbiorach Andrzeja Franciszka Czyżewskiego, potomka rodziny Hordliczków, wykonano w koszarach w Garwolinie tuż po odzyskaniu niepodległości. Dzięki identyfikacji wysokiej sylwetki Tadeusza Hordliczki (pierwszy rząd, czwarty od lewej), wnuka Edwarda Hordliczki, pasjonaci historii i administratorzy strony „Dawny Powiat Garwolin i okolice” określili czas powstania zdjęcia na przełom 1918 i 1919 roku. - Tadeusz Hordliczka studiował prawo na Uniwersytecie Warszawskim, ale w listopadzie 1918 r. rzucił studia, aby zaciągnąć się do wojska i bronić granic niepodległej Polski. Nie wysłano go na front jak większość studentów, ale do 9 Pułku Artylerii stacjonującego w Garwolinie - piszą historycy. Ostatecznie Tadeusz nie dojechał na front. 6 lutego 1919 r. jego młode życie zakończyła grypa hiszpanka.

Kościuszko i Zakrzewski - co ich łączy?



Bliskim współpracownikiem i wielkim przyjacielem Tadeusza Kościuszki był Ignacy Wyssogota Zakrzewski - pierwszy prezydent Warszawy, poseł Sejmu Czteroletniego, uczestnik prac nad Konstytucją 3 Maja oraz uczestnik przygotowań do powstania 1794 r., właściciel Żelechowa w latach 1792-1802.

Kościuszko bardzo cenił Zakrzewskiego. 4 września 1794 r. podczas obrony Warszawy jeden ze swoich rozkazów rozpoczął słowami: „Zakrzewski kochany!”.

Syn Ignacego Wyssogoty Zakrzewskiego, urodzony 18 kwietnia 1794 r. w ogarniętej wydarzeniami insurekcji stolicy, otrzymał na cześć Naczelnika imię Tadeusz.

7 października 1794 r. armia polska pod wodzą Tadeusza Kościuszki, idąc w kierunku Maciejowic, przechodziła przez

Żelechów spustoszony przez armię rosyjską. Zniszczenie Żelechowa było odwetem wojennym Rosjan za udział ówczesnego właściciela miasta Ignacego Wyssogoty Zakrzewskiego w powstaniu kościuszkowskim. Adjuutant Kościuszki, Julian Ursyn Niemcewicz, tak relacjonuje to wydarzenie w „Pamiętnikach”: „Na pogodnym niebie jasno świeciło słońce. Żołnierz postępował wesoło, jeden z nich przewybornie udawał słowika; zatrzymaliśmy się dla wytchnienia w Żelechowie, miasteczku całkiem przez Moskali zrujnowanym. Wieczorem przybyliśmy do Korytnicy, miejsca jeszcze bardziej zniszczonego”.

Po upadku powstania Ignacy Wyssogota Zakrzewski był, wraz z Tadeuszem Kościuszką, więziony w Petersburgu.

Michał Sztelmach,
Dawny Żelechów

Garwolin w 1931 roku: broń i rowery w liczbach

Archiwalne dane pokazują, jak wyglądało życie w dawnym powiecie garwolińskim. Statystyki z 1931 roku mogą dziś zaskakiwać

Na profilu „Dawny Powiat Garwolin i okolice” opublikowano ciekawe informacje z jesieni 1931 roku. Wynika z nich, że broń palna była wtedy niemal tak powszechna jak rower. Według danych co 130. mieszkaniec powiatu posiadał jakąś broń. Najwięcej wydano pozwoleń na rewolwery - aż 690. Popularne były też dubeltówki - 343 sztuki, a tak-

że flowery - 61 sztuk oraz sztucery - 19 sztuk. W tym samym czasie w całym powiecie wydano 1159 kart rowerowych. Oznacza to, że jeden rower przypadał na 125 mieszkańców. Rower był wtedy towarem luksusowym. Aby go posiadać, trzeba było mieć specjalną kartę, czyli odpowiednik dzisiejszego prawa jazdy, a nawet tablicę rejestracyjną. W 1931 roku zarejestrowano także 178 obwodów łowieckich. To pokazuje, jak silne były wówczas tradycje myśliwskie w naszych lasach.

Dawny Powiat Garwolin i okolice

NasTroje w Literaturze

„Połykanie życia”, czyli poezja Agnieszki Borkowskiej



Andrzej Szałas

Zamieszkała w Garwolinie **Agnieszka Borkowska** jest bardzo dobrze znana w środowisku literackim tego miasta. Regularnie uczęszcza na spotkania Klubu Miłośników Poezji działającego przy Miejsko-Powiatowej Bibliotece Publicznej i aktywnie włącza się we wszystkie wydarzenia kulturalne Garwolina i okolic. Opublikowała swoje wiersze w antologii „Mój Garwolin” wydanej przez wspomnianą bibliotekę w 2024 roku oraz samodzielnie przygotowała wraz z **Mirosławem Wnukiem** wieczór poetycko-muzyczny pod tytułem „Dwa oblicza miłości”, który odbył się w Dworku Miętne w czerwcu ubiegłego roku.

POŁAWIACZKA GWIAZD

Przedstawiając się Czytelnikom w antologii poetyckiej „Mój Garwolin”, Agnieszka Borkowska pisze o sobie oraz o wysiłku Czytelnika, który chce we właściwy sposób rozumieć poezję: *Podążając w stronę ciszy, z której słowa się rodzą, jesteśmy świadkami dotykania wewnętrznej alchemii życia. Zanurzyć się w głębie, to rozpoznać własny algorytm w rozczytywanych wersach, przeżyć tam swoją tożsamość, rozpoznać polichromię minionych doświadczeń w celu wytworzenia syntonii z zapisem.* W tak rozumianej lekturze poezji dochodzimy do unikalnego doświadczenia, które może być udziałem każdego uważnego Czytelnika. Autorka opisuje ten proces, który często jest tak daleki od intelek-

tualnego zrozumienia i od jednoznacznego nazwania: Wiersze, uczucia dyktowane chwilą, w całej swej sensualnej podszewce (...) garną się, by wydobyć, wyabstrahować z nas piękno, wzruszenie, bycie... W takiej koncepcji mowy związanej Czytelnik nie jest tylko biernym obserwatorem tekstu literackiego, ale jego istotnym elementem. Dlatego też do każdego z nas Poetka kieruje apel: *Życzę więc, byście czytając, rozpoznawali świat odbity we własnych oczach i mocno przyglnęli do soczewki widzenia poprzez serce...*

SZEPTY WSPOMNIEŃ

Ważnym elementem wierszy Agnieszki Borkowskiej jest głębokie doświadczenie własnego życia oraz takie liryczne przetworzenie sytuacji w nim zrodzonych, aby każdy z nas mógł odnaleźć w nich część samego siebie. Oto w wierszu „Szepty wspomnień” osoba mówiąca w tym utworze odnosi się do swoich wspomnień:

*Sięgam po chwilę, co odeszły
widzę okno, w nim świat
z zimowym pejzażem.
Śniegu dotyk, co wiruje na wietrze.*

Zapis takiego doświadczenia dopiero w poezji uzyskuje swoje spełnienie. Oto w innym fragmencie tego samego tekstu odnajdujemy poruszający dwuwiers:

*Ciszą burza rozkwita, nigdy wiatrem.
Zapomniany odnajduję
brzask nieba,
(...)*

Każde głębokie przeżycie egzystencjalne pozostawia trwały ślad w naszym życiu. Dzieje się tak w szczególności w doświadczeniu rozstania z ukochaną osobą, którego powodem może być śmierć, rozłąka lub decyzja o odejściu.



Niezwykle wymownym zapisem takiej sytuacji jest do poruszający wiersz „Zostało mi po tobie...”, w którym czytamy:

*Zostało mi po tobie...
tylko imię znoszone.
W pokojach mych ust
zatrzaśnięte głucho.
Zapatrzenia nieme
z przemoczonych powiek.
Płaskorzeźba myśli,
co namięka pustką.*

Odejście, rozstanie, pożegnanie zawsze pozostawia w nas trwały ślad emocjonalny. Całe nasze jestestwo broni się przed tym przeżyciem, które tworzy w nas tak dotkliwie i ciągle niezagojone blizny. Poetka we wspomnianym tekście mówi:

*Zostało mi po tobie...
kilka ziaren blasku,
ślepnącego nieba
z przędzy żyć przechodnich.
Potłuczone chwile,
w pół przedarty nastrój,
(...)*

To rozstanie nie było zaplanowane. Ból związany z odejściem powoduje, że tracimy kontrolę nad swoim życiem. Możemy w takiej sytuacji nie spać, nie jeść, płakać oraz doświadczać w wyobraźni wszystkich minionych

chwil. Nawet nasze zmysły zaczynają inaczej odbierać otaczającą nas rzeczywistość, czego dowodem może być następujący fragment:

*Zostały mi po tobie...
ciche klamki czasu...*

Otoczający nas świat w żaden sposób nie jest podobny do poprzedniego doświadczenia. W takiej sytuacji jakże namacalny i dotkliwy staje się smutek oraz świadomość czasu żałoby, który musimy przeżyć w samotności, zarówno po rozstaniu fizycznym jak i po rozstaniu emocjonalnym z kimś, kogo tak mocno ukochało nasze serce:

*W niepokojach chwil,
kroki płoszy głuchoch. W łez ogrodach
melancholie,
wiatr podlewa chłodem.*

SUNĘ PALCAMI PO SZORSTKIEJ ŚCIANIE CISZY

Poezję Agnieszki Borkowskiej charakteryzuje głęboka wrażliwość na wszelkiego rodzaju doznania, które płyną z otaczającej nas rzeczywistości. W tekstach poetyckich Autorki zapis takich sytuacji przybiera często kształt

doświadczenia metafizycznego, które może dotyczyć życia i losu każdego z nas. Znakomitym przykładem takiego wielokrotnie postrzegania rzeczywistości poprzez pryzmat metafizyczny jest wiersz „Szelest”, w którego fragmencie czytamy:

*Sunę palcami po szorstkiej ścianie ciszy, chcąc cię zapamiętać
zanim twa dłoń ominie mój los,
kłęby oddechu zaczepiają pośpiech,
wysączasz jedno popołudnie za drugim,
wychylasz haustami czas,
z rozmów anektujesz kolejną sekundę.
Chłodny poranek wisi nad nami niczym opar grudniowych dat.
Wciąż chcę utonąć w twoim oddechu z zim,
(...)*

Pomimo że otaczająca nas rzeczywistość może być tak trudna i tak bolesna, to jednak nadal chcemy istnieć w tym świecie razem z innymi. Otaczający nas ludzie mogą być w takiej sytuacji dla nas podporą oraz wsparciem w najtrudniejszych momentach życia. Przepięknym apelem, który jest jednocześnie wołaniem o obecność drugiego człowieka w naszym życiu, jest wiersz „Bądź”, w którego fragmencie czytamy:

*Bądź przy mnie,
obolały,
przedarty,
kruchy jak papier
i taki zwyczajny,
bez skrzydeł,
pośrodku korytarza z mrokiem.*

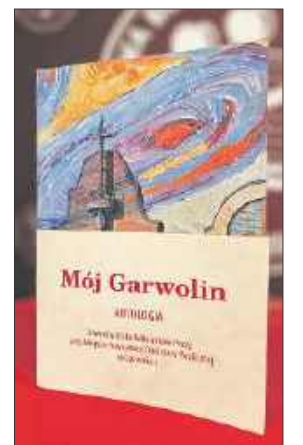
MY PRZEWIEWNI

Nasza ludzka egzystencja wiąże się nieustannie z doświadczaniem własnej kruchości. Ograniczenia, zarówno fizyczne jak i emocjonalne, których często nie możemy pokonać o własnych siłach, są jednocześnie wołaniem o pomoc drugiego człowieka. W poezji Agnieszki Borkowskiej możemy odnaleźć zapis takiego wołania każdego z nas o istnienie obok, o możliwość podania sobie pomocnej dłoni. Świat, w którym tak wiele sytuacji może nas ranić, potrzebuje ludzi, którzy potrafią być obok i którzy potrafią pomagać innym.

We wspomnianym już wcześniej wierszu „Bądź” odnajdujemy apel do każdego z nas. Jesteśmy ludźmi, którzy mogą wzajemnie wspierać się w swoim doświadczeniu egzystencjalnym. Możemy ciągle walczyć o wzajemną bliskość oraz o odważne trwanie przy Drugim Człowieku:

*My przewiewni,
zrywamy pajęczynę,
tańczymy na nitkach okien.
Z tektur dnia wycinamy motyle,
wytipiemy zachwyty w pejzażach,
chcąc oślepnąć wśród kroków,
na chwilę,
gdy czas pisze swe strofy na twarzach.*

Serdecznie zapraszam Drogich Czytelników do poznania i do rozsmakowania się w poruszających wierszach Agnieszki Borkowskiej. Antologię „Mój Garwolin”, w której zawarte są wiersze Poetki, można przeczytać lub wypożyczyć w Miejsko-Powiatowej Bibliotece Publicznej w Garwolinie przy ul. Nadwodnej 1.



Antologię „Mój Garwolin”, w której zawarte są wiersze Poetki, można przeczytać lub wypożyczyć w Miejsko-Powiatowej Bibliotece Publicznej w Garwolinie

20 - 26 lutego 2026



dodatek

TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV

Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl, Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.

Piątek



01:50

POLSAT

Niewidzialny człowiek
Sensacyjny, Australia, USA, 2020

Cecilia Kass, uwięziona w brutalnym, kontrolującym związku z bogatym i błyskotliwie inteligentnym naukowcem, ucieka w środku nocy i znika. Ukryć się pomagają jej - siostra, ich przyjaciel z dzieciństwa i jego nastoletnia córka. Wkrótce potem byli partner Cecilii - Adrian Griffin popełnia samobójstwo i zostawia jej hojną część swojej ogromnej fortuny, ale głównej bohaterki to nie uspokaja - ona uważa, że jego śmierć to oszustwo. Gdy dochodzi do serii dziwnych incydentów, w których fatalnym zbiegiem okoliczności kobieta jest w centrum wydarzeń a śmiertelne niebezpieczeństwo zagraża tym, których kocha...

Sobota



22:50

TV PULS

Wróg u bram
Wojenny, Irlandia, Francja, Niemcy, Wielka Brytania, USA, 2001

Podczas bitwy o Stalingrad radziecki snajper Wasilij Zajcew (Jude Law), skutecznie eliminuje niemieckich żołnierzy, podnosząc tym na duchu swoich rodaków. Dzięki wsparciu przyjaciela, oficera Daniłowa (Joseph Fiennes), Wasilij szybko staje się żywą legendą. Ich przyjaźń zostaje wystawiona na próbę, gdy obaj zakochują się w Tanyi (Rachel Weisz), młodej żołnierce. Tymczasem Niemcy, aby położyć kres niebezpiecznej sławie Wasilija wysyłają do Stalingradu swojego najlepszego snajpera, majora Königa. (Ed Harris). Rozpoczyna się pojedynek dwóch przebiegłych graczy...

Niedziela



15:40

TV PULS

Ja cię kocham, a ty spisz
Komedie romantyczna, USA, 1995

Lucy (Sandra Bullock) to beznadziejna romantyczka. Pracuje jako kasjerka w kasjerka Chicago Transit Authority. Podczas jednego z pozornie zwyczajnych świątecznych dyżurów jest świadkiem, jak mężczyzna, w którym się podkochuje spada z peronu. Ratuje go od pewnej śmierci, lecz w wyniku nieporozumienia zostaje wzięta za jego narzeczoną. Ciesząc się niespodziewanym łutem szczęścia, nie jest w stanie wyznaczyć prawdy ani jemu, ani jego rodzinie, którą poznaje. Jednak brat mężczyzny zaczyna coś podejrzewać. Lucy będzie musiała zmierzyć się z konsekwencjami swoich kłamstw.

Poniedziałek



20:30

TVP 1

Ezi
Teatr Telewizji, 2025

„Ezi” to spektakl Teatru Telewizji oparty na spotkaniu dwóch legend polskiej piłki nożnej, Kazimierza Górskiego i Ernesta Wilimowskiego. Akcja rozgrywa się w RFN w przeddzień historycznego meczu Polska - Niemcy na mistrzostwach świata w 1974 roku. Trener „Orłów Górskiego” przypadkowo spotyka Eziego, wybitnego napastnika, oskarżanego w ojczyźnie o zdradę za grę w reprezentacji III Rzeszy. Rozmowa obu bohaterów staje się pretekstem do gorzkiego, ale i pełnego humoru rozliczenia z historią XX wieku, dramatem wyborów jednostki w czasach totalitaryzmów oraz refleksją nad polskością...

Wtorek



04:50

TVP KULTURA

Dekalog - Jeden
Dramat psychologiczny, Polska, 1988

Film opowiada historię pewnego naukowca. Jego tragedia wzięła początek z tego, że zbyt zaufał komputerowi, możliwościom współczesnej nauki. Z wielką precyzją, z zachowaniem ogromnego marginesu bezpieczeństwa wyliczył wytrzymałość lodu na zamrażniętym, osiedlowym jeziorze, gdzie jego ukochany syn chciał wypróbować nowe łyżwy. Niestety, spłot przypadków i nieszczyśliwych okoliczności doprowadził do tragedii.

INNE DATY EMISJI:
DEKALOG - SIEDEM, PIĄTEK, 13:25
DEKALOG - OSIEM, ŚRODA, 04:50

Środa



20:00

TVN 7

Gniew oceanu
Katastroficzny, USA, 2000

W Zaduski 1991 roku, trzy ścierające się ze sobą fronty atmosferyczne spotkały się na północnym Atlantyku, gdzie wywołały jeden z najpotężniejszych sztormów zeszłego stulecia. Fale dochodziły do stu metrów wysokości. Wiatr wiał z niewyobrażalną siłą i rykiem. Na morzu z rozszalałym żywiołem walczył o życie własne i swojej pięciosobowej załogi, kapitan kutra Billy Tyne (George Clooney). Te autentyczne wydarzenia Sebastian Junger opisał w książce „The Perfect Storm”, która przez ponad rok nie schodziła z listy bestsellerów New York Timesa.

Czwartek



23:30

TV PULS

Dzikie łowy
Przygodowy, Nowa Zelandia, 2016

Ricky (Julian Dennison) to wychowany na hip-hopie, miejski, zbuntowany, krnąbrny nastolatek, który otrzymuje szansę nowego startu, gdy trafia do nowej rodziny zastępczej - sympatycznej i czulej cioci Belli (Rima Te Wiata), zrzędliwego wujka Heca (Sam Neill) i ich psa Tupaca. Po śmierci Belli Rickowi grozi odesłanie do innego domu, więc obaj z wujem uciekają i ukrywają się w buszu. W ślad za nimi ruszają szeroko zakrojone poszukiwania. Teraz, świeżo upieczeni banici muszą zdecydować - czy w blasku chwały ujawnić się, czy przezwyciężyć dzielące ich różnice i przetrwać jako rodzina.

PIĄTEK • 20 lutego

TVP 1

TVP 2

06:10 Akacja 38 - serial

07:00 Transmisja Mszy Świętej

07:30 Agape Blisko Ciebie

08:00 Serwis Info

08:10 Pogoda Info

08:25 Okrasa łamie przepisy

09:05 Ranczo - serial obycz., 2013

10:05 Komisarz Alex - serial krym.

11:05 Ojciec Mateusz - serial

12:10 Agrobiznes; Agropogoda

12:40 Halo tu Mediolan

13:00 Kanada - sztuka przetrwania na dzikiej północy

14:00 Wichrowe wzgórza

15:00 Serwis Info

15:15 Reporterzy - magazyn

15:35 Gra słów. Krzyżówka

04:30 Na dobre i na złe - serial

05:25 M jak miłość - serial

06:15 Anna Dymna

06:50 Dla niesłyszących

07:30 Pytanie na śniadanie

11:50 Operacja zdrowie

12:30 Koło fortuny - teleturniej

13:15 Panna młoda

14:05 Va Banque - teleturniej

14:35 Na sygnale - serial

15:05 La Promesa - pałac tajemnic

16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej

17:20 Panna młoda

18:15 Va Banque - teleturniej

18:50 Jeden z dziesięciu

19:25 Barwy szczęścia

TVN

05:35 Uwaga!

05:50 Ukryta prawda

06:45 Kuchenne rewolucje

07:45 Dzień Dobry TVN

11:25 Kuchenne rewolucje

13:35 Ukryta prawda

16:50 Detektywi

19:00 Fakty

19:30 Sport

19:35 Kroniki Mediolan-Cortina

19:40 Pogoda

19:50 Uwaga!

POLSAT

06:00 Nowy dzień

08:00 Halo tu Polsat

11:30 Gliniarze

14:40 Dlaczego ja?

15:50 Wydarzenia

16:15 Pogoda

16:20 Interwencja

16:30 Na ratunek 112

17:00 Gliniarze

18:00 Pierwsza miłość

18:50 Wydarzenia

19:15 Gość Wydarzeń

19:30 Sport

19:45 Pogoda

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra

06:10 Muzyczne poranki

07:00 Tamte lata, tamte dni

07:35 Kaszubskie życie

08:20 Mieszczanie żyweccy

09:00 Pan wzywał, Miłordzie?

10:00 Jak to się mówi, czyli

10:40 Ukrainian Freedom Orchestra

12:10 Arthur Miller, człowiek

13:25 Dekalog - Siedem

14:30 Kulturalni

15:20 Dobre strony

15:45 Ciuciubabka

TV Puls

06:00 Nash Bridges

08:00 Kobra - oddział specjalny

10:00 Triumf miłości

12:00 Nie igray z aniołem

13:00 Wspaniałe stulecie

14:00 Lombard. Życie pod

16:00 Ranczo

18:00 Lombard. Życie pod

TVN 7

05:20 Ten moment

05:55 Szkoła

11:55 W-11 Wydział Śledczy

14:00 Detektywi

15:00 Szpital św. Anny

16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska

17:00 Tajemnice miłości

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu

07:55 Bogaty Dom

08:55 Policjantki i Policjanci

10:55 Na Ratunek 112

11:55 Trudne sprawy

14:55 Ktoś tu kłamię?

18:00 Policjantki i Policjanci

20:00 Gwiazdy Kabaretu

22:10 Babylon A.D.

00:20 STOP Drogówka

01:20 Love Island

02:25 Hardkorowy lombard

03:25 Lubie disco!

04:25 Top 10 - Lista Przebojów



16:05 Dziedzictwo

17:00 Teleexpress

17:20 Pogoda

17:30 Jaka to melodia?

18:10 Klan

18:45 Akacja 38

19:30 Program inform. 19.30

19:55 Pytanie dnia

20:30 IO Mediolan - Cortina

21:05 IO Mediolan - Cortina

00:05 Nic śmiesznego

01:45 Wykrzywcz kłamstw

02:10 Parasite

04:20 Pytanie dnia

04:40 Reporterzy

04:55 Oko na Świat



20:45 IO Mediolan - Cortina

21:00 IO Mediolan - Cortina

21:45 IO Mediolan - Cortina

21:55 IO Mediolan - Cortina

22:15 IO Mediolan - Cortina

22:35 Kino relaks

00:20 Żelazny most

01:55 Daleko od Reykjaviku

03:40 Rodzinka.pl



20:00 Kler

22:55 Coś jest nie tak

00:50 Akademia policyjna VI

02:35 Kuba Wojewódzki

03:50 Szpital św. Anny

04:50 Uwaga!

05:05 Nauka jazdy



19:55 Farma

21:00 Zaczęło się od morza...

23:05 Pięćdziesiąt twarzy

00:50 Akademia policyjna VI

02:35 Kuba Wojewódzki

03:50 Szpital św. Anny

04:50 Uwaga!

05:05 Nauka jazdy



16:45 Informacje kulturalne

17:05 Rozrywka - Zdżisława

17:55 Zdżisława Sośnicka

18:50 Gaudi

20:00 Zgadnij, kto przyjdzie na

22:00 Tygodnik Kulturalny

23:20 Dzień świra

01:10 Noc krótkich filmów

01:45 The Rolling Stones

02:55 Wielki wóz

04:45 Mody Polskie

05:25 Teledyski



20:00 Zabójczy cel

22:00 22 kule

00:25 Więzienie w ogniu

02:05 Lombard. Życie pod

03:10 Taki jest świat

04:00 Menu na miarę

05:00 Dyżur



18:00 Zagadki losu

19:00 Idź na całosc

20:00 Pan Church

22:15 Walentynki

00:50 Morderstwo doskonałe

03:05 Żyjąc z potworem

04:05 Usterka

04:40 Dorota was urządzi



09:35 Św. na każdy dzień

10:00 Inf. dnia

10:15 Rozmowy niedok.

11:25 Głos Polski

12:00 Anioł Pański

12:20 Głos serca

13:05 Cudowny

14:55 Słowo życia

15:00 Modlitwa

15:20 Mocni w Wierze

15:50 Ma się

16:10 Natura

16:30 Tyle

16:40 Zniewolenie

16:55 40 dni ze św.

17:00 Droga Krzyżowa

17:30 Łączy Nas Historia

17:55 Poczet Wlk.

18:00 Anioł Pański

18:05 Inf. dnia

18:15 Westerplatte

19:00 Warto zauważyć

19:30 Brat Franciszek

20:00 Inf. dnia

20:20 Różaniec

20:50 Myśląc

21:00 Apel Jasnogórski

21:20 Inf. dnia

21:40 Polski

Punkt Widzenia

eprasa.pl 116fa5a306

SOBOTA • 21 lutego		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2						
05:30 Ostatnia Habsburżanka - dok., Polska, 2022 06:20 Balans bieli - magazyn 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 08:50 Ranczo - serial obycz., 2013 09:40 Ojciec Mateusz - serial 10:30 Halo tu Mediolan - felieton 10:45 IO Mediolan - Cortina - Biegi narciarskie - 50 km M 13:50 IO Mediolan - Cortina - studio 14:10 IO Mediolan - Cortina - Biathlon - start wspólny K, tyżwiarstwo szybkie - start wspólny M 15:30 IO Mediolan - Cortina - studio	05:10 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska 06:20 Dla niesłyszących - Walentynki z M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2026 07:30 Pytanie na śniadanie - magazyn poranny 12:10 Postaw na milion - teleturniej 13:05 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne 16:20 Na dobre i na złe - serial obyczajowy 17:20 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja 18:20 Va Banque - teleturniej 18:50 Słowo na niedzielę	05:55 Uwaga! - program interwencyjny 06:10 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:10 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:30 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska 12:55 Premiery wiosny - show rozrywkowe TVN 13:35 Anatomia piękna - program rozrywkowy 14:50 Psi patrol: Film - kom., USA, Kan., 2021. Pieski i Ryder zostają wezwane do Adventure City, aby powstrzymać burmistrza Humdingera przed przekształceniem tętniącej życiem metropolii w chaos. 16:45 Za duży na bajki - kom., Polska, 2022	06:00 Nowy dzień - informacje poranne 08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjny-rozrywkowy 11:00 Darek Stolarz - remont w 3 dni - reality show 12:05 Madagaskar - anim., USA, 2005 14:00 Liga niezwykłych dżentelmenów - sens., USA, Niemcy, Czechy, Wlk. Bryt., 2003 16:30 Diabeł ubiera się u Prady - obycz., USA, 2006 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gułaj 19:30 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Kabaret na żywo - program rozrywkowy, Polska, 2024	06:35 Romeo i Julia z Saskiej Kępy - dram. obycz., Polska, 1988 08:20 Rzec Polska - Meble dla Ignacego Mościckiego - dokument, 2018 08:50 Ukrainian Freedom Orchestra - koncert, 2025 10:15 Informacje kulturalne 10:45 Słynny najazd niedźwiedzi na Sycylię - anim., Włochy, Franc., 2019 12:15 Weneja, miasto wyrosłe z bagien - dok., Franc., 2024 13:20 Nad Niemnem - serial, Polska, 1986 15:25 Wydarzenie aktualne 16:00 Fontainebleau - prawdziwy dom francuskich monarchów - dok., Franc., 2023 17:05 Tamte lata, tamte dni - magazyn 17:45 Retro kino - Dama z Szanghaju - fab., USA, 1948	06:00 Kobra - oddział specjalny - Podczas wyścigu, tuż przed metą, motocyklista zostaje zepchnięty z drogi przez samochód i ginie. Semir i Ben rozpoczynają śledztwo w tej sprawie. 09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze oraz naukowe ciekawostki. 09:25 Wojciech Ciejrowski. Boso - Meksyk, Paragwaj - Tym razem Wojciech Ciejrowski Odwiedził m.in. najważniejsze zabytki Majów, plantację kukurydzy oraz prawdziwy odpust na meksykańskiej prowincji. 10:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument 20:00 Dwunastu odważnych - akcja, USA, 2018	05:05 Szkoła - Do liceum dołączył Marek Petrus, straszy kuzyn Cezarego. Przybrana siostra gimnazjalisty uważa, że nowy uczeń ma zły wpływ na jej brata. 06:05 Wiza na miłość - serial parodokumentalny 07:00 Batwheels I - animacja 07:30 Alvin i wiewiórki III - przygod., USA, 2011 09:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Mówię Wam - talk-show 12:35 The Floor - teleturniej 13:50 Pogromcy Chaosu - program poradnikowy 14:50 Władca pierścieni: Powrót króla - przygod., N. Zel., USA, Niemcy, 2003. Mały hobbit Frodo, Sam oraz Gollum zbliżają się do kresu swej wyprawy, do Góry Przeznaczenia, gdzie w Szczelinie Zagłady powinni pozostawić Pierścień na zawsze.	06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 07:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 09:05 Jesteśmy Dla Dzieci - program edukacyjny 09:30 Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy 09:40 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 12:45 Bezsennność w Seattle - obycz., USA, 1993 14:55 Policjanci i Policjanci - serial parodok. 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 00:00 Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy 02:15 STOP Drogówka - serial policyjny 03:15 Cudownych rodziców mam 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
							
16:05 Dziedzictwo - serial 17:00 Telexpress 17:20 Pogoda 17:35 Żona dla Polaka - reality show 18:40 Jaka to melodia? - teleturniej 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:05 Sport 20:10 Pogoda 20:25 Krew z krwi - serial, 2024 21:25 Hit na sobotę - Operacja Mincemeat - dram., Wlk. Bryt., USA, 2021 23:45 RoboCop - SF, USA, 2014 01:45 Sprawdzamy - magazyn 02:10 Nic śmiesznego - kom., Polska, 1995 03:55 Jaka to melodia? - teleturniej 04:45 Tacy byliśmy - reportaż	19:05 Informacje kulturalne 19:30 IO Mediolan - Cortina - studio 19:55 IO Mediolan - Cortina - Tyżwiarstwo figurowe - Gala 22:35 IO Mediolan - Cortina - studio 23:00 Dziewczyny z wyższych sfer - komedia, USA, 2003. Dziewczyna zabezpieczona finansowo przez zmarłych rodziców zostaje okradzona z majątku. Wskutek tego musi podjąć jakąś pracę. 00:40 Księżniczka na Manhattanie - komedia romant., Kanada, 2022 02:20 Morderstwa w Chartres - krym., Francja, 2024 04:05 Rodzinka.pl - serial komediowy	19:00 Fakty 19:30 Sport 19:35 Kroniki Mediolan - Cortina 19:40 Pogoda 19:45 Mam talent - program rozrywkowy 21:50 Wonder Woman, 1984 - przygod., USA, 2020 00:55 Incepcja - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2010. Dom Cobb jest zdolnym złodziejem, wykrađa cenne sekrety z głębokiej podświadomości podczas fazy marzeń sennych, kiedy umysł jest najbardziej wrażliwy. Jedno ostatnie zadanie... 03:55 Uwaga! - program interwencyjny 04:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA	22:10 Szybcy i wściekli 8 - sens., Chiny, USA, Jap., 2017 01:05 Safe House - sens., USA, Jap., 2012. Gdy były oficer operacyjny Tobin Frost cudem uchodził z życiem z zamachu, w którym ginie jego partner, zgłasza się do amerykańskiej placówki dyplomatycznej w Kapsztadzie. Przejęty przez agentów, zostaje odesłany do kryjówek, prowadzonej przez żółtodzioba, Matta Westona... 03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje	19:25 20x20 lat TVP Kultura - Małgorzata Rejmer 20:00 Bilet do kina - Na ostrzu szpady - film kostiumowy, Franc., Włochy, Niemcy, 1997 22:15 Muzyka na dobry wieczór - Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór - widowisko muzyczne 23:20 Kino Mistrzów - Zgadnij, kto przyjdzie na obiad - fab., USA, 1967 01:20 Tamte lata, tamte dni - magazyn 02:00 Dzień świra - komedio-dramat, Polska, 2002 03:45 20x20 lat TVP Kultura - Małgorzata Rejmer 04:25 Tygodnik Kulturalny 05:20 Teledyski	22:50 Wróg u bram - wojenny, Irlandia, Franc., Niemcy, Wlk. Bryt., USA, 2001 Podczas bitwy o Stalingrad Radziecki snajper Wasilij Zajew skutecznie eliminuje niemieckich żołnierzy. ● 01:15 Pętla - akcja, Polska, 2020. Pozorny zbieg okoliczności łączy losy policjanta Daniela oraz dwóch braci bliźniaków z Ukrainy. 03:25 Menu na miarę - program kulinarny 04:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki. 05:00 Dyżur - serial medyczny	19:00 Idź na całość - program rozrywkowy 20:00 Ostatni władca wiatru - przygod., USA, 2010. Opowieść o walce dobra ze złem. Świat, w którym toczy się historia, podzielony był niedysy na cztery części należące do poszczególnych żywiołów. Władcy ognia nie dość jednak było jednego królestwa, postanowił podbić pozostałe krainy. 22:20 Ostatni samuraj - przygod., USA, 2003 01:35 Wesele - obycz., Polska, Łódź, 2021 04:00 Osadzone. Blok F - program obycz. 04:35 Dorota was urządzi - program lifestyleowy	08:00 Inf. dnia 08:15 Westerplatte Młodych 09:00 Rycerz 10:00 Konferencja Medycyna XXI wieku 13:30 Msza św. 14:30 Przegląd Tyg. „Niedziela” 14:35 Słowo życia 14:40 Św. na każdy dzień 14:45 Jak wygrać małżeństwo? 15:00 Dzielna niewiasta 15:15 Mateczniki Polkości 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Inf. dnia 16:10 Zbrodnia UPA w Jaworniku Ruskim c. 3 17:00 Z Parlamentu Europ. 17:30 Przełamując bariery 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 40 dni ze św. Franciszkiem 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apł Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Wiedzenia 22:00 Warto być ojcem 22:15 Głos serca 23:00 Odpowiedzialni za Kościół 23:30 Żywa niż tradycy

NIEDZIELA • 22 lutego		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2						
05:25 Sprawa dla reportera 06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej 08:00 Tydzień 08:35 Zmienienny - serial 09:55 Ojciec Mateusz - serial 10:55 Komisarz Alex - serial krym. 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański, Watykan 12:15 Między ziemią a niebem 12:45 Pielgrzymi Nadziei - reportaż 13:05 Puszczky mszarny. Duch pólskich bagien - dokument, Polska, 2022 13:25 Halo tu Mediolan - felieton 13:45 IO Mediolan - Cortina - studio 14:05 IO Mediolan - Cortina - Hokej na lodzie M - Finał	04:35 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2026 06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2026 07:30 Pytanie na śniadanie - magazyn poranny 11:15 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - magazyn 11:55 Tańczmy jak nam miłość gra - koncert waleńkowy 12:55 Czy to już? - jubileusz Haliny Mlynkovej - widowisko 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne 16:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny	05:35 Uwaga! - program interwencyjny 05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:30 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy 12:05 Co za tydzień - program rozrywkowy 12:40 Mam talent - program rozrywkowy 14:40 Akademia policyjna VII: Misja w Moskwie - kom., USA, 1994 16:30 Pinokio - przygod., Włochy, Wlk. Bryt., Franc., 2019 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:35 Kroniki Mediolan - Cortina	06:00 Nowy dzień - informacje poranne 08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjny-rozrywkowy 11:00 Krudowie - anim., USA, 2013 13:10 Mój przyjaciel szpieg - kom., USA, 2020. JJ jest byłym żołnierzem Sił Specjalnych USA, niedawno zatrudnionym jako agent CIA. Jednak brak subtelności JJ sprawia, że nie udaje mu się skutecznie przeprowadzić pierwszej przepadki misji 15:40 Jurassic World Dominion - sens., USA, Chiny, 2022 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny 19:55 Disco Star - talent show	05:45 Nikt tylko ty - program muzyczny 06:30 Mira Zimińska - dokument, Polska, 1996 07:10 Rozmowy (nie)wygodne - Małgorzata Ostrowska 07:50 Dede nie żyje - anim., Czechy, 2023 08:00 Liturgia prawosławna w Białymstoku 09:00 Niepojęte - felieton 09:20 Oblicza piękna - reportaż 10:00 Fontainebleau - prawdziwy dom francuskich monarchów - dok., Franc., 2023 11:05 Rzec Polska - Cukiernica Julii Keilowej - dok., 2018 11:35 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988 12:40 Dobre strony - Andrzej Chyry i Mery Spolsky - reportaż 13:00 Retro kino - Dama z Szanghaju - fab., USA, 1948	06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 06:40 Kobra - oddział specjalny - Podczas z jednej z akcji funkcjonariusze wyrządzają poważne szkody. Wskutek tego szef wysłał ich na terapię. W trakcie sesji zostają zaatakowani. Wkrótce okazuje się, że celem przestępcy tak naprawdę jest psycholog. Dlaczego? 08:40 Ranczo - serial komediowy, Polska 13:45 Przyjaciel gangstera - kom., Franc., Włochy, 2003. Pewnego dnia drogi Ruby'ego (Jean Reno) oraz Quintina (Gérard Depardieu) schodzą się we wspólnie celu więziennym na oddziale dla psychicznie chorych. Jak potoczy się los pary złodziejaszków, których więcej dzieli niż łączy? 15:40 Ja cię kocham, a ty śpisz - kom., USA, 1995 ● 17:45 Uciekająca panna młoda - kom., USA, 1999. Maggie (Julia Roberts) znana jest jako „ucieająca panna młoda” - pod ołtarzem została już trzech narzeczonych! O niezdowodowanej kobiecie dowiaduje się nowojorski dziennikarz Ike (Richard Gere). 20:00 Tomb Raider - akcja, USA, 2018 22:20 Boudica: Królowa wojny - przygod., Wlk. Bryt., 2023 00:20 Zenek - obycz., Polska, 2020 02:55 Dyżur - serial medyczny 03:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 04:00 Dyżur - serial medyczny 05:00 Dzielnica strachu - serial	05:05 Szkoła - Gimnazjaliści Konrad Wojcieszko i Michał Górczyca organizują w szkole konkurs na miss gimnazjum. Elizie i Anicie nie podoba się, w jaki sposób chłopcy komentują wygląd dziewcząt. 06:05 Wiza na miłość - serial parodokumentalny 07:00 Batwheels I - animacja 07:15 Anatomia piękna - program rozrywkowy 08:20 Pan niania - komedia, USA, 1992 10:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:05 Detektywi - 67-letnia Irena Pryzyk została napadnięta na swoim osiedlu. Kobieta jest przestraszona i wprowadza się do domu syna i jego żony, żeby nie być sama. 14:05 The Floor - teleturniej 15:20 Goonies - przygod., USA, 1985	06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show 07:00 Wielkie tajemnice historii - dok., USA, 2023 08:50 Ewa gotuje - program kulinarny 09:20 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 11:30 Teoria spisku - sensacyjny, USA, 1997 14:05 Gra dla dwójga - komedia, USA, Niemcy, 2009 16:50 I że cię nie opuszczę - obyczajowy, USA, 2012 19:00 Uroczysko - serial kryminalny 20:00 Sprawiedliwi. Trojmiasto - serial kryminalny 00:05 STOP Drogówka - serial policyjny 01:05 Wielkie tajemnice historii - dok., USA, 2023 03:10 Interwencja - magazyn reportażowy 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
							
17:00 Telexpress 17:20 Pogoda 17:35 U Pana Boga w Królowym Moście - serial 18:40 Jaka to melodia? - telet. 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:05 Sport 20:15 Pogoda 20:25 U Pana Boga w Królowym Moście - serial 21:25 Żona dla Polaka - reality show 22:25 Księga miłości - fab., USA, 2016 00:25 Operacja Mincemeat - dram., Wlk. Bryt., USA, 2021 02:30 Sprawdzamy - magazyn 02:55 To ja, złodziej - kom. sens., Polska, 2000 04:45 Jaka to melodia? - telet.	17:15 Hrabia Monte Christo - serial kostiumowy, 2024 18:15 Pan Mama - serial kom. 18:45 Dusigrosz - kom. romant., Franc., 2016 20:15 IO Mediolan - Cortina - studio 20:25 IO Mediolan - Cortina - Ceremonia Zamknięcia 23:05 IO Mediolan - Cortina - studio 23:40 Krucjata - Prawo serii - serial krym., Polska, 2020 00:35 Psy 2. Ostatnia krew - sens., Polska, 1994. Franc. Maurer wychodzi na wolność. Zostaje zaangażowany przez Radosława Wolfa, handlarza bronią, który właśnie wrócił z Serbii. 02:30 Dziewczyny z wyższych sfer - kom., USA, 2003	19:40 Pogoda 19:45 The Traitors. Zdradcy - reality show 21:30 Sposób na teściową - kom., USA, Niemcy, 2005. Po latach poszukiwania Charlotte Cantilini w końcu znajduje męczyznę swoich marzeń. Niestety jego matka to kobieta żywcem przeniesiona z najbardziej koszmarnych snów. 23:35 Człowiek demolka - sens., USA, 1993 01:55 Największe polskie katastrofy - program dokumentalny 03:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 05:00 Uwaga! - program interwencyjny 05:15 Nauka jazdy - reality show	23:05 Swingersi - kom., Polska, Łódź, 2020. Komediowe perypetie trzech par nie pozostawiają złudzeń, że trawa zawsze wydaje się poszukiwania Charlotte Cantilini w końcu znajduje męczyznę swoich marzeń. Niestety jego matka to kobieta żywcem przeniesiona z najbardziej koszmarnych snów. 23:35 Człowiek demolka - sens., USA, 1993 01:55 Największe polskie katastrofy - program dokumentalny 03:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 05:00 Uwaga! - program interwencyjny 05:15 Nauka jazdy - reality show	14:35 Kolekcja - Zofia Artymowska - felieton 14:55 Na ostrzu szpady - kostium., Franc., Włochy, Niemcy, 1997 17:15 Niedziela z... Janem Jakubem Kolskim 18:00 Jasminum - obycz., Polska 20:00 Foxcatcher - fab., USA, 2014 22:25 Kulturalni - magazyn 23:20 Teatroteka nocą - Zgaga - spektakl teatralny, 2015 00:25 Noc krótkich filmów - Stagnant 01:00 Moje córki krowy - obycz., Polska, 2015 02:35 Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór - widowisko 03:45 Ronnie Wood - dok., Wlk. Bryt., 2019 05:25 Telezakupy TV Okazje	15:40 Ja cię kocham, a ty śpisz - kom., USA, 1995 ● 17:45 Uciekająca panna młoda - kom., USA, 1999. Maggie (Julia Roberts) znana jest jako „ucieająca panna młoda” - pod ołtarzem została już trzech narzeczonych! O niezdowodowanej kobiecie dowiaduje się nowojorski dziennikarz Ike (Richard Gere). 20:00 Tomb Raider - akcja, USA, 2018 22:20 Boudica: Królowa wojny - przygod., Wlk. Bryt., 2023 00:20 Zenek - obycz., Polska, 2020 02:55 Dyżur - serial medyczny 03:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 04:00 Dyżur - serial medyczny 05:00 Dzielnica strachu - serial	17:45 Pan Church - obycz., USA, 2016 20:00 Skazani na Shawshank - sens., USA, 1994. Odsiadujący dożywocie Red (Freeman) i Andy Dufresne (Robbins), bankier niesłusznie skazany za morderstwo, tworzą nieprawdopodobną więź, która przetrwa ponad dwadzieścia lat. 23:05 Ptaki nocy - przygod., SF, USA, 2020 01:20 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabiobą 03:20 Fawchocy - program parodokumentalny 04:00 Osadzone. Blok F - program obycz. 04:35 Dorota was urządzi - program lifestyleowy	09:30 Msza św. 10:30 Wesoła i mądra rozprawka o Królu i Trzech Rycerzach 10:50 Jestem... czyli nasze życie pod sercem Mamy 11:00 Głos serca 12:00 Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV 12:15 Papież Polak do Rodaków 13:00 Służba całym życiem. Rzecz o Eugeniuszu Wróble 14:00 Kto ratuje życie 15:00 Wieś to też Polska 16:00 Inf. dnia 16:10 Koncert żyćcy 16:50 Mateczniki Polkości 17:00 Gorzkie żale 17:30 Sól ziemi 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 40 dni ze św. Franciszkiem 19:30 Moja Katolicka Rodzina 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apł Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Retrospekcja 21:45 Stan Bezp. Państwa 21:55 Św. na każdy dzień 22:00 Mocni Jego mocą 22:45 Jak wygrać małżeństwo?

PONIEDZIAŁEK • 23 lutego

TVP 1	TVP 2
06:10 Akacja 38 - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Studio Raban - magazyn 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Makłowicz w podróży - magazyn kulinarny 09:00 Ranczo - serial obycz., 2013 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 12:55 Kerkini - grecka przystań ptaków - dok., Franc., 2022 14:00 Wichrowe wzgórze - serial 15:00 Serwis Info 15:15 Reporterzy - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedzictwo - serial 17:00 Teleexpress; Pogoda	04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy 05:25 M jak miłość - serial obyczajowy 06:20 Rodzina (nie od) święta - Jak wychowywać dziecko w kulturze pełnej seksualizacji i wulgarności? - magazyn 06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz. 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny 11:50 Dla niesłyszących - Okrasa tamie przepisy - magazyn kulinarny 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany



17:30 Jaka to melodia? - telet. 18:10 Klan - serial obycz. 18:45 Akacja 38 - serial 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport; Pogoda 20:30 Ezi - Teatr Telewizji, 2025 ● 21:25 Postscriptum - Ezi - dyskusja 22:00 Świat bez fikcji - Pan Olbrychski - dok., Polska, 2025 23:05 Balans bieli - magazyn 23:50 Generał Nil - dram., 2008 02:00 Wykrzywacz kłamstw - magazyn 02:25 RoboCop - SF, USA, 2014 04:25 Pytanie dnia 04:50 Reporterzy - magazyn 05:05 Oko na Świat - magazyn 05:25 Notacje - Feliks Falk - dok., 2013



15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszpania, 2023 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - telet. 19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 22:55 Davos wojna szpiegów - serial 23:45 Zdrójka - fab., Braz., Niem., Włochy, Franc., 2019 02:30 Instykt - serial krym. 03:25 Akacja 38 - serial

TVN

05:35 Uwaga! - program interw. 05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 15:45 Młode gliny - program kryminalny 16:50 Detektywi - 17-latk wypada z okna mieszkania swojego chłopaka podczas trwającej tam imprezy. Rodzice ofiary wynajmują detektywów. 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny



20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 21:35 Młode gliny - program kryminalny 22:40 Wierna - przygod., USA, 2016. Tym razem Tris i Cztery muszą przekroczyć granicę metropolii przyszłości i wejść do zupełnie nieznanego siebie świata, ukrywanego przez system. 01:05 Szybcy i wściekły - sens., USA, Niemcy, 2001 03:20 Co za tydzień - program rozrywkowy 03:55 Uwaga! - program interwencyjny 04:10 The Traitors. Zdrójka - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień 08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 14:40 Dlaczego ja? - serial parodokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - serial parodokumentalny 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:45 Pogoda



19:55 Milionerzy - teleturniej 20:30 Farma - reality show 21:40 Mega hit - Szklana pułapka 3 - sens., USA. Tym razem detektyw John McClane musi zmierzyć się z szaleńcem, który terrorizuje Nowy Jork, podkładając bomby w różnych punktach miasta. 00:15 Punisher - sens., USA, Niemcy, 2004. Gangster Saint morduje całą rodzinę agenta Castle'a, a on sam cudem uchodzi z życiem. Zemsta będzie okrutna... 03:00 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:05 Ewa gotuje - program kulinarny 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra 06:15 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Arkadiusz Jakubik - magazyn 07:40 Skarb polskich pól - dokument, Polska, 2017 08:25 Wydarzenia aktualne 09:00 Pogranicze w ogniu - serial woj., Polska, 1988 10:10 Poznań 56 - dram., Polska, 1996 12:10 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien - dok., Franc., 2024 13:05 Muzeum Polskiej Piosenki - „Wysłałam za mąż zaraz wracam” - Ewa Bem, 2014 13:25 Od ucha do ucha - Sowiea odyseja - anim., Franc., 2019 14:00 Tamte lata, tamte dni - magazyn 14:40 Złoto dezertorów - kom., Polska, 1998



16:50 Pogranicze w ogniu - serial woj., Polska, 1988 17:55 Tygodnik Kulturalny 18:50 Przełomy w muzyce: Martha Argerich w Warszawie - dok., Niemcy, 2021 20:00 Poniedziałek z Bondem - Goldfinger - sens., Wlk. Bryt., 1964 22:00 Foxcatcher - fab., USA, 2014 00:25 Kobra, Strzeżniński. Opowieść fantastyczna. - dokument fabularny., 2018 01:25 Porozmawiajmy szczerze - Maria Pakulnis 02:05 Kino nocne - Konwój - thriller, Polska, 2016 03:45 Awatar, czyli zamiana dusz - film TVP, 1964 05:00 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Nash i Joe ścigają trzech zbiegłych więźniów. Tymczasem Cassidy ma wątpliwości czy jej decyzja o ślubie z Evanem była słuszną. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Zamordowany zostaje inżynier, który prowadził prace nad technologią zbrojeniową. Ben przesłuchuje w tej sprawie asystentkę Laure Marschall. 10:00 Triumf miłości - serial obyczajowy 12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy 13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument 16:00 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument



20:00 Protegowana - akcja, USA, Wlk. Bryt., 2021. Pewien mężczyzna znajduje w budynku martwych ludzi i wietnamską dziewczynę ukrytą w szafie. Opuściła miejsce z torbą pieniędzy i dziewczyną Anną. Od tej pory są nierozłączni... 22:10 Pięltrzym - akcja, USA, 2020 00:05 Krwawa zemsta - akcja, USA, 2011 02:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:20 Ten moment - program obycz. 05:55 Szkoła - Grzesiek Chojnowski przez złe stopnie może zostać niedopuszczony do matury. Kiedy dowiaduje się, że mama chce go zatrudnić w swojej firmie, postanawia poprawić oceny. 08:45 Ukryta prawda - 24-letni Artur i 22-letnia Kinga mieszkają ze sobą od pół roku. Zaczęło się od wielkiej miłości, ale ostatecznie para coraz częściej się kłóci, gdyż... 11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 14:00 Detektywi - 40-latek podejrzewa żonę o romans z chłopakiem ich dorosłej córki. Mężczyzna prosi detektywów o sprawdzenie, czy rzeczywiście żona go zdradza. 15:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska



16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy 17:00 Tajemnice miłości - serial parodokumentalny 18:00 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Grawitacja - SF, USA, Wlk. Bryt., 2013. Dr Stone i Matt Kowalski są uczestnikami misji kosmicznej. Niespodziewanie... 22:00 Morderstwo doskonałe - sens., USA, 1998 00:15 Ścigane - sens., Wlk. Bryt., USA, 2019 02:20 Mówię Wam - talk-show 03:25 Fachowcy - paradokument 04:05 Dorota was urządzi - program lifestyleowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów. Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:05 Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial kryminalny 23:05 Dom na końcu ulicy - fabularny USA, Kan., 2012 01:15 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:40 Interwencja - magazyn reporterów 02:50 SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Baśniowy teatr lalek 09:55 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:20 Stan Bezp. Państwa 11:30 Warto być ojcem 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Powrót i Odnowa 13:00 Ostatnia droga Jezusa Chrystusa 13:30 Msza św. 14:30 Ciociuszka 15:00 W górę Rio Negro 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Sanktuarium polskie 16:30 Porady Medyczne Bonifratrów 17:30 Świadkowie 17:30 Moja para 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 40 dni ze św. Franciszkiem 19:30 Poznaliśmy Polskę 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia 21:40 Polski Punkt Widenia 22:00 Z wędką nad wodę 22:30 Moja sytuacja jest szczególnie trudna

WTOREK • 24 lutego

TVP 1	TVP 2
06:10 Akacja 38 - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Kościół z bliska 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Makłowicz w podróży - magazyn kulinarny 09:00 Ranczo - serial obycz., 2013 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 12:55 Opowieści z dzikiego Madrytu - dok., Hiszp., 2023 14:00 Wichrowe wzgórze - serial 15:00 Serwis Info 15:15 Reporterzy - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedzictwo - serial	04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy 05:30 M jak miłość - -- serial obyczajowy, Polska, 2023 06:20 Miłość i powołanie - reportaż 06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny 11:55 Rosół polski - magazyn kulinarny 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Panna młoda 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:05 La Promesa - pałac tajemnic 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej



17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej 18:10 Klan - serial obycz. 18:45 Akacja 38 - serial 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport 20:15 Pogoda 20:30 Koliber - fab., Wlk. Bryt., USA, 2013 22:20 Firma - sens., USA, 1993 00:55 Wykrzywacz kłamstw - magazyn 01:20 Kulisa miłości - fab., USA, 2016 03:15 Braciszek - dram., Polska, 2007 05:00 Pytanie dnia 05:20 Reporterzy - magazyn 05:30 Oko na Świat - magazyn



17:20 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial obyczajowy 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 22:25 Magazyn Ekspresu Reporterów 23:30 Jak pies z kotem - fabularny, Polska, 2018 01:20 Zabić Sekala - dram. obycz., Polska, Czechy, Franc., Słowacja, 1998 03:20 Wiadomość od Saszy - dok., Niderl., 2024

TVN

05:35 Uwaga! - program interw. 05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 15:45 Młode gliny - program kryminalny 16:50 Detektywi - Klientem detektywów jest młody mężczyzna, którego ojciec zaginął piętnaście lat temu. Matka chłopaka ujawnia, że jej mąż miał długie i odszedł, bo był ścigany przez wierzycieli. 19:00 Fakty 19:30 Gala Bestsellery Empiku - program rozrywkowy



19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Gala Bestsellery Empiku - program rozrywkowy 22:45 Liga sprawiedliwości - przygod., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2017. Batman i Wonder Woman starają się znaleźć i przekonać do współpracy grupę metaludzi, która ma stanąć do walki z nowym zagrożeniem. 01:15 Kler - obycz., Polska, 2018 03:55 Uwaga! - program interwencyjny 04:10 Kuba Wojewódzki - talk-show

POLSAT

06:00 Nowy dzień 08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - paradokument 14:40 Dlaczego ja? - serial parodokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - serial parodokumentalny 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Milionerzy - teleturniej



20:30 Farma - reality show 21:40 Lucy - sens., Franc., Niemcy, USA, Tajwan, 2014. Lucy to studentka, która, przypadkowo złapana w koszmarną pułapkę, przeciwstawia się swoim poręczaczom i zmienia się w bezlitosną wojowniczkę. 23:35 Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa. - sens., Polska, 2019. Opowieść o przyjaźni i miłości w czasach, w których pozwolenie sobie na emocje mogło okazać się tragiczne w skutkach. 02:35 Szklana pułapka 3 - sens., 1995, USA 05:10 Disco Gramy - program muzyczny

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra 06:10 Muzyczne poranki - teledyski 07:00 Tamte lata, tamte dni - Wojciech Malajkat - magazyn 07:35 Śląsk nieoczywisty - dokument, Polska, 2017 08:20 Szlakiem Kolberga - Wojtek Mazolewski - reportaż 09:00 Pogranicze w ogniu 10:05 Złoto dezertorów - kom., Polska, 1998 12:15 Przełomy w muzyce: Martha Argerich w Warszawie - dok., Niemcy, 2021 13:20 Mody Polskie - Łódź - reportaż 14:00 Wydarzenia aktualne 14:30 Życie jako śmiertelna choroba przenoszona drogą płciową - dram. obycz., Polska, 2000 16:20 Pogranicze w ogniu



17:30 20x20 lat TVP Kultura - Małgorzata Rejmer 18:00 Niepojęte - Rozum a wiara - felieton 18:15 Tratwa Meduzy. Historia prawdziwa - dok., Franc., 2015 20:00 Teatr Telewizji - Dziś wieczór arzenik - spektakl teatralny, 1973 21:30 Lekkie obyczaje - Wolność - obycz., Hiszp., Belgia, 2021 23:30 Tamte lata, tamte dni - magazyn 00:10 Jazz.pl - Marian Pawlik Quartet - koncert, 2022 01:50 Kafarnaum - dram., Liban, 2018 04:05 Oblicza piekła - reportaż 04:50 Dekalog - Jeden - film TVP, 1988 ●

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Tym razem Nash i Joe muszą rozwiązać sprawę zabójstwa meksykańskiej aktorki. Początkowo o jej śmierć obwiniany jest jej były kochanek. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Andrea i Semir są świadkami zabójstwa mechanika. W trakcie śledztwa wychodzi na jaw, że sprawa może mieć związek z przemytem broni. 10:00 Triumf miłości - serial 12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy 13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument 16:00 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument



20:00 Kickboxer: Zemsta - akcja, USA, 2016. W trakcie jednego z turniejów Kurt widzi, jak jego starszy brat ginie z rąk bezwzględnego mistrza muya thai, Tong Po (Dave Bautista). Poprzedzając zemstę 21:55 Hooligans 3 - akcja, Wlk. Bryt., 2013 23:35 Zabójczy cel - akcja, Kan., USA, 2008 01:35 Dzielnica strachu - serial kryminalny 02:35 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 03:55 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:20 Ten moment - program obycz. 05:55 Szkoła - Licealista Przemek Gawlik przyznaje się swojej dziewczynie do zdrady. Jola nie mogąc mu wybaczyć, ciągle wypomina mu niezręczną sytuację. 08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 14:00 Detektywi - Detektywi Anna Potaczek i Maciej Dębosz rozpoczynają poszukiwania matki kilkuletniego chłopca, który sam błąkał się po ulicy i próbował ukraść jedzenie. 15:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy 17:00 Tajemnice miłości - serial parodokumentalny



18:00 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Sala samobójców. Hejter - obycz., Polska, 2020. Film jest porażająco aktualnym manifestem młodego pokolenia. Zobacz, jak bawi się, kocha i nienawidzi współczesna polska młodzież. Odkryj mroczną stronę mediów społecznościowych i przekleństwo hejtu. 22:40 Ptaki nocy - przygod., USA, 2020 01:00 Skazani na Shawshank - sens., USA, 1994 04:00 Usterka - program poradnikowy 04:35 Dorota was urządzi - program lifestyleowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów. Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:05 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:05 Purpurowe rzeki Il: Aniołowie Apokalipsy - sens., Franc., Włochy, Wlk. Bryt., 2004 01:15 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:20 Interwencja - magazyn reporterów 02:50 SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:45 Słowo życia 09:50 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Jak my to widzimy 10:45 Żew natury 11:00 Mocni w Wierze 11:35 Słowo życia 11:40 Ma się rozumieć 11:50 Św. na każdy dzień 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Lesne rzeki 13:00 Mazurskim szlakiem piękna stworzenia 13:30 Msza św. 14:30 Powołanie w powołaniu 15:00 Moja wyspa wiary 15:50 Ma się rozumieć 16:25 Przyroda w Obiektywie 16:40 Zdrowie z Bożej Apteki 17:00 Wierzę 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 40 dni ze św. Franciszkiem 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia

ŚRODA • 25 lutego		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2						
06:15 Akacja 38 - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Rodzina (nie od) święta - magazyn 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Makłowicz w podróży - magazyn kulinarny 09:00 Ranczo - serial obycz., 2013 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:35 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 12:50 Delfiny: Czy nie kochamy ich za bardzo? - dokument, Australia, 2025 14:00 Wichrowe wzgórze - serial 15:00 Serwis Info 15:15 Reporterzy - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej	04:30 Na dobre i na złe - serial 05:25 M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2023 06:20 Pozyteczni.pl - magazyn 06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny 11:50 Gwiazdorska kuchnia Ani - magazyn kulinarny 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja, 2024 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial obyczajowy, Hiszp., 2023 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej	05:35 Uwaga! - program interwencyjny 05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:50 Detektywi - Kobieta pochodząca z Ukrainy została zaatakowana nożem. Detektyw szuka sprawcy napasli. Trop wiedz do firmy, w której pracowała dziewczyna. Jedną z byłych pracownic twierdzi, że właścicielem firmy interesowała się policja 19:00 Fakty	06:00 Nowy dzień 08:30 Małanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - Na komendę przychodzi kobieta, której rejestrator samochodowy przypadkowo nagrał podejrzanego zdarzenie - ktoś wypcha do samochodu prostytutkę. Okazuje się, że doszło do porwania bułgarskiej pracownicy seksualnej	06:05 Afisz kulturalny ekstra 06:15 Muzyczne poranki - Teledyski 06:55 Tamte lata, tamte dni - Artur Barciś - magazyn 07:35 Baśń o wodzie - dokument, Polska, 2017 08:20 Mody Polskie - Łódź - rep. 09:00 Pogranicze w ogniu 10:10 Życie jako śmiertelna choroba przenoszona drogą płciową - dramat obyczajowy, Polska, 2000 12:00 Przerwa w podróży - dok., Polska, 2017 13:35 Niepojęte - felieton 13:55 Rzecz Polska - Hodowla Zwierząt Karola Borsuka - dokument, 2018 14:15 Niedziela z... Janem Jakubem Kolskim 15:10 Pora umierać - obyczajowy, Polska, 2007 17:05 Pogranicze w ogniu 18:15 Ktoś tu kłamie? - Cajs von Zeipel - magazyn	06:00 Nash Bridges - Właściciel nierentownego lokalu chce porwać dla okupu dziecko swej niani. Jednak ludzie Nasha krzyżują mu plany. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Na posterunek zgłasza się Jessica, siostra Hartmuta. 10:00 Triumf miłości - serial obyczajowy 12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy 13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - Ola i Magda są zmuszone przez swojego szefa, prezesa Czarneckiego do zwrotu pieniędzy, które w wyniku ich rzekomego błędu straciła firma. Aby spełnić wymagania szefa, kobiety muszą... 16:00 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument	05:20 Ten moment - program obycz. 05:55 Szkoła - Ela Nowik z licealnej 3a chce nagrać swoją solową płytę i prosi o pomoc Wacka Mrozińskiego, który pomaga jej w komponowaniu muzyki. Podczas wspólnej pracy do uczennicy dociera fakt, że jest zakochana w przyjacielu. 08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 14:00 Detektywi - Do detektywów zgłasza się młoda kobieta, która otrzymała w spadku po nieznanym mężczyźnie milion złotych. Klientka chce wiedzieć, kim był zmarły... 15:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy	06:00 Strażnik Teksasu - film akcji 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów. Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:05 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:05 Babilon A.D. - sens., Wlk. Bryt., Franc., USA, 2008 01:15 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:25 Hardkorowy lombard 02:55 Śmierć na 1000 sposobów 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
							
16:05 Dziedzictwo - serial 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - telet. 18:10 Klan - serial obycz. 18:45 Akacja 38 - serial 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport 20:15 Pogoda 20:25 Piłka Nożna: Liga Mistrzów 23:05 Fuks - kom. sens., Polska, 1999 00:40 Wykrywacz kłamstw - magazyn 01:05 Firma - sens., USA, 1993 03:50 Magazyn Ekspresu Reporterów 04:45 Pytanie dnia 05:10 Reporterzy - magazyn 05:20 Oko na Świat - magazyn	17:20 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja, 2024 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2025 20:40 Przepis dnia - program kulinarny 20:55 Na dobre i na złe - serial obyczajowy, Polska, 2026 21:55 Na sygnale - serial fabularny 22:55 Peaky Blinders - serial, Wlk. Bryt., 2019 00:05 Książę z innej bajki - obycz., USA, 2023 01:40 Davos wojna szpiegów - serial, Szwajcaria, Niemcy, 2023 02:30 Antidotum - dok., Wlk. Bryt., 2025	19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 21:35 Młode gliny - program kryminalny 22:40 Nieuchwytny - sens., USA, 1996 00:40 Wierna - przygod., USA, 2016 03:15 Największe polskie katastrofy - program dokumentalny 04:15 Uwaga! - program interwencyjny 04:30 Anatomia piękna - program rozrywkowy	18:00 Pierwsza miłość - serial 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Milionerzy - teleturniej 20:30 Farma - reality show 21:35 Komediodwa środa - Wakacyjni przyjaciele 2 - kom., USA, 2023. Marcus i Emily wraz z synkiem oraz ich znajomym Maurillio wyruszają na wycieczkę na Karaiby. 23:55 Chłopaki nie płaczą - kom., Polska, 2012 02:00 Być jak Kazimierz Deyna - kom., Polska, 2012 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	18:30 Informacje kulturalne 18:55 Reżyserzy - John Schlesinger - dok., Wlk. Bryt., 2018 19:45 WTEM - Piotr Janicki „NN” - Joanna Żabnicka „Kreda” - felietony 20:00 Żeby nie było śladów - dramat, Polska, 2021 22:45 Scena alternatywna - Java - magazyn kulturalny 23:20 Goldfinger - sens., Wlk. Bryt., 1964 01:25 Wolność - obycz., Hiszp., Belgia, 2021 03:25 Charles Bronson, wcielenie męskości - dokument, Franc., 2022 04:30 Niepojęte - felieton 04:50 Dekalog - Osiem - film TVP, 1988	20:00 Przyna - akcja, Kan., USA, 2000. historię złodzieja, który podczas pobytu w więzieniu przypadkiem zdobywa cenną informację. Nagle z jego akt znika informacja o karze, a na koncie pojawia się kilkanaście tysięcy dolarów. Jak się okazuje 22:35 Hotel Artemis - akcja, USA, 2018 00:10 Boudica: Królowa wojny - przygod., Wlk. Bryt., 2023 02:25 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:25 Menu na miarę - program kulinarny 04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu 04:20 Dyzur - serial medyczny 05:00 Dzielnica strachu - serial	17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny 18:00 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Gniew oceanu - katastrof., USA, 2000 22:50 Wieczór gier - kom., USA, 2018. Max i Annie raz w tygodniu umawiają się z innymi parami na wieczór gier. Brat Maxa postanawia odtworzyć podgrzaną atmosferę i proponuje rozwiązanie zagadki morderstwa... 00:50 Duma: Podróż do domu - przygod., USA, 2005 03:00 Pogromcy Chaosu - program poradnikowy 04:00 Dorota was urządzi	09:00 Mocni Jego mocą 09:30 Sanktuarium polskie 09:50 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:25 Jestem mamą 11:40 Mysłąc Historia 11:50 Odnaleźć siebie 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Stan wojenny w Polsce 12:55 Walka o życie 13:30 Msza św. 14:30 Skarby Ojcowskiego domu 15:00 Katowine Praskie 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 Życie jest piękne 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacja dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 40 dni ze Św. Franciszkiem 19:30 Bóg z nami 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysłąc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnoogórski 21:20 Inform. dnia 21:40 Polski Punkt Wiedzenia 22:00 Przetrawiliśmy 22:30 Gość Oczekiwany

CZWARTEK • 26 lutego		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2						
06:10 Akacja 38 - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Pełnia Wiary - magazyn 08:00 Serwis Info; Pogoda Info 08:20 Makłowicz w podróży - magazyn kulinarny 09:00 Ranczo - serial obycz., 2013 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:20 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 12:50 Mieszkańcy skandynawskich wód - dokument, Niemcy, 2023 14:00 Wichrowe wzgórze - serial 15:00 Serwis Info 15:15 Reporterzy - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedzictwo - serial 17:00 Teleexpress; Pogoda	04:25 Na dobre i na złe - serial obyczajowy, Polska 05:25 M jak miłość - serial obyczajowy, Polska 06:15 Operacja zdrowie - magazyn medyczny 06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - program poranny 12:00 20x20 lat TVP Kultura - Bartłomiej Topa 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic 16:00 Koło fortuny - teleturniej	05:35 Uwaga! - program interwencyjny 05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 15:45 Młode gliny - program kryminalny 16:50 Detektywi - Do biura detektywistycznego zgłaszają się rodzice 19-latk, których syn wstąpił do wspólnoty o nazwie „Komuna dobra”. Małżeństwo twierdzi, że... 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda	06:00 Nowy dzień 08:30 Małanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów 16:30 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - Po kłótni dwójka młodych ludzi policja dostaje zgłoszenie o strzał z broni palnej. Na miejscu policjanci znajdują ciało zastrzelonego chłopaka. Trop prowadzi do trójmiejskiego półświatka. 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy	06:05 Afisz kulturalny ekstra 06:10 Muzyczne poranki 07:05 Tamte lata, tamte dni - Juliusz Machulski - mag. 07:45 Jak powstały nasze nazwiska? - dokument, Polska, 2017 08:25 Informacje kulturalne 09:00 Pogranicze w ogniu - serial woj., Polska, 1988 10:10 Pora umierać - obycz., Polska, 2007 12:05 Reżyserzy - John Schlesinger - dok., Wlk. Bryt., 2018 13:00 Rozmowy (nie)wygodne - Małgorzata Ostrowska 13:35 Informacje kulturalne 14:05 Film dla kosmitów - fab., Polska, 2022 15:30 Romans prowincjonalny - obycz., Polska, 1976 16:45 Pogranicze w ogniu - serial woj., Polska, 1988 17:55 Mody Polskie - Warszawa - reportaż	06:00 Nash Bridges - Ludziom Nasha udaje się złapać złodziei biżuterii przebranych za strażaków. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Nieznany sprawca zabija ochroniarza, a następnie ucieka ze skradzionymi pieniędzmi. Trop prowadzi do ojca Bena. 10:00 Triumf miłości - serial obyczajowy 12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy 13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - Jonasz Rada to młody muzyk, który startuje w konkursie, aby zdobyć w nim prestiżowe stypendium. Na co dzień chłopak zarabia jako grajak uliczny. 16:00 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument	05:20 Ten moment - program obycz. 05:55 Szkoła - Licealistka Zuza Gajewska martwi się o to, że jako jedyna w klasie jeszcze z nikim nigdy nie spała. Aby zakończyć plotki na swój temat, postanawia spotkać się z chłopakiem poznanym w internecie. 08:45 Ukryta prawda - 27-letni Maciek zżera zazdrość o szwagierkę Klaudję, w której jest zakochany... 11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 14:00 Detektywi - Z mieszkania 40-latk i jego rodziny zginęły pieniądze oraz biżuteria. Żona mężczyzny nie chce zawiadomić policji podejrzewając, że kradzieży mógł dokonać ich syn, ale... 15:00 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska	06:00 Strażnik Teksasu - film akcji 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów. Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:05 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:05 Opancerzony - sens., USA, 2009 01:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:05 Hardkorowy lombard 02:35 Interwencja - magazyn reporterów 02:55 Śmierć na 1000 sposobów 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy
							
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej 18:10 Klan - serial obycz. 18:45 Akacja 38 - serial 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport; Pogoda 20:30 Ojciec Mateusz - serial krym. 21:30 Sprawa dla reportera 22:30 Nie znikniemy - dokument, Polska, 2023 23:30 Wykrywacz kłamstw - magazyn 23:55 Koliber - fab., Wlk. Bryt., USA, 2013 01:45 Fuks - kom. sens., Polska, 1999 03:25 Sprawa dla reportera 04:15 Pytanie dnia 04:40 Reporterzy - magazyn 04:55 Oko na Świat - magazyn	16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia 20:45 Tak to leciało - teleturniej muzyczny 21:45 Bardzo poszukiwany człowiek - thriller, USA, Niemcy, Wlk. Bryt., 2014 24:00 Morderstwa w Kanionie Verdon - film kryminalny, Francja, 2023 01:35 Lepsza połowa - serial, Polska, 2020 02:15 Kruk - Jak tu ciemno - serial kryminalny, Polska, 2022 03:55 Rodzinka.pl - serial komediowy, polska	19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 21:35 Młode gliny - program kryminalny 22:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 23:45 Z ust do ust - kom., USA, Australia, 2005 01:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 03:55 Uwaga! - program interwencyjny 04:10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 05:10 Nauka jazdy - reality show	18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa 19:30 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Milionerzy - teleturniej 20:30 Farma - reality show 21:40 It Ends with Us - obycz., USA, 2024. Lily Bloom po śmierci ojca postanawia nowe życie rozpocząć w Bostonie. Na dachu kompleksu mieszkającego przypadkowo poznaje charyzmatycznego neurochirurga Ryle'a Kincaida... 00:30 Oszustki - kom., USA, 2019 02:35 Przyjaciele z kasą - obyczajowy, USA, 2006 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	18:35 Niepojęte - Rozum a wiara - felieton 18:55 Portrety - Nieoprawny Belmondo - dok., Franc., 2022 20:00 Wstęp do filmu 20:05 Ziemia obiecana - fab., Polska, 1974 22:55 Ziemia obiecana - sekrety filmowego planu - reportaż 23:20 The Rolling Stones - życie w rytmie rocka - dok., Wlk. Bryt., 2022 00:35 Panorama kina polskiego - Żeby nie było śladów - dram., Polska, 2021 03:25 Tygodnik Kulturalny 04:20 Elektrosonda - koncert, 2016 05:10 Mody Polskie - Warszawa - reportaż	20:00 Wasabi: Hubert zawodowiec - komedia, Franc., Jap., 2001. Hubert Fiorentini niespodziewanie dowiaduje się, że ma dziewiętnastoletnią córkę Youmi... 22:00 Wielkie kino - komedia, USA, 2007 23:30 Dzikie łowy - przygod., Nowa Zelandia, 2016 01:30 Dzielnica strachu - serial kryminalny 02:25 Menu na miarę - program kulinarny 03:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 03:25 Dyzur - serial medyczny 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny	16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy 17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny 18:00 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Wytańcy marzenia - obycz., USA, 2006. Metody nauki Pierra Dulane ścierają się z hip hopowymi instytutami jego uczniów, tworzy więc zespół, który kreuje nowy styl tańca. 22:35 Ostatni władca wiatru - przygod., USA, 2010 00:40 Pan Church - obycz., USA, 2016 02:55 Żyjąc z potworem 03:55 Fachowcy - paradokument	09:45 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:25 Mysłąc Ojczyzna 11:35 Przyroda i Ludzie 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Wykłady z kongresu 12:50 Mateczniki Polkości 13:00 Poronin - Parafia Św. Marii Magdaleny 13:20 Przegląd Tyg. „Niedziela” 13:30 Msza św. 14:30 Misja Szczecin - Madagaskar 15:00 Po stronie prawdy 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Z wędka nad wodę 16:35 Sól ziemi 17:05 Akademia pro-life 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 40 dni ze Św. Franciszkiem 19:30 Każdy małżuch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Głos Polski 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Wiedzenia

DODAJ SWOJE OGŁOSZENIE

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

**SMS**

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

**KUPON**

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

**REDAKCJA**

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

Ogłoszenie dostarczone do piątku w godzinach pracy sekretariatu ukaże się w najbliższym wtorkowym wydaniu. W przypadku wysłania kuponu pocztą lub wrzucenia do skrzynki kontaktowej o terminie publikacji decyduje data dotarcia kuponu do redakcji.

Redakcja zastrzega sobie prawo ingerencji w treść ogłoszenia w przypadku, gdy podana kategoria jest niezgodna z treścią ogłoszenia, lub gdy treść ogłoszenia zawiera błędy ortograficzne lub stylistyczne.

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

UWAGA!
JEDEN KUPON = JEDNA OFERTA

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

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



OGŁOSZENIA

MIESZKANIE**SPRZEDAM**

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

☑ **MIESZKANIE** na sprzedaż, dwupokojowe komfortowe w pełni umeblowane i wyposażone mieszkanie o powierzchni 47,7 m², na 2 piętrze niskiego bloku w sercu Ryk. Dla pary, rodziny lub inwestycja, gotowe

Auto Centrum Ryki

AS CAR

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE

ul. Słowackiego 26
509 799 777

AUTO SERWIS
MYJNIA
STACJA PALIW

Nowy wygodny sposób dodawania **bezpłatnych** ogłoszeń

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



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

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA:

.....

.....

MIEJSCOWOŚĆ:

CENA:

TELEFON KONTAKTOWY:

TWÓJ
Głos
KUPON WAŻNY
DO 27 lutego

HURTOWNIA SPOŻYWCZA

u Helenki

Maria Pawlak

Oferujemy:

- ▶ mrożonki, flaki,
- ▶ świeży drób,
- ▶ wędliny, konserwy,
- ▶ napoje, słodycze,
- ▶ lody
- ▶ konserwy rybne

ryby mrożone, wędzone, smażone i śledzie

RYKI, ul. Żytia 10 (za budynkiem OSI)
 ☎ 81 8652 103

BARDZO DUŻY WYBÓR RYB I ŚLEDZI

OBSŁUGUJEMY CHRZCINY, KOMUNIE IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE

Zapraszamy:
 Pn-Pt 7.00-17.00
 Sob 7.00-15.00

USŁUGI ZIEMNE

KOPARKA KOŁOWA I MINIKOPARKA

ODŚNIEŻANIE
 dojazdów, posesji, parkingów

JARKOP
 Jarosław Dembek

TRANSPORT 20-30 T
 żwir, piach, kruszywa i inne

tel. 721 094 302

Czerwiec 38, 08-550 Kłoczew

SKUP ZŁOMU

AUTOROMANO

ATRAKCYJNE CENY, ŁATWY DOJAZD

Dęblin, ul. Kocka 179 (PRZY STACJI LOTOS)

☎ 573 779 889

TARTAK DREWNOHURT

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

REGAMET

SPRZEDAŻ NOWOCZESNYCH POKRYĆ DACHOWYCH

WYCEN BEZPŁATNIE DREWNO NA SWÓJ DACH U PRODUCENTA

Nowodwór 102A
 drewnohurt1@wp.pl
790 219 819

do zamieszkania. Tel: 577 290 588

☒ **MIESZKANIE** w bloku 49 mkw, Ryki ul. Witosa 16/21. Cena do uzg. Tel. 507 833 702.

DO WYNAJĘCIA POSIADAM

☒ **DOM** wolnostojący , 50 mkw, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, przedpokój, częściowo umeblowane. Ryki ul. Królewska. Tel. 600 858 407.

☒ **UMEBLOWANE MIESZKANIE** w Rykach na pierwszym piętrze, jeden pokój, przedpokój, kuchnia i łazienka . Tel. 796 914 058.

☒ **KAWALERKA** w Dęblinie, osiedle Wiślana, wyposażona i umeblowana. Tel. 881 310 264.

DZIAŁKA POLE SPRZEDAM



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

☒ **DZIAŁKA** uzbrojona, budowlana, 1600m² w Woli Rębkowskiej - Zacisze. Cena do uzgodnienia. Tel: 720 915 815

☒ **DZIAŁKI LEŚNE** o łącznej powierzchni 1,46 ha: Leopoldów 0,2816 ha, Nowodwór (okolice) 0,6175 ha + 0,2815 ha + 0,2797 ha. Cena do uzgodnienia. Tel. 796 735 375

☒ **ATRAKCYJNA DZIAŁKA** budowlana w miejscowości 08-503 Nowodwór przy drodze w kierunku na Wrzosówkę o powierzchni 1094 m². Prąd, woda, internet - światłowód. Wszelkie informacje tel. 668 698 581

☒ **DZIAŁKA BUDOWLANA**, wszystkie media, dogodne położenie, Ryki ul. Myśliwska. Cena do

KUPIĘ POLE, ŁĄKĘ, LAS, SIEDLISKO

tel. 720-777-788

uzgodnienia. Tel. 500 190 674.

☒ **LAS** pow. 2,83 ha miejscowości Kruszyna, cena 130.000 zł. Tel. 607 607 700.

☒ **DZIAŁKA** rolna, pole o pow. od 4 do 10 ha, położona nie więcej niż 20km od Ryk, klasa ziemi bez znaczenia. Tel: 600 248 257 / 600 766 118

☒ **DZIAŁKA** budowlana 0,38 ha z budynkami drewnianymi, przy szosie wszystkie media, cena 60 zł/mkw. do neg. Okręża ul. Jedności 20. Tel. 510 526 910.

☒ **DZIAŁKA** rolno-przemysłowa w miejscowości Garwolin o numerze 1723-aka kw.k.nr 5 o powierzchni 78 ar. Cena

do uzgodnienia. Tel. 664 782 319 .

SAMOCHÓD SPRZEDAM

☒ **ALFA ROMEO** Giulietta 1.4 TB 83KW prod. 2012r. 200 tys.km. stan bdb, cena do uzg. Ryki. Tel. 693 340 790.

☒ **CITROEN** C 3 prod. 2010r. poj. 1.4 diesel, kolor biały, stan techniczny bdb, garażowany, użytkowany przez kobietę, zestaw kół letnie i zimowe letnie i zimowe, akumulator nowy, cena 10.500 zł. Okolice Ryk. Tel. 514 440 020.

☒ **OPEL ASTRA** 1.9 CDTI diesel 2006r. kolor srebrny, kombi, przebieg 298 tys.km. stan bdb, cena 10.500 zł. Okolice Ryk.

Tel. 517 174 528.

☒ **OPEL ASTRA** benzyna 1.4 rok 2008 przebieg 148700 km, kolor czarny, salon Polska, 2 właścicieli, radio cd, klimatyzacja, cena 6.800 zł. Okolice Ryk. Tel. 693 333 753.

☒ **PEUGEOT 208 GT** hybryd z 2024r. ładuje się sam podczas hamowania, poj. 1199 cm³, przebieg 7800 km, stan idealny, automat, kolor biały, nie wymaga wkładu finansowego, wbudowana nawigacja, czujniki parkowania, funkcja utrzymania pasa ruchu, cena 95.000 zł. Ryki. Tel. 695 571 745.

☒ **VW UP** prod. 2012r. przebieg 101000km, kolor czarny, pierwszy właściciel, cały czas użytkowany, stan dobry, cena do uzg. Tel. 606 707 357.

SAMOCHÓD KUPIĘ

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

MOTOCYKL KUPIĘ

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

MOTO RÓŻNE SPRZEDAM

☒ **ALUFELGI** z oponami zimowymi kpl 4 szt. Kumho 195/65 R15 koła były montowane w samochodzie Kia. Tel. 662 596 281.

☒ **BŁOTNIK** tylny do samochodu Polski Fiat 1500 kombi, Ryki. Tel. 600 375 564.

☒ **CZĘŚCI** do ciągnika Władymirec, blok silnika, układ kierowniczy i inne. Ok. Ryk. Tel. 691 422 766.

☒ **CZĘŚCI** używane do różnych marek samochodów osobowych i dostawczych oraz inne, części blacharskie, mechaniczne, oświetlenie, koła i inne Tel. 601 308 103.

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

- MECHANIKA POJAZDOWA
- SKLEP MOTORYZACYJNY
- STACJA PALIW

08-530 Dęblin, ul. Szpitalna 2
 kom. 506 17 00 95, tel. 81 88 01 920

Włodzimierz Lesisz
 Pełny zakres badań technicznych

ALMAR trans

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

KŁOCZEW
 tel. 502 215 457

MARTYNKI Sp. z o.o.

POSADZKI MIXOKRETEM

TYNKI TRADYCYJNE

DOCIEPLENIA BUDYNKÓW

Realizujemy prace w programie

604 566 208 08-550 Kłoczew, Sosnowka 23

**PRYWATNY GABINET
DERMATOLOGICZNY**

Ryki, ul. Sienkiewicza 12

Barbara BOJAR

Przyjmuje w piątki, godz. 11 - 15. Rejestracja telefoniczna codziennie.

tel. 602 305 421

SALONY OPTYCZNE
Agnieszka Rękas

RYKI
ul. Warszawska 100
Medivita, tel. 509 728 764
czynne: od pon. do piątku w godz. 10-18

DĘBLIN
ul. Krzywa 2/4
Przychodnia rodzinna, tel. 509 728 638

szkła korekcyjne
szkła przeciwsłoneczne
soczewki kontaktowe
duży wybór oprawek

Fachowa i miła obsługa

tel. 504 086 922

☒ **HAKI** holownicze nowe i używane, możliwość montażu. Cena do uzgodnienia. Tel. 601 308 103.

☒ **OPONY** letnie i zimowe, felgi stalowe i aluminiowe, do samochodów osobowych dostawczych i terenowych oraz rolnicze, cena od 40 zł. Tel. 601 308 103

☒ **OPONY** letnie Nexen, kpl. 4 sztuki, 215/55 R17. Tel. 662 596 281.

☒ **OPONY** zimowe Nokian Weatherproof rozm. 205/55/16 rozstaw śrub 5x112, bieżnik 2x5mm 2x7mm, felgi stalowe, cena do uzg. Tel. 698 004 989.

☒ **OPONY** zimowe Vredestein 4 szt. rozm. 225/65

16C zużycie 10%. Michelin 4 szt. rozm. 215.75 16C zużycie 30%. Continental 2 szt. rozm. 195/65 15c zużycie 30%. Michelin 2 st. 215/65/16C zużycie 10 %. Tel. 606 14 12 10.

☒ **OSIE** do przyczep, używane, różne, ładowność od 1 do 20 ton. Felgi i opony dostawcze, ciężarowe i rolnicze. Cena do uzgodnienia. Tel. 601 308 103.

☒ **ROZRUSZNIK** po regeneracji do samochodu Toyota Corolla Verso, 1.8 brnżyna, cena do uzg. Ryki. Tel. 600 375 564.

☒ **WEBASTO**, nagrzewnica od Stara 660. Kacprówek. 500 zł. Tel: 601 145 126

kicWent
KLIMATYZACJA CHŁODNICTWO WENTYLACJA

**KOMPLEKSOWE INSTALACJE
SANITARNE**

KLIMATYZACJA
WENTYLACJA
POMPY CIEPŁA
CHŁODNICTWO

KONSERWACJA
NAPRAWA
MONTAŻ
SERWIS

ul Warszawska 55
08-500 Ryki

tel. 722 125 180
www.kicwent.pl

GABINET NEUROLOGICZNY

lek. neurolog

Mirosław LORENC

Ryki, ul. Żytnia 8 (budynek OSI) - czwartek 15 - 17
rejestracja - 601 445 807

INNE TERMINY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
nagłe przypadki - ☎ 601 445 807

**MASZyny
ROLNICZE
SPRZEDAM**

☒ **URSUS** 4514, 1997r., Tel: 669 333 123

☒ **CIĄGNIK** Ursus 2812. Jest z 1996r. od nowości. Sprawny technicznie lecz do poprawek wizualnych. Zarejestrowany i opłacony. Tel: 663 436 660

☒ **SIEWNIK** Poznaniak garażowany, cały w oryginalnej, cena do uzg. maciejowice. Tel. 798 524 880.

☒ **WYCINAK** do kisonki, stan bdb, nowe noże łańcuch, cena 3.700 zł. Kobylnica. Tel. 880 772 305.

☒ **MASZyny** ROLNICZE - rozrzutnik, kopaczka, ciągnikowa, brony 3, kultywator, przetrząsarka paskowa do siana, Tel. 601 308 103.

☒ **CIĄGNIK** massey ferguson 2812, 1993r., 1977 mtg przebiegu, stan bdb, jak nowy, prasa class, kostka, stan bdb, przetrząsacz do siana taśmowy. Tel: 518 071 489

☒ **ROZRZUTNIK** dwuosioowy, kompletny z nastawkami do kukurydzy, 1990r. Chotynia. 7 500 zł. Tel: 600 942 748

STUDNIE
Mirosław Izdebski
Dąbrówka Stany 74

✓ STUDNIE WIERCONE
✓ POMPY CIEPŁA
✓ DESZCZOWNIE
✓ ODWODNIENIA

☎ 608 046 239
☎ 504 320 592

☒ **PRZYZEPA** wywrotka, jednoosiowa, bliźniak, 7 ton zboża pojemności, trzy stronny wywrot. Gończyce. Cena do uzgodnienia. Tel: 600 942 748

☒ **BRONA** talerzowa 2x10, międzyrzec, 2000r. Tel: 692 290 910

☒ **LEJEK** strumyk, 400, 2008r. Tel: 692 290 910

☒ **GRUBER** 6 łap, 2.6m, sprężyna, 2015r., nowe elementy robocze firmy Lemken, ładne talerze plus wał rurowy, stan bdb. Tel: 505 900 999

☒ **AGREGAT** 3m, wałki podwójne, wąski ząb, mało używany, stan bdb. Tel: 505 900 999

☒ **SIEWNIK** poznaniak, skrzynia olejowa, szer. 3m, rurki plastik, grabki, wąskie koło, mało używany, tabela wysiewu, stan bdb. Tel: 505 900 999

☒ **URSUS** 360-3p, 1986r., zarejestrowany, ubezpieczony. Tel: 511 108 196

☒ **ROZSIEWACZ** amazone zau 1501, stan bdb. Kłoczew. 8 200 zł. Tel: 691 302 988

☒ **PRASA** simpa, 1997r., czerwona, wszystko w oryginale z wałkiem i z

**CENTRUM STOMATOLOGICZNE
LUXDENT**

Ryki, ul. K. Wojtyły 3
I piętro, nad MediVitą

lek. dent.
Sławomir KONCEWICZ
tel. 534 260 870

- leczenie próchnicy
- stomatologia estetyczna
- odbudowa zębów
- chirurgia
- protezyka
- profilaktyka
- stomatologia dziecięca
- RTG: pantomogram, zdjęcia zębów

Rejestracja telefoniczna
prowadzona jest przez 7 dni w tygodniu

SANMED
Specjalistyczne Centrum Medyczne SANMED

CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
WOLNE TERMINY NA NFZ

Więcej informacji pod numerami telefonu
oraz osobiście w rejestracji

☎ 535 202 010 lub 81 865 12 27

Płocówka znajduje się w pawilonie
handlowym „MERKURY”
ul. Słowackiego 4/5C

drabinką. Tel: 692 290 910

☒ **SIEWNIK** Meprozet 23; Poznaniak 22,7, kultywator z wałkiem 2,1 / 2,4. SADZARKA. pielacz 3 i 5. Pługi 2/4. Agregat uprawowy 2,1. Rozdrabniacz 1,5m. Tel. 570 530 800.

**MASZyny
ROLNICZE
KUPIĘ**

☒ **MASZyny** ROLNICZE - glebogryzarka, telerzówka, prasa, rozrzutnik, siewnik i inne. Tel. 517 293 861.

☒ **KOPACZKA** do ziemniaków i rozrzutnik obornika Czarna Białostocka lub Warfama. Tel: 666 941 477

☒ **SADZARKA** lubelska. Tel: 692 290 910

☒ **MASZyny** rolnicze sprawne i do remontu. Tel: 505 900 999

☒ **TUR** do ciągnika Władimirec, kupię. Ok. Ryk. Tel. 691 422 766.

☒ **CIĄGNIK** rolniczy ursus c-330 i c-360 w każdym stanie. Tel: 666 941 477

**MASZyny
URZĄDZENIA
SPRZEDAM**

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

☒ **MIGOMAT** BESTER 180 zasilanie 220-380 volt, bardzo mało używany. Ułęż. Tel. 888 343 465.

☒ **ZBIORNIK** 100 litr ciśnieniowy z solarami na ciepłą wodę, mało używany, Ułęż. Tel. 888 343 465.

☒ **ŁUPARKA** hydrauliczna napędzona silnikiem siłowym do drzewa stan dobry, cena do uzg. Ryki. Tel. 511 110 818.

☒ **SILNIKI** elektryczne 2 KW, 3 KW, 5,5 KW 7,5 kW i większe. WIERTARKA stołowa. Tel. 603 346 594.

☒ **PŁUG** do odśnieżania, solidny a z racji jego

MAKLESZ

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

WAGA 60 ton

08-500 Ryki, ul. Szwarcowska 20
tel. 602 284 292, 698 642 151



EUROCOLD
SIENKIEWICZ

klimatyzacja wentylacja
pompy ciepła fotowoltaika
ładowarki do aut elektrycznych

www.eurocold.pl

501 099 450

ul. Żytka 64 B, 08-500 Ryki
biuro.eurocold@gmail.com



Skup surowców wtórnych
Z myślą o środowisku

08-504 Ułęż, Korzeniów 80

OBŚŁUGA FIRM
odbiór makulatury
odbiór folii

ODBIÓR ODPADÓW BUDOWLANYCH / GRUZU

81 866 76 92 665 622 822 669 105 580

konstrukcji może być też używany do innych prac bez obawy o uszkodzenie. Kacprówek. 2 200 zł. Tel: 601 145 126

☒ **WYCIĄGARKA** bębnowa od wojskowego Stara 660, brak linki. Kacprówek. 1000 zł. Tel: 601 145 126

☒ **STUDIA** polowa ze stojakiem, pompą ręczną, wiertłem, węzami, filtrem, z odcinkami ocynkowanymi rur łączących się o dł. 6mb. i innymi akcesoriami, nowa. Kacprówek. 2 200 zł. Tel: 601 145 126

☒ **MINIKOPARKA** marki Pel - Job Volvo 2.6t, 1998r, wszystko sprawne, 3 łyżki. tel: 663 436 660

MASZYNY URZĄDZENIA KUPIĘ

☒ **WIERTARKA** stołowa, trzyfazowa, używana. Tel: 602 357 597

PRODUKTY I PŁODY ROLNE SPRZEDAM

☒ **ZIEMNIAKI** jadalne i sadzeniaki, paszowe. Odmiany białe: catania, irys. Odmiany żółte :

micalina, jurek, wineta, denar, owacja, soraja. Cena od 0,40 zł/kg. Możliwość dowozu do klienta. Potok k/Ryk. Tel. 607 525 408.

☒ **BEŁE** siana 80 szt. i beł słomy 40 szt. Okolice Gończyc. Cena do uzgodnienia. Tel: 605 454 369

☒ **ZIEMNIAKI** i marchew paszową, duże ilości. Maciejowice. Atrakcyjna cena. Tel: 519 454 620

☒ **BEŁE** słomy ok. 100 beł. Maciejowice. Atrakcyjna cena. Tel: 519 454 620

☒ **BALOTY** z pszenicy i pszenżyta. Cena do uzgodnienia. Tel: 665 085 181

☒ **MARCHEW**, Buraczki czerwone, Cebula. Paprotnia. Tel. 608 887 301.

☒ **SŁOMA** w belach 110/120. Tel. 660 387 436.

☒ **OWIES** odmiana „Bingo plus”, cena 60 zł/100kg. Okolice Parysowa. Tel. 669 425 162.

☒ **ZBOŻE** - pszenica, żyto, owies, pszenica jara, oziroma, łubin. Tel. 535 092

066.

☒ **SŁOMA** w paczkach. SIANO w paczkach i luzem. Okolice Ryk. Tel. 692 302 869.

☒ **SIANO** w kostkach. Owies, pszenżyto. Leopoldów. Tel. 880 576 143.

☒ **OWIES** na siew. Kawęczyn. Tel. 697 690 051.

☒ **ZBOŻE** - owies, pszenica, pszenżyto, żyto. Długowola. Tel. 506 049 967.

☒ **ZBOŻE** - Pszenica, pszenżyto, jęczmień, owies Bingo. Ownia. Tel. 604 154 734.

☒ **PSZENICA** ZIMOWA w dużej lub małej ilości, cena do uzg. Ryki. Tel. 511 110 818.

☒ **ZIEMNIAKI** jadalne różne odmiany (denar, catania, owacja i rykarda). Na terenie Ryk możliwy transport gratis. Cena do uzgodnienia. Ryki Tel. 605 340 777.

☒ **ZBOŻE** - owies, pszenżyto. Okolice Ryk. Tel. 667 643 262.

☒ **PSZENICA** ozima, worki 25kg. Owies, różne odmiany, worki 20kg. Cena do uzgodnienia. Ryki. Tel. 605 340 777.

☒ **SIANOKISZONKA**, SŁOMA, okolice Ryk. Tel. 785 668 798.

☒ **ZBOŻE** - żyto, pszenżyto, owies, mieszanka zbożowa, Słoma w belach 120, Siano w kostkach. Nowodwór. Tel. 694 825 530.

☒ **SIANOKISZONKA** w belach z łąk sianych. 130x1250 cm po prasie McHale z nożami, cena 170zł/szt. Przykwa. Tel: 663 855 914

☒ **SIANO** w kostkach. Słoma w kostkach. Cena do uzg. Okolice Ryk. Tel. 517 174 528.

☒ **PSZENICA**, owies i pszenżyto. Jakubówka. cena do uzg. Tel. 889 315 347.

☒ **SIANO** w kostkach, pierwszy pokos, pogodne. Okolice Garwolina. Cena do uzgodnienia. Tel: 506 290 093

☒ **SIANO** i słoma owsiana w belach. Grabniak. Cena do uzgodnienia. Tel:

25 682 50 78

☒ **ZIEMNIAKI** odpadowe, jadalne i kaliber sadzeniaka Irga, Katania, Ricarda i Jurek. Okolice Maciejowic. Tel: 606 637 090

☒ **SIANOKISZONKA** w belach. Okolice Kłoczewa. Tel: 785 635 871

☒ **ZIEMNIAKI** paszowe i jadalne, możliwy transport w cenie paliwa. Tel: 663 736 611

☒ **SŁOMA** w kostkach. Okolice Garwolina. 6,50 zł/szt. Tel: 505 436 936

☒ **OWIES**. 60 zł/100 kg. Gończyce. Tel: 607 545 514

☒ **OWIES** sprzedam, okolice Ryk. Tel. 81 8654972.

☒ **ZIEMNIAKI** jadalne, odmiana owacja. wyprodukowane na oborniku. Cena do uzgodnienia. Ryki. Tel. 603 437 844.

☒ **SIANO** belowane oraz

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

belowane słomę. Belowane 120 po prasie pasowej, 150 zł za beł. Słoma belowana sucha 60 zł za beł. Anielów gmina Sobolew. Tel: 730 019 454

☒ **SŁOMA** w belach i owies. Tel: 724 114 573

☒ **BEŁE** SIANA, cena do uzg. Swaty. Tel. 781 153 046.

OPAŁ

SPRZEDAM

☒ **DREWNO** OPAŁOWE sosna łupany 200 zł. Opał brzoza łupany 300 zł. Dąb 330 zł. Korytnica. Tel. 607 607 700.



☒ **DREWNO** opałowe różne gatunki pocięte i połupane. Borowie pow. Garwolin. Cena od 260 zł.

SKUP KONI w każdej kondycji

Szybka płatność - dwa dni



517 055 016
506 385 510

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

tel. 519 136 146, 506 385 510

SKUP ZBOŻ
RÓWNIEŻ Z PRZEZNACZENIEM
NA GORZELNIĘ / MINIMUM 10 TON
Zapewniam transport i odbiór z gospodarstwa

518 048 715

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

508 151 622



RECYKLING CENTER

RYKI, UL. LUBELSKA 43

KIERUNEK  **Chrustne**

SKUP ZŁOMU

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

AUTO KASACJA

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

SKUP ZŁOMU
☎ 609 126 733

AUTOKASACJA
☎ 781 200 418

SPRZEDAŻ CZĘŚCI
☎ 603 756 451

SZAMBA

zbiorniki betonowe na ścieki

domowe, przemysłowe,
deszczówkę, gnojownicę



tel. 791 519 607

www.szambabetonowe-brat-bet.pl, brat-bet@wp.pl

POSADZKI

MIXOKRETEM UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM

WYLEWKI ANHYDRYTOWE

TYNKI
AGREGATEM



T. Panasiewicz - 663 776 972

Tel: 787 022 688

☒ **DREWNO** opałowe, rąbane i w wałkach, różne gatunki. Możliwy transport. Tel. 691 312 727.

☒ **DREWNO** łupane układane, sosna półsucha - 200 zł, dąb i jesion - 400 zł, transport gratis. Stężyca i okolice. Tel: 508 157 911

AGD RTV

SPRZEDAM

☒ **ŁODÓWKA** w bardzo dobrym stanie. Cena do uzg. Tel. 507 114 046.

MEBLE

SPRZEDAM

☒ **REGAŁ** POKOJOWY z szafa dwudrzwiową, o wym. 4 metry x 2,10 metra w bardzo dobrym stanie, wyprodukowany w fabryce mebli w Swarzędzu, cena 500 zł. Tel. 507 114 046.

☒ **MEBLE** - stoły, krzesła, komoda, fotele, wersalka, możliwy transport. Ryki. Tel. 662 271 795.

BUDOWLANE

SPRZEDAM

☒ **LISTWA** przypodłogowa dąb. Cena 8 zł/mb. Tel. 607 607 700.

☒ **PARKIET** jesion 50x250x22 mm, cena 70 zł+vat. Tel. 607 607 700.

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

☒ **SCHODY** dębowe, jesionowe, cena 100 zł/mb + vat. Tel. 607 607 700.

☒ **DREWNO** TARTACZNE sosna cena 500 zł/ m3. Tel. 607 607 700.

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

☒ **OKNA** dwuszybowe, kolor obustronny antracyt. wymiar 990x1815 lewe rozwierno-uchylne, możliwy transport na terenie Garwolina i okolic. Tel: 513307104

☒ **KABINA** prysznicowa LEO, 80 cm, chrom. Cena 500 zł, nowa kosztuje 749,99. Tel. 601 098 094.

☒ **PROFILE** czarne 50x50x1,5mm cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

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

☒ **PROFIL** 20x20x1,5mm cena 3,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **CEOWNIKI** OCYNKOWANE 40x30x1,5mm za pół ceny - 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **RURY** na słupki 2 cale, używane, cena 2 zł/kg. Kozienice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **KRATKI** WEMA ocynkowane, cena 7 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **PROFILE** OCYNKOWANE 80x20x1,5 tanio - 10zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

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

☒ **CEOWNIKI** zimnogięte 50x20x1,5 wyprzedaż za pół ceny - 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

☒ **SŁUPKI** ocynkowane fi.42x1,5mm cena 10 zł/mb. Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

☒ **BLACHA** ocynkowana trapez 0,5mm x 210cm x 118cm, cena 28 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **PRĘTY** żebrowane fi.12, cena 34 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **WYNAJME** HALE WARSZTATOWĄ 400 mkw do różnej produkcji, cena 5500 zł/miesiąc. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 608 057 374.

☒ **PRĘTY** żebrowane fi.8 i

fi.10 długość 6mb, cena 3 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **BLACHA** zimnowalcowana 2mm 1x2, cena 150 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

☒ **BLACHA** na rozrzutniki 3mm 2x6 docinamy na wymiar, cena 120 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **SŁUPKI** ocynkowane z profilu 60x40x1,3 I gat. 3x taniej jak w markecie, cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888

302 303, 486145069.

☒ **RUSZTOWANIA** warszawskie, cena 79 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

☒ **KĄTOWNIK** zimnogięty 20x20x1,5mm cena 1,34 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **RURY** na słupki używane 2 cale, cena 2 zł/kg. Kozienice Stawex. Tel. 486145069, 888 302 303.

☒ **RURY** używane na słupy do wiat fi.219x5, cena 2,30 zł/kg. Maciejowice

PRODUCENT OPAKOWAŃ KARTONOWYCH



BOX - MASTER

Tworzymy kartony dopasowane do Twoich potrzeb

- opakowania w standardzie Fefco
- pudła klapowe
- pudła fasonowe
- pudełka do paczkomatów
- wypełniacze tekturowe



📍 Oszczyciwilk 61, 08-500 Ryki

✉ boxmaster_@outlook.com ☎ 734 036 346



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

sek

www.sek.sklep.pl

📍 RYKI ul. Przemysłowa 90 ☎ 660 71 16 70 606 14 12 10

Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

789 041 173

☒ **SZTACHETY** z blachy akrylowej 0,8mm x 8cm x 142cm, 3x taniej jak na giełdzie w Słomczynie, cena 8 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **BLACHA** ocynkowa- na 0,5mm x 670mm x 990mm, cena 15 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DLA DZIECI SPRZEDAM

☒ **DREWNIANE** krzeselka dla dzieci, Ikea Kritter, 3 szt. Dęblin. 120 zł. Tel: 668 725 348

ZWIERZĘTA SPRZEDAM

☒ **KLACZ** 2,5 letnia kasztanka ładnej budowy, cena do uzg. Pawłowice. Tel. 514 274 544.

☒ **TUCZNIK** waga 110-120kg. Cena do uzg. Sobolew. Tel. 504 637 577.

☒ **GĄSIORA** młodego sprzedam. Okolice Ryk. Tel. 697 335 385.

☒ **PROSIĘTA**. Ryki. Tel. 511 791 900.

☒ **TUCZNIK** waga około 130 kg, cena do uzg. Swaty koło Ryk. Dzwonić wieczorem. Tel. 796 407 068.

☒ **KRÓLIKI**. Sobolew. Tel:

☒ **TUCZNIK** 140kg. Okolice Gończyc. 7 zł/kg. Tel: 510 733 946

☒ **PROSIĘTA**. Okolice Stężycy. Tel: 692 785 210

☒ **GOŁĘBIE** belgusy orły pawiki, cena 30 zł. Ok. Ryk. Tel. 691 422 766.

☒ **KONIKI** POLSKIE, roczne klaczki rodowodowe do programu, cena 2200 zł. Stary Miastków. Tel. 606 442 236.

ZWIERZĘTA ODDAM

☒ **PIESKI** małe oddam w dobre ręce. Szczeniaki 2-miesięczne, psy średniego wzrostu. Tel. 509 644 890.

RÓŻNOŚCI SPRZEDAM



☒ **ROWER** poziomy stacjonarny mało używany, z pulsometrem, magnetyczny, wiele opcji treningu, cała elektronika sprawna, regulacja siedzenia. Tel: 660 671 614

☒ **MATERAC** mało używany o wym. 1,60, cena 500 zł. Ryki. Tel. 516 930 203.

☒ **ROWER** 28 maxim, męski, elektryczny, nowy. Garwolin. Cena do

DEBLIN MZGK Miejski Zakład Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o. w Dęblinie

poszukuje kandydata/ki na stanowisko:

Informatyk/czka

szczegóły oferty na stronie internetowej www.mzgek.pl lub pod numerem telefonu **81 88 33 630**

uzgodnienia. Tel: 502 438 054

☒ **KOJEC** dla psa 4x2m, wys. 1.6m, nowy, solidnie i estetycznie wykonany. 1 800 zł. Tel: 507 271 071

☒ **MONETY** 2000 szt., medale 1000 szt., porcelana. Ziębice. Tel: 696 603 869

RÓŻNOŚCI KUPIĘ

☒ **KUPIĘ** PILNIE STAROCIE. Wszystko co stare i zbędne, Szkoła z PRL, kryształ. Figury i wyroby z mosiądzu. Obrazy, zegary. Militaria. Telefon 663 647 909 - cały dzień. Płatne gotówką. Dojazd do klienta. Tel. 663 647 909.

RÓŻNE

☒ **WEAR AGAIN** - nowo otwarty second hand w Garwolinie! Odzież damska, męska i dziecięca. Nowy towar co tydzień (sobota). Kids corner + darmowa kawa. Szkolna 5, Garwolin, pn-pt 9-18, sob 9-16. Tel: 503694369 x4

PRACA SZUKAM

☒ **EMERYT** szuka pracy w Rykach lub okolicy. Tel. 791 803 298.

PRACA DAM

☒ **ZATRUDNIMY** kierowców kat. C oraz C+E, praca na betonomieszarce i na cementowozie. Tel. 607 060 797.

☒ **ZATRUDNIĘ** stolarza z doświadczeniem oraz szlifiera na lakiernię. Zatrudnimy też osobę chętną do nauki zawodu stolarz. Praca jednozmianowa w Garwolinie. Tel: 509 313 534

☒ **OPERATORA** pompy do betonu zatrudnimy od zaraz. Mile widziane doświadczenie i uprawnienia. Tel: 607 060 797



☒ **FIRMA ALLFIL** poszukuje pracowników na stanowiska: 1. Operator maszyn - SZYCIE: 5 osób 2. Operator maszyn -ZGRZEWANIE: 6 osób 3. Operator wtryskarek: 2 osoby 4. Operator tokarki i frezarki CNC: 1 osoba. 5. Spawacz stali kwasoodpornej metodą TIG: 1 osoba. Miejsce pracy: Wola Rębkowska k. Garwolina. Tel: 505 345 962

☒ **PRACA** dla mężczyzn w gospodarstwie sadowniczym, mieszkanie na miejscu. Sobienie Jeziory. Tel: 602 357 597

Praca na Fermie Drobiu w Owni

ZATRUDNIĘ PRACOWNIKA

kobietę lub mężczyznę - do obsługi fermi drobiu
Atrakcyjne wynagrodzenie

Więcej informacji pod numerem tel.

781 187 888

czym, mieszkanie na miejscu. Sobienie Jeziory. Tel: 602 357 597

☒ **PRZYJME** PRACOWNIKA do pracy na skład budowlany w Rykach. Stawex. Tel. 888 302 303.

☒ **MASZ** uprawnienia SEP lub FGAZ lub GAZowe lub inne techniczne - mamy dla Ciebie pracę. Tel. 690 314 500.

☒ **ZATRUDNIĘ** osobę z wykształceniem BHP. Tel. 690 314 500.

☒ **POSZUKUJEMY** pracowników do sprzątania biur i magazynów w Pilawie. Praca w godzinach 7:00-15:00. Wymagane cechy to sumienność i dokładność. Zainteresowane osoby prosimy o SMS pod nr: 660 758 502

USŁUGI

BORGIO

☒ **KRAWCOWA/ KRAWIEC** w Salonie BORGIO Garwolin. Zatrudnię krawcową / krawca / szwaczka / szwacza, 1/2 etatu, praca od zaraz. Tel: 600 502 213



☒ **ZATRUDNIĘ** pracowników ogólnobudowlanych głównie wykonywanie dociepleń, praca cały rok, wszystkie świadczenia. Tylko i wyłącznie z doświadczeniem. Tel. 509 743 684

☒ **ZATRUDNIĘ** pracowników do elewacji, wykończeń i prac ogólnobudowlanych. Z doświadczeniem. Praca cały rok. Atrakcyjne wynagrodzenie i klarowna umowa. Tel. 695 725 656.

☒ **KIEROWCA ŚMIECIARKI** Ekolider z siedzibą w Lucinie (gm. Garwolin), poszukuje osób na stanowisko: KIEROWCA ŚMIECIARKI. Tel. 509 980 987.

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

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

☒ **NAPRAWA BUTÓW**. Tel. 605 671 274.

☒ **KIEROWNIK** BUDOWY - inż. budownictwa z uprawnieniami. Ekspertyzy i opinie techniczne, legalizacja samowoli budowlanych, świadectwa charakterystyki energetycznej (ście). Rzetelnie i terminowo. Tel: 502 911 656



USŁUGI KOMINIARSKIE

FREZOWANIE KOMINÓW

- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy
- sprzedaż pelletu

do każdego frezowania
NASADA GRATIS!

KOM-FREZ **783 493 576**

TERYTORIAŁSI Z DĘBLINA GOTOWI NA KAŻDY SCENARIUSZ



Ramię w ramię. Żołnierze 22 Dęblińskiego Batalionu Lekkiej Piechoty oraz strażacy przeszli szkolenie, którego celem było sprawdzenie gotowości służb na rzecz bezpieczeństwa mieszkańców



Żołnierze, doskonaląc procedury reagowania w sytuacji nagłego, wielopodmiotowego zagrożenia, wspierali strażaków w prowadzeniu akcji, zabezpieczali miejsce zdarzenia, kierowali ruchem, udzielali pierwszej pomocy medycznej oraz realizowali triaż poszkodowanych (fot. 2LBOT)

Ćwiczenia rozpoczęły się od symulowanej kolizji drogowej z udziałem samochodu osobowego, autokaru oraz pojazdu wojskowego. Scenariusz zakładał dużą liczbę poszkodowanych, w tym osoby uwięzione w samochodzie, wymagające użycia sprzętu hydraulicznego, a także rannych wśród żołnierzy. Działania ratunkowe prowadzone były we ścisłym współdziałaniu z jednostkami Ochotniczych Straży Pożarnych. - Żołnierze, doskonaląc procedury reagowania w sytuacji nagłego,

wielopodmiotowego zagrożenia, wspierali strażaków w prowadzeniu akcji, zabezpieczali miejsce zdarzenia, kierowali ruchem, udzielali pierwszej pomocy medycznej oraz realizowali triaż poszkodowanych - wylicza kpt. Marta Gaborek, rzecznik 2 LBOT. Kolejny epizod obejmował pożar zabudowań kompleksu pałacowego. Żołnierze, działając wspólnie ze strażakami, prowadzili działania związane z ewakuacją osób poszkodowanych oraz zabezpieczeniem

rejonu działań. Ćwiczenie pozwoliło na praktyczne sprawdzenie współpracy podczas akcji ratowniczo-gaśniczej. Równolegle ćwiczono reagowanie na zagrożenia o charakterze dywersyjnym, obejmujące możliwość skażenia wody pitnej oraz ataki na infrastrukturę krytyczną gminy, w tym oczyszczalnię ścieków, stację elektroenergetyczną oraz budynek urzędu gminy. W odpowiedzi na te zagrożenia żołnierze realizowali zadania

z zakresu ochrony i izolacji obiektów, organizacji posterunków, kontroli dostępu oraz wsparcia administracji publicznej w sytuacji kryzysowej. Odrębny epizod dotyczył załamania się lodu na zbiorniku wodnym. W jego trakcie żołnierze doskonalili prowadzenie działań poszukiwawczych oraz realizację akcji ratunkowej polegającej na podjęciu osoby z wody, z wykorzystaniem specjalistycznych kombinezonów do pracy w środowisku wodnym.

Ruben Kośła drugi w Warszawie



Występ w Warszawie okazał się kolejnym sukcesem Rubena Kośły, reprezentującego Małą Rewię Taneczną (fot. MDK Dęblin)

Młody tancerz z Dębina wywalczył 2. miejsce w ogólnopolskim konkursie tańca

Solista Małej Rewii Tanecznej z Dębina Ruben Kośła zdobył 2. miejsce w „Bieleńskim Konkursie Tańca Nowoczesnego” w Warszawie w kategorii Jazz/Modern. Sukces jest tym większy, że w tej kategorii wystąpiło aż 36 tancerzy z całej Polski. To kolejny ważny wynik w dorobku młodego artysty. Ruben rozwija swój talent pod okiem instruktorki Małej Rewii Tanecznej, Małgorzaty Kniec-Sprawki.

Zespół działa przy Miejskim Domu Kultury w Dęblinie. W tym roku będzie świętował 25-lecie działalności. Przez ćwierć wieku przez Małą Rewię przewinęło się wiele osób. Obecni podopieczni pani Małgorzaty trenują w grupach reprezentacyjnych i początkujących. Biorą udział w warsztatach, festiwalach i koncertach. Ich praca przynosi efekty. Z niemal każdego konkursu młodzi tancerze wracają do Dębina z medalami, pucharami i dyplomami w różnych kategoriach tanecznych.

W Kłoczewie świętowali Dzień Niedźwiedzia



KŁOCZEW Obchody Dnia Niedźwiedzia to nie przypadek. Blisko 10 lat temu Rada Gminy ustanowiła herb, flagę oraz pieczęć Kłoczewa. Z opracowań historycznych wynika, że początki dziejów miejscowości sięgają XVI w. W tamtym okresie wyróżniającą się rodziną na terenie gminy Kłoczew byli Kłoczewscy herbu Rawa. Rodzina ta przyczyniła się do rozwoju gospodarczego tych terenów, dokonując szeregu lokacji wsi. Staraniem tej rodziny ufundowany został kościół. W herbie gminy dla upamiętnienia rodziny Kłoczewskich, a szczególnie wyróżniającego się Piotra Kłoczewskiego, który zginął pod Wielkimi Łukami w 1580 r. nawiązano do herbu Rawa poprzez umieszczenie w polu tarczy właśnie niedźwiedzia (fot. GOK Kłoczew)

CELEBROWALI CZAS MŁODOŚCI



Polonez, walc i wspólna zabawa - maturzyści z dęblńskiego liceum świętowali sto dni do matury

14 lutego uczniowie Liceum Ogólnokształcącego im. 15 Pułku Piechoty „Wilków” w Dęblinie bawili się na studniówce. Bal odbył się w sali restauracji „Wisielka” w Stężycy. W tym roku do matury przygotowuje się jedna klasa 4a. W zabawie wzięło udział 28 maturzystów oraz osoby towarzyszące. Przez cztery lata nauki młodzież uczyla się w ramach czterech profili: politechnicznym, przyrodniczym, biznesowym i dziennikarskim. Studniówka była dla nich chwilą wytchnienia przed egzaminem dojrzałości.

PODZIĘKOWANIA I WZRUSZENIA

Bal otworzyli uczniowie Kaja Szczepaniak i Bartosz Fusiarz. Powitali gości i wręczyli kwiaty wychowawczyni Monice Busz, dyrektor Joannie Pardo, wicedyrektor Marcie Pataj, burmistrzowi Romanowi Bytniewskiemu oraz nauczycielce wychowania fizycznego Elżbiecie Smolińskiej-Cieśli, która przygotowała młodzież do poloneza.

- Dzisiejszy dzień to czas zabawy, ale i moment, który zaczyna nasz egzamin z dorosłości. Dlatego dziękujemy pani dyrektor, jak i nauczycielom za pomoc i wspieranie nas radami. Przeżywamy dziś smutek pożegnania, ale i nadzieję, że świat, który nas czeka, będzie ciekawy i przyjazny - mówili prowadzący. Do maturzystów zwróciła się dyrektor szkoły. - Patrzę na was, widzę, jak rozkwitliście. Z nastolatków staliście się pięknymi, dorosłymi osobami, śmiało patrzącymi w przyszłość. Spędziście w naszej szkole kilka lat. Nawiazaliście znajomości, zdobyliście doświadczenie, umie-

jętności i wiedzę, która mam nadzieję, zaprocen-tuje na maturze - mówiła Joanna Pardo.

Ciepłych słów nie zabrakło także ze strony wychowawczyni. - Jesteście najlepsza klasą, jaką miałam, solidną, zgraną, do tańca i różańca oraz całkiem liczną. Życzę, byście zdali maturę jak najlepiej i byli dobrymi ludźmi - powiedziała Monika Busz.

ODDECH PRZED MATURĄ

Gratulacje i życzenia złożył także burmistrz Dęblina. - Dzisiejszy wieczór jest jednym z tych, które zapisują się na całe życie. Spotykamy się, by uczcić czas młodości, pracy i marzeń.

Czas, prowadzący was ku dorosłości. Studniówka to nie tylko tradycja, symbol i przejściowa chwila, to też refleksja nad drogą, którą przeszliście i nad tą, która jest przed wami. Życzę, byście wchodząc w dorosłość, zachowali entuzjazm, ciekawość świata i wiarę we własne możliwości. Niech każdy wasz wybór będzie świadom, a każdy sukces - zasłużony - mówił Roman Bytniewski.

- Niech bal będzie ukończeniem czasu nauki i oddechem przed egzaminem maturalnym. Spędzajcie go bez troski. Bawcie się dobrze, ale odpowiedzialnie, jak na dorosłych przystało - dodała dyrektor ZSO.

Pierwszym tańcem był

tradycyjny polonez do muzyki Wojciecha Kilara. W pierwszej parze zatańczyli Julia Bors i Aleksander Ruszuk. Po nim przyszedł czas na klasyczny walc. Oba tańce zostały nagrodzone gromkimi brawami. Dalsza część wieczoru upłynęła przy muzyce didżeja. Uczniowie przygotowali też własny program artystyczny.

Tomasz Kępka



W imieniu rodziców wszystkim nauczycielom i dyrektor szkoły podziękowali Olga Krogulec i Hubert Fusiarz. Na zdjęciu z parą prowadzącą bal: Kają Szczepaniak i Bartoszem Fusiarzem



W tegorocznym balu studniówkowym bawiło się 28 uczniów klasy 4a, której wychowawczynią jest Monika Busz



Studniówka była czasem celebrowania zawartych w liceum przyjaźni. Na zdjęciu uczniowie 4a: Maks Kopeć, Małgorzata Jopek, Bartek Lesicki, Wiktoria Pastuszka, Jan Kieliszek i Magdalena Pełka



Widowiskowy polonez został entuzjastycznie przyjęty przez nauczycieli, rodziców i gości



W balowych sukniach pięknie prezentowały się: Julia Ośko, Emilia Wnuk, Lena Włodko i Patrycja Piórkowska



Ze wzruszeniem swoje dorosłe już dzieci podziwiali ich rodzice, których zebrało się spore grono



Poloneza do utworu Wojciecha Kilara poprowadzili w pierwszej parze Julia Bors i Aleksander Ruszuk

NA OSTATNIEJ PROSTEJ PRZED MATURĄ



Na 79 dni przed maturą uczniowie Ogólnokształcącego Liceum Lotniczego w Dęblinie bawili się na swoim balu studniówkowym

Trzy klasy tegorocznych maturzystów spotkały się w historycznych wnętrzach Pałacu Jabłonowskich. Zgodnie z tradycją bal rozpoczął się polonezem. Układ choreograficzny przygotowała Joanna Laudowicz. Młodzi mężczyźni wystąpili w wojskowych mundurach, a panie w eleganckich sukniach. Na parkiecie zaprezentowało się 45 par z trzech klas. Wśród gości był gen. bryg. Krzysztof Cur, komendant Lotniczej Akademii Wojskowej i absolwent dęblńskiego „Lotnika”. - *To dla mnie ogromne wyróżnienie -*

oznajmił generał, dziękując za zaproszenie na bal studniówkowy.

Podkreślił też, że prawie wszyscy uczniowie chcą kontynuować naukę w LAW. - *Dęblin szlifuje diamenty i mamy brylanty, którymi jesteście i na które czekamy w LAW* - zaznaczył rektor lotniczej uczelni.

Oficjalną część balu poprowadzili Oskar Jastrzębowski oraz Lilianna Wieja z klasy IVb. W imieniu maturzystów podziękowali nauczycielom.

- *To wy jesteście naszymi instruktorami i nawigatorami, którzy codziennie korygują nasze kursy i uczą jak nie stracić orientacji nawet w gęstych chmurach szkolnych obowiązków. Dzięki waszej cierpliwości i wiedzy możemy nabierać wysokości, rozwijać się jako ludzie. Dziękujemy za każdą lekcję pilotażu po meandrach wiedzy i za to, że jesteście przewodnikami, gdy horyzont wydaje się nieosiągalny. Doceniamy trud jaki wkładacie w nasze na-*

uczanie - mówił Oskar Jastrzębowski.

Nie zabrakło też słów do rodziców. - *Jesteście naszą niezawodną obsługą naziemną, bazą, do której zawsze możemy wrócić po trudnej misji* - podkreśliła Lilianna.

Dyrektor OLL płk Andrzej Jaworski życzył młodzieży niezapomnianej nocy. - *Życzę wam niesamowitych wrażeń, żebyście tę noc zapamiętali na całe życie, żeby była ona niezwykła, czarująca* - mówił dyrektor. Wśród tegorocznych maturzystów jest siedem uczennic. Tego wieczoru mogły zamienić mundury na balowe kreacje. Wychowawczyniami klasy IVa są Kinga Łazarska i Monika Święch-Skóra, IVb - Iwona Jakóbik i Nina Pioterczak, a IVc - Marzena Teodorowicz i Joanna Niewiadomska.

Zabawa trwała do rana. Młodzież tańczyła przy znanych przebojach. O muzykę zadbał DJ. Teraz przed nimi ostatnia prosta i przygotowania do matury 2026.

Zbigniew Jończyk



➦ Jakub Obara z IVb do towarzystwa na studniówkę zaprosił Zuzannę Tomaszewską



➦ Młodzi uczestnicy nie kryli radości z tego, że biorą udział w swoim pierwszym w dorosłym życiu balu. Wśród nich Tymoteusz Czamara z IVa, któremu towarzyszyła Anna Piotrowska



➦ Adrian Zawadzki, Maksym Piekarski, Tymoteusz Czamara, Igor Marcinkowski, Błażej Goluch, Mateusz Kosowski, Maciej Pietrzyk, Aleksander Cur



➦ Rozpoczęcie studniówki było doskonałą okazją do uwiecznienia wspólnych chwil na pamiątkowych fotografiach z najbliższymi. Na zdjęciu Adrian Zawadzki z IVc z Agnieszką Mikołajczuk i rodziną



➦ Tradycji stało się zadość i studniówka rozpoczęła się od poloneza, do którego układ choreograficzny przygotowała Joanna Laudowicz



➦ Na ten wieczór uczniowie czekali aż cztery lata. Na zdjęciu Kacper Wojtasik i Maria Teodorczuk oraz Blanka Chojak i Aleksander Augustyn. Osoby towarzyszące Maria i Blanka też są uczennicami OLL



➦ Wśród tegorocznych maturzystów jest 7 dziewcząt: Julia Promińska, Agnieszka Wymysłowska, Lena Gosek, Gabriela Andruch, Julia Tomaszek, Anastazia Młynarczuk, Lilianna Wieja, które tego dnia mogły zdjąć mundur, by wyglądać jak prawdziwe królowe balu. Nie zapomniały też o czerwonym elemencie stroju, który ma przynieść szczęście na maturze

Basia Olszak znów w kadrze LZPN



Basia Olszak, zawodniczka MKS Ruch Ryki, otrzymała powołanie na konsultacje kadry Lubelskiego Związku Piłki Nożnej U-15

Młoda piłkarka z Ryk ponownie została doceniona przez trenerów wojewódzkiej kadry

Basia Olszak, zawodniczka MKS Ruch Ryki, otrzymała powołanie na konsultacje kadry Lubelskiego Związku Piłki Nożnej U-15. Zgrupowanie odbędzie się w dniach 27-28 lutego w Puławach. Na co dzień Basia trenuje i gra w drużynie trampkarzy Ruchu Ryki. Jej trenerem jest Paweł Warda. To już kolejne powołanie do kadry LZPN U-15 dla 15-let-

niej zawodniczki. Piłkarka znalazła się w gronie 22 zawodniczek z całego województwa lubelskiego. Wśród powołanych są też reprezentantki takich klubów jak Górnik Łęczna, Podlasie Biała Podlaska, Unia Lublin i Izabela Puławy.

- Po ostatnim powołaniu liczyłam po cichu, że może znowu dostanę powołanie - mówi Basia. - Cieszę się bardzo, że mi się udało.

Kolejna szansa gry w kadrze to dla młodej zawodniczki duże wyróżnienie i możliwość dalszego rozwoju.

Złóż wniosek na 800+

Rodzice mogą już składać wnioski o świadczenie wychowawcze 800+ na nowy okres wypłat. Czasu na to jest dużo, ale nie warto zwlekać, żeby zapewnić sobie ciągłość przelewów na konto

Świadczenie wychowawcze przysługuje na każde dziecko do ukończenia 18 roku życia, bez względu na dochód rodziców. ZUS przyjmuje wnioski o 800+ przez internet. Zgłoszenie można łatwo przesłać w aplikacji mobilnej mZUS. Wniosek można też wypełnić na platformie eZUS, w portalu Emp@tia lub bankowości elektronicznej. Zgłoszenia dotyczą no-

wego rocznego okresu wypłat, który rozpocznie się w czerwcu tego roku i zakończy w maju 2027 roku. Na złożenie wniosku jest czas do końca czerwca. Warto jednak załatwić formalności nieco wcześniej, do końca kwietnia, żeby mieć gwarancję ciągłości wypłaty świadczeń.

Zmiany dla cudzoziemców

Od czerwca zmieniają się zasady wypłat 800+ dla części cudzoziemców spoza Unii Europejskiej/EFTA oraz obywateli Wielkiej Brytanii. Wsparcie będzie im przysługiwało, jeśli: rodzic i dziecko mieszkają w Polsce, opiekun dziecka jest aktywny zawodowo i dziecko uczęszcza do polskiej szkoły lub „zerówki”.

MORSY POMOGŁY PANI DANUSI



➤ Członkowie Nieformalnego Klubu Morsa „Z łabędziem być” połączyli karnawałową zabawę z pomocą potrzebującej mieszkance Dębina

Było zimne zanurzenie, ognisko i wielkie serca. Członkowie Nieformalnego Klubu Morsa „Z łabędziem być” połączyli karnawałową zabawę z pomocą potrzebującej mieszkance Dębina

W sobotę, 7 lutego, nad starorzeczem Wisły w Stężycy odbyło się „Karnawałowe zanurzenie z ogniskiem”. Po



➤ Nad starorzeczem Wisły w Stężycy było zimne zanurzenie, ognisko i wielkie serca

kąpieli w zimnej wodzie uczestnicy mogli ogrzać się przy ognisku i upiec kiełbaski. Najważniejsza była jednak zbiórka darów dla pani Danusi z Dębina.

- Karnawałowe zanurzenie z ogniskiem. Morsujemy - pomagamy! za nami! Dziękujemy wszystkim osobom, które zaangażowały się w przygotowanie

tego wyjątkowego morsowania i które przysięgły, by wesprzeć darami panią Danusię z Dębina. Jesteście wspaniali! Kto morsuje, temu mocy nie brakuje! - podsumowali organizatorzy w mediach społecznościowych.

Pani Danusia jest osobą samotną. Po amputacji nogi jej codzienne życie stało się bardzo trudne.

Mieszka w nieocieplonym domu. Dużą część jej budżetu pochłaniają rachunki za prąd i gaz oraz wydatki na leki.

Zapytana o potrzeby, mówiła krótko: „wszystko się przyda”, spuszczając wzrok. Trudno jej prosić o pomoc. Po namowach podała listę najpotrzebniejszych rzeczy, m.in. środki czystości, produkty spożywcze oraz podstawowe artykuły codziennego użytku.

Dzięki zaangażowaniu morsów i mieszkańców udało się zebrać dary. Organizatorzy podkreślają, że razem można zrobić wiele dobrego. Tym razem zimna woda połączyła ludzi w ciepłej sprawie.

Franek Kępka zagra przeciwko Hercie Berlin

10-letni piłkarz z Ryk znów pojedzie na testy do Lecha Poznań. Tym razem zagra w meczu przeciwko Hercie Berlin Franek Kępka po raz drugi weźmie udział w konsultacji szkoleniowej w Akademii Lecha Poznań. Zgrupowanie odbędzie się w dniach 6-8 marca na obiektach mistrza Polski. Na zakończenie pobytu młody zawodnik zagra w meczu Lech Poznań - Hertha Berlin.

- Podczas naszego pierwszego pobytu na testach w akademii Mistrza Polski w dniach 30 stycznia - 1 lutego Franek wypadł co najmniej dobrze - mówi Wojciech Kępka, tata dziesięcioletniego piłkarza Ruchu Ryki. -



➤ Na co dzień Franek Kępka występuje w Wojewódzkiej Lidze Młodzików Młodszych. Na początku marca po raz drugi pojedzie na testy do Lecha Poznań

Menadżer i trener byli zadowoleni z umiejętności piłkarskich. Został miło przyjęty w klubie przez działaczy i nowych kolegów z drużyny. Lech

jako klub jest zainteresowany dalszą współpracą z Frankiem.

Franek ma już na koncie ogólnopolskie sukcesy. Jest szóstym zawodni-

kiem w Polsce w Turnieju 4move 1x1 Cup w grze jeden na jednego w kategorii chłopców z rocznika 2015. Turniej odbył się w listopadzie 2025 roku na Stadionie Śląskim w Chorzowie. Wcześniej został mistrzem Lubelszczyzny. Na co dzień młody piłkarz występuje w Wojewódzkiej Lidze Młodzików Młodszych w roczniku 2014 i młodsi. Jego trenerem jest tata - Wojciech Kępka, były zawodnik m.in. Ruchu Ryki, Stali Kraśnik, AZS AWF Biała Podlaska i Wisły Puławy. Kolejna szansa w Poznaniu to dla Franka duże wyróżnienie i możliwość dalszego rozwoju.

Orlik Dęblin znów najlepszy

PIĘKA NOŻNA

Blisko 130 młodych piłkarzy zagrało w hali o Puchar Prezesa MKS Ruch Ryki. Były emocje, karne i wielkie serca do pomocy

W Hali Sportowej Ryki odbył się Turniej Piłki Nożnej Halowej o Puchar Elżbiety Kuchnio, Prezes MKS Ruch Ryki dla zawodników z rocznika 2012 i młodszych. W turnieju wzięło udział blisko 130 zawodników.

GRUPA ŻŁOTA

O godz. 8:30 rozpoczęły się mecze w Grupie Żółtej. Rywalizowało w niej osiem drużyn podzielonych na dwie czterospołowe grupy. Po fazie grupowej w półfinałach zagrały: Piekietko Przykwa I - Polesie Kock i Orlik Dęblin I i MKS Ruch

Ryki I.

Do finału awansowały zespoły z Dębina i Przykwy. W meczu o trzecie miejsce MKS Ruch Ryki zmierzył się z Polesiem Kock. Spotkanie było bardzo zacięte. O najniższym stopniu podium zadecydowały rzuty karne, które lepiej wykonywali zawodnicy z Kocka. W finale, mimo prowadzenia Piekietka Przykwa 2:0, drużyna Orlika Dębina odrobiła straty i wygrała 3:2, sięgając po zwycięstwo w całym turnieju i obronę tytułu sprzed roku.

GRUPA SREBRNA

O godz. 15:00 rozpoczęły się mecze Grupy Srebrnej. Wystąpiło w niej sześć drużyn. Najlepsi okazali się chłopcy z MKS Ruch Ryki z rocznika 2014. Podopieczni Wojciecha Kępki ograli starszych kolegów z roczników 2012 i 2013.

TURNIEJ I POMOC DLA GABRYSIA

Wszystkie drużyny otrzymały nagrody rzeczowe, puchary, statuetki i medale. Podczas turnieju prowadzono także zbiórkę charytatywną dla Gabrysia Łukasiaka, który walczy z ciężką chorobą. Dzięki zaangażowaniu uczestników i kibiców udało się połączyć sportową rywalizację z pomocą potrzebującemu dziecku.



Wyróżnieni piłkarze w Grupie Srebrnej: Antoni Opieka (UKS Legion Grabów Szlachecki), Kuba Wardal (MKS Ruch Ryki) i Szymon Wojak (Żyrzyniak Żyrzyn) z Elżbietą Kuchnio, prezes MKS Ruch Ryki

Patronat nad turniejem sprawowała firma Cemar. Zawody mogły się odbyć dzięki wsparciu sponsorów: Cemar Producent Betonu, Spółdzielni Mleczarskiej Ryki, Lasu Odkrywców, Pepek-Sport Garwolin oraz rodziców zawodników MKS Ruch Ryki z rocznika 2012 i młodszych.

Najlepszy bramkarz: Maciej Biłski (Polesie Kock)	
KLASYFIKACJA KOŃCOWA	
Grupa Żółta	
1. Orlik Dęblin	
2. Piekietko Przykwa I	
3. Polesie Kock I	
4. MKS Ruch Ryki I	
5. Polesie Kock II	
6. Piekietko Przykwa II	
7. Orlik Dęblin II	
8. MKS Ruch Ryki II	
NAGRODY INDYWIDUALNE	
Najlepszy zawodnik: Cezary Polak (Piekietko Przykwa)	
Najlepszy strzelec: Aleksander Janiszek (Orlik Dęblin)	
Grupa Srebrna	
1. MKS Ruch Ryki (2014) I	
2. UKS Legion Grabów Szlachecki	
3. Żyrzyniak Żyrzyn	
4. MKS Ruch Ryki I	
5. MKS Ruch Ryki (2014) II	
6. MKS Ruch Ryki II	
WYRÓŻNIENIA INDYWIDUALNE	
Najlepszy zawodnik: Antoni Opieka (UKS Legion Grabów Szlachecki)	
Najlepszy strzelec: Kuba Wardal (MKS Ruch Ryki 2014 I)	
Najlepszy bramkarz: Szymon Wojak (Żyrzyniak Żyrzyn)	



Wyróżnieni piłkarze w Grupie Żółtej: Cezary Polak (Piekietko Przykwa), Aleksander Janiszek (Orlik Dęblin) i Maciej Biłski (Polesie Kock) z Elżbietą Kuchnio, prezes MKS Ruch Ryki



Orlik Dęblin - najlepsza drużyna Grupy Żółtej



MKS Ruch Ryki (2014) I - najlepsza drużyna Grupy Srebrnej



Blisko 130 młodych piłkarzy zagrało w hali o Puchar Prezesa MKS Ruch Ryki

Roztentegowywacze wygrali wszystko. Czas na półfinały

XXXI HALOWY TURNIEJ PIŁKI NOŻNEJ O PUCHAR BURMISTRZA RYK

Roztentegowywacze z kompletem zwycięstw zakończyli fazę zasadniczą ryckiej „halówki”. W sobotę 21 lutego zostaną rozegrane mecze półfinałowe

W ostatniej kolejce fazy ligowej 31. Halowego Turnieju Piłki Nożnej o Rykach obyło się bez niespodzianek. Ci, o których wiadano, że będą grać o medale wygrali swoje mecze. Roztentegowywacze wygrali po raz trzynasty w... trzynastu meczach. Zdecydowanie byli najlepszą drużyną w pierwszej części rozgrywek. Sześć goli w wygranym 12:0 meczu z Kokodżambo strzelił Damian Stachurski, który tym samym utrzymał pozycję lidera wśród najlepszych strzelców. A jeżeli chodzi o najlepszy wynik strzelecki ostatniej kolejki, to jego autorem jest

Przemysław Alot z Delti Sokół, który siedem razy pokonywał bramkarza Los Capibaros. Dzięki tym golom Alot awansował na drugie miejsce w klasyfikacji najlepszych snajperów i traci do prowadzącego Damiana Stachurskiego jedną bramkę. Trzecie miejsce w tej klasyfikacji zajmuje Mateusz Michalec z Błażeja, Król Strzelców

poprzedniego turnieju. O medale Halowego Turnieju Piłki Nożnej o Puchar Burmistrza Ryk zagra najlepsza czwórka po pierwszej fazie rozgrywek. W półfinałach Roztentegowywacze zmierzą się z Błażajem, czyli najlepszą drużyną części ligowej zagra z obrońcami tytułu. Nieco gorzej szło Błażejom, któ-

rzy 3 razy przegrali i dwa razy zremisowali, a przez pewien czas byli nawet poza czołową „czwórką”. Jednak finisz rozgrywek należał do nich i wygrali ostatnie cztery spotkania. Czy podtrzymają tę dobrą passę w meczu z Roztentegowywaczami? Czy też liderzy nadal będą kroczyć zwycięską ścieżką? W pierwszej rundzie Roz-

tentegowywacze wygrali z Błażejami 5:2. W drugim półfinale Delta Sokół zagra z Young Boysami. Delta była liderem aż do siódmej kolejki, kiedy to 0:1 przegrała z... Young Boys. Delta zanotowała jeszcze jedną przegraną - 3:7 z Roztentegowywaczami. Young Boysi dwa razy przegrywali i tyle samo remisowali.

W półfinale Delta będzie chciała zrewanżować się za przegraną z siódmej kolejki, a „Młodzi Chłopcy” spróbują ponownie wygrać z Sokołami. W sobotę 21 zostaną rozegrane półfinały, a tydzień później odbędą się mecze o poszczególne miejsce i zakończenie turnieju. Zapraszamy do Hali Sportowej Ryki.

	Kuchnio I, Krogulec, Sz. Sergiel, K. Wojtaś, Piotr Kuchnio II	Iskra Swaty: Beczek 3, M. Warowny 1, B. Lipiec, Rzeźnik, Sadura, Głowienka	A, Ambroziak, Leszek, Pieńkosz, Piotr Kędzierski, Paweł Kędzierski, Przemysław Kędzierski, Pawlak	NAJLEPSI STRZELCY 1. Damian Stachurski (ROZ) 27 2. Przemysław Alot (DEL) 26 3. Mateusz Michalec (BŁA) 22 4. Dawid Beczek (ISK) Kacper Masiczak (YOU) po 18 6. Adam Bieńczyk (ROZ) Damian Kulik (DEL) Andrzej Kupiec (ROZ) po 14
WYNIKI 13 KOLEJKI 14 lutego	DoRyk Team 4 Kłoczew 3	Los Capibaros 3 Delta Sokół 8	WBKS 3 MocniGas 0	
Amatorzy 2 Błażej 9	DoRyk Team: P. Józwik 3, Puzio 1, K. Józwik, M. Józwik, Pioterczak, M. Mróz, P. Królik, D. Bogusz Kłoczew: Łubianka 2, Aleksander Wojtaś 1, J. Żmuda, P. Głodek, H. Żmuda, K. Żmuda, Zawadzki, Tomaszek, M. Woźniak, Majek, Zalech, A. Żaczek, M. Kowalczyk	Los Capibaros: M. Baczewski 2, J. Lipiec 1, Bukowski, B. Bajdziak, I. Wojdat, Wardal, O. Baczewski, Piecek, Agacki, Szczotka, Gransztof, I. Baczewski, Maciąg, Gajownik Delta Sokół: Alot 7, Górski 1, Kulik, Gałkowski, Olek, Sitnik, Domarecki, Rusak	walkower	
Roztentegowywacze 12 Kokodżambo 0	Stodom 4 Iskra Swaty 4	Young Boys 8 Kwiat Lotosu 3	TABELA 1. Roztentegow. 13 39 107-13 2. Delta Sokół 13 33 69-26 3. Young Boys 13 29 56-28 4. Błażej 13 26 62-34 5. WBKS 13 22 39-38 6. Stodom 13 21 44-28 7. Kłoczew 13 20 37-35 8. Los Capibaros 13 16 34-44 9. Iskra 13 16 34-45 10. DoRyk T. 13 16 16-54 11. MocniGas 13 12 36-56 12. Kwiat Lotosu 13 7 27-75 13. Kokodżambo 13 4 10-48 14. Amator 13 4 21-68	NASTĘPNE MECZE 21 lutego o miejsca 13-14 (I mecz): Kokodżambo - Amatorzy (14:00); o miejsca 9-12 (półfinały): Iskra Swaty - Kwiat Lotosu (14:40), DoRyk Team - MocniGas (15:20); o miejsca 5-8 (półfinały): WBKS - Los Capibaros (16:00), Stodom - Kłoczew (16:40); o miejsca 1-4 (półfinały): Roztentegowywacze - Błażej (17:20), Delta Sokół - Young Boys (18:00)
Roztentegowywacze: D. Stachurski 6, Bieńczyk 2, M. Grzelak 2, Kupiec 1, Kamil Kujda 1, Ozóg, Żelazko, Jajszczuk, D. Masiczak, Długaszek, K. Koźlak, Barszcz, Czerski Kokodżambo: B. Królik, J. Walaszek, Adrian Wojtaś, Drożdżyk, Czechowski, Piotrowski, M. Sergiel, Piotr		Young Boys: K. Masiczak 5, Wasilewski 2, Babik 1, Łukjan, Osiak, Kardas, Jaworski Kwiat Lotosu: Kalbarczyk 1, M. Koźlak 1, Sz. Bajdziak 1, Gugała, Madej, C. Ambroziak,		

Powiślak uzupełnił „czwórkę”

XXIV ALS MĘŻCZYZN POD PATRONATEM DARIUSZA SZCZYGIELSKIEGO, STAROSTY RYCKIEGO

Powiślak Końskowola wygrał 3:1 z Klinem Podwierzbie i tym samym zapewnił sobie miejsce w „czwórce” walczącej o medale

Do zakończenia pierwszej fazy rozgrywek zostały już tylko dwa zaległe mecze. Wiadomo już kto będzie grał o medale 24. edycji ALS Mężczyzn - Set Górzno, SPS 4CV Garwolin, AWP Development i Powiślak Końskowola. Wiadomo, że pierwsze miejsce po fazie zasadniczej zajął Set Górzno, a kolejność na pozycjach 2-4 rozstrzygnie się w za-

ległych spotkaniach SPS 4CV Garwolin z Powiślakiem Końskowola i Dream Teamu z AWP Development. Stawką tych meczów jest to, kto z kim zagra w półfinałach. Wiadomo, że lider, czyli Set Górzno może zagrać tylko z Developmentem lub Powiślakiem. Jeżeli siatkarze z Końskowoli

przegrają, to zostaną na czwartym miejscu i zagrają z Setem niezależnie od wyniku Developmentu. Podobnie zresztą, jak i przypadku wygranej Developmentu. Set może zagrać z Developmentem tylko wtedy, kiedy dęblianianie przegrają z Dream Teamem, a Powiślak za 3 punkty pokona Garwolin.

	3. AWP Develop. 8 19 22-11 4. Powiślak 8 17 18-10 5. Klin 9 14 17-17 6. SciTeeX 9 14 19-17 7. Dream Team 8 6 8-20 8. Volley 9 11 16-17 9. Orient 9 4 10-24 10. Budowlanka 9 0 1-27	NASTĘPNE MECZE 22 lutego (niedziela) SPS 4 Garwolin CV - Powiślak Końskowola (12:00), Dream Team - AWP Development (13:30)
WYNIKI 14 lutego		
Klin Podwierzbie 1 Powiślak Końskowola 3 (13:25, 25:13, 14:25, 25:21)		
Dream Team 0 SPS 4CV Garwolin 3 (17:25, 10:25, 16:25)		
TABELA 1. Set 9 23 24-6 2. SPS 4CV 8 21 23-6		

DD Team, No Mercy, kto jeszcze?

XII ALS KOBIET POD PATRONATEM GRZEGORZA KAPUSTY, WICEPREZESA AMW W LUBLINIE

Siatkarki DD Team i No Mercy są już pewne gry w półfinale, bliski tego jest Dragon Wojcieszków, a kto czwarty?

W żeńskiej odmianie Amatorskiej Ligi Siatkówek w Rykach zostały już tylko trzy mecze w fazie zasadniczej. Wiadomo, że pewne miejsce w półfinałach mają ekipy DD Teamu (23 punkty) i No Mercy Unin (21). Trzecie miejsce zajmuje Dragon Wojcieszków, który zgromadził 18 „oczek”. Te drużyny zakończyły już swoje gry w fazie ligowej. Kolejne w tabeli są JPW Puławy,

Sęp Żelechów (14) i Podkręcone Team (12). I te zespoły zmierzą się ze sobą w ostatnich meczach, które odbędą się w najbliższą sobotę. Dragon Wojcieszków, który zajmuje trzecią pozycję może jeszcze wypaść poza pierwszą „czwórkę”.

Żeby tak się stało, to JPW Puławy i Sęp Żelechów muszą wygrać po 2:0 z Podkręconymi Teamem, a w meczu między nimi Sęp powinien wygrać 2:1. W przypadku innych rozstrzygnięć Dragon utrzyma prawo gry o medale.

WYNIKI

14 lutego

Team 19 Żelechów0

Dragon Wojcieszków2

(20:25, 23:25)

AS Łuków0

Team 19 Żelechów2

(16:25, 17:25)

No Mercy2

AS Łuków1

(25:12, 22:25, 15:6)

JPW Puławy2

DD Team0

(25:23, 25:20)

TABELA

1. DD Team92316-3

2. No Mercy92116-5

3. Dragon91813-7

4. JPW71511-5

5. Sęp71411-6

6. Podkręcone T.7129-7

7. Team 199118-12

8. AS965-16

9. UKS 9944-16

10. Libero922-18

NASTĘPNE MECZE

21 lutego (sobota)

Podkręcone Team - Sęp Żelechów (10:00), JPW Puławy - Podkręcone Team (11:00), JPW Puławy - Sęp Żelechów (12:00)

Nominowani do
tytułu Sportowiec
Roku 2025

JACEK
BŁASIŃSKI

LKK Tsunami
karate tsunami



IGOR
BELKA

Ruch Ryki
piłka nożna



SZYMON
BECZEK

Amator L/R
piłka nożna



KRZYSZTOF
BEDNARCZYK

Mazowsze Stężyca
piłka nożna



RYSZARD
BIEŃCZYK

Tur Ryki
wyciskanie sztangi



JACEK
BŁASIŃSKI

LKK Tsunami
karate tsunami



DOMINIK
BUCZEK

Forca Dęblin
sztuki walki MMA



BARTŁOMIEJ
BUŁHAK

Ruch Ryki
piłka nożna



JAN
CIEŚLA

Czarni Dęblin
piłka nożna



DANIEL
FILIKS

Mazowsze Stężyca
piłka nożna



KATARZYNA
FIJOŁ

Amatorska Liga Siatków
siatkówka



PAWEŁ
GAWRYOŁEK

Błękitni Leopoldów
tenis stołowy



MARCIN
GŁODEK

Mazowsze Stężyca
biegi



MICHAŁ
IMAS

Amator Leopoldów/R.
piłka nożna



SEBASTIAN
JAWOSZEK

Amator Leopoldów/R.
piłka nożna



PIOTR
JÓZEFOWICZ

Biegusiem.pl
biegi



WITOLD
KANIA

niezrzeszony
kolarstwo



EMILIA
KOŁOMAŃSKA

Dynamo Gózd
tenis stołowy



MIROSŁAW
KOWALSKI

Koło PZW w Rykach nr 2
wędkarstwo



MAKSYMILIAN
ŁUBIANKA

Czarni Dęblin
piłka nożna



MATEUSZ
MATEŃKA

Orleża Nowodwór
piłka nożna



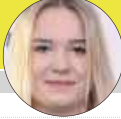
RAFAŁ
NIEDBALSKI

Z Łabędziem Pływać
zimowe pływanie



WIKTORIA
OSIAŁ

Dynamo Gózd
tenis stołowy



KRZYSZTOF
POPIS

Amatorska Liga Siatków
siatkówka



ŁUKASZ
POTOCKI

Koło PZW nr 4 w Dęblin
wędkarstwo



KAMIL
RAFELD

Biegusiem.pl
biegi



BŁAŻEJ
SIKORA

Czarni Dęblin
piłka nożna



PIOTR
ŚWITAJ

Z Łabędziem Pływać
zimowe pływanie



MAJA
WAROWNA

Dynamo Gózd
tenis stołowy



MARCIN
WIŚNIEWSKI

Koło PZW Czysta Woda Ryki
wędkarstwo



TOMASZ
WOLIŃSKI

Tur Ryki
wyciskanie sztangi



BŁAŻEJ
WOŹNIAK

Ruch Ryki
piłka nożna



Nominowani do tytułu
Junior Roku 2025

MAJA
BECZEK

Legion Grabów Szlach.
piłka nożna



ANTONI
CHADAJ

Orleża Nowodwór
piłka nożna



MICHAŁ
CHMIELEWSKI

Orleża Nowodwór
piłka nożna



JAKUB
DOMINIAK

Orlik Dęblin
piłka nożna



WOJCIECH
GOLUCH

Koło PZW Czysta Woda Ryki
wędkarstwo



KACPER
GOLUCH

Amator Leopoldów/R.
tenis stołowy



AMELIA
GRZECHNIK

KK Tsunami
karate tsunami



JULIA
GRUZA

KK Tsunami
karate tsunami



JAN
JANKOWSKI

Tur Ryki
wyciskanie sztangi



BARTEK
JERMOLIK

Mazowsze Stężyca
piłka nożna



JULIA
JANISZEK

Legion Grabów Szlach.
piłka nożna



ALEKSANDER
JANISZEK

Orlik Dęblin
piłka nożna



KRZYSZTOF
KAMIŃSKI

Amator Leopoldów/R.
piłka nożna



FRANEK
KĘPKA

Ruch Ryki
piłka nożna



JULIA
MICEK

Libero Dęblin
siatkówka / biegi



MACIEJ
NIEBRZYDOWSKI

Tur Ryki
wyciskanie sztangi



BARTŁOMIEJ
OCHAL

Gabaryty Dęblin
piłka nożna



ANTONI
OPIEKA

Legion Grabów Szlach.
piłka nożna



PRZEMYSŁAW
PIĄTEK

Piekiełko Przykwa
piłka nożna



WOJCIECH
PIENKOSZ

Dynamo Gózd
tenis stołowy



ANTONI
PISZCZEK

Ruch Ryki
piłka nożna



MARCIN
PŁUSA

Amator Leopoldów/R.
piłka nożna junior



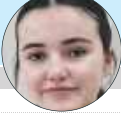
FILIP
RUŁKA

Bobry Bobrowniki
tenis stołowy



JULIA
SKWAREK

KK Tsunami
karate tsunami



SZYMON
SIKORA

Ruch Ryki
piłka nożna



FILIP
STĘPNICKI

Dynamo Gózd
tenis stołowy



DANIEL
PIWOWARCZYK

Koło PZW nr 4 Dęblin
wędkarstwo



ALICJA
SURMACZ

Legion Grabów Szlach.
piłka nożna



NIKOLA
TYSZKIEWICZ

Orlik Dęblin
piłka nożna



IGOR
WOJDAT

Ruch Ryki
piłka nożna



JULIA
ZIEMKOWSKA

Orlik Dęblin
piłka nożna



XXV PLEBISCYT TWOJEGO GŁOSU
NA NAJPOPULARNIEJSZEGO
SPORTOWCĘ, TRENERA I JUNIORA
ROKU W POWIECIE RYCKIM

SPORTOWIEC ROKU 2025

wpisz imię i nazwisko nominowanego sportowca punkty:

- | | |
|----|---|
| 1. | 5 |
| 2. | 4 |
| 3. | 3 |
| 4. | 2 |
| 5. | 1 |

JUNIOR ROKU 2025

wpisz imię i nazwisko nominowanego juniora punkty:

- | | |
|----|---|
| 1. | 3 |
| 2. | 2 |
| 3. | 1 |

Dostarcz kupon do Redakcji: Ryki, ul. Szkolna 1,
lub wrzucić do skrzynki kontaktowej Twojego Głosu
verte

Aby zagłosować na swoich faworytów, należy wypełnić kupon wycięty z gazety
i dostarczyć do redakcji. Głosowanie trwa do 27 lutego 2026 roku (piątek)

Przedłużamy głosowanie! Dodatkowy kupon

Głosowanie w XXV Plebiscycie zostaje przedłużone do 27 lutego, co daje dodatkową szansę na wsparcie 81 nominowanych kandydatów oraz udział w konkursie na hasło promocyjne z nagrodą

Jubileuszowa, 25. edycja Plebiscytu na Najpopularniejszego Sportowca, Trenera i Juniora Roku 2025 wkracza w decydującą fazę. Widząc ogromne zaangażowanie oraz chcąc umożliwić oddanie głosu jak największej liczbie kibiców, redakcja podjęła decyzję o przedłużeniu głosowania. Kupony można teraz dostarczać do naszej redakcji do piątku 27 lutego 2026 roku, do godziny



**XXV PLEBISCYT
SPORTOWY**

**NAJPOPULARNIEJSZY
SPORTowiec I TRENER
ROKU 2025**

życa **Zbigniew Chłasiać** oraz wójt gminy **Ułęż Izabela Kulik**.
W tym tygodniu głos oddajemy kolejnemu partnerowi naszej akcji. O tym, jak sport zmienia oblicze gminy Ułęż, opowiada wójt Izabela Kulik.
Redakcja

24:00. Dla osób zbierających głosy mamy doskonałą wiadomość - oznacza to, że w gazecie ukaże się jeszcze jeden, dodatkowy kupon w wydaniu z 24 lutego. W dzisiejszym numerze publikujemy przedostatni kupon.
To ostatnia prosta, by wpłynąć na to, do kogo trafią prestiżowe statuetki. Przypominamy, że o tytuły walczy 31 sportowców, 18 trenerów oraz 32 junio-

rów. Aby głos był ważny, należy na oryginalnym kuponie wpisać nazwiska 5 sportowców, 3 trenerów oraz 3 juniorów.

**WYMYŚL HASŁO
I WYGRAJ WYCISKARKĘ!**



Autor zwycięskiego hasła otrzyma wyciskarkę wolnoobrotową

Nadal gorąco zachęcamy do udziału w konkursie na hasło promujące XXV Plebiscyt. Propozycję chwytliwego hasła należy zapisać na kuponie plebiscytowym wraz z numerem telefonu do kontaktu.

Na autora najciekawszego pomysłu czeka wyciskarka wolnoobrotowa firmy Gotie, a nazwiska laureata oraz osób wyróżnionych nagrodami pocieszenia opublikujemy na łamach gazety.
Zwieńczeniem tej sportowej rywalizacji będzie uroczysta Gala Sportu, która odbędzie się w sobotę 7 marca 2026 roku.

PATRONAT I PARTNERZY

Plebiscyt odbywa się pod honorowym patronatem starosty ryckiego **Dariusza Szczygalskiego**. Partnerami wydarzenia są władze gmin: burmistrz Ryk **Jarosław Żaczek**, burmistrz Dębina **Roman Bytniewski**, wójt gminy Kłoczew **Zenon Stefanowski**, wójt gminy Nowodwór **Ryszard Piotrowski**, wójt gminy Stę-

- Organizowanie plebiscytów na najpopularniejszego sportowca to bardzo dobra inicjatywa, która promuje lokalne talenty, motywuje dzieci i młodzież do aktywności fizycznej i pozwala wyrazić uznanie dla osób reprezentujących gminę. Sport w gminie Ułęż odgrywa ważną rolę w życiu społeczności - to nie tylko rywalizacja, ale przede wszystkim wychowanie, integracja oraz kształtowanie postaw prozdrowotnych. Dzięki konsekwentnej rozbudowie infrastruktury oraz zaangażowaniu nauczycieli, nasi młodzi mieszkańcy mają coraz lepsze warunki do rozwijania swoich sportowych pasji. Centralnym punktem aktywności jest Gminny Obiekt Sportowy, gdzie niedawno zakończyliśmy budowę nowoczesnego zaplecza sanitarno-szatniowego o powierzchni blisko 200 m². Obiekt ten, wyposażony w monitoring, klimatyzację i instalację fotowoltaiczną, znacząco podniósł standard treningów i zawodów. Fundamentem lokalnego życia sportowego pozostaje



**Izabela Kulik,
wójt gminy Ułęż**

Uczniowski Klub Sportowy przy ZSO w Sobieszynie, działający nieprzerwanie od 2008 roku. Wielkie uznanie należy się dyrektorowi Arturowi Łukasiakowi oraz prezesowi Krystianowi Gogłozie, którzy aktywnie pozyskują środki zewnętrzne z funduszy takich jak FIO, program „Klub”, „Aktywna Szkoła” czy fundacja ORLEN. Inwestycje w infrastrukturę i wspieranie działań klubowych to nasze realne narzędzia zachęcania dzieci i młodzieży do aktywności fizycznej. Docenianie wysiłku młodych zawodników buduje pozytywny klimat wokół sportu i inspiruje kolejne pokolenia do sięgania po sportowe marzenia.

KONKURS DLA CZYTELNIKÓW

PROPOZYCJA HASŁA PROMUJĄCEGO 25. PLEBISCYT TWOJEGO GŁOSU:

podaj nr telefonu:

**XXV PLEBISCYT TWOJEGO GŁOSU
NA NAJPOPULARNIEJSZEGO
SPORTOWCA, TRENERA I JUNIORA
ROKU W POWIECIE RYCKIM**

TRENER ROKU 2025

wpisz imię i nazwisko nominowanego trenera	punkty:
1.	3
2.	2
3.	1

UWAGA

Na kuponie należy wpisać nazwiska 5 sportowców, 3 trenerów oraz 3 juniorów nominowanych w Plebiscycie. Gdy nazwisk będzie mniej lub będą powtarzać się nazwiska tego samego sportowca, trenera czy juniora, bądź pojawią się nazwiska spoza listy nominowanych - wówczas kupon będzie nieważny.

Dostarcz kupon do Redakcji

- ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki,
lub wrzucić do skrzynki kontaktowej Twojego Głosu

verte

Nominowani do tytułu Trener Roku 2025

Aby zagłosować na swoich faworytów, należy wypełnić kupon wycięty z gazety i dostarczyć do redakcji. Głosowanie trwa do 27 lutego 2026 roku (piątek)

CEZARY ADAMSKI Orlik Dęblin piłka nożna	DANIEL CIENKOWSKI Czarni Dęblin piłka nożna	KRYSTIAN FILIPEK LKK Tsunami karate tsunami
WOJCIECH KĘPKA Ruch Ryki piłka nożna	RADOSŁAW KORNAS Amator Leopoldów/R. piłka nożna	SEBASTIAN KOZDRÓJ Ruch Ryki piłka nożna
WOJCIECH KRYCZKA Amator Leopoldów/R. piłka nożna	KRZYSZTOF KUCHNIO Tur Ryki wyciskanie sztangi	ADRIAN KUREK Forca Dęblin sztuki walki MMA
ZBIGNIEW KUŹMIAK Błękitni Leopoldów tenis stołowy	ANDRZEJ KOŁODZIEJ Boby Bobrowniki tenis stołowy	WITOLD ŁUKASIAK Dynamo Gózd tenis stołowy
ROBERT PIOTROWSKI Piekietko Przykwa piłka nożna	DARIUSZ PIWOŃSKI Amator Leopoldów/R. tenis stołowy	GUSTAW SERAFIN Legion Grabów Szlach. piłka nożna
DAMIAN SZCZĘŚNIAK Amator Leopoldów/R. piłka nożna	ŁUKASZ WOJTAŚ Orlęta Nowodwór piłka nożna	MACIEJ WNUK Mazowsze Stężycza piłka nożna