

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł

W TYM 5% VAT

CZOSNÓW
LEONCIN
NASIELSK
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
POMIECHÓWEK
ZAKROCZYM



9 1771505 427227 21

NR 21

INDEKS 344184

ISSN 1505-4276

24 MAJA 2022

NAJLEPSZY TYGODNIK LOKALNY - OD 27 LAT W TWOIM DOMU!

TYGODNIK NOWODWORSKI info

1550 zamiast 330 zł za żłobek

Rodzice maluchów postawieni pod ścianą. Przez decyzję urzędników ucierpią najmłodsi.

CZYTAJ NA STRONIE 5

– STR. 20

Muzyczny sukces młodej nowodworzanki

Fot.: Agnieszka Bogdan

– STR. 23

10-lecie OSP RW: jednostka ze sztandarem

W środku
DODATEK
TELEWIZYJNY
na cały tydzień!

NOWY DWÓR MAZ. Taksówkarze chcą wyższych stawek STR. 2	POMIECHÓWEK Wraca Punkt Opieki Diennej; opiekunki poszukiwane STR. 5
SPORT Nasielszczanin znów na Mundialu! STR. 2	LEONCIN Rozpoczynają inwestycję przy Szkole STR. 5
NOWY DWÓR MAZ. Płk rez. Alfred Kabata odznaczony Medalem STR. 2	NOWY DWÓR MAZ. Dzień Ziemi w Szkole Podstawowej nr 3 STR. 22
Konserwator zalecił wstrzymanie wycinki do jesieni STR. 3	SPORT Yampol show. Świt ucieka spod topora STR. 24
Place zabaw szczególnej troski STR. 3	Wygrana i porażka Nasielszczan STR. 24
Czy młodzi samorządowcy sięgną po pieniądze? STR. 3	

REKLAMA

**WSZYSTKO DO
DOMU I OGRODU**

GRUPA **psb** **MRÓWKA**

NOWY DWÓR MAZOWIECKI
ul. Leśna 3
22 732 15 15

Budujące pomysły

facebook.com/mrowkandm

OPTIC
Gregorz Porębski

Szklą przeciwsłoneczne z korekcją – 30%

KAUFLAND ul. Morawicza 2a, tel. 22 503 95 99

CH HIT ul. Warszawska 36, tel. 22 732 22 13

**RADNY SEJMIKU
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO**

STEFAN TRACZYK

zapraszam na swoje dyżury

- w sprawie umówienia terminu i miejsca spotkania proszę o kontakt telefonicznie lub mailowo

stefan.traczyk@mazovia.pl
tel. 692 216 532



NA SYGNALE

POŚCIG, NARKOTYKI I KORUPCJA - 36-latek trafił do aresztu

Sceny jak z filmu rozgrywały się kilka dni temu w Legionowie. 36-letni nowodworzaniek najpierw motocyklem, później pieszo próbował uciec przed policjantami. Powodem ucieczki była jazda po alkoholu i ogromna ilość posiadanych narkotyków. Kiedy został zatrzymany, zaproponował policjantom łapówkę, czym jeszcze bardziej „dorzucił do pieca”

Policjanci w trakcie służby chcieli zatrzymać do kontroli motocykl, którego styl jazdy wskazywał, że motocyklista może być pod wpływem alkoholu. Po wydaniu polecenia do zatrzymania, kierujący motocyklem zwinął, a następnie gwałtownie przyspieszył i zaczął uciekać. Policjanci chwilę później ruszyli w pościg za jednośladem. Po kilkuminutowym pościgu

kierowca porzucił motocykl i kontynuował ucieczkę pieszo. Policjanci nie odpuścili i ruszyli w pogoń za kierowcą. Kilka chwil później uciekinier został zatrzymany, a okazał się nim 36-letni mieszkaniec powiatu nowodworskiego. Pomimo zatrzymania, mężczyzna chcąc odzyskać wolność próbował przekupić policjantów oferując im pieniądze w zamian

za odstąpienie od czynności służbowych. Wtedy usłyszał od interweniujących, że popełnił kolejne przestępstwo.

Po przewiezieniu na komendę okazało się, że mężczyzna był pod wpływem alkoholu. Badanie alkomatem wykazało w jego organizmie ponad 0,5 promila alkoholu. W toku dalszych czynności policjanci znaleźli narkotyki. 36-latek w saszetce oraz w plecaku miał marihuanę i metamfetaminę o łącznej wadze ponad 100 gramów.

36-latek trafił do policyjnej celi. Po zebraniu przez śledczych materiału dowodowego mężczyzna został przewieziony do prokuratury, gdzie

prokurator przedstawił mu zarzuty. Mężczyzna odpowie za niezatrzymanie się do kontroli, kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości, próbę przekupstwa policjantów oraz posiadanie znacznej ilości substancji psychoaktywnych. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Legionowie sąd zastosował wobec mieszkańca powiatu nowodworskiego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

Śledztwo w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie.

red. na podst.
KPP Legionowo

NOWY DWÓR MAZ.

Taksówkarze chcą podwyżek stawek

Do Rady Miasta Nowy Dwór Mazowiecki wpłynął wniosek Stowarzyszenia Taxi Modlin dotyczący podniesienia maksymalnych cen oraz określenia stawek taryfowych. Taksówkarze chcą podnieść ceny maksymalne usług przewozu osób i bagaży ponad dwukrotnie

Stawki obowiązujące w chwili obecnej zostały uchwalone przez Radę Miejską w październiku 2012 roku. Od tamtej pory nie były podnoszone. Taksówkarze uzasadniają swój wniosek narastającą inflacją oraz wzrostem cen towarów, paliw i ubezpieczeń pojazdów.

W chwili obecnej opłata początkowa i przejazd pierwszego kilometra dla wszystkich taryf wynosi 10 zł. Proponowana jest podwyżka o 2 zł. Opłata kolejnego kilometra między godz. 6.00 rano a 22.00 w granicach administracyjnych

miasta w dni powszednie, z wyjątkiem niedzieli i świąt może wzrosnąć z 2,40 zł do 6. W godzinach nocnych oraz w niedziele i dni świąteczne proponowana jest podwyżka z 3,60 do 9 zł. Natomiast za kilometr przejazdu poza granicami administracyjnymi miasta opłata w dzień wynosiła 4,80 zł a w nocy, w niedzielę i dni świąteczne 7, 20 zł. Wnioskowane kwoty wynoszą odpowiednio 12 i 18 zł. Dla porównania podajemy, że w sąsiadującym z Nowym Dworem Legionowie obecnie obowiązujące stawki to: za

pierwszy kilometr 7 zł, każdy kolejny w dzień 3 zł, w nocy i święta 4,50 zł, natomiast poza strefą miejską: w dzień 6 zł, w nocy i święta 9 zł.

Zarządy Osiedli mają zaopiniować podwyżki

Burmistrz Miasta Jacek Kowalski zwrócił się do przewodniczących zarządów osiedli o wydanie opinii w sprawie. - *Zaproponowane stawki, są moim zdaniem za wysokie. Podwyżki są wskazane, ale nie takie znaczne. Będę popierał wyższe stawki, ale negocjowane. Inflacja i podwyżki paliw, ja to rozumiem,*

ale stawki wyższe nawet niż w Warszawie? Niebawem mamy zebranie Zarządu Osiedla i podejrzewam, że mieszkańcy powiedzą to samo – powiedzial naszej redakcji Jacek Topczewski p.o. Przewodniczącego ZO nr 6.

Zarządy Osiedli mają 14 dni na ustosunkowanie się do wniosku taksówkarzy.

Czy wzrosną ceny za usługi taksówkarskie? Dowiemy się zapewne podczas najbliższej sesji Rady Miasta. Powrócimy do tematu.

M. Mianowicz

Płk rez. Alfred Kabata odznaczony Medalem Stulecia Odzyskanej Niepodległości

20 maja 2022 r., płk rez. Alfred Kabata – prezes Zarządu Głównego Związku Oficerów Rezerwy Rzeczypospolitej Polskiej, otrzymał z rąk Artura Standowicza – Wicewojewody Mazowieckiego, Medal Stulecia Odzyskanej Niepodległości, nadany przez Prezydenta RP

Prezydent nadał płk. rez. Alfredowi Kabacie odznaczenie za aktywną działalność społeczną i przyczynianie się do budowania wspólnoty obywatelskiej Polaków i poczucia tożsamości narodowej.

W uroczystości wręczenia odznaczeń państwowych, która odbyła się w Mazowieckim Urzędzie Wojewódzkim w Warszawie uczestniczyła Wiesława Karczmarczyk – wiceprezes Koła Związku



Oficerów Rezerwy Rzeczypospolitej Polskiej w Nowym Dworze Mazowieckim.

Zabierając głos, Wicewojewoda Artur Standowicz, złożył gratulacje odznaczonym

i podkreślił, że pomimo reprezentowania różnych środowisk i profesji łączy ich praca dla dobra wspólnego i oddanie dla Rzeczypospolitej Polskiej.

Uroczystość zakończyło wykonanie wspólnej fotografii wszystkich odznaczonych z Wicewojewodą.

(k), fot.: Wiesława Karczmarczyk

SPORT

Nasielszczanin znów na Mundialu!

W środę, 19 maja FIFA opublikowała oficjalną listę arbitrow, którzy sędziować będą na tegorocznych Mistrzostwach Świata w Piłce Nożnej w Katarze. Wśród powołanych 36 arbitrow głównych, 69 asystentów oraz 24 sędziów VAR znalazło się czterech Polaków

Szymon Marciniak jako arbiter główny, Paweł Sokolnicki i Tomasz Listkiewicz jako asystenci oraz Tomasz Kwiatkowski jako sędzia VAR. Wśród tej czwórki jest pochodzący z Nasielska **Paweł Sokolnicki**. To historyczna wiadomość, gdyż po raz pierwszy w historii polscy sędziowie będą sędziować na drugim z rzędu Mundialu i wśród nich znajdzie się również nasielszczanin.

Przypomnijmy, iż nasi sędziowie, a wśród nich Paweł Sokolnicki, brali udział w Mundialu w 2018 roku w Rosji oraz w Mistrzostwach Europy w 2016 roku. W obecnym sezonie regularnie byli wyznaczani do prowadzenia meczów Ligi Mistrzów, włącznie z niedawnym półfinałem tych elitarnych rozgrywek pomiędzy Liverpoolem a Villareal.

Jesteśmy dumni z nasielszczanina, który znajduje się na absolutnym światowym topie środowiska sędziów piłkarskich. Trzymamy kciuki oraz życzymy spełnienia największego sędziowskiego marzenia związanego z Mundialem, czyli sędziowania w finale tej imprezy.

UM Nasielsk/red.

SŁODKA KRZYŻÓWKA

Drodzy Czytelnicy, w środku znajdziecie krzyżówki, rebusy i zagadki. Wśród Czytelników, którzy rozwiążą co najmniej 3 łamigłówek/zadania rozlosujemy pyszny torcik z Cukierni Duet. Rozwiązania prosimy przysyłać na adres redakcja@nowodworski.info lub zgłosić telefonicznie do najbliższego poniedziałku pod numerem tel. 733-055-002.

Nagrodę za poprawne rozwiązanie zadania w poprzednim numerze otrzymuje pan **Maciej Krawczyk**.

CUKIERNIA Duet

Zapraszamy do sklepów firmowych w Nowym Dworze Mazowieckim
ul. Warszawska 2, tel. 22 775 97 10
ul. Woj. Polskiego 45A paw. 45, tel. 500 409 503
www.cukierniaduet.pl

TRADYCYJNE WYROBY
CIAST I TORTÓW



IZBA WYDAWCÓW PRASY
W
Stowarzyszenie
Gazet
Lokalnych

REDAKCJA: Marzena Dobraczyńska, Małgorzata Mianowicz, Andrzej Zawadzki.
WSPÓŁPRACA: Ewa Gruszka, Alfred Kabata, Kuba Kamiński, Barbara Malewska.
ADRES REDAKCJI: NOWY ADRES REDAKCJI: ul. Rynek 2, 05-120 Legionowo; tel. 22 775 01 36, 691 222 327; e-mail: redakcja@nowodworski.info
BIURO REKLAM: tel. 733 055 002, 22 784 22 22; biuro@nowodworski.info; pon. – pt. 8:00 – 16:00
BIURO OGŁOSZEŃ: VIP-NAWROT – Wiesława Nawrot, ul. Przejazd 5, 05-100 Nowy Dwór Maz., pon. – pt. w godz. 9-18, sobota w godz. 9-13.
Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
Druk: Polska Press Łódź.
Wydawca: Agencja TIO, e-mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

MODLIN TWIERDZA

Konserwator zalecił wstrzymanie wycinki do jesieni

Nie milkną doniesienia medialne dotyczące planowanej budowy osiedla mieszkaniowego w okolicach Reduty Napoleona w Twierdzy Modlin. W ostatnim czasie wokół tematu narosło wiele kontrowersji. Za sprawą pożaru, można stwierdzić, że temat stał się naprawdę gorący

Przypominamy, że uchwała w sprawie ustalenia lokalizacji budowy osiedla przy ul. Chałubińskiego w Modlinie Twierdzy, którą Rady Miasta Nowy Dwór Mazowiecki podjęła pod koniec poprzedniego roku, została zaskarżona przez Wojewodę Mazowieckiego do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego. Sprawa jest w toku, a Wojewoda w uzasadnieniu wykazał liczne naruszenia procedur przy podejmowaniu decyzji.

Wycinka może zagrażać zwierzętom

Na początku maja br. na działce przy ul. Chałubińskiego rozpoczęła się wycinka drzew, na którą dwa pozwolenia w dniu 14 marca br. wydał Miejski Konserwator Zabytków. Z decyzją konserwatora nie chcieli zgodzić się mieszkańcy, którzy podjęli działania i złożyli zawiadomienie na policję. 13 maja br. Zespół ds. Wykroczeń tut. Komendy Powiatowej Policji przekazał Burmistrzowi Miasta prośbę o „przeprowadzenie w ramach własnych kompetencji czynności administracyjnych w zakresie sprawdzenia legalności oraz prawidłowości przeprowadzonej wycinki drzew” na wskazanej działce.

W ramach pozwoleń łącznie miały być wycięte 174 drzewa. Ze złożonego zawiadomienia wynikało, że „istnieje uzasadnione wątpliwości co do rzetelnej oceny obecności gatunków ptaków i innych zwierząt objętych ochroną gatunkową co może naruszyć przepisy



W nocy spłonęła sterta gałęzi z wycinki

OSP RW Nowy Dwór Maz.

Ustawy z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody oraz innych przepisów dotyczących ochrony gatunkowej zwierząt” - czytamy w piśmie z Policji.

Drewno z wycinki strawił pożar

W dniu 17 maja ok. godz. 22.30 dyżurny Powiatowej Komendy PSP otrzymał powiadomienie o widocznym pożarze w okolicach ul. Szpitalnej. - Po udaniu się na miejsce zdarzenia strażacy zastali na miejscu palącą się stertę gałęzi na powierzchni ok. 40

m². Pożar został szybko ugaśniony. Nikt w zdarzeniu nie ucierpiał, ani nie stwierdzono żadnych szkód w okolicznych zabytkach. Jako przyczynę pożaru uznano podpalenie - przekazał nam mł. kpt Paweł Plagowski, Oficer Prasowy Komendanta Powiatowego PSP w Nowym Dworze Mazowieckim.

Konserwator zawiesił wycinkę

Jak się dowiedziała nasza redakcja, zgoda na wycinkę wydana przez Miejskiego Konserwatora Zabytków na

podstawie wniosku właściciela terenu - spółki Modlin Lazaret obowiązywała do 31 grudnia 2022 r. Właściciel terenu przed rozpoczęciem prac złożył ekspercką opinię ornitologiczną, w ocenie której nie ma przeciwwskazań do prowadzenia prac związanych z wycinką.

Pomimo złożonej opinii biologów, Miejski Konserwator Zabytków w Nowym Dworze Mazowieckim zlecił spółce wstrzymanie się z prowadzeniem prac wycinkowych do dnia 16 października br.

M. Mianowicz

MŁODZIEŻOWA RADA MIASTA

Czy młodzi samorządowcy sięgną po pieniądze?

Młodzieżowa Rada Miasta w Nowym Dworze Mazowieckim została powołana w roku 2018. W skład rady wchodzi uczniowie nowodworskich szkół podstawowych i średnich. Obecnie młodzi radni mogą starać się o zewnętrzne fundusze na swoją działalność. Czy zawnioskują o pieniądze?

Zarząd Województwa Mazowieckiego 25 kwietnia 2022 r. podjął uchwałę w sprawie Regulaminu udzielania i przekazywania pomocy finansowej z budżetu Województwa Mazowieckiego w ramach Samorządowego Instrumentu Wsparcia Inicjatyw Młodzieżowych Rad Gmin/Powiatów i Dzielnic m.st. Warszawy pn. „Mazowsze dla Młodzieży”.

Na co mogą iść pieniądze?

Pomocą finansową ze środków budżetu Województwa Mazowieckiego w formie dotacji części kosztów kwalifikowalnych mogą zostać objęte zadania o charakterze bieżącym związane z inicjatywą Młodzieżowych Rad.

Młodzi mogą otrzymać 90% dofinansowania na: organizowanie działań edukacyjnych dla młodzieżowych radnych, w szczególności szkoleń/warsztatów z zakresu edukacji obywatelskiej oraz rozwijania kompetencji merytorycznych, społecznych i przywódczych, realizowanie inicjatyw/działań zgłoszonych przez młodzieżowych radnych, działania informacyjno-promocyjne dotyczące Młodzieżowych Rad oraz podnoszenie kompetencji opiekunów. Wysokość dotacji dla jednej Rady to 25 000 zł. Beneficjenta po udzieleniu pomocy finansowej przez Województwo Mazowieckie musi wynieść nie mniej niż 10 proc. wartości kosztów kwalifikowalnych zadania.

Rada jest, ale działań nie widać

Ogłoszona w 2019 roku pandemia znacznie wyhamowała działalność Młodzieżowej Rady Miasta pierwszej kadencji. 10 listopada 2021 odbyła się I sesja Młodzieżowej Rady Miasta powołanej na nową kadencję.

Podczas posiedzenia młodzi radni złożyli ślubowanie i wybrali spośród siebie prezydium, w którego skład weszli: **Oliwia Rasińska** - przewodniczący, **Sonia Staniszevska** - wiceprzewodniczący oraz **Ernest Młynarek** - sekretarz.

- Można powiedzieć, że Młodzieżowa Rada w obecnej kadencji nie wykazała się szczególnie dużą aktywnością. Obecnie MRM ma w planach organizację charytatywnego wydarzenia sportowego i mam nadzieję, że planowany bieg dojdzie do skutku. Po kilkuletnim doświadczeniu wiemy, że należy wprowadzić zmiany w statucie MRM i np.

wydłużyć kadencję rady do co najmniej dwóch lat. Oczywiście słyszałem o możliwości starania się o dotację od Samorządu Mazowsza. Liczę, na to, że przy merytorycznej pomocy pracowników Urzędu Miasta złożymy wniosek, który zostanie pozytywnie rozpatrzony. Pieniądze z dotacji pozwoliłyby wzmocnić kompetencje młodych radnych i zaktualizować ich do skutecznego działania - powiedział naszej redakcji **Tomasz Reginis**, radny miejski, który pełni funkcję opiekuna MRM.

W rozmowie z T. Reginisem dowiedzieliśmy się, że póki co nie było ustaleń dot. zadań, na które młodzi mogliby złożyć wniosek o dofinansowanie. Czasu pozostało niewiele. Wnioski o wsparcie można składać od 6 czerwca br. Czy pieniądze, po które można w prosty sposób sięgnąć przejdą koło nosa? Dowiemy się niebawem.

M. Mianowicz



Zakaz wstępu na plac pojawił się tuż po naszej publikacji

NASZE SPRAWY

Place zabaw szczególnej troski

Wiosna w pełni i coraz więcej rodziców wraz ze swoimi pociechami odwiedza place zabaw. Część miejsc do zabawy wymaga pilnych modernizacji. Ostatnio coś drgnęło w tej sprawie

W poprzednim numerze pisaliśmy o projektach obywatelskich zaakceptowanych w ramach tzw. funduszu osiedlowego, których realizacja miała nastąpić w 2021 roku. Jednym z nich była modernizacja placu zabaw mieszczącego się przy Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 3 w Modlinie Starym. Dzień po wydaniu Tygodnika zauważyliśmy, że plac zabaw przy szkole został ogrodzony taśmami i wprowadzono zakaz użytkowania. To jasny sygnał, że coś się będzie na placu działo. - Szkoła rozpoczęła remont nawierzchni placu na boisku, stąd obowiązuje zakaz wejścia na teren - poinformował nas **Maciej Dąbrowski**, Naczelnik Wydziału Gospodarki Komunalnej.

Pandemia wstrzymała Fundusz

Wracając do sprawy realizacji Obywatelskiego Funduszu Osiedlowego uzyskaliśmy informację, że część prac z zatwierdzonych projektów została zrealizowana w roku 2021, a reszta ma się odbyć w roku bieżącym.

- W wyniku wprowadzenia stanu pandemii w kraju, wszystkie nierozpoczęte zadania w ramach Obywatelskiego Funduszu Osiedlowego zostały wstrzymane. Wiązało się to z niepewną sytuacją finansową samorządu. Jednakże w roku 2021 wykonano 185 m² bezpiecznej nawierzchni placu zabaw przy ul. Wiejskiej za kwotę 60759,55 zł. Z OFO pochodziło 30 tys. zł. Doposażenie placu zabaw przy SP nr 3 planowane jest na ten rok - poinformował nas w imieniu Burmistrza **Janusz Mikuśzewski**, Z-ca Burmistrza Miasta.

Widać gołym okiem, że w ostatnim czasie place zabaw stały się języczkiem uwagi lokalnej władzy. Na prośbę radnej **Beaty Rusek** plac na Nowodworzance został wyczyszczony.

- Mieszkańcy Nowodworzanki zgłosili się do mnie z interwencją. Na sesji Rady Miejskiej w dniu 26 kwietnia zgłosiłam potrzebę posprzątania i umycia placu zabaw dla dzieci. Dziękuję MZO za umycie urządzeń. Niestety przykro patrzeć w jakim stanie jest nawierzchnia. Sprawa wielokrotnie była poruszana przez Klub Niezależni dla Miasta, na komisjach i sesjach. Na ten moment umyto urządzenia, na wymianę nawierzchni niestety będziemy musieli jeszcze poczekać - napisała na swoim profilu radna.

Trudno uwierzyć, że w ciągu tak krótkiego czasu od położenia nawierzchni na placu przy ul. Wiejskiej jest ona zniszczona na tyle, że wymaga wymiany. Może warto, by wykonawca poprawił swoją pracę w ramach gwarancji, jeśli takowa jeszcze obowiązuje.

W roku 2022 w budżecie miasta na realizację zadania dot. „Modernizacji placów na terenie miasta” przeznaczono kwotę 300 000 zł.

Już widać światelko w tunelu.

M. Mianowicz

Telefon do redakcji Tygodnika Nowodworskiego
691 222 327



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.

Pościg, narkotyki, alkohol i próba wręczenia łapówki

Najpierw poprzez ucieczkę motocyklem, a potem pieszo pewien mieszkaniec powiatu nowodworskiego próbował uniknąć spotkania z policjantami

Okazało się, że powodem ucieczki był alkohol i narkotyki. Mimo zatrzymania przez mundurowych 36-latek nadal łudził się, że uniknie odpowiedzialności karnej i próbował przekupić funkcjonariuszy i tym samym popełnił kolejne przestępstwo. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Legionowie sąd zastosował wobec mężczyzny areszt tymczasowy.

Policjanci chcieli zatrzymać do kontroli motocykl, gdyż styl jazdy motocyklisty wskazywał, że może być pod wpływem alkoholu. Po wydaniu polecenia do zatrzymania, kierujący motocyklem zwołał, a następnie gwałtownie przyspieszył i zaczął uciekać. Policjanci używając sygnałów świetlnych i dźwiękowych ruszyli w pościg za jednośladem. Po kilkuminutowym pościgu kierowca porzucił motocykl i kontynuował ucieczkę pieszo. Mundurowi pobiegli za kierowcą i już po chwili został przez nich zatrzymany. 36-latek mimo to nadal chciał odzyskać wolność i próbował przekupić policjantów oferując im pieniądze w zamian za odstąpienie od czynności służbowych. Wtedy usłyszał od mundurowych, że popełnił kolejne przestępstwo.

Jak się okazało mężczyzna był pod wpływem alkoholu, badanie alkomatem wykazało w jego organizmie ponad 0,5 promila alkoholu. W toku dalszych czynności policjanci ujawnili narkotyki. 36-latek w saszetce oraz w plecaku miał marihuanę i metaamfetaminę o łącznej wadze ponad 100 gramów.

36-latek trafił do policyjnej celi. Po zebraniu przez śledczych materiału dowodowego mężczyzna został przewieziony do prokuratury, gdzie prokurator przedstawił mu zarzuty. Mężczyzna odpowie za niezatrzymanie się do kontroli, kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości, próbę przekupstwa policjantów oraz posiadanie znacznej ilości substancji psychoaktywnych. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Legionowie sąd zastosował wobec mieszkańca powiatu nowodworskiego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

PUŁTUSK.

Dwóch 11-latków i 12-latek okradli sklep

Oko sklepowych monitoringów często wykrywa sprawców kradzieży. Kilka dni temu przekonali się o tym trzej nastolatki, którzy zostali ujęci przez sklepową ochronę

Zapisy z kamer pokazały, że chłopcy wspólnie odwiedzili sklep na terenie Pułtuska, wybrane produkty zapakowali do plecaka, po czym nie płacąc pospiesznie wychodzili na zewnątrz. Najwyraźniej nie spodziewali się, że próby ukrycia rzeczy są obserwowane na sklepowym monitoringu. Czujny pracownik ochrony zatrzymał nastolatki, doprowadził to do interwencji Policji. Dwóch 11-latków i 12-latek, z uwagi na wiek zostali przywiezieni do Komendy, skąd odebrali ich rodzice. Sprawa zostanie przekazana do Wydziału Rodzinnego i Nieletnich Sądu Rejonowego w Pułtusku.

Dzieci często nie zdają sobie sprawy, że ich drobne przewinienia mogą być dostrzeżone i nieść za sobą przykre następstwa. Jedną nieodpowiedzialną decyzją czy chwilowy impuls może skutkować przykrymi konsekwencjami, bo każda ujawniona przez pracowników sklepu kradzież jest zgłaszana policjantom.

NIEPORĘT. Kradzież piwa i wina za 616 zł

Dzielnicy z Nieporętu zatrzymali mężczyznę podejrzanego o kradzież. Jego łupem padł alkohol o łącznej wartości ponad 600 złotych. Mężczyzna usłyszał zarzut kradzieży, za którą grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności

Dzielnicy z Komisariatu Policji w Nieporęcie otrzymał wezwanie do jednego z marketów na terenie gminy. Po przybyciu

na miejsce okazało się, że właściciel placówki handlowej ujął na kradzież 38-latkę. Jak relacjonował zgłaszający, mężczyzna do torby schował kilka butelek wina i piwa, a następnie opuścił sklep nie płacąc za alkohol. 38-latek został przekazany w ręce policjantów.

Mieszkaniec powiatu wołomińskiego usłyszał już zarzut kradzieży mienia o wartości 616 złotych. Za popełnione przestępstwo kodeks karny przewiduje karę do 5 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK.

Jechał 145 km/h w terenie zabudowanym

Na drodze nie ma miejsca na nieodpowiedzialność, dlatego policjanci z całą stanowczością wyciągają konsekwencje w stosunku do piratów drogowych

Kolejna osoba straciła prawo jazdy za przekroczenie prędkości w obszarze zabudowanym, tym razem miernik wskazał 145 km/h. Przypominamy - nadmierna prędkość - to jedna z najczęstszych przyczyn wypadków drogowych.

Pomimo apeli o rozwagę za kierownicą, policjanci wciąż ujawniają uczestników ruchu drogowego, którzy stwarzają realne zagrożenie na drogach. Kilka dni temu funkcjonariusze z pułtuskiej drogowki zatrzymali kierowcę opla, który przez Przemirowo, na odcinku drogi, gdzie prędkość dozwolona wynosi 50 km/h jechał o 95 km/h za dużo. 29-latek z powiatu makowskiego stracił prawo jazdy i został ukarany mandatem w wysokości 2500 zł połączonym z 10 pkt karnymi.

SEROCK. Potrzebował pieniędzy na alkohol. Okradł kolegę

Zarzut kradzieży usłyszał 70 - letni mężczyzna, który wykorzystując nie uwagę znajomego ukradł mu pieniądze. Teraz ze



swojego zachowania będzie tłumaczył się przed sądem

Dzielnicy z Serocka został poinformowany o kradzieży. Natychmiast udał się pod wskazany adres, gdzie doszło do przestępstwa. Mundurowy ustalił, że do pokrzywdzonego przyszedł jego znajomy, kolejny raz prosząc o pieniądze na alkohol. Pokrzywdzony odmówił i wrócił do wykonywania prac ogrodowych. W pewnym momencie poczuł jak z tylnej kieszeni spodni ktoś wyciąga mu pieniądze, które miał przygotowane na uregulowanie płatności za usługi hydrauliczne. Kiedy pokrzywdzony odwrócił się zobaczył uciekającego z jego posesji znajomego. Mężczyzna o całym zajściu powiadomił Policję. Funkcjonariusz po wysłuchaniu pokrzywdzonego udał się w rejon w poszukiwaniu złodzieja. Po kilkudziesięciu minutach poszukiwań, w zaroślach ujawnił mężczyznę odpowiadającego rysopisowi sprawcy. Dzielnicy zatrzymał 70-latkę i przewiózł do komisariatu. Badanie alkomatem wykazało w jego organizmie ponad 2 promile alkoholu. Mężczyzna noc spędził w policyjnej celi.

Następnego dnia śledczy przedstawili mu zarzut kradzieży pieniędzy w kwocie 1000 złotych. Teraz mężczyzna za swój czyn odpowie przed sądem. Kodeks karny za przestępstwo kradzieży przewiduje karę do 5 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK.

Zaatakował policjantów w trakcie interwencji

27-latek naruszył nietykalność cielesną i ubliżał policjantom podczas wykonywania czynności służbowych. Teraz odpowie za to przed sądem. Pułtuszczykowi grozi kara nawet do 3 lat pozbawienia wolności

Każdego dnia, podczas służby, policjanci narażają swoje życie i zdrowie. Nigdy do końca nie wiedzą, czego mogą się spodziewać po osobie, wobec której podejmują interwencję. Nie znają jej, nie wiedzą czy może ona posiadać przy sobie niebezpieczne narzędzie, czy jest notowana za poważne przestępstwa oraz czy jest pod wpływem alkoholu lub innych podobnie działających substancji. Za każdym razem muszą zachować wszelkie środki ostrożności, by chronić siebie, a także innych uczestników interwencji. Właśnie w takiej sytuacji zostali postawieni funkcjonariusze z Zespołu Dzielnicy, którzy kilka dni temu interweniowali wobec grupy mężczyzn spożywających alkohol. Nikt się wówczas nie spodziewał, że 27-latek zacznie pałać nawiąskami do mundurowych. Nagle, podczas wykonywania czynności służbowych, pułtuszczyk zaczął ubliżać policjantom, a przy próbie uniemożliwienia mu oddalenia się z miejsca popełniania wykroczenia, zaczął odpychać, uderzać i kopać policjantów. Napastnik został zatrzymany. Teraz grozi mu do trzech lat pozbawienia wolności.

NIEPORĘT.

Pod wpływem i z narkotykami za kółkiem

Blisko 1,5 promila alkoholu w organizmie miała 41-latkę kierującą citroenem, którego do kontroli drogowej zatrzymali policjanci z nieporęckiego zespołu patrolovo - interwencyjnego. Dodatkowo przy kobiecie ujawniono narkotyki. Teraz mieszkanka powiatu legionowskiego zajmie się sądem

Do zatrzymania kobiety doszło w poniedziałkową noc (16 maja) na terenie gminy Nieporęt. Policjanci zwrócili uwagę na kierowcę citroena, którego styl jazdy wskazywał, że może być nietrzeźwy. Mundurowi zatrzymali pojazd do kontroli, od kierującej 41-latką wyczuli woń alkoholu. Badanie alkomatem potwierdziło ich podejrzenia, kobieta miała w organizmie blisko 1,5 promila alkoholu. Mieszkanka powiatu legionowskiego została zatrzymana i przewieziona do komisariatu. Dalsze czynności procesowe doprowadziły do ujawnienia przy niej środków odurzających. Mundurowi zabezpieczyli białą proszek i susz roślinny. Po przebadaniu i zważeniu zabezpieczonych substancji potwierdzono, że jest to amfetamina i marihuana, o łącznej wadze prawie 12 gramów. Po nocy spędzonej w policyjnym areszcie i wytrzeźwieniu, 41-latkę usłyszała dwa zarzuty. Pierwszy dotyczący posiadania narkotyków, drugi zaś kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości. Za popełnione przestępstwa grozi jej kara do 3 lat pozbawienia wolności.

LEGIONOWO. Pechowy piątek trzynastego

W miniony piątek (13 maja) po godzinie 20 policjanci z ogniwa patrolovo-interwencyjnego Legionowie zatrzymali do kontroli audi Podczas sprawdzenia w policyjnych systemach podróżujących autem mężczyzn wyszło na jaw, że siedzący na miejscu pasażera mieszkaniec Legionowa jest poszukiwany. Sąd Rejonowy Warszawa Praga Północ i Sąd Rejonowy w Pieszce wydały nakazy doprowadzenia mężczyzny do zakładu karnego. 26-latek ma łącznie do odbycia karę 13 miesięcy pozbawienia wolności za przestępstwo z art. 244 kodeksu karnego.

Drugi z poszukiwanych mężczyzn został zatrzymany w sobotnią noc kilka minut po północy. Mundurowi zatrzymali do kontroli drogowej skodę. Kiedy sprawdzili kierowcę w policyjnych bazach danych okazało się, że mężczyzna jest poszukiwany przez legionowski sąd celem odbycia kary 1 roku i 8 miesięcy pozbawienia wolności za oszustwo.

KPP: Legionowo/Pułtusk



ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM
PAŁACU W JABŁONNIE
KRÓLEWSKIE PRZYJĘCIE Z OKAZJĄ:

CHRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU



Rezerwacje: info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572

Pałac w Jabłonie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna



NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Przez decyzję urzędników ucierpią najmłodszy

W marcu br. swoją działalność w mieście rozpoczął niepubliczny żłobek „Kraina Żuczków”. Po dwóch miesiącach rodzice 25 dzieci uczęszczających do placówki otrzymali wypowiedzenie umowy, bo została zawieszona dotacja. Dzieci mogą zostać, ale trzeba zapłacić za ich pobyt ponad 1 500 zł miesięcznie

Żłobek „Kraina Żuczków”, który jest zlokalizowany przy ul. Zdobywców Kosmosu został utworzony w ramach projektu „Wsparcie aktywności zawodowej rodziców”. Projekt współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Osi Priorytetowej VIII Rozwój rynku pracy, 8.3 Ułatwienie powrotu do aktywności zawodowej osób sprawujących opiekę nad dziećmi do lat 3, w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego na lata 2014-2020.

Główny cel projektu „Wsparcie aktywności zawodowej rodziców” to umożliwienie 25 opiekunom prawnym dzieci do lat 3 z obszaru gminy Nowy Dwór Mazowiecki powrotu do aktywności zawodowej, a także godzenie życia zawodowego i prywatnego osobom pracującym, poprzez utworzenie miejsc opieki w nowo tworzonej żłobku w gm. Nowy Dwór Mazowiecki. Projekt realizowany jest od 2021 r. do 2023 r.

Całkowita kwota dofinansowania: 1 668 711,60 PLN, wkład UE: 1 334 969,28 PLN.

Dotacja powodowała, że odpłatność za żłobek dla jednego dziecka objętego projektem wynosiła 330 zł.

Rodzice dostali wypowiedzenia umów

Jak się dowiedzieliśmy, w poprzednim tygodniu rodzice 25 dzieci, których pobyt w żłobku objęty był dofinansowaniem, otrzymali wypowiedzenia umowy. Rodzicom zaproponowano dalszą współpracę i pozostawienie dzieci w żłobku, jednak za pełną komercyjną opłatę – w wysokości 1550 zł.

- Bardzo się cieszyliśmy, kiedy nasza córka zakwalifikowała się do „Krainy Żuczków”. Ja mogłam powrócić do pracy nie martwiąc się o bezpieczeństwo i rozwój dziecka. Jak było nasze zdziwienie, gdy po niespełna dwóch miesiącach otrzymaliśmy informację, że żłobek utracił dofinansowanie. Nie wiem czy będzie mnie stać zapłacić ponad trzy razy więcej. Na pewno to wakacje córki zostanie, bo nie mam innego wyjścia. W mieście brak jest gminnego żłobka, a w prywatnych też brakuje miejsc i koszty są wysokie. Dyrekcja żłobka przekazała nam, że wejdzie na drogę sądową, by dochodzić swoich praw i starać się o odwołanie dotacji – powiedziała nam jedna z mam. Dowiedzieliśmy się, że w żłobku są dzieci z niepełnych rodzin. W ich przypadku zabranie dotacji wiąże się ogromnym obciążeniem dla finansów domowych, których być może samotne mamy nie będą w stanie udźwignąć.



Żłobek „Kraina Żuczków”

Właściciele liczą, że to stan przejściowy

Jak zauważyliśmy, na stronie internetowej „Krainy Żuczków” jest jedynie informacja, że dotacja została zawieszona. Co było powodem takiej decyzji organu, który dotację przyznał? Kiedy i czy w ogóle dotacja zostanie odwołana? Wiele pytań nasuwa się na obecnym etapie. Od 1 czerwca żłobek ogłasza rekrutację na nowy sezon. Jak się domyślamy, jedynie na warunkach komercyjnych.

Otrzymaliśmy oficjalne stanowisko w sprawie od dyrekcji Żłobka „Kraina Żuczków”, które drukujemy w całości.

„Jest nam niezmiernie przykro z powodu zaistniałej sytuacji, w której to zarówno my jako organ prowadzący jak i rodzice jako uczestnicy projektu zostaliśmy postawieni w bardzo trudnej sytuacji przez instytucję pośredniczącą RPO WM na lata 2014-2020 dla Osi VIII Rozwój Rynku Pracy jaką jest Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie.

Głównym celem prowadzonego przez nas projektu było umożliwienie 25 opiekunom prawnym dzieci do lat 3 z obszaru gminy Nowy Dwór Mazowiecki powrotu do aktywności zawodowej, a także godzenie życia zawodowego i prywatnego osobom pracującym, poprzez utworzenie nowego żłobka dla 25 dzieci. Udało się na zrealizować to zamierzenie i stworzyć żłobek, choć baza lokalowa w Nowym Dworze Mazowieckim jest bardzo uboga w nieruchomości będące potencjalnie możliwe do przystosowania ich do bardzo rygorystycznych

wymogów jakie musi spełniać lokal przeznaczony na żłobek. Dowodem na trudności z jakimi trzeba się zmierzyć tworząc żłobek w Nowym Dworze Mazowieckim może świadczyć to, że od 2017 roku nie powstał tam żaden nowy żłobek wpisany do rejestru żłobków Empatia. Dodatkowo sytuację na rynku nieruchomości mocno ograniczała pandemia Covid-19, w której to prywatni właściciele niechętnie rozmawiali na temat wynajmu długoterminowego. To wszystko spowodowało, że ramy czasowe przez nas założone na realizację działań w projekcie musiały być na bieżąco weryfikowane i były zgłaszane do instytucji pośredniczącej czyli WUP w Warszawie. Założenia czasowe realizacji projektu są określone w regulaminie projektu, który zakłada, że okres fazy przygotowawczej (okres do otwarcia żłobka) trwa 6 miesięcy. Regulamin mówi również: „Na etapie realizacji projektu IOK (w naszym przypadku jest to WUP w Warszawie) może przedłużyć fazę przygotowawczą na uzasadniony wniosek, maksymalnie na okres kolejnych 3 miesięcy”. Okres przygotowawczy naszego projektu wydłużył się właśnie do 9 miesięcy, dlatego nie rozumiemy i zaskakujące było dla nas wypowiedzenie nam umowy projektu przez WUP w Warszawie, co obecnie skutkuje brakiem środków na pokrycie bieżącej działalności placówki. Podjęliśmy wszelkie kroki odwoławcze od tej decyzji do WUP w Warszawie, ale niestety nie mamy żadnych przesłanek do możliwości kontynuacji projektu, dlatego

zdecydowaliśmy o jego zawieszeniu. Poinformowaliśmy uczestników projektu/rodziców, że jeśli tylko instytucja pośrednicząca (WUP w Warszawie) uruchomi środki finansowe to poniesione obecnie koszty związane z opieką nad dziećmi w żłobku zostaną zwrócone rodzicom (do kwoty wkładu własnego rodziców). Naszym priorytetem jest zabezpieczenie utworzonych już miejsc opieki nad dziećmi do lat 3 i utrzymanie placówki tak aby mieszkańcy gminy Nowy Dwór Mazowiecki mogli z nich korzystać (szczególnie, że na miejsce w żłobku czeka się bardzo długo). Dokładamy wszelkich starań o umożliwienie dodatkowych źródeł dofinansowania rodziców takich jak Program Maluch+, Rodziny Kapitał Opiekunicy a także Bon żłobkowy.

Mamy nadzieję, że obecna sytuacja jest przejściowa i robimy wszystko aby przede wszystkim dzieci czuły się w naszym żłobku dobrze i bezpiecznie.”

Można sądzić, że procedury odwoławcze niestety potrwać jakiś czas. W tym czasie rodzice muszą liczyć się z wyższymi opłatami.

Miasto szybko się rozwija, przybywa nowych mieszkań, a co za tym idzie nowych mieszkańców. Ta sytuacja dowodzi, że powstanie nowego, miejskiego żłobka jest palącą potrzebą. Może w przyszłym roku rodzice maluchów będą mogli liczyć na kilkadziesiąt miejsc w obiekcie, który wg. zapowiedzi ma powstać na Nowodworzance.

M. Mianowicz

POMIECHÓWEK

Wraca Punkt Opieki Diennej; opiekunki poszukiwane

Duże zainteresowanie naszym Gminnym Klubem Malucha sprawiło, że ostatnimi tygodniami intensywnie myślimy, jak stworzyć dodatkowe miejsca dla maluchów, tym samym pomóc rodzicom dzieci w powrocie na rynek pracy. Decyzja zapadła – tworzymy dodatkowy nabór, przygotowujemy obiekt, poszukujemy opiekunek

- Trudno mi przejść obojętnie wobec faktu, że w ogłoszonym naborze do Gminnego Klubu Malucha, na liście rezerwowej znalazło się kilkadziesiąt rodzin, które w naszym samorządzie upatrują nadziei na powrót na rynek pracy. To niezwykle trudne zadanie, ale zrobimy wszystko, by od września zorganizować opiekę dla dodatkowej dwudziestki – mówi wójt gminy Dariusz Bielecki.

Formalnie – trzydzieścioro dzieci wciąż będzie pod opieką Gminnego Klubu Malucha. Dzieci z dodatkowego naboru znajdą zaś opiekę w ponownie uruchomionym Punkcie Opieki Diennej, zlokalizowanym w obiekcie modułowym przed szkołą podstawową w Pomiechówku. Ruszyła logistyka, której najważniejszym elementem jest znalezienie wykwalifikowanej kadry, która będzie sprawowała opiekę w Punkcie.

Uwaga! Poszukujemy czterech osób na stanowisko „opiekuna dziennego”. Szczegółowe informacje nt. kwalifikacji, jakie powinna posiadać osoba ubiegająca się o ww. stanowisko ukażą się w najbliższym czasie w Biuletynie Informacji Publicznej gm. Pomiechówek w zakładce nabór na wolne stanowiska pracy. Kwalifikacje te są również szczegółowo opisane w ustawie o opiece nad dziećmi do lat 3 z dnia 4 lutego 2011 r. (Dz.U. z 2021 r. poz. 75 ze zm.).

Szczegółowe informacje pod numerem 22 765 27 29.

www.pomiechówek.pl

LEONCIN

Sala gimnastyczna przy Szkole w Głusku – rozpoczęcie realizacji inwestycji

Gmina Leoncin w marcu 2021 roku złożyła wniosek o dofinansowanie ze środków Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej w ramach Programu Sportowa Polska – Program rozwoju lokalnej infrastruktury sportowej – edycja 2021) na zadanie pn.: Budowa pełnowymiarowej Sali gimnastycznej przy Szkole Podstawowej w Głusku z siedzibą w Nowych Grochalach im. Ks. Kard. Stefana Wyszyńskiego. Wniosek został pozytywnie oceniony pod względem formalnym i merytorycznym, a umowę na dofinansowanie zadania podpisano 28 marca 2022 r.

Gmina Leoncin otrzyma środki na budowę sali gimnastycznej w kwocie 879 200,00 zł. Dodatkowo Gmina przeznaczy na realizację inwestycji 500 000,00 zł pozyskane z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych. Fundusz Przeciwdziałania COVID-19.

W wyniku przeprowadzonego postępowania przetargowego zgodnie z ustawą z dnia 11 września 2019 r. Prawo zamówień publicznych wyłoniony został wykonawca robót – firma P.P.U.H. OKNO-BUD Krzysztof Białobrzeski z Sochaczewa. W dniu 4 maja 2022 r. w siedzibie Urzędu Gminy Leoncin nastąpiło podpisanie umowy z wykonawcą na realizację inwestycji a następnie przekazanie placu budowy.

Projekt budowy nowej sali gimnastycznej zakłada powstanie budynku parterowego sali z zapleczem stanowiącym samodzielną część techniczno-użytkową. Na program użytkowy budynku składają się: sala sportowa o wymiarach ok. 12,05 x 24,05 m, korytarz stanowiący łącznik z istniejącym budynkiem szkoły, przebieralnia i zaplecze higieniczno-sanitarne, pokój nauczyciela WF z zapleczem higieniczno-sanitarnym, pomieszczenie sprzętu sportowego, pomieszczenie gospodarcze. Powierzchnia całkowita budynku sali gimnastycznej wynosić będzie 434,65 m².

Budowa sali gimnastycznej przy Szkole Podstawowej w Głusku z siedzibą w Nowych Grochalach ma na celu poprawienie stanu przyszłolnej infrastruktury sportowej. Sala gimnastyczna powstaje na potrzeby realizacji zajęć wychowania fizycznego dla uczniów oraz dla lokalnej społeczności w celu organizacji treningów, zajęć sportowych, turniejów oraz współzawodnictwa sportowego.

Zakończenie budowy planowane jest na początek II kwartału 2023 roku.

www.http://leoncin.pl

TOMASZ PIECHAL. Szkice Wschodnie (www.fb.com/Tomasz-Piechal-Szkice-Wschodnie)

Ostatnie tygodnie walk na Ukrainie skoncentrowały się na dwóch odcinkach frontu – donbaskim oraz charkowskim. O ile w innych regionach wojska agresora skupiły się na utrzymywaniu swoich pozycji (szczególnie w obwodach mikołajowskim oraz chersońskim) oraz intensywnych ostrzałach, za którymi nie szły jednak zmasowane ataki piechoty i wojsk pancernych, o tyle w wypadku Donbasu Rosjanie na kilku odcinkach dążyli do przełamania linii ukraińskiej obrony. W większości – bez sukcesów, w niektórych wypadkach wręcz ponosząc spektakularną klęskę (próby przeprawy przez rzekę Doniec). Jednak udana rosyjska ofensywa, która przyniosła zajęcie Popasnej, rodzi realne zagrożenie dla ukraińskich wojsk broniących się na terenie obwodu ługańskiego (miasta Sewierodonieck oraz Łysyczańsk)

Tymczasem wojska ukraińskie przeszły do kontrofensywy w okolicach Charkowa. Ich sukcesy na tym odcinku są znaczące, przy czym w wypadku kierunku na wschód od miasta rodzą realne zagrożenie i problemy dla rosyjskiej armii. Dalsze postępy na tym odcinku mogą bowiem doprowadzić do poważnego zaburzenia łańcuchów logistycznych i zaopatrzeniowych wojsk agresora w Donbasie.

Na pewno nie tak rosyjscy wojskowi wyobrażali sobie „drugą fazę” wojny na Ukrainie. Koncentracja sił w okolicach Iziumu, zmasowane ataki na Sewierodonieck i Łysyczańsk, a także wyprowadzenie z południa ataku na ciąg komunikacyjny łączący Donbas z obwodem dniepropietrowskim, miały doprowadzić do wzięcia ukraińskiego zgrupowania wojsk w regionie w kleszcze oraz przynieść szybką i sprawną realizację planu absolutnego minimum – przejęcia kontroli nad całością terytoriów obwodów donbaskiego i ługańskiego.

Tymczasem po miesiącu od rozpoczęcia „drugiej fazy wojny” wojska rosyjskie nie osiągnęły praktycznie żadnego z założonych celów. Bardzo dobrze prowadzona przez ukraińskie wojska obrona skutkuje tym, że agresor z każdym dniem traci impet swojej ofensywy, walki na wielu odcinkach przeszły w fazę de facto pozycyjną, a przesuwanie się linii frontu zostało maksymalnie spowolnione.

Niemniej Rosjanom udało się zrealizować dwa istotne z taktycznego punktu widzenia cele oraz przybliżyć się do wypełnienia jeszcze jednego:

*** 1 ***

Zdobycie MARIUPOLA

Heroiczna walka obrońców największego ukraińskiego portu nad Morzem Azowskim oraz ważnego centrum przemysłowego kraju dobiegła końca. Przez praktycznie 3 miesiące miasto to wiązało znaczącą część rosyjskich wojsk, nie pozwalało rozwijać ofensyw na innych kierunkach, co w efekcie kupiło Ukrainie niezwykle cenny czas dla organizacji swojej obrony na innych odcinkach. Nie będzie przesadą stwierdzenie, że ten niezwykle upor, odwaga i wytrwałość ukraińskich wojskowych w Mariupolu mogą przez historię zostać uznane za jedno z kluczowych elementów, które doprowadziły do klęski rosyjskiej inwazji. Odcieci od reszty kraju, bez możliwości uzupełniania sił i zapasów, obrońcy Mariupola walczyli do końca – dalszy opór był już niemożliwy. Teraz z uwagą (ale też niepokojem) należy śledzić dalsze ich losy. Dla rosyjskiej propagandy pułk Azow (gros sił ukraińskich wojskowych w Azowstali) to jeden z koronnych przykładów na „ukraiński nazizm”. Bardzo chciałbym się mylić, ale obawiam się, że Moskwa może postawić na spektakularnie rozegrany pokazowy proces części ukraińskich wojskowych z Mariupola, które zakończą się wieloletnimi wyrokami. Rosyjska propaganda musi bowiem dać „masom” kolejne igrzyska, które potwierdzą słuszność całej „operacji specjalnej”. Pod kątem strategicznym koniec ukraińskiej obrony w Mariupolu oznacza zamknięcie procesu wyrąbywania lądowego korytarza łączącego Krym z Donbasem.

*** 2 ***

Pierwsze przełamanie w Donbasie – zajęcie Popasnej | Rosjanie z uporem dążą do zajęcia całego obwodu ługańskiego. Ich terytorialne zyski w okolicach kluczowych miast (Sewierodonieck, Łysyczańsk) od miesięcy są jednak minimalne i niezwykle kosztowne – zarówno pod kątem ludzkim, jak i sprzętowym. Głośno komentowana była operacja przeprawy przez rzekę Doniec, która miała pozwolić obejść obrońców w.w. miast od zachodu i południa. Rosyjska akcja zakończyła się klęską – Ukraińcy doskonale kontrolowali teren, mieli dobre rozeznanie i informacje o ruchach wojsk agresora, co w efekcie pozwoliło im zniszczyć kilkadziesiąt rosyjskich czołgów. Niemniej, do istotnego z punktu taktycznego (jak i strategicznego) przełamania w tym rejonie walk w końcu doszło. Zajęcie Popasnej (na południe od głównych punktów ukraińskiej obrony w obwodzie ługańskim) to pierwszy znaczący rosyjski sukces na tym terenie od początku ofensywy. Miasto to jest istotne pod kątem strategicznym (będąc na wzgórzach umożliwia kontrolę sporego terenu doliny rozpościerającej się na zachód od miasta), jak i logistycznym (to jeden z istotnych węzłów komunikacyjnych dla ukraińskich obrońców). W ciągu ostatnich kilkunastu godzin napływają doniesienia o poszerzaniu stanu rosyjskiego posiadania w okolicach tego miasta, a logicznym krokiem jest pociągnięcie ofensywy dalej na zachód i zajęcie miast Soledar i Bahmut. Osiągnięcie tego celu oznacza de facto odcieci ukraińskich wojsk w Sewierodoniecku i Łysyczańsku od reszty zgrupowania oraz przerwanie ciągów dostaw i komunikacyjnych.

*** 3 ***

Podjęcie pod BARWINKOWO

To jest cel, który nadal jest w fazie realizacji przez wojska agresora. Zajęcie tego miasta (ważnego węzła logistycznego) lub szlaków komunikacyjnych (przede wszystkim kolejowych) w jego okolicach jest kluczowe dla Rosjan. Taka „zdobycz” zawęzi bowiem ukraińskie szlaki komunikacyjne i znacznie utrudni dostawy broni, sprzętu i żołnierzy do Donbasu. Za cel ten odpowiada rosyjskie zgrupowanie wojsk w okolicach Iziumu, które na razie nie jest w stanie zdobyć się na wystarczająco mocne uderzenie – ofensywa rozlewa się na inne, okoliczne miasta. Systematycznie jednak Rosjanie zbliżają się do realizacji tego celu.

Te trzy wydarzenia są kluczowe pod kątem analizy rosyjskich postępów ofensywnych na Ukrainie. W innych regionach agresor skupia się bowiem przede wszystkim na utrzymaniu swoich zdobyczy terytorialnych,

ewentualnym poprawieniu swoich pozycji obronnych. Ograniczenie ofensywy na innych odcinkach i skupienie się na Donbasie to efekt wysokich strat rosyjskiej armii oraz kurczących się rezerw. Rosjanie nie stają bowiem już na wielokierunkowe natarcie. Według wielu ekspertów coraz wyraźniej bowiem widać, że rosyjska armia ma coraz większe problemy w uzupełnianiu strat sprzętowych – m.in. odnotowywana jest obecność coraz starszego sprzętu w rejonach walk, który w wielu wypadkach przedstawia bardzo niską wartość bojową.

Odpowiadać miałyby za to m.in. wieloletnie zaniedbania Rosjan w sferze konserwacji sprzętu wojskowego. Mówiąc wprost – wiele z rosyjskich czołgów, transporterów opancerzonych, jak i wozów wojskowych stało w złe zabezpieczonych miejscach, poddawane złym warunkom klimatycznym, przez lata nie będąc należycie remontowane i w których dużą część podzespołów rozkradano. Duża część miała nie być należycie często uruchamiana i sprawdzana (choć powinna być kilka razy w ciągu roku, aby zachować sprawność).

Z doniesień tych płynie podstawowy wniosek – ta wojna pokazuje na wielu polach, że wiele z liczb związanych z rosyjskim wojskiem nie odpowiada prawdzie lub zaburza obraz stanu faktycznego. M.in. szacowało się, że Rosja ma 10 tysięcy czołgów. I tak, to prawda. Tyle tylko, że z nich być może „jedynie” 3 tysiące przedstawia realną wartość bojową. W tym miejscu krótkie przypomnienie – według ukraińskich informacji od początku wojny zniszczono ok.



Na zdjęciu jeden z ukraińskich obrońców Mariupola na terenie Azowstali. Na swoim profilu opublikował je Dmitry Kozatsky

AGRESOR traci impet

ANALIZA SYTUACJI NA FRONCIE (stan na 22.05.2022 r.)



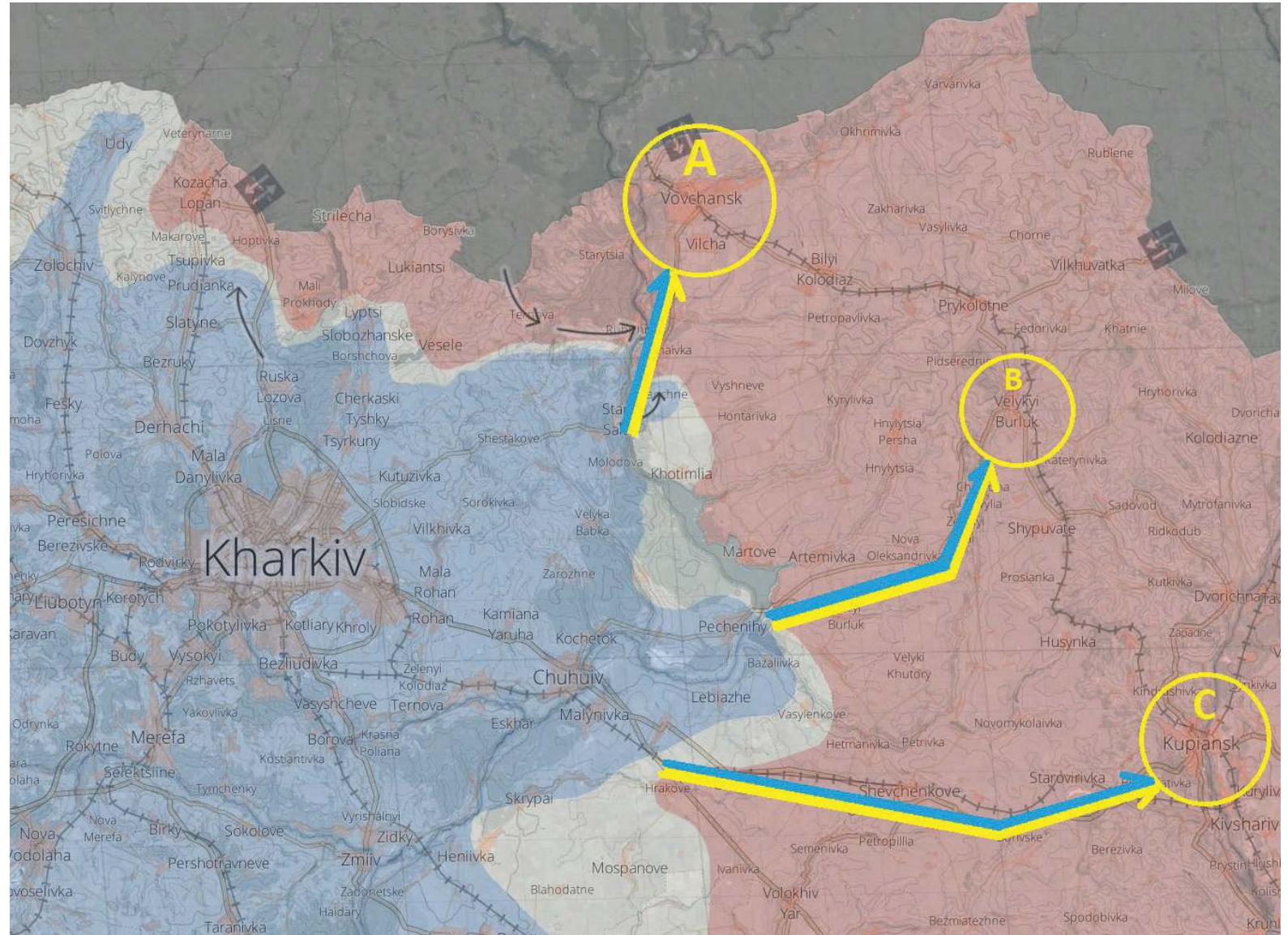
1200 rosyjskich czołgów, czyli (być może) prawie... połowę z tych sprawnych i gotowych do walki. Na razie to oczywiście przypuszczenia, ale jest coraz więcej dowodów wskazujących na to, że być może prawda nie jest wcale tak odległa od tego obrazu.

Jak może to wpłynąć na dalszy bieg wojny? Bardzo prosto – Rosjanie mają jeszcze zaplecze dla dalszych działań ofensywnych, jednak nie jest ono tak duże (choć nadal wystarczające dla notowania postępów w ofensywie), jak mogłoby się wydawać przed wojną. Są w stanie wyprowadzić punktowe uderzenia, które mogą pozwolić im zrealizować cel minimum (zajęcie obwodów donieckiego i ługańskiego; utrzymanie w najbliższych miesiącach zdobyczy na południu Ukrainy w obwodach chersońskim i zaporoskim, czyli korytarz lądowy Krym-Donbas). Jednak już sam fakt, że z każdym dniem tej wojny Rosjanie coraz bardziej ograniczają i zawężają swoje realne do osiągnięcia cele, jest wiele mówiący.

Tymczasem czas gra wyraźnie na korzyść Ukrainy – to ona będzie beneficjentem zachodniego wsparcia finansowego i militarnego, z każdym tygodniem i miesiącem stając się coraz silniejsza militarnie.

Pierwsze pierwioski tego możemy już zaobserwować w obwodzie charkowskim, gdzie Ukraińcy przeprowadzili serię udanych kontrataków. Na północy odepchnęli dużą część wojsk agresora poza granice Ukrainy, w ciągu następnych kilkunastu dniach można spodziewać się, że wyzwolą całą teren między Charkowem a Rosją.

Udana obrona jednego z największych miast kraju, jak i jednego z głównych celów rosyjskiej agresji to ogromny sukces Kijowa. Niemniej, to działania na wschód od stolicy obwodu charkowskiego niosą jeszcze większe implikacje strategiczne. Podejście pod rzekę Doniec oraz jej przekroczenie i formowanie dalszych działań ofensywnych przez ukraińską armię mogą poważnie zagrozić rosyjskim wojskom. Jeżeli bowiem Ukraińcom udałoby się dojść i odbić Wowezańsk (mapa 2, pkt A), Welykij Burluk (pkt B) lub (szczególnie) Kupiańsk (pkt C), przecięliby główny szlak logistyczno-komunikacyjny rosyjskiego zgrupowania w okolicach



Iziumu oraz Sewierodoniecka/Łysyczańska. Przez te miasta przechodzi bowiem większość transportów sprzętu, amunicji i broni agresora do jego jednostek na froncie.

Z tego też powodu w najbliższych dniach możemy się spodziewać wzmocnienia obecności rosyjskiej na tym teatrze działań wojennych – będą one musiały się skupić na osłonie swojej logistyki na długim odcinku, co z kolei może spowodować (w sytuacji kurczących się rezerw ludzkich) konieczność przegrupowania wojsk i zmniejszenie siły uderzenia z północy na Słowiańsk oraz Sewierodonieck. Nie można wykluczyć, że częściowy odwrót z terenów na północ

od Charkowa też jest elementem przetrzucania sił do obrony wschodnich terenów obwodu charkowskiego.

PODSUMOWUJĄC – ukraińskie działania w okolicach Charkowa to zwiastun powolnego przejmowania inicjatywy przez stronę ukraińską. Wzmocnieni zachodnim sprzętem, zaprawieni w bojach, z dobrym zwiadem i informacją operacyjną, z dobrze zorganizowaną strukturą dowodzenia, Ukraińcy z każdym tygodniem zwiększają swoje szanse i pole możliwości na przejście z działań stricte obronnych do poważnych operacji kontrofensywnych. Zwłaszcza jeżeli weźmiemy pod uwagę, że Rosjanom – na co wiele wskazuje

– zostało zapasów i ofensywnych zdolności operacyjnych jedynie na kilka najbliższych tygodni. Potem zmuszeni będą przejść do obrony zdobyczy, a także solidnego przegrupowania i rotacji wojsk, zwiększonej „cichej mobilizacji”, co całościowo może rozciągnąć proces przygotowania następnej większej ofensywy na kilka miesięcy. Zatem realna zmiana sytuacji wojennej latem (na przełomie czerwca i lipca) wydaje się coraz bardziej realna. Wpierw jednak Ukraińcy muszą wytrzymać rosyjską ofensywę w Donbasie.

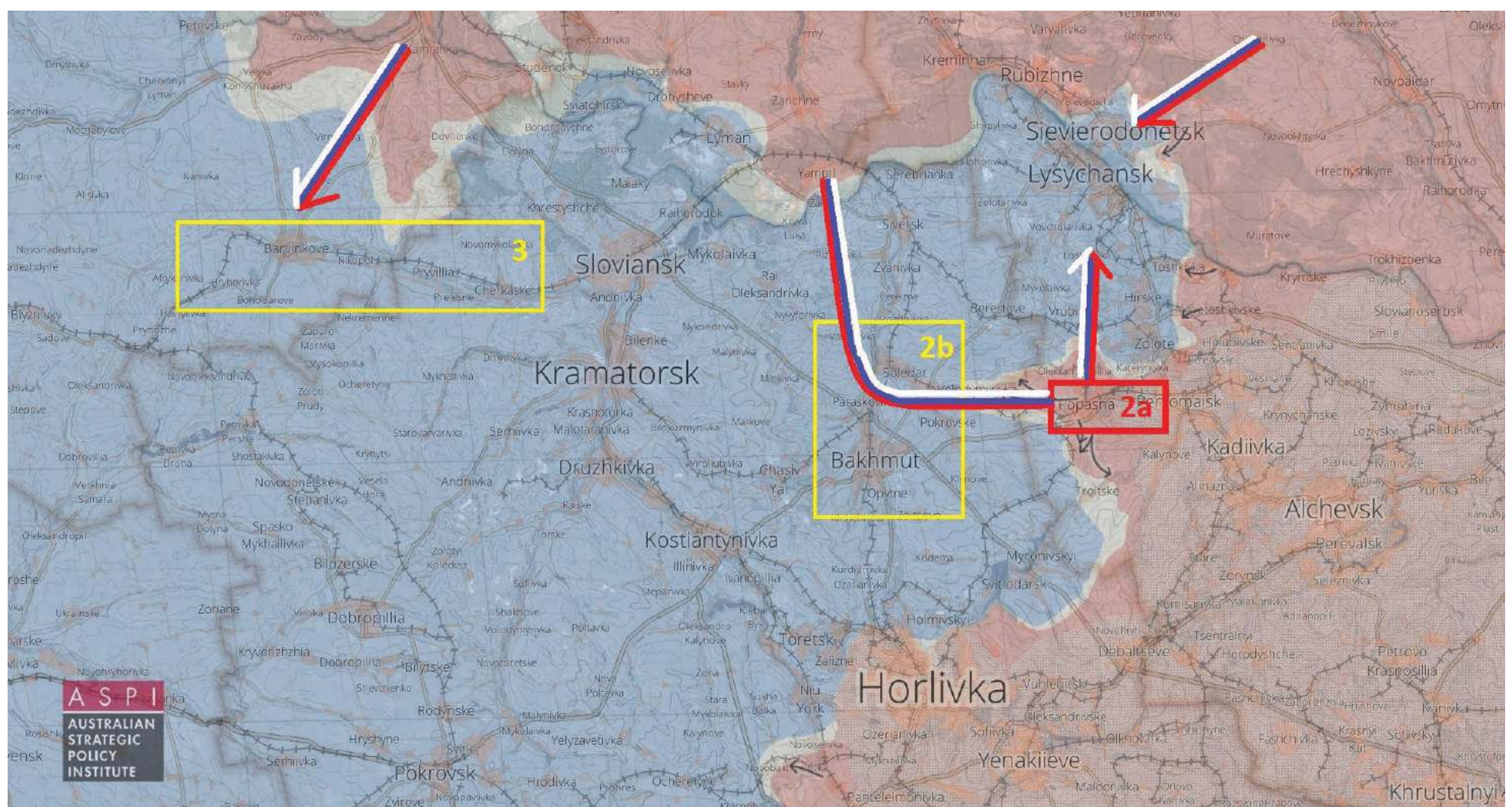
22 maja, niedziela, 20:30

Autor grafik źródłowych Nathan Ruser



Tomasz Piechal

- dziennikarz, ekspert ds. wschodnich. Redaktor naczelny TVP Dokument. W latach 2014-2018 analityk ds. Ukrainy w Ośrodku Studiów Wschodnich im. Marka Karpi. Relacjonował dla polskich mediów rewolucję godności oraz aneksję Krymu.





5 - lecie istnienia terytorialsów na Mazowszu

Dokładnie w maju 2017 roku swoją działalność rozpoczęła 5 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej, na dowódcę której wyznaczono płk Andrzeja Wasielewskiego. Datę wyznaczenia dowódcy uznaje się za początek formowania mazowieckich terytorialsów na terenie północnego Mazowsza

5 lat temu Ciechanów stał się siedzibą dowództwa 5. Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej. Dowództwo wraz z jednym batalionem lekkiej piechoty powstało w koszarach przy ulicy Wojska Polskiego 54 gdzie do 2010 r. stacjonował 1 Ciechanowski Pułk Artylerii. 5 Mazowiecka Brygada OT jest jedną z dwóch brygad WOT działających na terenie województwa Mazowieckiego. Jej stałym rejonem odpowiedzialności (SRO) jest 17 powiatów północnego Mazowsza oraz 7 dzielnic prawobrzeżnej Warszawy.

W pierwszym etapie utworzone zostało dowództwo brygady, a po osiągnięciu gotowości do realizacji zadań, w struktury brygady wszedł 53 batalion lekkiej piechoty z Siedlec. Obecnie jest to batalion o najwyższym stopniu ukończenia wśród pododdziałów brygady. Kolejnym etapem było rozpoczęcie formowania 51 „ciechanowskiego” batalionu lekkiej piechoty. W kolejnych latach powstał batalion 52, który stacjonuje w Komorowie oraz najmłodszy, 54 w Zegrzu Południowym. Obecnie brygadą dowodzi płk Mieczysław Gurgielewicz, jest to drugi dowódca w 5-letniej działalności brygady.

Od 2018 roku brygada posiada patrona, którym został lokalny bohater podziemia niepodległościowego, Żołnierz Wyklęty, ppor. Mieczysław Dziemieszkiewicz, ps. Rój oraz obchodzi swoje święto, które wyznaczono na dzień 7 lipca. W ciągu 5 lat istnienia brygadzie został wręczony sztandar, przyjęła dziedzictwo

tradycji oraz wprowadzono odznakę pamiątkową.

Działalność wewnętrzna mazowieckich terytorialsów głównie polega na szkoleniu nowych żołnierzy oraz rozwijaniu ich umiejętności zarówno kryzysowych jak i bojowych. Od 2017 roku przeprowadzono w brygadzie 27 szkoleń podstawowych i wyrównawczych dla nowych ochotników. Obecnie w brygadzie służy ponad 2200 żołnierzy w tym 2 tysiące ochotników. Żołnierze już służący w brygadzie oprócz programowych szkoleń rotacyjnych w których biorą udział, mają również możliwość podnoszenia swoich kwalifikacji biorąc udział w kursach podoficerskich i oficerskich. Do tej pory brygada zorganizowała 7 edycji kursu podoficerskiego SONDA. Brygada nawiązała również współpracę z armią brytyjską, której żołnierze odbywają wspólne szkolenia z żołnierzami 5 MBOT.

Działalność brygady na przestrzeni ostatnich 5 lat to przede wszystkim realizacja misji WOT jaką jest obrona i wspieranie lokalnej społeczności. Realizując ją, żołnierze działali na wielu płaszczyznach. Usuwali skutki wichury jaka nawiedziła teren odpowiedzialności 51 batalionu z Ciechanowa, blisko przez 2 lata wspierali placówki medyczne oraz samorządy w walce z pandemią. Końcówka roku 2021 przyniosła trudną sytuację na granicy polsko – białoruskiej i konieczność obrony polskiej granicy. Od października żołnierze wszystkich pododdziałów 5 Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej wspierają Straż Graniczną w patrolowaniu strefy przygranicznej, wykonują patrole piesze, kołowe, rzeczne oraz powietrzne z wykorzystaniem bezzałogowych statków powietrznych (BSP). W brygadzie zostały również utworzone Grupy Wsparcia Relokacji Uchodźców, które działają w punktach tymczasowego zakwaterowania.

Żołnierze oprócz szkoleń i działań podejmowanych zgodnie z przeznaczeniem wojska, pamiętają o weteranach i kombatanach, szczególnie tych działających w szeregach Armii Krajowej, której tradycje dziedziczą i kultywują Wojska obrony Terytorialnej.

Brygada przez cały czas rozwija się, pozyskuje nowy sprzęt oraz powiększają się szeregi mazowieckich terytorialsów. W najbliższy piątek, 13 maja, odbędzie się kolejne powołanie do terytorialnej służby wojskowej w ciechanowskich koszarach.

Aneta SZCZEPANIAK





PRAWO. Problemy z nieruchomościami

Odszkodowawcze skutki uchwalenia lub zmiany planu zagospodarowania przestrzennego

Miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego decyduje o przeznaczeniu danego terenu, sposobach jego zagospodarowania oraz możliwościach zabudowy. Dlatego zmiana jego zapisów może spowodować wzrost albo spadek wartości nieruchomości, a co za tym idzie roszczenia o wypłatę odszkodowań

Miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego jest aktem prawnym uchwalanym przez radę miasta lub radę gminy, czyli jest tzw. aktem prawa miejscowego. Ustala się w nim przeznaczenie terenów, rozmieszczenie inwestycji celu publicznego oraz określa sposób zagospodarowania i warunki zabudowy konkretnych terenów.

O czym decyduje plan?

W praktyce decyduje on o tym, co można zbudować na danym terenie, jaką budowlę, jaki obiekt oraz o jakich parametrach. Plan decyduje o tym, jak wysoki może być budynek, gdzie będzie dojazd do nieruchomości, ile powinno być miejsc parkingowych oraz jaki rodzaj zabudowy może powstać na sąsiednich działkach. Zapisy planu miejscowego są także podstawą w procesie udzielania pozwoleń na budowę, ponieważ tylko projekty będące zgodne z zapisami planu mogą uzyskać pozytywną decyzję.

Odszkodowanie za niekorzystną zmianę

Nie trzeba więc chyba nikogo przekonywać, że uchwalenie lub zmiana miejscowego planu zagospodarowania

przestrzennego może znacząco wpłynąć na wartość nieruchomości. Zmiana konkretnych zapisów może uniemożliwić albo też otworzyć drogę do realizacji konkretnych przedsięwzięć np. budowy osiedla z wysokimi blokami albo też utworzenia miejskiego parku. Dlatego ustawodawca w art. 36 ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym przewidział możliwość ubiegania się o odszkodowania.

Odszkodowanie lub wykup

Dotyczy to tych właścicieli lub użytkowników wieczystych, dla których w związku z uchwaleniem lub zmianą planu miejscowego, korzystanie z nieruchomości lub jej części w dotychczasowy sposób lub zgodny z dotychczasowym przeznaczeniem stało

się niemożliwe bądź istotnie ograniczone. Taki właściciel albo użytkownik wieczysty nieruchomości może żądać od gminy odszkodowania za poniesioną rzeczywistą szkodę albo wykupienia nieruchomości lub jej części. Według Sądu Najwyższego, rzeczywista szkoda to obiektywny spadek wartości nieruchomości, który wynika z uniemożliwienia lub istotnego ograniczenia możliwości korzystania z nieruchomości w dotychczasowy sposób.

Nieruchomość zamienna

Gmina może również zaoferować nieruchomość zamienną (art. 36 ust. 2 ustawy), ale na taką zamianę właściciel lub użytkownik wieczysty musi się zgodzić. Wtedy między stronami zawierana jest umowa zmiany. Jeżeli natomiast nieruchomość zamienna ma niższą wartość, wówczas właścicielowi należy wypłacić dopłatę w ramach odszkodowania.

Odszkodowanie za obniżenie wartości

Natomiast jeżeli, w związku z uchwaleniem planu miejscowego albo jego zmianą, wartość nieruchomości uległa obniżeniu (art. 36 ust. 3 ustawy), a właściciel albo użytkownik wieczysty zbywa tę nieruchomość i nie skorzystał z praw, o których mowa w ust. 1 i 2, może żądać od gminy odszkodowania równego obniżeniu wartości nieruchomości.

Wysokość odszkodowania

Wysokość odszkodowania powinna odpowiadać kwocie, o jaką wartość danej nieruchomości zmniejszyła się t.j. rzeczywistej szkódzie, którą poniesie właściciel lub użytkownik wieczysty. Będzie to więc różnica pomiędzy wartością nieruchomości przed uchwaleniem lub zmianą planu zagospodarowania, a wartością nieruchomości po uchwaleniu lub zmianie. Należy tu uwzględnić przeznaczenie terenu lub faktyczny sposób wykorzystywania nieruchomości przed i po uchwaleniu zmiany planu.

Termin zgłaszania roszczeń

Roszczenia, o odszkodowania za obniżenie wartości nieruchomości, można zgłaszać w terminie 5 lat od dnia, w którym plan miejscowy albo jego zmiana stały się obowiązujące.

Maciej Lerman,
prawnik
tel. 666 390 939
mail: m.lerman@toiowo.eu



NASZE WILKOWYJE

AZOWSTAL

Duże chłopcy, a siedzieliśmy i ryczeli jak bobry. Wszystko przez Japycza oczywiście. Zaczęło się niewinnie. Hadziuk przyniósł butelkę koniaku, żeby poświęcić uratowania obrońców Azowstali. Tyle tygodni bronili miasta, powstrzymali ruską inwazję, dając czas innym na przegrupowanie, że zasługują by żyć. No więc cieszyli my się, że ranni w szpitalu, że resztę niedługo wymienią na jeńców, tylko Japycz czemuś ponury. Ale tak ponury, że nawet Michałowa tak nie potrafi. Trzeba było po męsku przyjąć do wiadomości i nie ruszać, bo wiadomo, że są smutki, których lepiej nie dotykać. Ale ciekawość zwyciężyła i Solejuk zapytał, czemu się nie cieszy. Bo pamiętam proces szesnastu – odpowiedział Japycz. Japycz, wiadomo, naprawdę stary jest, ale łeb jak szafa i wszystko pamięta. Co akurat czasem nieszczęśliwa przypadłość jest, bo złe rzeczy tak samo pamięta jak dobre. Zwykli ludzie mają tę umiejętność, że pamiętają same dobre, oczywiście najchętniej o sobie: jak to bramkę w szkole się strzeliło, pocałunek z najładniejszą dziewczyną pod remizą, pierwszy płacz dziecka w ramionach matki, 30 złotych wygrane w totolotka i takie tam. A Japycz pamięta wszystko. No niech by se pamiętał, ale po co o tym mówić? Ja wiem, Solejuk zapytał, ale mógł przecież Japycz skłamać, że go ząb boli. Ale nie. Dokładnie nam opowiedział jak to było z szesnastu przywódcami Polski Podziemnej porwanymi do Moskwy na pokazowy proces. Na rozmowy przyszli zwabieni obietnicami zaprzestania represji, a Moskal zamiast gadać, aresztował do Moskwy wywiózł, część zamordował, część na więzieniu skazał. Takie to obietnice moskiewskie. I Japycz mówi, że z chłopakami z Azowstali będzie tak samo. Putin sukcesu potrzebuje, a że nie ma, to oszuka. Bezpieczeństwo chłopakom zagwarantował, a teraz proces pokazowy robi, że niby taki sukces ma, że nazistów pod sąd stawia. A jacy oni naziści? Ojczyzny bronili, ot co.

Początkowo my nie uwierzyli. No bo jak to tak? Ale Japycz, psiajucha, na wszystko odpowiedź miał. Jak on te daty i fakty pamięta, to nie wiem, ale co jeden to gorzej. Więc co zostało? Plakaliśmy. Nad niesprawiedliwością świata. Nad straconym życiem. Nad brakiem szacunku dla bohaterstwa. Nad brakiem szacunku dla świata i ludzi. Nad bezsilnością naszą. Ale najbardziej nad tym, że i ci co mogą, nic nie zrobią. Bo przekupieni, bo gdzieś mają wszystko, co ich nie dotyczy, bo choć niby postępowi i za pokojem, to tak naprawdę żadna wojna im nie przeszkadza, byle daleko była. Japycz przez te wszystkie lata pół świata zwiedził, a najwięcej czasu u Francuzów i Niemców się napracował. Dużo narodził, tylko z innymi dużymi gadać chciał. Reszta dla nich nieistotna. Ale co to duży naród pytam, bo tych Ukraińców więcej niż Hiszpanów i niewiele mniej niż Włochów. A Japycz mówi, że te wielkie narody, to takie co imperia miały. Co przez stulecia napadały słabszych i z tego robiły się wielkie. Więc słabszy może być większy, bo ta Ukraina przecież od Niemców sporo większa, ale jak nie miał kiedyś kolonii i nie gnębił innych narodów, to do dużych się nie zalicza.

Nam się zdawało, że gnębienie słabszych, to powód do wstydu, ale się okazuje, że to tylko w mikro skali, czyli na przykład w Wilkowie, a w wielkiej polityce – przeciwnie. Im więcej żeś podbił, pomordował, zamęczył – tym powód do chwały większy i że w ludziach w imperiach coś takiego jest, że za tym tęsknią. I jak sami nie mogą już podbijać, bo w dzisiejszym świecie nie wypada, to po cichu zazdroszczą tym, co się nie przejmują współczesnym światem i nadal mordują ile wlezie i kiedy im się zachce. I dlatego Niemcy i Francuzi tak się w tej Rosji kochają.

Plakali więc my nad chłopcami z Azowstali, co to ich zaraz mordować będą, ale i nad światem, że tak urzędowo kijowo jest i że nic na to nie poradziś pijąc koniak na ławeczce w Wilkowie. I doszli my do wniosku, że nie jest tak źle, że ta nasza Polska żadnych kolonii nie miała i że o żony i dzieci tych z Azowstali zadbać trzeba, bo w zdradzie najgorsze jest nie to, że zdradzeni giną, ale że ich rodziny zostają z tą zdradą na całe życie.

Pietrek



VIVALDI / OSIECKA
NOWE 4 PORY ROKU

29.05. niedziela 17:00

SALA BALOWA

NORMALNY: 120 ZŁ

ULGOWY: 80 ZŁ

KUP BILET:

NA MIEJSCU W GODZ. 10-18

ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL

REZERWACJE:

INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL

+48 509 081 438 / 535 585 661



PAŁAC W JABŁONNIE
UL. MODLIŃSKA 105





Wечно zimna kawa – brzmi znajomo? To niestety standardowe śniadanie niejednej mamy. Najwyższy czas z tym skończyć! Tylko zdrowa i szczęśliwa mama jest w stanie zapewnić bez troskie i radosne dzieciństwo swoim pociechom. Ale zacznijmy od początku, tzn. pierwszego posiłku w ciągu dnia. Potem pójdzie już z górki

Każda matka jest superbohaterką. Lawiruje między rodziną a pracą zawodową, próbując dać z siebie wszystko, by zaspokoić potrzeby innych. A co z jej potrzebami? Są gdzieś na końcu listy codziennych zadań. Skąd zatem czerpie energię do życia? No właśnie...

Dlaczego nie warto rezygnować ze śniadania?

Śniadanie uważane jest przez wielu specjalistów od odżywiania za najważniejszy posiłek dnia. Odpowiednio zbilansowane może dostarczyć nam wszelkich niezbędnych składników odżywczych, które zapewnią nam siłę, dobry humor, bystrość umysłu i niewyczerpane pokłady cierpliwości. Brzmi idealnie? Nic prostszego.

– Zdrowe śniadanie to śniadanie właściwie zbilansowane. Jednym z jego najważniejszych makroskładników jest białko, które syci na długo i dodatkowo przyspiesza nasz metabolizm. Białko wyzwala także hormony, które ograniczają apetyt oraz skutecznie stabilizuje poziom cukru we krwi. – zauważa Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki – *Nabiał jest jednym z najbardziej wartościowych źródeł białka, dlatego śmiało możemy opierać nasze śniadania na dobrej jakości jajkach, serach oraz jogurtach.* – dodaje.

Wiele kobiet próbuje wrócić do wagi z czasów, zanim zostały mamami. Aby to osiągnąć, często rezygnują z niektórych posiłków. Tymczasem, wbrew pozorom, to właśnie jedzenie ułatwia nam proces odchudzania. Odżywcze śniadanie zapobiegnie podjadaniu w ciągu dnia. Naukowcy odkryli, że duża ilość białka jedzona na początku dnia, zmniejsza ilość wysyłanych do mózgu sygnałów



Śniadanie zapracowanej mamy – złap chwilę dla siebie!

odpowiedzialnych za potrzebę „jedzenia w nagrodę”. Śniadanie pełne białka może zatem skutecznie poprawić nie tylko wydolność naszego ciała, ale także stan naszego samopoczucia.

Sery – cenne źródło białka

Bardzo dobrym źródłem białka są sery. Zawierają one wszystkie składniki wpływające pozytywnie na nasze kości. Wapń przeciwdziała występowaniu osteoporozy, a magnez wzmacnia nasze mięśnie i wspiera układ odpornościowy. Chroni także nasze zęby przed próchnicą, a dzięki

obecności kwasu linolowego, pomaga chronić przed nowotworami. Niektóre gatunki żółtego sera zawierają dodatkowe składniki, m.in. selen, który chroni organizm przed wirusami i jest silnym przeciwutleniaczem. Pamiętajmy jednak, że sery są z reguły wysokokaloryczne, dlatego powinny stanowić jedynie dodatek do warzyw i pełnowartościowych węglowodanów.

Dobre śniadanie powinno dostarczyć nam od 20 do 30 procent wszystkich kalorii, jakie zamierzamy przyjąć w ciągu dnia, czyli od 300 do 500

kcal. Ważne, by pierwszy posiłek jeść dopiero w momencie, w którym pojawi się pierwszy głód, ale jeszcze zanim pochłonie nas wir codziennych obowiązków.

Co jeść na śniadanie, by utrzymać energię przez cały dzień?

Jedząc wartościowe i syte śniadanie, pozwalamy utrzymać nasze ciało w najlepszej formie. Regularne posiłki zapewniają nam właściwą przemianę materii oraz chronią nas przed chorobami przewlekłymi – nadciśnieniem, otyłością i cukrzycą.

Zgodnie z zasadami zdrowego żywienia, powinniśmy spożywać minimum 4 posiłki, zachowując przy tym około 4-godzinne przerwy.

Wszystkie mamy, które myślą, że rezygnując ze śniadań troszczą się o swoją figurę, musimy niemiło rozczarować. Aby przyspieszyć tempo przemiany materii, które zwolniło na czas snu, powinniśmy zjeść pełnowartościowy posiłek do dwóch godzin po przebudzeniu. Ponadto okazuje się, że rezygnując ze śniadania, często dokładamy sobie dodatkowych kalorii w ramach pozostałych posiłków, których nie jesteśmy w stanie strawić i przetworzyć na energię tak szybko, jak ma to miejsce w pierwszej połowie dnia.

Będąc mamą łatwo zapomnieć o sobie, gdy przez cały czas towarzyszy nam ktoś, kto domaga się ciągłej uwagi i natychmiastowego spełnienia potrzeb. I nie ważne, ile lat mają nasze dzieci, rano zawsze brakuje nam czasu, a najszybszym rozwiązaniem jest zwykle kawa i miska płatków z zimnym mlekiem. I nie ma w tym nic złego, pod warunkiem, że ten „rytuał” nie towarzyszy nam codziennie. Jesteśmy tym, co jemy, zadbajmy więc o to, by codziennie nasz talerz ze śniadaniem był inny, bogaty i inspirujący.

Jak szybko i prosto wyczerować pożywe śniadanie dla siebie i całej rodziny?

Z okazji Dnia Matki, zrobmy sobie prezent i zaserwujmy śniadanie, które ucieszy każdą komórkę naszego ciała. Niech będzie zdrowe, kolorowe i apetyczne. Niech zachęci nas do działania i doda energii na cały aktywny dzień.

Idealne śniadanie składa się z porządnej dawki złożonych węglowodanów, pełnowartościowego białka oraz solidnej porcji warzyw i owoców. – Aby zamknąć to w jednym posiłku, warto sięgnąć np. po pełnoziarnistą tortillę z kilkoma plasterkami sera Aldamer, kawałkami kurczaka, jajkiem i aromatycznym sosem ziołowym. – podpowiada Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki. Gdy dorzucimy do niej parę liści sałaty i kilka plasterków ulubionych warzyw, a całość popijemy świeżym sokiem owocowym, uzyskamy śniadanie godne Super Mamy. A przecież każda mama właśnie taka jest!



KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu



Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl

tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572

Pałac w Jabłonce

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

Tortilla z serem Aldamer, kurczakiem, jajkiem i sosem avocado Składniki:

- 6 szt. placków tortilli
- 200g ser aldamer
- 200g kurczaka
- 100g mix sałat
- 100g pomidor koktajlowy
- 1 szt. cebula czerwona
- 200g papryki zielonej
- 150g ogórka
- 6 szt. jajek

Sos:

- 2szt. avocado
- 1szt. papryczki chili
- 2 ząbki czosnku
- Kilka listków mięty i natki pietruszki

Sól, pieprz do maku

Sok z 1szt. limonki

Wykonanie:

Jajka ugotować i obrać. Ser zetrzeć na tarce (np. Ariete). Składniki sosu zblendować na gładką masę, doprawić solą, pieprzem. Kurczaka doprawić solą, pieprzem, czosnkiem i usmażyć na pergaminie bez tłuszczu. Filety po usmażeniu pokroić na paski.

Placek tortilli posmarować sosem, następnie położyć w kolejności: kurczaka, ser, warzywa pokrojone w paski, sałatę, jajko podzielone na ćwiartki i przecięte na pół pomidorki koktajlowe. Zwinąć ciasno. Rozgrzać grill. Tortille ułożyć na gorący grill zapiekając ok 2-3 minut z każdej strony. Zgrillowane tortille podawać z sosem z avocado i jogurtem.



Alternatywy dla papierosów - rzetelna informacja to podstawa

Komisja Specjalna ds. Walki z Rakiem Parlamentu Europejskiego (BECA) wyznaczyła główne cele wojny z nowotworami w Europie w zakresie profilaktyki, badań przesiewowych, równego dostępu do opieki medycznej i wsparcia dla pacjentów. Pierwszy raz w historii instytucja europejska formalnie uznała też rolę wapowania (używania e-papierosów) w pomocy w rzuceniu palenia. To kolejny mocny głos w sprawie uznania e-papierosów za element walki z nałogiem palenia, szczególnie istotny w kontekście obchodzonego 30 maja World Vape Day, czyli Światowego Dnia Vapingu.

Parlament Europejski zatwierdził sprawozdanie Komisji BECA zawierające wyraźny postulat mówiący o tym, że skutki używania papierosów elektronicznych powinny być porównywalne ze skutkami palenia wśród osób palących, a nie tych, które nigdy nie paliły. Oznacza to, że e-papierosy, podobnie jak i inne tzw. nowatorskie wyroby tytoniowe powinny być porównywane do tradycyjnych papierosów.

E-papierosy o 95 proc. mniej szkodliwe od tradycyjnych
Zdaniem prof. Andrzeja Sobczaka ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, który od kilku-nastu lat prowadzi badania w tym obszarze, to bardzo ważny głos ze strony instytucji unijnych. Wypowiedział się w tej sprawie podczas

niedawno zakończonego Europejskiego Kongresu Gospodarczego w Katowicach.
- Zdrowe społeczeństwo to dobrze poinformowane społeczeństwo (...). Dla każdej substancji, jaką będziemy spożywać, możemy wskazać pewne źródła zagrożenia. Aerozol zawarty w e-papierosach zawiera środki szkodliwe i to nie ulega wątpliwości, ale tych związków jest zdecydowanie mniej niż w papierosach i dopiero ta pełna informacja może nas przekonać do porównania, co jest dla nas bardziej korzystne.

Najnowsze dane z Wielkiej Brytanii zaprzeczają tezie, że e-papierosy są początkiem nałogu wśród młodych. Z badania przeprowadzonego przez University College London i sfinansowanego przez Cancer Research UK, uznaną i niezależną instytucję naukową w Wielkiej Brytanii wynika, że można wykluczyć efekt „bramy”, o którym donoszono w poprzednich badaniach, zwłaszcza wśród osób w wieku od 18 do 24 lat. Naukowcy oszacowali, że nawet w najgorszym scenariuszu, tylko 1 na 10 młodych osób używających e-papierosów stanie się nałogowym palaczem tytoniu.

Saszetki nikotynowe - jeszcze mniejsza szkodliwość
Na rynku pojawiają się również produkty z zupełnie innej kategorii, która może być nikotynową alternatywą dla tradycyjnych papierosów. Saszetki nikotynowe są jeszcze stosunkowo nową kategorią (na polskim rynku można już jednak wybierać, wśród nich mamy np. VELO) i w niczym nie przypominają tradycyjnych papierosów. Umieszcza się je pomiędzy dżasiem a wargą, co pozwala na uwolnienie się nikotyny. Fakt, że nie zawierają one tytoniu sprawia, że naukowcy oceniają ich szkodliwość jako jeszcze niższą, niż wspomnianych e-papierosów, także tych działających w systemach zamkniętych, czyli z gotowymi, przebadanymi laboratoryjnie kartridżami, do których należą m. in. Vuse ePod. Stworzono nawet specjalną skalę, która określa wpływ produktów nikotynowych na organizm (tzw. risk continuum), a jako mniej szkodliwe od tradycyjnych papierosów znajdziemy na niej również podgrzewacze tytoniu.



środa 25 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Rodzinny ekspres - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokmalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Rok w ogrodzie Extra 12:50 Natura w Jedyńce	04:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Pożyteczni.pl - magazyn 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości przeznaczenie 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacje 19:35 Sport 19:45 Pogoda - informacje 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Kochaj albo rzuć Seniorzy obu rodów i ich wnuczka wyruszają do Chicago na zaproszenie Johna Pawlaka. Po przyjeździe okazuje się, że John nie żyje.	07:00 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Co dalej? 09:10 Bo oszaleł dla niej - komediodramat, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Dżiżiśław Wardej, Gabriela Kownacka, Ignacy Gogolewski, Witold Pyrkosz, Witold Skaruch, Wiesław Drzewicz 11:00 Komediantka - serial 13:30 Symfonia fabryki Ursus - film dokumentalny 14:40 Chłopiec na galopującym koniu - film obyczajowy, reż. Adam Guziński, wyk. Piotr Bajor, Aleksandra Justa, Krzysztof Lis 16:10 Do widzenia, do jutra 17:35 Którędy po sztukę - Teofil Kwiatkowski 17:50 Przestrzeń pamięci 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Dickensian - serial	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Porwanie	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małego 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Ten moment 18:25 Opowieści małżeńskie	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) jest jednym z najlepszych Strażników Teksasu. Ma dosyć „ostre” metody zwalczania przestępców. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjanci i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Wielka Ucieczka - film akcji 22:00 Oddział wytrząsaczy Il wojna światowa. Skompromitowany, po nieudanej akcji, kapitan Jack Wosick, dostaje szansę na rehabilitację. 23:55 Władczy móch 01:00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda - program rozrywkowy
SERIAL KOSTIUMOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM AKCJI	SERIAL OBYCZAJOWY	TV Trwam
14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Wielki Test o Energii Jądrowej 22:35 Historia bez tajemnic 23:45 Spuren der Rache 01:25 Królowie śródmieścia 02:15 Wszystkie pieniądze świata - serial	18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale - felieton 20:55 Na dobre i na złe 22:00 Inie było już nikogo 23:10 Sługi wojny 00:10 Wyprowadź po miłość - film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Heather Hawthorne Doyle 01:50 Trzy dni Kondora - serial, prod. USA, 2020, reż. Alexis Ostrander 02:50 Chiński dziewczyny do wzięcia - film 04:30 Artyści - serial TVP, reż. Monika Strzępka	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Skazana - serial, Polska 22:45 Plaga - film horror, USA, 2007, reż. Stephen Hopkins, wyk. Hilary Swank, David Morrissey, Idris Elba, Anna Sophia Robb, Stephen Rea, William Ragsdale 00:50 Supervizjer - magazyn reporterów 01:25 W garniturach - serial, USA 02:20 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:35 Noc magii 03:50 Kto was tak urządził	22:45 Sekstaśma Jay i Annie są małżeństwem od dziesięciu lat. Para ma dwójkę dzieci. Mimo że bardzo się kochają, to w ich związku zaczyna brakować ognia. Aby znów poczuć emocje w sypialni, postanawiają wypróbować wszystkie pozycje z poradnika „Radość z seksu” i nagrać to na wideo. 00:50 Skandalista Larry Flint 03:35 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Teledziewczyny TV Okazje	20:00 Inie było już nikogo - serial 21:10 Na wschód od Hollywood - Letnia szkoła życia - film fabularny, prod. Francja, 2017, reż. Laurent Cantet, wyk. Marina Fois, Matthieu Lucci, Florian Beaujean 23:15 Więcej niż fikcja - Woskowe imperium Madame Tussaud - film 00:25 Jazz - Music Live Collection - Ararat - koncert 02:05 Pianista - dramat, prod. Polska, Wielka Brytania, Francja, 2002, reż. Roman Polański 04:40 Informacje kulturalne 05:10 Teledysk 05:30 Afisz kulturalny ekstra	22:05 Prawo zemsty Kiedy żona i córka Clyde'a Sheltona zostają brutalnie zamordowane, a ich zabójca unika kary, bohater przygotowuje plan zemsty nie tylko na oprawcach, ale i wymiarze sprawiedliwości. 00:10 Zabójcy bażantów 02:30 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:35 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	19:30 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Zielona miła - film obyczajowy, USA, 1999, reż. Frank Darabont, wyk. Tom Hanks, David Morse, Bonnie Hunt, Michael Clarke Duncan, James Cromwell, Michael Jeter 01:35 Szczęśliwi - film sensacyjny, USA, 1983, reż. Joe Alves, wyk. Dennis Quaid, Bess Armstrong, Simon MacCorkindale, Louis Gossett Jr., Joe Putsch, Lea Thompson 03:15 Noc magii - program ezoteryczny	10:00 Audycja Generalna Ojca Świętego 11:00 Syria 11:20 Muzyczne chwile 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojeż 13:15 Słowo życia 13:20 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Fatima - oredzie na dziś 15:00 Zawód: Prymas Polski 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 Wyszyński - historia 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończonych 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Brat Franciszek 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysząc Ojczyzna 21:00 Apel



czwartek

26 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Pełnia Wiary - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 To się opłaca - magazyn 12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta... Hipopotamy SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 18:00 Nie ma jak u mamy 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:10 Leśniczówka 21:00 Na sygnale - serial 21:35 Sprawa dla reportera 22:35 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 23:15 Magazyn kryminalny 00:10 Magazyn Ekspresu Reporterów	05:30 M jak miłość - serial 06:20 Smaki świata - magazyn 06:50 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Ostoja 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości przeznaczenie 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial SERIAL OBYCZAJOWY  19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton 20:55 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 21:55 Delikatność - film fabularny, prod. Francja 24:00 Obserwator - film sensacyjny, prod. USA, 2000, reż. Joe Charbanic, wyk. James Spader, Keanu Reeves, Marisa Tomei 01:45 Eksperyment - thriller, prod. USA, 2010, reż. Paul Schuring, wyk. Adrien Brody, Forest Whitaker 03:35 Gomorra - serial 04:45 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:20 Zakończenie	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacje 19:35 Sport 19:45 Pogoda - informacje 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy PROGRAM ROZRYWKOWY  21:35 Kuchenne rewolucje - program rozrywkowy 22:45 Volta - film komedia, Polska, 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska, Katarzyna Herman 00:50 Blade: Mroczna trójca - film horror, USA, 2004, reż. David S. Goyer, wyk. Wesley Snipes, Kris Kristofferson, Dominic Purcell, Jessica Biel, Ryan Reynolds, Parker Posey 03:00 Uwaga! - magazyn 03:15 Noc magii 04:30 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Nasz Nowy Dom 21:05 Serce nie służy To zabawne i przejmujące spojrzenie na współczesne związki. Związki ludzi, którzy przestali wierzyć w miłość... FILM OBYCZAJOWY  23:05 Przyptyw wiary - film obyczajowy Nieprawdopodobna, lecz prawdziwa historia matczynej miłości, która pokonała niewyobrażalne przeszkody. Gdy adoptowany syn Joyce Smith, John, wpada do lodowatej wody na zamrzniętym jeziorze w Missouri, wszystko wydaje się stracone. John leży bez życia w szpitalu, ale Joyce nie poddaje się. Jej niezachwiana wiara porywa wszystkich dookoła do modlitwy za uzdrowienie Johna, mimo iż nauka jest bezsilna, a lekarze nie dają mu żadnych szans.	07:00 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Kronos - magazyn kulturalno-społeczny 09:20 Do widzenia, do jutra 11:00 Komediantka - serial 12:05 Hrabina Cosel - serial 13:30 W szklanym klozku Sylvi Plath - film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2018 14:40 Profesor na drodze - film TVP, reż. Zbigniew Chmielewski, wyk. Józef Nalberczak, Jolanta Bohdał, Jerzy Braszka, Zbigniew Józefowicz 16:00 Pętla - dramat, reż. Wojciech Jerzy Has, wyk. Gustaw Holoubek, Aleksandra Ślaska, Teresa Śmigielówna 17:45 Którędy po sztukę 18:00 Co dalej? - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne SERIAL KOSTIUMOWY  18:55 Dickensian - serial kostiumowy 20:00 Czwartkowy klub filmowy - Wstęp do filmu - Kolory rajy 20:05 Czwartkowy klub filmowy - Kolory Raju - dramat, prod. Iran, 1999, reż. Majid Majidi, wyk. Salameh Feyzi 21:45 Wedrowiec Polski 22:25 Berlin Live - Morcheeba - koncert, prod. Niemcy 23:35 Co dalej? - program publicystyczny 00:10 Na wschód od Hollywood - Letnia szkoła życia - film fabularny 02:15 Kino nocne - Boski porządek 03:55 Informacje kulturalne	06:00 Kobra - oddział specjalny - Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób. 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial FILM AKCJI  20:00 Gorący pościg - Niezdarna policjantka chroni wdowę po handlarzu narkotyków przed kryminalistami i skorumpowanymi mundurowymi. 21:50 Dwóch gniewnych ludzi 00:00 Facet pełen uroku 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:00 Menu na miarę - program kulinarny 03:40 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:20 Z archiwum policji - serial dokumentalny prod. Polska 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:45 Miłe wieści 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Ten moment 18:25 Opowieści małżeńskie 19:30 Papiery na szczęście SERIAL OBYCZAJOWY  20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Zanim odejdą wody - film komedia, USA, 2010, reż. Todd Phillips, wyk. Robert Downey Jr., Zach Galifianakis, Michelle Monaghan, Jamie Foxx, Juliette Lewis, Danny McBride 23:40 Saga Zmierzch: Zaćmienie - film horror, USA, 2010, reż. David Slade, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Billy Burke, Bryce Dallas Howard, Dakota Fanning 02:10 Druga strona medalu 02:35 Noc magii	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądże 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka - magazyn 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Salon piękności Kiedy Jorge, egoistyczny szef eleganckiego salonu piękności, posuwa się o krok za daleko, jego najlepsza stylistka Gina odchodzi i otwiera własny zakład. 23:20 Kult łaleczki 23:20 Nica Pierce, od 4 lat zamknięta w zakładzie psychiatrycznym dla nieposzytalnych przestępców, żyje w mylnym przekonaniu, że zamordowała całą swoją rodzinę. TV Trwam 11:25 Myśląc Ojczyzna 11:35 Przyroda i ludzie 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Koncert życzeń dla Mamy 14:55 Niebieskooki Anioł 15:45 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Z wędką nad wodę w Polsce i Świat 16:35 Porady Medycyny Bonifratrów 17:05 Akademia pro-life 17:10 Śladami historii 17:15 Robi 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Przypieki i bohaterowie 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Głos Polski 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek

27 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta - Antylopy SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Ojciec Mateusz - serial 21:25 Kulisy serialu Na sygnale - felieton 21:35 Na sygnale - serial 22:15 Countdown - film 23:55 Profesjonalista - film fabularny, prod. USA	05:30 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkamy się 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Smaki świata 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Echo serca - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości przeznaczenie - serial obyczajowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL OBYCZAJOWY  18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Finał konkursu Miss Polonia 23:00 Kino relaks - Moja wielka grecka wycieczka - komedia, prod. Hiszpania, USA, 2009, reż. Donald Petrie, wyk. Richard Dreyfuss 00:45 Papierowe gody - komedia, prod. Kanada, 2017, reż. Rebecca Addelman 02:20 Pogrzebany - dramat, prod. USA, 2010 04:05 Rodzinka.pl - serial komediowy 04:55 Zakończenie	05:45 Uwaga - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga - magazyn FILM PRZYGODOWY  20:00 Harry Potter i insygnia śmierci - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Alan Rickman, Ralph Fiennes, Julie Walters, Helena Bonham Carter, Tom Felton, Jason Isaacs 23:05 Intruzy - film horror, USA, Wielka Brytania, Hiszpania, 2011, reż. Juan Carlos Fresnadillo, wyk. Clive Owen, Carice van Houten, Daniel Brühl, Ella Purnell 01:10 Kuba Wojewódzki 02:05 Fucking Bornholm 02:30 Uwaga - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 16:55 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Shrek Trzeci Shrek wiedzie spokojne i szczęśliwe życie u boku Fiony. Tymczasem król Zasiadmiogórogród, Harold, przezwajając zbliżającą się śmierć. FILM PRZYGODOWY  22:05 X-Men: Apocalypse - Apocalypse to pierwszy i najmocniejszy mutant z uniwersum X-Men, którego od zarania cywilizacji czczono niczym boga. Apocalypse przejął moce wielu innych mutantów, co czyni go nieśmiertelnym i niepokonanym. 01:10 Zabawa w pochowanego - Piękna Grace nie stanowi wyjątku i gdy w końcu nadchodzi ten dzień, jej szczęściu mało co mogłoby dorównać. 03:20 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Co dalej? - program publicystyczny 09:10 Pętla - dramat, reż. Wojciech Jerzy Has, wyk. Gustaw Holoubek, Aleksandra Ślaska 11:00 Hrabina Cosel - serial 13:30 Leć, ptaszk, leć. Opowieść o węgierskich domach tańca, prod. Węgry, 2020, reż. Simon Broughton 14:40 Obraz - film animowany, prod. Belgia, Francja, 2011, reż. Jean - Francois Lallouie 16:10 Saito - dramat, reż. Tadeusz Konwicki, wyk. Zbigniew Cybulski 18:05 Do dzieła - magazyn 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Reżyserzy 20:00 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu - Misery THRILLER  20:05 Wieczór kinomana - Misery - thriller, prod. USA, 1990, reż. Rob Reiner, wyk. James Caan, Kathy Bates, Richard Fainsworth, Lauren Bacall 22:00 Świat Paola Sorrentino - film dokumentalny 23:10 Teraz animacje! - Mój dziwny starszy brat - film animowany 23:25 Teraz animacje! - Pies Schroedingera - film 23:50 Kolory Raju - dramat, prod. Iran, 1999, reż. Majid Majidi 01:30 Informacje kulturalne 02:05 Kino nocne - Jak narkotyk - dramat 04:35 Teledysk	06:00 Kobra - oddział specjalny - Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób. 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy - Kryminalny serial paradokumentalny „Prawdziwe Motywy” opowiada o skomplikowanych relacjach międzyludzkich - rodzinnych, przyjacielskich i partnerskich, w których targani emocjami bohaterowie dopuszczają się różnych przestępstw. 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Krzyżowy ogień 22:00 Ochroniarz 23:50 Porwanie 01:55 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:50 Menu na miarę - program kulinarny 03:25 Z archiwum policji - serial dokumentalny prod. Polska 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Skarby z szafy - program lifestyle'owy 18:25 Opowieści małżeńskie PROGRAM OBYCZAJOWY  19:30 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:30 Wpadka - film komedia, USA, 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Katherine Heigl, Seth Rogen, Paul Rudd, Leslie Mann, Jason Segel 23:10 Ciemniejsza strona Greya - film obyczajowy, Chiny, Japonia, USA, 2017, reż. James Foley, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Eric Johnson, Eloise Mumford, Bella Heathcote 01:35 Zbrodnie z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny, prod. USA 02:35 Noc magii	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Gwiazdy Kabaretu 21:00 Mistrz Dowcipu 22:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:20 Wilkołak: Bestia wśród nas W świetle księżyca tajemnicze stworzenie terroryzuje wioskę. 02:05 Ucho Prezesa 02:25 TOP 10 - Lista Przebojów TV Trwam 12:03 Informacje 12:20 Ziemia Obiecana 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Zrozumieć Antycywilizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia 15:20 Święty na każdy dzień 15:45 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Tak Go pamiętam 16:55 100 cudownych miejsc 17:05 Dla przyszłych pokoleń 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Westerplatte Młodych 19:00 Warto zauważyć... 19:30 Opowieści Theo 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



sobota

28 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Klan - telenowela 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra 08:20 Wojsko - polskie.pl 08:45 Pełnosprawni - magazyn 09:15 Sprawa dla reportera 10:20 Fascynujący świat - Przyszłość lotów - film dokumentalny, prod. Francja, 2020, reż. Larissa Klinker 11:30 Sekretne życie kotów - reality show 12:30 Vera Cruz - western, prod. USA, 1954, reż. Robert Aldrich, wyk. Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel 14:10 Z pamięci - felieton MAGAZYN  14:25 Okrasa tamie przepisy - Na flądry do Ustki - magazyn kulinarny 14:55 Jutro należy do nas 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Piłka nożna - Liga Mistrzów 23:30 Vice - dramat, prod. USA, 2018, reż. Adam McKay, wyk. Amy Adams, Steve Carell, Christian Bale 01:50 Ukojenie - dramat 03:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:30 Z pamięci - felieton 04:35 Zakończenie	05:20 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP, reż. Michał Wnuk, wyk. Anna Mucha, Melania Grzesiewicz, Hanna Nowosielska, Marcin Bosak 07:55 Pytanie na śniadanie 12:10 Rodzinny ekspres 12:50 To był rok! 14:00 Familiada - teleturniej 14:30 Koło fortuny 15:05 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 17:15 Smaki świata 17:45 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:40 Postaw na milion 19:35 Lajk! 20:00 Jak przeżyć wszystko jeszcze raz 22:25 Hity wszech czasów FILM OBYCZAJOWY  23:35 Facet do wymiany - film obyczajowy, prod. Francja, 2017, reż. Guillaume Canet, wyk. Guillaume Canet, Marion Cotillard 01:45 Moja wielka grecka wycieczka - komedia, prod. Hiszpania, USA, 2009, reż. Donald Petrie, wyk. Richard Dreyfuss, Rachel Dratch, Harland Williams 03:25 Mamy 2 mamy - komedia, prod. Francja, 2017, reż. Noemie Saglio, wyk. Camille Cottin, Lambert Wilson, Juliette Binoche 05:00 Zakończenie	05:15 Uwaga - magazyn 05:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 06:30 Polowanie na ogród 07:00 Wymarzone ogrody 07:30 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial, Polska 13:25 Lego Masters 15:05 Przez Atlantyk 16:10 Polowanie na ogród 16:45 Wymarzone ogrody 17:20 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 17:55 Kuchenne rewolucje 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Raport Speedway Grand Prix - sport 19:50 Uwaga - magazyn FILM SENSACYJNY  20:05 Bodyguard - film sensacyjny, USA, 1992, reż. Mick Jackson, wyk. Kevin Costner, Whitney Houston, Gary Kemp, Bill Cobbs, Ralph Waite, Tomas Arana 22:55 Ja cię kocham, a ty z nim - film komedia, USA, 2007, reż. Peter Hedges, wyk. Steve Carell, Juliette Binoche, Dane Cook, Alison Pill, Brittany Robertson, Dianne Wiest 00:55 Pozwól mi wejść - film horror, Wielka Brytania, USA, 2010, reż. Matt Reeves, wyk. KodiSmith-McPhee, Chloe Grace Moretz, Richard Jenkins 03:05 Uwaga - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat 08:45 Khumba - Wszystkie zwierzęta w Afryce wiedzą, że zebra bez pasów jest jak słoń bez trąby i lew bez grzyw. Kiedy jesteście zebra i rodzisz się pasiały do połowy, życie potrafi być bardzo skomplikowane. Na własnej skórze przekonuje się o tym Kumba - jedyny na świecie przedstawiciel pasiały, któremu natura poskapiła pełnego umaszczenia. 10:10 Ewa gotuje 10:40 Legenda o Smoku Gnatochrupie 11:00 Sezon na misia 3 - Boguś, Elliot oraz ich leśni przyjaciele powracają w nowej przeżabawnej przygodzie, która tym razem rozgrywa się w wielkim cyrku! PROGRAM ROZRYWKOWY  12:40 Bogaty Dom - Biedny Dom - program rozrywkowy 13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadów 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Więzienie 17:45 Chłopaki do wzięcia - program rozrywkowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Kowalscy kontra Kowalscy 21:10 Piraci z Karaibów. Kłątwa Czarnej Perły 00:15 Ewolucja planety mały 03:05 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Złote przeboje - koncert 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Tamte lata, tamte dni - Jerzy Illg - magazyn 09:05 Wydarzenie aktualne 09:45 Hedy Lamarr gwiazda niebanalna - film dokumentalny, prod. Francja, 2018, reż. Claudia Collao 10:50 Serialowa nostalgia - Droga - serial obyczajowy prod. Polska 12:00 Do dzieła - magazyn 12:35 Jasminum - film obyczajowy, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Wiktoria Gąsiorowska, Janusz Gajos, Krzysztof Pieczyński, Monika Dryl, Patrycja Soliman, Grzegorz Damięcki 14:35 Owszem Mazowsze, reż. Adam Strug 15:15 Eufoz 2019 - David Krakauer i Orkiestra Klezmerska Teatru Sejnńskiego - koncert KOMEDIODRAMAT  16:25 Retro kino - Wielkie manewry - komediodramat, prod. Włochy, Francja, 1955 18:25 Co dalej? - program publicystyczny 18:55 Pathe kontra Gaumont - film 20:00 Bilet do kina - Chaplin - film fabularny 22:30 Buddy Guy in concert. Baloise Session 2018 23:55 Seans kultowy - Wściekły Byk - dramat, prod. USA, 1980, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Cathy Moriarty 02:10 Co dalej? - program publicystyczny 02:45 Wieczór kinomana - Misery - thriller	06:00 Castle - serial kryminalny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji. 07:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 20:00 Mocne sobotnie kino: Krawczy sport Frank Dux dezerteruje z armii, aby wziąć udział w nielegalnym turnieju kumite rozgrywanym w Hongkongu. 21:50 Terminator Elektroniczny morderca zostaje wysłany z przyszłości do roku 1984, by zabić matkę przyszłego lidera rewolucji. THRILLER  00:00 Prawo zemsty Kiedy żona i córka Clyde'a Sheltona zostają brutalnie zamordowane, a ich zabójca unika kary, bohater przygotowuje plan zemsty nie tylko na oprawcach, ale i wymiarze sprawiedliwości. 02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 02:40 Menu na miarę - program kulinarny 03:50 Dyżur - serial dokumentalny 04:20 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dyżur - serial	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:35 Richie milioner - film komedia, USA, 1994, reż. Donald Petrie, wyk. Macaulay Culkin, John Larroquette, Edward Herrmann, Jonathan Hyde, Christine Ebersole, Claudia Schiffer 09:30 Skarby z szafy - program lifestyle'owy 10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:20 Mój przyjaciel delfin - film przygodowy, USA, 2011, reż. Charles Martin Smith, wyk. Harry Connick Jr., Ashley Judd, Nathan Gamble, Kris Kristofferson, Morgan Freeman, Frances Sternhagen KOMEDIA  14:35 Blues Brothers - film komedia, USA, 1980, reż. John Landis, wyk. John Belushi, Dan Aykroyd, Carrie Fisher, Donald Dunn, Murphy Dunne, Kathleen Freeman, John Candy, James Brown 17:15 Szybcy i wściekli VI - film sensacyjny, USA, 2013, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster 20:00 Saga Zmierzch: Przed świtem - film horror, USA, 2011 22:35 Nowe oblicze Greya - film obyczajowy 00:40 Zbrodnice z pierwszych stron gazet - serial	06:00 Disco Polo Life 07:00 Galileo 11:00 Dziewczyny z drużyny: Światowa konfrontacja Kiedy największa internetowa gwiazda cheerleadingu, Cheer Goddess, organizuje wirtualne zawody międzynarodowe, Destiny i jej drużyna będą musiały pokonać nie tylko wyrastającą im pod bokiem konkurencję, ale rywalki z całego świata. 13:00 STOP Drogówka 14:00 Jak powstało życie Miliardy lat przed pojawieniem się człowieka, a nawet miliardy lat przed dinozaurami, Ziemia tętniła życiem! 16:00 Food Factory 17:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Jaskinia 02:25 Disco Polo Life 03:25 TOP 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Trwam  10:00 Informacje dnia 10:15 Retrospekcja 10:20 Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu 10:40 Polski Punkt Widzenia 11:00 Kropelka radości 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:35 Polskie Kapliczki przydrożne 14:55 Pianistą być! 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Informacje dnia 16:10 Daj się odnaleźć! Spotkanie młodych na Górze Słęży 16:30 XXIII Pielgrzymka Młodych z Radiem Maryja na Jasną Górę 21:20 Informacje dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 PSL 22:55 Święty na każdy dzień 23:00 Głos serca 23:45 Muzyczne chwile 00:00 Słowo życia 00:05 Świat w obrazach

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

29 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Klan - telenowela 06:00 Słownik polsko@polski 06:25 Wojsko - polskie.pl - reportaż 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce 09:00 Weterynarze z sercem 09:30 Okrasa tamie przepisy - magazyn kulinarny 09:55 Orle skrzydło - western, prod. USA, 1979, reż. Anthony Harvey 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Regina Coeli 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Program katolicki 13:15 BBC w Jedynce 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Tacy byliśmy SERIAL OBYCZAJOWY  14:55 Jutro należy do nas - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Zieja - serial 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:15 Zieja - serial 21:00 Dla Ciebie, Mamo - koncert z okazji Dnia Matki - koncert 23:15 Mama w opałach - komedia, prod. USA 00:50 Detroit - film fabularny, prod. USA, 2017, reż. Kathryn Bigelow 03:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:10 Z pamięci - Ksawery Pruszyński - felieton 04:20 Zakończenie	05:20 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:50 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:00 Smaki świata - magazyn 11:30 Jak przeżyć wszystko jeszcze raz - The best of Krzysztof Krawczyk - widowisko 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 16:15 Big Music Quiz - teleturniej muzyczny 17:05 Lajk! 17:30 Rodzinka.pl - serial komediowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL FABULARYZOWANY  18:50 Na sygnale - serial fabularyzowany prod. Polska 20:00 Postaw na milion - teleturniej prod. Polska 21:00 Pogrzebany - dramat, prod. USA, 2010, reż. Rodrigo Cortes, wyk. Ryan Reynolds 22:45 Kino bez granic - Za 5 dolarów - film obyczajowy, prod. USA, 2008, reż. Nigel Cole 00:35 Pitbull. Niebezpieczne kobiety - film sensacyjny, reż. Patryk Vega	05:35 Uwaga - magazyn 05:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 06:55 Nowa Maja w ogrodzie 07:25 Akademia ogrodnika 07:30 Tak smakuje dziękuję 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn 12:00 Jack, pogromca olbrzymów - film przygodowy, USA, 2013, reż. Bryan Singer, wyk. Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson, Ewan McGregor, Stanley Tucci, Eddie Marsan 14:20 Minionki rozrabiają - film komedia, USA, 2013, reż. Pierre Coffin, Chris Renaud, wyk. Steve Carell 16:25 Ślub od pierwszego wejrzenia 17:25 Tak smakuje dziękuję MAGAZYN  18:00 Totalne remonty Szelągowskiej - program rozrywkowy 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Kronika Speedway Grand Prix 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga - magazyn 20:05 Warcraft: Początek - film przygodowy, Chiny, Kanada, Japonia, USA 22:50 Niezłomny - film wojenny, USA, 2014, reż. Angelina Jolie 01:35 Kuchenne rewolucje 02:30 Uwaga - magazyn 02:45 Noc magii 04:00 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:35 Sezon na misia 3 - Boguś, Elliot oraz ich leśni przyjaciele powracają w nowej przeżabawnej przygodzie, która tym razem rozgrywa się w wielkim cyrku! Gdy kumple Bogusia nie mogą wziąć udziału w mekskiej wyprawie, miś decyduje się wyruszyć na wycieczkę sam. Napotykając na swojej drodze cyrk, Boguś zamienia się miejscami z występującym tam bliźniaczko do niego podobnym grizzly i przejmując jego rolę w przedstawieniu. 10:20 Shrek Trzeci 12:20 Kochaj albo rzuć - Seniorzy obu rodów i ich wnuczka wyruszają do Chicago na zaproszenie Johna Pawlaka. FILM PRZYGODOWY  14:50 Niesamowity Spider-Man - Nastoletni samotnik, Peter, całymi dniami próbuje odkryć sekret ze swojej przeszłości, a także zdobyć serce Slicznej Gwen Stacy. 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Państwo w Państwie 20:00 Koncert Fundacja Polsat-Jesteśmy dla Dzieci 22:10 Cenny ładunek 00:05 Straszny film 4 02:00 Skęstaśma 04:00 Świat według Kiepskich - serial komediowy	07:00 Ten najpiękniejszy świat. Ewa Bem śpiewa piosenki dla dzieci 08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi w Kielcach 09:05 Od ucha do ucha - Teatr dla Dzieci - Pudełko z zabawkami 09:45 Maurice Ravel - Moja Matka Gęś - koncert, prod. Wielka Brytania, 2018 10:15 Czeskie śniadanie 11:25 Trzeci punkt widzenia 12:05 Igryszka pamięci - film dokumentalny 13:40 Ostatnia walka Apacza - western, prod. USA, 1954, reż. Robert Aldrich 15:20 Wędrowiec Polski 16:00 Philharmonic Five, Beethoven i sztuka cyfrowa - koncert 17:15 Niedziela z... Adamem Sztabą 18:15 Niedziela z... FILM FABULARNY  20:00 1900: Człowiek legenda - film fabularny, prod. Włochy, 1998 22:55 Scena muzyczna - Kwaśny Deszcz - koncert 23:55 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 00:35 Aż do piekła - dramat, prod. USA, 2016 02:30 Teraz animacje! - Mój dziwny starszy brat - serial animowany 02:40 Teraz animacje! - Pies Schrodingera - film animowany 03:10 Kino nocne - Chaplin - film fabularny 05:15 Podróż z historią - cykl dokumentalny prod. Polska 05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	06:45 Prawdziwe motywy 10:45 Ace Ventura: Psi detektywy Detektyw specjalizujący się w odnajdywaniu zaginionych zwierząt poszukuje ukradzionego delfina - maskotki drużyny futbolowej. 12:30 Najpiękniejsze baśnie: Księżniczka na ziarnku grochu Sebastian, stary i mądry kruk - wie, że wszyscy liczą na to, iż uda mu się rozwiązać tajemnicę ziarnka grochu i uratować starożytne królestwo Corazon. Tymczasem książę Otto bezskutecznie poszukuje księżniczki swoich marzeń. 13:45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Kopciuszek 15:15 Piąty element FILM AKCJI  17:35 Ant-Man i Osa Ant-Man i Osa próbują odkryć tajemnicę przeszłości doktora Hanka Pyma i Hope van Dyne. 20:00 Niedziela z gwiazdami: Momentum 22:00 Więźniowie dzielnicy 23:55 Gorący pościg 01:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - program dokumentalny 02:10 Dyżur - serial 02:50 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:30 Na jedwabnym szlaku 04:00 Morderstwo 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Farciarz Gilmore - film komedia, USA, 1996, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Christopher McDonald, Julie Bowen, Frances Bay, Carl Weathers, Richard Kiel 09:30 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:40 Mój przyjaciel delfin II: Ocalić Mandy - film przygodowy, USA, 2014, reż. Charles Martin Smith, wyk. Morgan Freeman, Ashley Judd, Harry Connick Jr. 14:50 Nad życie - film obyczajowy, Polska, 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk. Michał Żebrowski, Olga Bołądź FILM PRZYGODOWY  16:55 Harry Potter i insygnia śmierci - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Alan Rickman 20:00 Szybcy i wściekli VII - film sensacyjny, USA, Japonia, 2015, reż. James Wan, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jason Statham, Michelle Rodriguez, Jordana Brewster, Tyrese Gibson 23:00 Wpadka - film komedia, USA, 2007 01:35 Zbrodnice z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny	06:00 Benny Hill 06:45 Zaczarowane pióro 08:45 Ostatni smokobójca W fantastycznym świecie, w którym gdzie magię wypiera technologia, osierocona nastolatka odkrywa, że jej przeznaczeniem jest walka ze smokami. 10:55 Galileo 13:00 A.X.L. 15:05 Teren prywatny 17:00 Gwiazdy Kabaretu 18:00 STOP Drogówka 19:00 Galileo 20:00 Wielka Wycieczka - film sensacyjny 21:00 Wilkołak: Bestia wśród nas W świetle księżycy tajemnicze stworzenie terroryzuje wioskę. Młody Daniel stara się przekonać doświadczoną grupę łowców wilkołaków, aby mogli uczestniczyć w ich wyprawie mającej na celu zgładzenie bestii. 23:00 El Chapo: Po-czątek i koniec 00:55 Gordon Ramsay: 24 godziny w piekle 01:55 Anatomia głupoty TV Trwam  12:00 Regina Coeli z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:20 Jan Paweł II zawsze wśród nas 13:10 Fatima - miejsce wybrane przez Maryję 13:25 Słowo życia 13:30 Papież Polak do Rodaków 14:25 Święty na każdy dzień 14:30 7 Kościołów Apokalipsy 15:00 Wieść - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Jej misja trwa 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:20 100 cudownych miejsc na świecie 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnót 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Święty na każdy dzień 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



poniedziałek

30 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Okiem Wiary - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 BBC w Jedyńce - Era przyrody - Świadomość SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Lato - spektakl teatralny 22:30 Świat bez fikcji - Współcześni cenzorzy 23:40 Pole rażenia - film 01:30 Mama w opałach - komedia, prod. USA	04:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Życie według świętego Jana Pawła II - cykl reportaży 06:55 Familiada - teleturniej 07:20 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 12:25 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Echo serca - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłość i przeznaczenie - serial obyczajowy 18:00 Panorama TELETURNIJ  18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:40 Świadek oskarżenia - serial kryminalny 22:40 Szpiedzy w Warszawie - serial 23:45 Ikar. Legenda Mietka Kosza - film fabularny, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Barbara Wypych 01:55 O mnie się nie martw - serial komediowy 02:55 Styks - dramat 04:35 Zakończenie	05:15 Uwaga - magazyn 05:30 Nowa Maja w ogrodzie 05:55 Akademia ogrodnika 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Wydział pościgowy - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Stuart Baird, wyk. Tommy Lee Jones, Wesley Snipes, Robert Downey Jr., Joe Pantoliano, Daniel Roebuck, Kate Nelligan, Tom Wood, Irene Jacob 00:10 Przez Atlantyk 01:15 Co za tydzień - magazyn 01:50 W garniturach - serial, USA 02:40 Uwaga - magazyn 02:55 Noc magii 04:10 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport, Pogoda 20:05 MEGA HIT - Prometeusz W 2089 archeologowie Elizabeth Shaw i Charlie Holloway odkrywają w Szkocji piktogramy wykonane ponad 35000 lat wcześniej. FILM SENSACYJNY  22:50 Joker Statham jako uzależniony od hazardu ochroniarz pomaga pomóc pobitą przez mafioza przyjaźniokę. Rameke z 1986 roku z Burtem Reynoldsem. Nick Wild, prywatny ochroniarz z Las Vegas, jest uzależniony od hazardu. Pewnego dnia była dziewczyna Holly prosi go o pomoc. 00:50 Mordercy 03:15 Świat według Kiepskich - serial obyczajowy prod. Polska 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Muzyczne poranki 07:40 Wydarzenie aktualne 08:10 Niedziela z... Adamem Sztabą 09:05 Saito - dramat 11:00 Miasto z morza - serial 12:50 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy, reż. Michał Wnuk, wyk. Agnieszka Glińska, Dominika Ostafowska, Tomasz Borkowski 13:30 Opus 1 - film animowany, prod. Franca, 2019 13:35 Motofortepian - film animowany, prod. Czechosłowacja, 1984 13:40 Anielskie trąby - film animowany 13:55 Reżyserzy - Ernst Lubitsch 14:55 1900: Człowiek legenda - film fabularny 17:55 Trzeci punkt widzenia 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Północ południe - serial FILM AKCJI  20:00 Kino Mocnych Wrażeń - Labirynt - film akcji, prod. USA, 2013, reż. Denis Villeneuve, wyk. Hugh Jackman, Jake Gyllenhaal, Viola Davis, Maria Bello 22:40 Kronos - Patriotyzm 23:25 Panorama kina polskiego - Eter - dramat, prod. Włochy, Litwa, Polska, Węgry, Ukraina 01:30 Scena muzyczna - Kwaśny Deszcz - koncert 02:35 Bezmiar sprawiedliwości - dramat, reż. Wiesław Saniewski 04:55 Informacje kulturalne 05:30 Afisz kulturalny ekstra 05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial sensacyjny opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście. 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial SERIAL OBYCZAJOWY  16:00 Prawdziwe motywy - serial obyczajowy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Poniedziałłkowy Hit: Ant-Man i Osa 22:20 Looper - Pętla czasu 00:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 01:30 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:25 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	04:55 Szpital - program obyczajowy 06:50 Zagadki losu 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Idealna niania - program rozrywkowy 19:35 Opowieści małżeńskie 20:35 Hotel Paradise - program rozrywkowy FILM SENSACYJNY  21:40 Reich - film sensacyjny, Polska, 2001, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Mirosław Baka, Aleksandra Niespielak, Julia Rzepecka, Krzysztof Pieczyński 23:35 Widmo - film horror, USA, Japonia, Tajlandia, 2008, reż. Masayuki Ochiai, wyk. Joshua Jackson 01:25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny, prod. USA 02:30 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Oddział wyrzutków II wojna światowa. Skompromitowany, po nieudanej akcji, kapitan Jack Wosick, dostaje szansę na rehabilitację. 23:00 Czerwony skorpion Agent sowieckich sił specjalnych, dostaje misję zinfiltrowania i rozbicia antykomunistycznej opozycji w jednym z afrykańskich krajów podporządkowanych Związкови Radzieckiemu. 01:20 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda 01:50 Śmierć na 1000 sposobów TV Trwam 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:20 Stan Bezpieczeństwa Państwa 11:30 Przyroda w Obiektywie 11:45 100 cudownych miejsc na świecie 11:55 Święty na każdy dzień 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Strażnicy Piętej Ewangelii 15:25 Don Hoppe 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuaria polskie 16:30 Zew natury 16:55 Spotkania z lasem 17:05 Świadkowie 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja w w par. pw. Św. Jacka w Ślupsku 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

31 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Kościół z bliska 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta - Niedzwiedzie SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:25 Magazyn Ekspresu Reporterów - zapowiedź 20:30 Leśniczówka 21:00 Tacy byliśmy 21:40 Magazyn Ekspresu Reporterów 22:45 Ocaleni - reality show 23:50 Magazyn śledczy 00:25 Tomb Raider	05:00 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:35 M jak miłość - serial 06:25 Wieczera Pańska u metodystów - reportaż 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:10 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:45 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Echo serca - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłość i przeznaczenie 18:00 Panorama TELETURNIJ  18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial obyczajowy 21:55 Świadek oskarżenia - serial kryminalny 23:00 Szpiedzy w Warszawie - serial 24:00 Ludzkie historie - Efekt Motylka 01:45 Skazany na bluesa - dramat 03:40 Marsz pingwinów 2: Przygoda na krańcu świata 05:10 Zakończenie	05:45 Uwaga - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Człowiek na krawędzi - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Asger Leth, wyk. Sam Worthington, Elizabeth Banks, Jamie Bell, Anthony Mackie, Edward Burns, Kira Sedgwick 23:45 Kuba Wojewódzki 00:50 Skazana - serial, Polska 01:55 Zabójcza broń - serial, USA 02:45 Uwaga - magazyn prod. Polska 03:00 Noc magii 04:15 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Dzień niepodległości Obycz z kosmosu przybývajú na Ziemię w monstrualnych statkach kosmicznych z zamiarem zniszczenia rodzaju ludzkiego i podboju Ziemi. FILM AKCJI  23:10 Next Cris ukrywa przed światem swój sekret - zdolność widzenia przyszłości na parę minut do przodu. Mając w pamięci koszar badań, jakim poddawany był od dziecka oraz chcąc uniknąć dalszego zainteresowania różnych instytucji medycznych i rządowych, pod zmienionym nazwiskiem mieszka w Las Vegas, gdzie żyjąc z magicznych sztuczek i drobnych wygranych, może wtopić się w tłum. 01:15 Prometeusz 04:00 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy	07:00 Co się dzieje 07:25 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne 08:30 Wędrowiec Polski - cykl reportaży 09:10 Umberto D. - dramat, prod. Włochy, 1952, reż. Vittorio De Sica 11:00 Miasto z morza - serial 12:50 Wiatr w trzcinie - film animowany, prod. Belgia, Szwajcaria, Francja, 2017, reż. Nicolas Liguori, Arnaud Demuyon 13:30 Komedia to nie zabawa. Jiri Menzel - film dokumentalny 15:05 Jak zdobyć pieniądze, kobietę i sławę - film TVP, reż. Janusz Kondratiuk 16:10 Sauna - film obyczajowy 18:00 Co dalej? - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Północ południe - serial FILM FABULARNY  20:00 Teatro Lirico di Cagliari - Śpiąca królewna w lesie - film fabularny, prod. Niemcy, 2017 21:45 Do dzieła - magazyn 22:15 Lekkie objażaje - Księgarnia z marzeniami - film obyczajowy 00:15 Co dalej? - program publicystyczny 00:50 Młoda Polska - Między nami - film 01:35 Panorama kina polskiego - Eter - dramat, prod. Włochy, Litwa, Polska, Węgry, Ukraina 03:45 Kino nocne - Persona: film, który ocalał Bergmana - film dokumentalny 04:45 Informacje kulturalne 05:10 Teledyski	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodem różnych życiowych zawirowań. 16:00 Prawdziwe motywy SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Telekomery Tele Tygodnia 2022 22:00 Wasabi: Hubert zawodowiec 00:00 Dwóch gniewnych ludzi 02:10 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku 03:55 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Zagadki losu 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Idealna niania - program rozrywkowy 19:35 Opowieści małżeńskie 20:35 Hotel Paradise - program rozrywkowy FILM SENSACYJNY  21:40 Nico: Ponad prawem - film sensacyjny, prod. USA, 1988, reż. Andrew Davis, wyk. Steven Seagal, Pam Grier, Henry Silva, Daniel Faraldo, Sharon Stone, Nicholas Kusenko 23:40 Zielona mila - film obyczajowy, USA, 1999, reż. Frank Darabont, wyk. Tom Hanks, David Morse, Bonnie Hunt, Michael Clarke Duncan, James Cromwell, Michael Jeter, Graham Greene, Doug Hutchison, Sam Rockwell 03:15 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka - magazyn 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 10 minut Ważny mafioso, Rex, zleca skok na bank kilku najlepszych w swym przestępczym fachu speców, wśród których jest kaszlarz Frank. 23:00 Anakondy: Polowanie na Krwawą Orchideę Borneo rośnie niezmiernie rzadki okaz kwiatu - na bazie której wytwarza się serum zapewniające człowiekowi wieczną młodość. 01:10 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda TV Trwam 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz 13:10 Muzyczne chwile 13:25 Słowo życia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Otto Schimek wierny sumieniu 15:40 Spacer po misji w Gahunga 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Jestem mamą 16:25 Tajemnice Watykanu 16:55 100 cudownych miejsc 17:05 Święty na każdy dzień 17:10 Prosto o gospodarce 17:30 Zostań Żołnierzem RP 17:50 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Ze szkolnej ławki 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO i OWO nr 270

Redaguje:
Władysław Firlik

1. POSIŁEK NAJWAŻNIEJSZY



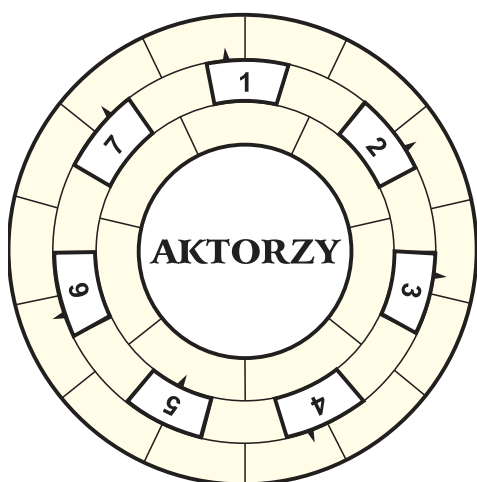
POSPO- LITY PTASZEK	STA- TECZEK PASEK	AMERY- KAŃSKIE AUTO	NAU- CZYTEL NERONA	1	15
23	27	6	7	2	16
BUDUJE PIECIE PRZY- KRYWKĄ	4	5	AUTOR KSIĄŻEK	3	17
		8		4	18
CZUŁKI OŚMIOR- NICZY	17		9	5	19
NAĆ KARTOFLE	OPRAW- CA DOKU- MENTY			6	20
L. AT. 17 ŚWIĄTY- NIA PO- GAŃSKA	ADWEN- TOWA MSZA	ELEMENT WĘDKI BEDUIN		7	21
		19	JADO- WITA GADZINA	8	22
MAŁPA Z AFRYKI NAD WARTĄ		ANTONIO WŁOSKI KOMIK		9	23
		OBOZ KONCENTRACYJNY NIE MA RODZENSTWA	JEDN. RACHUN- KOWA EWG	10	24
BUNT CHŁO- PÓW W GALICJI			OBJĘCIE DANEJO STANO- WISKA	11	25
JOSEPH, KOMPO- ZYTOR	SAMO- BÓJCA Z JILADY	WY- MARŁY NIELOT	TWORZYWO SYNTECZNE	12	26
		24 GO- DZINY	DAWANY PORY- WACZOM	13	27
SŁOWO HONORU	1	20	24	14	28
		22	KRAJ W PIRE- NEJACH		
BYŁO NIEME		21			
FIGLARZ		11	12	13	

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 28 utworzą wypowiedź żony.

4. ANAGRAM

_____/____ naszym zdaniem
król się nie chce liczyć,
rychło _____ wybuchnie.
Nie odejdziem z niczym.

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

5. WYKREŚLANKA

K	U	K	U	Ł	K	A	B	J
P	N	A	I	C	O	B	A	A
O	A	M	A	Z	M	O	Ł	S
Ó	R	Y	K	A	Ł	R	O	K
A	O	S	Z	P	Ó	Z	G	Ó
K	M	Z	S	L	K	E	Ż	Ł
R	R	O	I	A	O	Ł	P	K
O	O	Ł	L	T	S	A	K	A
K	K	Ó	P	A	N	O	R	W
I	O	W	R	Ó	B	E	L	M
S	B	A	Z	R	T	S	A	J

Z diagramu należy wykreślić 14 nazw ptaków poziomo, pionowo (również ukośnie). Nieskreślone litery czytane rzędami, utworzą ostateczne rozwiązanie.

	4					
9	2		5		4	
	5		3		8	2
		7	5			6
5	3				7	4
				3		8
	7					2
4					5	1
2	1	6				7

2. KRZYŻÓWKA KLASYCZNA

Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

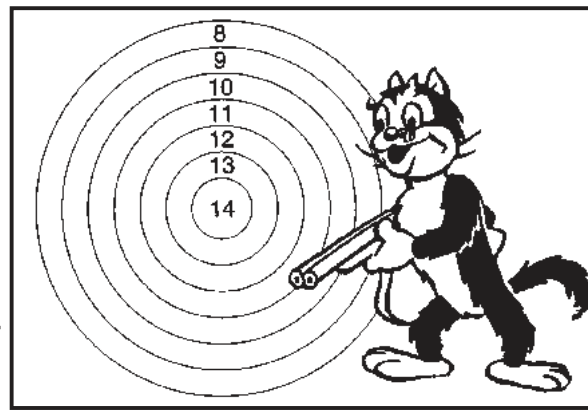
	1		2	3	4		5	6	7		8	
9							10					
			11				12					
13		14		15						16		17
18			19						20			
21							22					
							23					
24	25	26				27				28	29	
30					31					32		
33				34					35		36	
			37						38		39	
40									41			
			42									

POZIOMO: 2) zysk, 9) błazny, 10) kulki deszczu, 11) Mea jej opiekunką, 12) masyw na Saharze, 13) kiel, 15) w karnawale, 16) pora gwiazd, 18) waszmość pan, 20) polowanie, 21) bada, 22) wiatr równikowy, 24) zajęcie z gumą, 27) dawniej: o rękę kobiety, 30) siostra Aresa, 32) port w Jemenie, 33) ptak, 34) grecka wyspa, 36) powieściowa Cygan, 37) bramka, 38) fruwanie, 40) po ślubie, 41) powieść o Troi, 42) posiadłość.

PIONOWO: 1) szaraki, 2) mężczyzna, 3) kwaśny w kuchni, 4) do prasowania, 5) przy krośnię, 6) w grupie Wielkich Jezior, 7) 365 dni (wspakowo), 8) sypialnia, 13) początek, 14) kanister, 16) część twarzy, 17) owoc, 19) na płocie, 20) przebaczenie, 23) blok kamienny, 25) czynność górnicza, 26) drzewo iglaste, 28) widać je przy mini, 29) pachnąca roślina, 31) pociąg, 34) pole, 35) mineralne, 37) część seta, 39) nerwowo skurcz mięśni.

ROZRYWKI UMYSŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY

3. TARCZA
W które pola tarczy oraz ile razy powinien trafić kot, aby uzyskać równie 100 punktów?



6. SZARADA

Straszna ballada

Północ z wież zegar już wybijał,
gdy na RAZ-SIÓDMY-PIĄTYM smutna
zjawia PIĘĆ-DWA-TRZY niczym z płótna
bezsownie tam się pojawiła.
Widmo, ach!
Budzi strach!

Widziano ducha Julii ponoć,
której w SZEŚĆ-SIÓDMYM-ÓSMYM

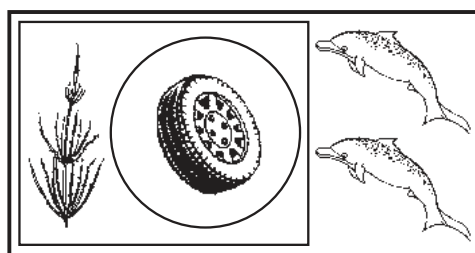
lub Białej Damy postać cudną,
arcytajemną, choć szaloną.
Ducha jęk
budzi lęk!

I DRUGI-TRZECI jakiś facet
ferował sąd o duchu w gnieźle..
„CZWÓR-SZÓSTY-ÓSMY, ty wytrzeźwiej”
radzono mu by walczył z kacem.
W ciemną noc
strachu moc!

Poeto CZWÓR-RAZ te banały:
bo to nie duch się w mgłę przyoblekł
ale suszone niewymowne,
które na sznurze powiewały.
Miał się bać,
idźcie spać!



9. INTRUZ

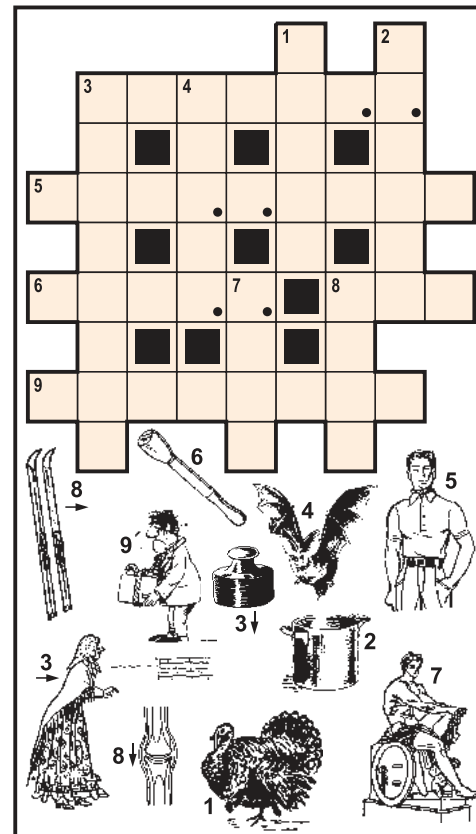


Początkowe litery: S. K. W. K.

11. SUDOKU

W każdym rzędzie, w każdej kolumnie i w każdym małym 9-polowym kwadracie powinno być dziewięć różnych cyfr od 1 do 9.

7. KRZYŻÓWKA



Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą ostateczne rozwiązanie.

10. INTRUZ

294	372	405	536
609	780	843	957

Wśród powyższych liczb, jedna z nich z całkowicie uzasadnionych względów nie pasuje do pozostałych. Która z nich jest intruzem?

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 270



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056

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



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

INTERCARS.COM.PL

**ZAWIADOMIENIE WOJEWODY MAZOWIECKIEGO
o zapewnieniu możliwości udziału społeczeństwa w trakcie przeprowadzenia
ponownej oceny oddziaływania na środowisko
przed wydaniem decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej**

Działając na podstawie art. 33 ust. 1, w związku z art. 36 oraz 88 ust. 1 pkt 1 i w związku z art. 90 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2021 r., poz. 247 ze zm.) informuję, że w tutejszym organie toczy się postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa drogi ekspresowej S7 na odcinku Płońsk – Czosnów, Odcinek III od węzła „Modlin”

(z węzłem) do węzła „Czosnów” (bez węzła) – kilometr inwestycji: od km 234+898,26 do km 334+636,68.

Inwestorem przedsięwzięcia jest Generalny Dyrektor Dróg Krajowych i Autostrad, działający przez pełnomocnika Pana Grzegorza Gzarę.

Organem administracji właściwym do wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla przedmiotowej inwestycji jest Wojewoda Mazowiecki, zaś organem właściwym do wydania postanowienia w sprawie uzgodnienia warunków realizacji przedsięwzięcia jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Warszawie.

Jednocześnie informuję o możliwości zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy, możliwości składania uwag i wniosków w formie pisemnej, elektronicznej i ustnej do protokołu, w terminie **od 24 maja 2022 r. do 23 czerwca 2022 r.** w Wydziale Infrastruktury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie, na pl. Bankowym 3/5, Warszawa, pok. 7 **po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym pod nr 22 695-62-19. Osoby nie umówione nie będą obsługiwane.**

Czas przeznaczony na zapoznanie się z aktami wynosi 30 min i nie może zostać przedłużony. W jednym pokoju może przebywać **tylko jedna osoba do danej sprawy.**

Złożone uwagi i wnioski zostaną rozpatrzone przez Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Warszawie przed uzgodnieniem warunków realizacji przedmiotowego przedsięwzięcia.

Zgodnie z art. 35 cytowanej ustawy informuje się, że uwagi i wnioski złożone po upływie terminu, o którym mowa wyżej, pozostawia się bez rozpoznania.

WI-I.7820.1.2.2021.PL1/JB

Data publicznego obwieszczenia: 24 maja 2022 r.



**WYNAJMNE GRUNT POD
FARMY FOTOWOLTANICZNE**

Poszukuje działek pod budowę farm fotowoltaicznych.

- okres dzierżawy: 29 lat,
- czynsz 12 000 za hektar działki,
- słaba klasa bonitacyjna gruntu: IV lub gorsza,
- wielkość działki: minimum 1,5 ha.

ZAPRASZAM DO KONTAKTU.

TEL: 690 694 151

PRACA

dam pracę

- Zatrudnię brkarzy oraz pomocników Oferuję umowę o pracę, dobre zarobki. Mile widziane prawo jazdy 518938622 zebrowski25@vp.pl PUL 52506
- Zatrudnię do pracy w ogrodzie 602 620 169 PUL 52516
- Zatrudnię mechanika, wysokie wynagrodzenie, miejsce pracy NDMaz. 514619487 LEG 52514
- Zatrudnię pracownika ogólnobudowlanego i pomocnika na budowy domów w Wyszkowie i Warszawie Białoleka. Stałe zatrudnienie, zapewniam dojazd lub zakwaterowanie. 505-051-919 iqbudownictwo@wp.pl PUL 52486

szukam pracy

- Sprzątanie domów, wieloletnie doświadczenie 506757853 LEG 52500
- Szukam pracy na działce 698543034 LEG 52528

AUTO-MOTO

sprzedam

- KUPIEKAŻDEAUTOMOTORSKUTER-BUSYNAJLEPSZECENYNYCHMI-STOWYDOBIOŻAŚWIADCZENIADOKASACJIDARMOWAISZYBKAWYCENA 502964469 LEG 52367

Sprzedam 4 koła: felgi stalowe, opony letnie Goodyear 185/60/R15. Rozstaw 4x100. Stan idealny. tel. 606 335 480
LEG 52485

ZDROWIE

przychodnie



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

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- Budowa domów, elewacje, ogrodzenia, wieżby, dobudówki 603458182 PUL 52519
- Glazura solidnie 602670035 NDM 52460
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757 LEG 52381
- Mycie i malowanie dachów, elewacji i kostki brukowej, ogrodzeń betonowych 507 567 910 PUL 52418
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201 NDM 52286
- Remonty, wykończenia wnętrz, elewacje 667-569-562 NDM 52511
- Usługi dekarские, podbitki, mycie, malowanie elewacji 511385640 PUL 52496
- ogrodnicze
- Wycinka drzew, pielęgnacja ogrodów 667-569-562 NDM 52510
- Wycinka i pielęgnacja drzew, krzewów+rebak 511385640 PUL 52497
- naprawy
- Komputery - naprawa, dojazd, sprzedaż, nowe składane, skup 513820998 LEG 52283

finanse i prawo

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



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

inne

- Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582 LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373 LEG 52499
- Elektryk - złota rączka 515010373 LEG 52498

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

- L-wo Pisk, ul. Zegrzyńska, M3, parter, 602222431 LEG 52525

sprzedam działkę

- 4ha gmina Zatory 603 458 182 PUL 52518
- Olszewnica Stara około 1000m2, prąd, gaz, wodociąg, 300zł/m2 do negocjacji 501833362 LEG 52495

kupię nieruchomość

- Kupię halę, wiatę 608764383 NDM 52529

poszukuję do wynajęcia



- Młoda, prężnie rozwijana się firma poszukuje gruntów pod farmy fotowoltaiczne. Dzierżawimy grunty na okres do 29 lat z atrakcyjnymi stawkami czynszowymi oscylującymi w granicach 12 000 z jednego hektara gruntu rocznie. Poszukujemy działek spełniających poniższe warunki: - wielkość działki, co najmniej: 1,8 ha. - słaba klasa bonitacyjna gruntu: IV, V, VI - oddalona do 500 m od linii elektroenergetycznej średniego napięcia - brak MPZP (lub MPZP określony pod instalacje odnawialnych źródeł energetycznych) - dojazd utwardzaną drogą - położenie działki poza terenami chronionymi (np. NATURA 2000); Zainteresowanych zapraszam do kontaktu z nr działki oraz nazwą lub numerem obrębu. Zapraszam do kontaktu: Adam Dobrowolski 690694151 adamtadeusz@wp.pl PS_INNA 52524

inne



- Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie? Zgłoś się do nas. Zapewniamy kompleksową obsługę. Pomagamy w uzyskaniu kredytu.

784-611-270, 605-325-056
NDM 52475

**nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl**

ROLNICTWO

sprzedam

- Kozy, mleko kozie i zatrudnię dziewczynę do pracy oraz do handlu na targowisku 604 656 872 PUL 52523
- Sprzedam siano w kostkach 602330950 PUL 52517

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



- Garstka to roczna, nieduża sunia znaleziona na terenie Otwocka, która trafiła do Nas 17.05.2022. Pełna pozytywnej energii, bardzo Igne do człowieka. Olbrzymi pieszczołach umie chodzić na smyczy. Garstka, choć nieduża, czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl NDM 52531



- Jerzyk (niewielki) i Inkas (średniej wielkości) to dwóch kumpi znalezionych na terenie Miasta Sochaczew. Psiaki są towarzyskie, a w nieznanym otoczeniu czują się swobodnie i bez troski. Kto zgubił tak wesołych i energicznych chłopaków? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl NDM 52530

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



- RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl LEG 52047

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

- Kupię szklarnie do rozbiórki mnożarki, gotówka 515924866 LEG 52390
- Przyjmę bezpłatnie zbędne: ławę, stołki/krzesła, stary rower 516816525 LEG 52515



- Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597 LEG 52513
- Sprzedam piec olejowy 240KW De Dietrich, tel. 602222431 LEG 52527
- Sprzedam stemple budowlane drewniane 60 szt. wys. 2,8m, 602222431 LEG 52526

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

Otyłość to groźna choroba, która przyjęła skalę prawdziwej epidemii – powiedział podczas kongresu Impact'22 w Poznaniu prof. Paweł Bogdański. Wskazał, że według danych, polskie dzieci należą do najszybciej tyjących w Europie. Pod względem liczby dzieci z nadwagą Polska zajmuje 5 miejsce



Otyłość to groźna choroba, która przyjęła skalę prawdziwej epidemii

– Od ponad 20 lat jako naukowiec, klinicysta zajmuję się otyłością, chorobą, która przyjęła rozmiar bez precedensu w historii ludzkości. Nigdy na świecie tak dużo osób nie chorowało na otyłość; na świecie, w Europie, w Polsce – podkreślił w czwartek podczas kongresu Impact'22 w Poznaniu prof. Paweł Bogdański, prezes Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości, kierownik Katedry i Zakładu Leczenia Otyłości, Zaburzeń Metabolicznych oraz Dietetyki Klinicznej, prodziekan Wydziału Medycznego Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Bogdański zaznaczył, że dramatyczna sytuacja dotyczy szczególnie dzieci i młodzieży. Wskazał, że pod względem liczby dzieci z nadwagą Polska zajmuje 5 miejsce, zaś w Europie jesteśmy niechlubnymi liderami.

– Nasze dzieci tyją najszybciej na naszym kontynencie. Szacuje się, że każdego roku w Polsce będzie przybywać 400 tys. dzieci z nadmierną masą ciała, w tym 80 tys. będzie chorowało na otyłość. Prognozy mówią o tym, że to będzie pierwsze pokolenie, które z powodu otyłości będzie żyło krócej, niż ich rodzice i dziadkowie – zaznaczył.

Specjalista tłumaczył, że otyłość to przewlekła choroba, bez tendencji do samoistnego ustępowania, o niezwykle

złożonej i nie do końca poznanej patogenezie, z licznymi konsekwencjami medycznymi, społecznymi, ekonomicznymi, która zagraża także systemowi opieki zdrowotnej.

– Ja nie znam żadnej innej przewlekłej choroby o tak dużej liczbie potencjalnych chorób i zaburzeń; to ponad 200 pozycji. Otyłość dotyczy każdego układu i narządu w organizmie człowieka. Już teraz z ogromnym niepokojem obserwujemy, że pacjenci chorujący na otyłość ustawiają się w coraz dłuższych kolejkach do wielu różnych specjalistów, którzy tak naprawdę leczą powikłania otyłości. Te kolejki będą się wydłużać, a system będzie się stawał coraz bardziej niewydolny – mówił.

Wskazał, że u kobiety z BMI pow. 35 ryzyko rozwoju cukrzycy typu II wzrasta 90-krotnie. Dodał, że otyłość zwiększa też w dramatyczny sposób ryzyko wystąpienia zespołu bezdechu w czasie snu, a z ponad 11 milionów osób chorujących w naszym kraju na nadciśnienie tętnicze szacuje się, że ponad połowa przypadków to osoby, u których nadciśnienie tętnicze rozwinęło się z powodu nadmiernej masy ciała.

– Otyłość przyspiesza rozwój miażdżycy, przyspiesza starzenie się układu sercowo-naczyniowego, ze wszystkimi tego konsekwencjami;

zwiększonym ryzykiem zawału mięśnia sercowego, udaru mózgu, przedwczesnego zgonu sercowo-naczyniowego. Wiele dramatów moglibyśmy uniknąć gdybyśmy skutecznie potrafili leczyć i kontrolować tę niezwykle poważną chorobę. I w końcu onkologia. Wiele dowodów wskazuje na to, że ponad 20 proc. wszystkich chorób nowotworowych to skutki tylko i wyłącznie nadmiernej masy ciała. Lista chorób nowotworowych, dla których pokazano związek przyczynowo skutkowy jest coraz dłuższa – zaznaczył.

Ekspert mówił, że zagrożenie wynikające z otyłości w dramatyczny sposób obnażyła także pandemia COVID-19. Wskazał, że pacjenci chorujący na otyłość dużo gorzej przechodzili tę chorobę; dużo częściej wymagali hospitalizacji. Podkreślił, że ryzyko konieczności hospitalizacji na oddziale intensywnej opieki medycznej u pacjentów chorujących na otyłość wzrastało o ponad 70 proc., a ryzyko zgonu – o blisko 50 proc.

– Najlepszą polisą na przyszłość – w kontekście pojawiających się zagrożeń epidemiologicznych – jest skuteczne zapobieganie i leczenie otyłości – zaznaczył.

Profesor wskazał także, że – osobą z prawidłową masą ciała ma szansę dożyć 70 rok życia na 80 proc. Te szanse spadają

istotnie przy wzroście wskaznika masy ciała. Przy drugim stopniu otyłości te szanse spadają do 60 proc., a u tych z trzecim stopniem choroby otyłościowej – szanse spadają do 50 proc. – powiedział.

Ekspert zaznaczył, że otyłość to także ogromne nakłady finansowe. Specjalista powołał się na dane, które wskazują, że koszty – bezpośrednio i pośrednio – związane z otyłością są równe tym, które – jak mówił – wydajemy na wszystkie zbrojenia, konflikty zbrojne, terroryzm. Ogromne koszty, które są zagrożeniem ekonomicznym.

– Według danych OECD z 2019 roku, pokazano że w ciągu najbliższych 30 lat Polska przeznaczy ponad 4 proc. PKB na leczenie otyłości i chorób z nią związanych (ok. 0,14 proc. PKB rocznie). Te dane są dużo gorsze niż przeciętne dla krajów Unii Europejskiej. Dane Narodowego Funduszu Zdrowia pokazują w sposób niebudzący wątpliwości, że koszty związane z leczeniem otyłości i chorób z nią związanych dramatycznie będą rosły w naszym kraju. Kolejki do specjalistów będą wydłużać się, a wydatki z tym związane przekroczą możliwości funkcjonowania w sposób sprawny i płynny naszego systemu opieki zdrowotnej. W końcu, według danych OECD, pokazano, że jeśli nic nie zrobimy to do 2050 średnia długość

życia przeciętnego Polaka zmniejszy się o blisko 4 lata – i to drugi najgorszy wynik z 52 badanych krajów, po Meksyku – powiedział.

Profesor zaznaczył, że szansą na uchronienie pacjentów, a co za tym idzie także i całego systemu opieki zdrowotnej, jest konieczność zapoczątkowania konkretnych dyskusji, rozmów na temat rozwiązań systemowych pozwalających na wdrożenie kompleksowego systemu opieki nad pacjentami chorującymi na otyłość, kompleksowego leczenia, które mogłoby uchronić wiele osób chorujących w Polsce na otyłość, a także uchronić tych pacjentów, u których choroba się jeszcze nie rozwinęła.

Ekspert zaznaczył, że – redukcja masy ciała w zakresie 5-10 proc. przekłada się na bardzo wymierne korzyści dla pacjentów chorujących na otyłość. Im większa redukcja masy ciała, tym te korzyści są silniej wyrażone. – Wskazał, że – jednym z kanonów postępowania, zawartych w aktualnie obowiązujących standardach, jest upowszechnienie w naszym kraju funkcjonowania zespołów terapeutycznych, w których lekarz jako kierownik zespołu terapeutycznego współpracując z fizjoterapeutą, psychologiem, dietetykiem, w skuteczny, kompleksowy sposób wykorzystując postęp jaki dokonał się w ostatnim czasie, wykorzystując

możliwości zastosowania nowoczesnych technologii – jest w stanie leczyć pacjentów, którzy zagrożeni są tak ogromną liczbą powikłań, konsekwencji zdrowotnych stanowiących jednocześnie ogromne zagrożenie dla prawidłowego systemu funkcjonowania opieki zdrowotnej.

Dodał jednak, że – kompleksowe wykorzystanie metod niefarmakologicznych, w świetle dostępnych analiz, to redukcja masy ciała średnio 3 do 5 proc. – a to u wielu pacjentów zdecydowanie za mało.

– Zatem u tych chorych, mając pełną świadomość zagrożeń wynikających z nieleczzonej i pozostawionej samej sobie otyłości – jesteśmy jako lekarze zobowiązani do zaproponowania standardów, zaproponowania leków, które pozwalają – tak jak w każdej innej przewlekłej chorobie – w skuteczny sposób kontrolować jej przebieg, osiągać cele terapeutyczne i chronić pacjentów przed ryzykiem rozwoju poważnych konsekwencji i powikłań. I chronić jednocześnie system przed upadkiem, do którego już jest naprawdę bardzo blisko – podkreślił.

Zdaniem specjalisty, sukces, który w tym przypadku – jak mówił – oznacza dłuższe i lepsze życie jest możliwy do osiągnięcia. – Jest możliwy do osiągnięcia jeśli zwiększymy poziom świadomości mieszkańców naszego kraju na temat zagrożeń wynikających z nieleczzonej, nierozpoznanej choroby otyłościowej. Jest możliwy jeśli nauczymy lekarzy w odpowiedni sposób leczyć, obejmować pacjentów kompleksową terapią, upowszechniając dostępność tym zakresie. Jest możliwy jeśli zaczniemy dyskusję na temat zmian systemowych pozwalających na zwiększenie dostępności do skutecznej nowoczesnej terapii, która jest najlepszą inwestycją w przyszłość – powiedział.

Podsumowując profesor zaznaczył, że – Amerykanie politycy, że 1 dolar zainwestowany w profilaktykę leczenia otyłości zwraca się sześcioma dolarami dla systemu – to najlepsza inwestycja zwłaszcza w tych czasach, kiedy każda złotówka jest na miarę złota i powinna być konsekwentnie, rzetelnie, przeliczona – podkreślił.

PAP - Nauka w Polsce,
Anna Jowska,
fol. Fotolia

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

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

Gabinter.pl

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

LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444

Uratuj żywność przed koszem na śmieci!

Temat marnowania żywności wraca jak bumerang, bo choć świadomość w temacie „zero waste” rośnie, to dzieje się to powoli. Wciąż ponad miliard ton żywności na świecie jest marnowany. Z badań przeprowadzonych na zlecenie Barbora.pl wynika, że najczęściej marnujemy pieczywo, niedojedzone posiłki oraz owoce i warzywa. Jak uratować żywność przed wyrzuceniem do kosza?

Dane Organizacji Narodów Zjednoczonych ds. Żywności i Rolnictwa (FAO) wskazują, że na świecie marnowanych jest 1 mld 300 mln ton żywności nadającej się do spożycia. W Polsce to 5 mln ton rocznie, z czego 60% tej liczby to jedzenie wyrzucone w naszych domach. Informacje te są zatrważające. Zwłaszcza biorąc pod uwagę fakt, że aż 1,6 mln polskich obywateli żyje poniżej poziomu skrajnego ubóstwa.

Internetowy sklep spożywczy Barbora.pl przeprowadził badanie dotyczące marnowania żywności. Ankietowani zostali zapytani o to, jakiego typu resztki pozostają najczęściej u nich w domu i co zazwyczaj się z nimi dzieje. Wyniki pokazały, że najczęściej w gospodarstwach domowych marnujemy chleb (41%) oraz posiłki już przygotowane i zostawione na później, których ostatecznie nie zjadamy (38%). Drugie niechlubne miejsce zajęły warzywa (22%) i owoce (18%), następnie produkty mleczne (13%). Najrzadziej wyrzucamy mięso (9%) i kasze (8%).

Dlaczego marnujemy żywność? Powodów jest wiele: przeoczenie daty ważności, nieprzemyślane i za duże zakupy, zbyt duże ilości

przygotowanych posiłków, nieatrakcyjny wygląd. Najczęstszym zaś jest po prostu zepsucie żywności, która została już zakupiona. Tak wynika z raportu Najwyższej Izby Kontroli opublikowanego w 2021 roku w ramach „Programu racjonalizacji strat i ograniczania marnotrawstwa żywności”.

– Raport NIK podaje, że co piąta osoba robi nieprzemyślane zakupy. Jako sklep spożywczy online promujemy codzienne zakupy wedle rzeczywistego zapotrzebowania. Zależy nam, by kolejni klienci przekonywali się o tym, że codzienna i szybka dostawa świeżych produktów jest możliwa, wygodna i ułatwia życie w duchu zero waste – mówi Agnieszka Śliwka-Stachowiak, kierownik Marketingu i PR Barbora.pl.

Nie wyrzucaj – wykorzystaj

Oto kilka kreatywnych sposobów, które pozwolą uratować żywność przed wyrzuceniem:

1. Jadalny papier – dojrzałe, nie- zbyt apetycznie wyglądające owoce świetnie nadają się do przygotowania miąższu, z którego powstanie jadalny papier, który można wykorzystać jako ciekawą ozdobę lub



słodką przekąskę.

2. Dekoracyjny odświeżacz powietrza – ze skórek z owoców cytrusowych można zrobić

3. potpourri, które ładnie pachnie i stanowi oryginalny element wystroju.

4. Owocowe smoothie – dojrzałe, zblendowane owoce, można zamrozić w kostkarce do lodu, a w upalny dzień wystarczy dodać jogurt lub kefir i przygotować smaczny napój.

5. Lunch z resztek – wpisanie w domowe menu przynajmniej raz w tygodniu lunchu z resztek, to sposób na wykorzystanie jedzenia oraz odkrywanie nieoczywistych połączeń kulinarnych.

Zmiany przyzwyczajeń związanych z marnowaniem żywności leżą w interesie całego społeczeństwa, ale także każdego z nas z osobna. Jedną z podstawowych korzyści jest oszczędność wydatków przeznaczonych na jedzenie. Kupując mniej, a częściej, zaopatrujemy się tylko w to, czego rzeczywiście potrzebujemy. Dzięki temu możemy lepiej zaplanować jadłospis i bardziej skoncentrować się na jego jakości, a posiłki przygotowywane na bieżąco, w odpowiednich ilościach, przekładają się na nasze lepsze samopoczucie. Mniejsza ilość jedzenia w domu to większy porządek w lodówce i szafkach kuchennych,

a co za tym idzie komfort w ich codziennym użytkowaniu.

– To także nasza rola jako sklepów spożywczych, aby oferować naszym klientom dostęp do świeżych produktów z dostawą nawet tego samego dnia, aby nie było konieczności magazynowania dużej ilości żywności w lodówkach czy zamrażarkach – dodaje Agnieszka Śliwka-Stachowiak, kierownik Marketingu i PR, Barbora.pl

W materiale wykorzystano wyniki badania, przeprowadzonego na zlecenie marki Barbora przez Instytut KOG w styczniu 2022 roku, N = 500.

ZRZUTKA DLA UKRAINY

**z przeznaczeniem na zakup żywności dla uchodźców
w partnerskim regionie Powiatu Legionowskiego - Rejonie Kosowskim**

powiat-legionowski.pl

zakładka SAMORZĄD/Solidarni z Ukrainą

**STOWARZYSZENIE
HDK LEGION**



**POWIAT
LEGIONOWSKI**

LUDZIE Z PASJĄ

Muzyczny sukces młodej nowodworzanki

Kilka tygodni temu w międzynarodowym konkursie muzycznym, w którym biorą udział muzycy z całego świata, grająca na skrzypcach, młoda nowodworzanka Zofia Sosińska zajęła pierwsze miejsce. Udało nam się porozmawiać ze zwyciężczynią London Young Musican i dowiedzieć się, w jaki sposób pracuje na swoje sukcesy

Małgorzata Mianowicz: Zosiu, na początek powiedz naszym czytelnikom co to za konkurs, i w jaki sposób udało się trafić do finału, a potem zająć pierwsze miejsce w swojej kategorii?

Zofia Sosińska: O konkursie dowiedziałam się przez Internet i od znajomej, która rok wcześniej brała w nim udział. Jest to konkurs organizowany online, i ta formuła bardzo do mnie przemawiała, bo mogłam konkurować z muzykami z całego Świata. Konkurs ma cztery sezony, a jego podsumowaniem jest finał, do którego udało mi się dotrzeć. Konkurs finałowy jest bardzo niestandardowy, ponieważ nie ma podziału na podkategorie instrumentalne. Przesłuchania kandydatów obejmują zarówno skrzypków, ale i pianistów, gitarzystów, perkusistów czy muzyków grających na instrumentach dętych oraz wokalistów. Nagrania były oceniane przez profesorów uczelni muzycznych z Wielkiej Brytanii. Konkurs organizowany jest w Londynie (choć wszystko odbywa się online) dla młodych muzyków, wykonujących utwory muzyki klasycznej, którzy nie ukończyli 28 roku życia.

MM: Masz dopiero 15 lat, a już taki sukces za sobą. Jury konkursowe przyznało Ci pierwszą lokatę w Twojej kategorii wiekowej. Powiedz proszę, jak zaczęła się Twoja muzyczna przygoda? I dlaczego właśnie na swój instrument wybrałaś skrzypce?

ZS: Zaczęło się bardzo dawno. Kiedy miałam 2-3 lata rodzice zabierali mnie do filharmonii na cykl koncertów dla małych dzieci - *Poranki z cicią Jadzią*. Mi bardzo podobały się te wyprawy, a koncerty mnie interesowały, wręcz wzruszały. Moja mama zauważyła, że coś jest na rzeczy, a muzyka klasyczna dociera do mojego serca. Mając 4 lub 5 lat wracając z babcią z przedszkola oznajmiłam, że chcę grać na skrzypcach. Babcią nie odpuściła tematu, bo również jest fanką muzyki klasycznej i to ona jako pierwsza puszczała mi utwory Bacha, Mozarta i Vivaldiego. Nie byłam zmuszana do słuchania, ja to zwyczajnie lubiłam. Na początku zaczęłam uczyć się gry metodą klasyczną. Jednak ten sposób nauki nie był dla mnie. Pamiętam, że każde zajęcie kończyły się płaczem. Nie chciałam rezygnować z nauki. Po jakimś czasie rodzice trafili na zupełnie inną metodę nauki gry na skrzypcach, którą kontynuuję do dziś. Jest to metoda opracowana w Japonii. Wymyślił ją skrzypek Shinichi Suzuki w latach 40 i 50 XX w. Metoda opracowana jest dla bardzo małych dzieci, czyli zaczyna się od zabawy. W metodzie jest 10 książek z utworami o rosnącej skali trudności, czyli takich etapów, które po kolei trzeba przejść. Ja zaczęłam się uczyć mając 8 lat, wtedy już umiałam czytać nuty, natomiast pierwsze utwory grane są całkowicie ze słuchu. W tej chwili już od czterech lat uczę się

w Instytucie Suzuki Centrum Rozwoju Talentów w Gdańsku i etap wszystkich 10 książek mam już za sobą. Od kilku lat co drugi weekend jeżdżę do Gdańska, gdzie przez te dwa dni z całą intensywnością poświęcam się nauce. Gdyby nie wsparcie moich rodziców, którzy towarzyszą mi w podróżach nie byłabym w stanie samodzielnie tego osiągnąć. Ich wiara we mnie jest dla mnie szalenie motywująca. Dziękuję mamie, tacie i wszystkim moim bliskim, którzy poświęcają swój czas i energię by pomóc mi rozwijać moją pasję.

MM: Miałas już okazję występować na większych scenach przed dużą publicznością?

ZS: Nasz Instytut Suzuki co jakiś czas organizuje przesłuchania lub projekty, w których uczestniczy publiczność. Ostatnio miałam okazję być w Kopenhadze, gdzie zjechali się uczniowie Suzuki z różnych krajów wspólnie przygotowali koncert zespołów kameralnych i orkiestry. Szkoła co jakiś czas organizuje dla nas takie projekty byśmy mogli zapoznać się z muzykami z innych krajów i nabrać obyczaj scenicznego.

MM: Uważasz, że masz talent czy na swoje sukcesy musisz ciężko pracować?

ZS: Ciężko mi z perspektywy osoby, bardzo dużo pracującej, mówić o czystym talencie. Wydaje mi się, że są osoby, które mają pewne predyspozycje i albo starają się je rozwinąć albo nie. Jednak trzeba ciężko pracować, bo nie nie przychodzi samo. Słyszałam różne opinie od pedagogów oraz słuchaczy i wielu uważa, że jestem osobą o dużej wrażliwości, która potrafi przekazać emocje, opowiedzieć historię tak, że wciąga to innych. I może właśnie z taką cechą trzeba się urodzić. Natomiast jeśli chodzi o umiejętności techniczne to ciężka, wytężona i systematyczna praca przynosi efekty.

MM: Jesteś uczennicą nowodworskiego Liceum Ogólnokształcącego, niebawem kończysz pierwszą klasę. Jak godzisz naukę, z rozwijaniem swojej pasji?

ZS: Tak, w tym roku szkolnym rozpoczęłam naukę w LO w Nowym Dworze i jestem w klasie o profilu matematyczno-fizyczno-informatycznym. W porównaniu ze szkołą podstawową jest dużo więcej nauki, mamy sporo sprawdzianów, do których muszę przygotowywać się systematycznie. Nie ukrywam, że

pogodzenie dziennej szkoły ze skrzypcami jest ogromnym wyzwaniem, ale muzyka jest dla mnie sensem życia i nie potrafię sobie wyobrazić innej siebie. Jednak gdyby zaszła jakaś nieprzewidziana okoliczność np. kontuzja ręki, muszę mieć też inny pomysł na życie, a w moim przypadku jest to informatyka.

MM: Twoja pasja nie jest typowa i powszechna wśród rówieśników. Powiedz, jak reagują Twoi znajomi, gdy dowiedzą się „co Cię kręci”?

ZS: Reagują różnie. Moi bliscy przyjaciele, którzy wiedzą czym się interesuję bardzo mnie wspierają, przychodzą na moje występy, chodzą razem do filharmonii. Część moich znajomych ma inne upodobania muzyczne i ja to szanuję.

MM: Ja bym to nazwała oryginalnością. A co jeszcze lubisz robić w wolnym czasie?

ZS: Moje zainteresowania głównie skupiają się wokół muzyki. Prócz grania na skrzypcach śpiewam, tworzę własne piosenki, gram na ukulele. Lubię też podróżować, poznawać świat i ludzi.

MM: Zapewne masz ulubionych kompozytorów, z których twórczości czerpiesz najwięcej. Powiesz nam o tych fascynacjach?

ZS: Takiego pytania się trochę obawiam, bo trudno mi jest na nie odpowiedzieć jednoznacznie. Myślę, że to zależy od epoki, w której tworzyli. Jeśli chodzi o barok to zdecydowanie Vivaldi i z biegiem



archiwum prywatne

czasu Bach. Myślę, że do jego muzyki się dojrzeć. Z przyjemnością gram utwory Bacha, choć są wymagające technicznie i trudne do interpretacji. Wyzwaniem dla skrzypków są sonaty i partity. Bach to nie tylko utwory wolne i smutne, odkryłam to po jakimś czasie. Bardzo lubię grać muzykę hiszpańską, więc Sarasate jest kompozytorem, po którego utwory często sięgam. Jeśli chodzi o współczesną muzykę klasyczną, fascynują mnie utwory Prokofiewa. Słucham też muzyki spoza kręgu klasycznej. Bardzo lubię piosenki aktorskie, poezję śpiewaną np. Marka Grechutę. Sporadycznie słucham też jazzu, popu i muzyki folklorystycznej.

MM: Powiedz nam proszę, jakie przesłanie miałabyś do młodych ludzi, w Twoim wieku, żeby chcieli się całą swoją mocą zaangażować się w realizację własnych pasji?

ZS: Przede wszystkim to trzeba znaleźć to swoje coś. Coś co nas pochłonie i będziemy chcieli poznawać i zgłębiać tajniki danej dziedziny. Jeśli

już obierzemy jasny cel, to połowa sukcesu. Z tym czym się zajmuję wiąże się, ogrom pracy, codzienne ćwiczenia. Ważna jest regularność i systematyczność. Jeśli się osiągnie jakiś sukces to pojawia się niesamowita radość i to ona motywuje do dalszej pracy. Ważne by nie spocząć na laurach, ale jeszcze tego samego dnia wziąć się do pracy. Moje własne wewnętrzne motto to być kolejnego dnia ciut lepszą niż byłam wczoraj. Mam ogromną satysfakcję kiedy pokazuje samej sobie, że dałam radę, osiągnęłam zamierzony cel.

MM: Czego życzyć Ci na przyszłość Zosiu?

ZS: Marzę o tym, by udało mi się zaistnieć w branży muzycznej. Chciałabym, aby muzyka, którą wykonuję i tworzę była rozpoznawalna.

MM: Życzę, by te marzenia i kolejne cele, które sobie postawisz udało Ci się zrealizować. Bardzo dziękuję za rozmowę.

Małgorzata Mianowicz



archiwum prywatne



archiwum prywatne



1 CZERWCA 2022 GMINNY DZIEŃ DZIECKA



od 16:00 do 21:00 w Jabłonnie
ul. Modlińska 105A
(teren przy kościele)

koncerty,
występy artystów,
gwiazda wieczoru:
Karolina Stanisławczyk
(godz. 20.00)

cheerleaderki
karate, hip-hop,
prezentacja sprzętu
wojskowego
i strażackiego

dmuchany
plac zabaw
i wielka zjeżdżalnia, fotobudka,
gry, zabawy, konkursy, animacje,
warsztaty artystyczne i florystyczne,
kiermasz książek, występy artystów,
aktywności sportowe i wiele innych
atrakcji i niespodzianek

Darmowa gastronomia pod chmurką,
popcorn, wata cukrowa, lody

GMINA JABŁONNA



OSIR
Jabłonna
Ośrodek Sportu i Rekreacji

Gminna Biblioteka Publiczna w Jabłonnie



GC GMINNE
CENTRUM
KULTURY
JABŁONNA **K**



POWIATOWA
JABŁONNA LEGIONOWO NIEPOLEĆ SEROCK WIELISZEW
30 lat MAZOWIECKIE
to i owo

NOWY DWÓR MAZ.

Dzień Ziemi w Szkole Podstawowej nr 3

Światowy Dzień Ziemi to największe ekologiczne święto obchodzone 22 kwietnia. Każdego roku uczniowie naszej szkoły aktywnie włączają się w obchody tego święta, aby pokazać jak ważne jest dbanie o naszą planetę

Z tej okazji miały miejsce różne formy aktywności ekologicznej. Do ich przeprowadzenia wykorzystaliśmy przyrodnicze walory otoczenia naszej szkoły. Wśród pięknych sosn i klonów na naszym boisku przy słonecznej pogodzie, każda klasa spędziła jedną lekcję rozwiązując zadania związane z przyrodą i ekologią. Była to nauka segregowania śmieci zgodnie z zasadami obowiązującymi na terenie naszej gminy. Obserwowaliśmy pod mikroskopem glony, które rosną na naszych drzewach. Sadzone były roślinki, które uprawiane są dalej w salach. Uczniowie musieli wykazać się znajomością gatunków drzew otaczających naszą szkołę. Zajęcia z dużym zaangażowaniem przeprowadzili uczniowie klasy 7a.

Młodsze dzieci obejrzały przedstawienie „Sąd nad ropuchą” przygotowane przez klasę 6a na zajęciach kreatywności. Okazało się, że brzydkie ropuchy mogą wzbudzić sympatie

dzięki pozytywnej roli jaką pełnią w naszych ogródkach.

Uczniowie klas 7 i 8 wykazali się pomysłowością i kreatywnością i wykonali plakaty tematyczne, którymi udekorowano szkolny korytarz.

Cała akcja przeprowadzona wśród uczniów szkoły miała na celu wzbudzenie współodpowiedzialności za stan środowiska w przyszłości, poczucia troski o czystość najbliższego otoczenia oraz wychowanie w duchu miłości i szacunku do przyrody.

ZS3



ZAPROSZENIE



**600-LECIE
NADANIA PRAW
MIEJSKICH
ZAKROCZYMIOWI**




DZIEŃ DZIECKA

5 CZERWCA (NIEDZIELA)

W GODZ. 15:00-18:00

BOISKO PRZY SZKOLE W ZAKROCZYMIU

W PROGRAMIE M.I.N.:

STREFA HISTORYCZNA
- INTEGRACYJNA GRA EDUKACYJNA „BUDOWNICZOWIE MIAST”

STREFA ANIMACJI, GIER I ZABAW
- DMUCHANCE, SKAKANIE
- POKAZ BĄTEK MYDLANYCH, BALONOWE ZOO, MALOWANIE BUZIEK, KONKURSY Z NAGRODAMI, MYSZKA MINI
- POKAZY TANECZNE SEKCJI G.O.K. W ZAKROCZYMIU
- PREZENTACJA SPRZĘTU STRAŻACKIEGO OSP ZAKROCZYM

STREFA SPORTU - „BIEG 600-LECIA ZAKROCZYMI”
- GODZ. 15:30 START BIEGÓW DZIECIĘCYCH
- GODZ. 17:00 START BIEGU GŁÓWNEGO - DYSTANS 5 KM
(ZAPISY NA BIEGI WWW.FORMULARZ.CZASOMIERZYK.PL/68)

PATRONI MEDIALNI:



PARTNERZY:



KULTURALNY DZIEŃ DZIECKA

29 MAJA 15:00-18:00




SPEKTAKL PT. „ROZOHMURZ SIĘ”

ZAWODY WĘDKARSKIE DLA DZIECI

KONKURSY Z NAGRODAMI

GRY, ZABAWY, ANIMACJE

MALOWANIE BUZIEK

ZABAWY TANECZNE

ZAWODY SPORTOWE

KIERMASZ KSIĄŻEK

BAŃKI MYDLANE I BALONY

LODY I LEMONIADA DLA DZIECI

NAMIOT Z RPG

STOISKA CHARYTATYWNE

PRZEJAZDZKA QUADEM

KOMPLEKS REKREACYJNO-SPORTOWY

UL. SPORTOWA, POMIECHÓWEK

Organizatorzy i partnerzy:



Patronat medialny:





NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Od 10 lat służą i pomagają mieszkańcom

W minioną sobotę (21.05) drużyny i druhowie z Ochotniczej Straży Pożarnej - Ratownictwo Wodne obchodzili jubileusz 10-lecia powstania jednostki. Uroczystość miała podniosły charakter. Jednostka otrzymała swój sztandar

Uroczystości rozpoczęły się mszą świętą w kościele pw. Św. Michała Archanioła w Nowym Dworze Mazowieckim, w czasie której nastąpiło poświęcenie sztandaru. Następnie pododdziały przemarszerowały na plac w Parku im. Wybickiego gdzie odbył się uroczysty apel i przekazanie nowego sztandaru.

Podczas apelu Prezes Zarządu OSP - RW **Mariusz Torbus** przypomniał 10 lat historii „strażaków od koników

morskich”, jak najczęściej dzieci określają jednostkę. Podziękował wszystkim za przybycie na uroczystość, jak również złożył ukłon w stronę komitetu fundacyjnego sztandaru. Po przekazaniu sztandaru jednostce, fundatorzy przystąpili do wbijania honorowych gwoździ w drzewiec.

Sztandar od teraz będzie pod swoimi barwami jednoczyć druhową zgodnie z głównym hasłem „W jedności Siła”. Część oficjalna zakończyła się

uhonorowaniem zasłużonych strażaków odznaczeniami.

Po apelu odbył się strażacki piknik z pokazami umiejętności psów z sekcji poszukiwawczej oraz poczęstunkiem.

W uroczystości uczestniczyli przedstawiciele władz centralnych i lokalnych, fundatorzy sztandaru, mieszkańcy. Licznie przybyli druhowie z okolicznych jednostek OSP z Ciekosyna,

Czosnowa, Kazunia Polska, Krzyżek, Leoncina, Pomiechówka, Słężan, Trębek Nowych, Wilkowa Polska, Zakroczymia oraz WOPR z Włocławka.

Położenie miasta w widłach Narwi i Wisły wymaga szczególnej dbałości o bezpieczeństwo na wodzie. To była główna idea powstania jednostki Ratownictwa Wodnego. Po 10 latach, z całą pewnością można



stwierdzić, że to była dobra decyzja. Na drużyny i druhow z OSP - RW można liczyć w każdej sytuacji. W imieniu mieszkańców serdecznie dziękujemy za zaangażowanie oraz gratulujemy jubileuszu

i życzymy wielu kolejnych lat rozwoju.

Uroczystości odbyły się pod honorowym patronatem Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika.

M. Mianowicz



PIŁKA NOŻNA

Yampol show. Świt ucieka spod topora

W minioną niedzielę, 22 kwietnia piłkarze Świtu Nowy Dwór podejmowali na własnym stadionie rezerwy Legii Warszawa. Było to drugie starcie Białozielonych z wojskowymi w rundzie wiosennej

Oba zespoły spotkały się już w 2022 roku w ramach ćwierćfinału Pucharu Polski na szczelbu Mazowieckim. Wówczas lepszy okazał się zespół z Warszawy eliminując

nowodworzan. Ci mieli okazję do rewanżu w ramach 33. ligowej kolejki.

Pierwsza połowa zakończyła się bezbramkowym remisem.

W 50. minucie Dawid Dziegielewski uderzył na bramkę z 20. metra zaskakując obrońców Świtu jak również samego Alberta Posiadłę i Świt przegrywał 0:1.

Wydawało się, że mecz zakończy się zwycięstwem przyjezdnych. Wówczas w 90. minucie Jacek Tkaczyk zagrał długie, prostopadłe podanie za plecy obrońców do wybiegającego Yaroslava Yampola. Pomocnik Świtu znalazł się w sytuacji sam na sam z bramkarzem i uderzeniem



zdjęcie archiwalne

z pierwszej piłki doprowadził do wyrównania 1:1.

Chwilę później strzał z prawej strony oddał Jewhen Radionow, ale bramkarz poradził sobie z tym uderzeniem. W 93. minucie Szymon Kuźma dośrodkował piłkę w pole karne z prawego skrzydła. Tam był już Yampol, który z bliskiej odległości wpakował piłkę do siatki dając Świtowi zwycięstwo 2:1.

Śmiało można określić Yaroslava Yampola zawodnikiem meczu. Niemniej niewiele zabrakło, aby nowodworzanie po raz

trzeci w sezonie 2021/2022 zaznali porażki z Legią II Warszawa.

Białozieloni zajmują obecnie 3. miejsce w tabeli z 54. punktami na swoim koncie. Do prowadzącej Legionovii tracą 19 oczek i nie liczą się w walce o awans. Ten rozegra się pomiędzy drużyną z Legionowa a Polonią, która traci do Legionovii zaledwie 4 punkty.

Następny mecz Świt rozegra w sobotę, 28 maja. Zmierzą się wówczas na wyjeździe z Piłicą Białobrzegi, która plasuje się na 14. pozycji i wciąż walczy

o ligowy byt. Początek tego spotkania o godzinie 13:00.

Świt Nowy Dwór Mazowiecki – Legia II Warszawa 2:1 (0:0)

Bramki:

90', 93' Yampol – 50' Dziegielewski.

Świt:

Posiadała (81' Wasilko) – Cieślak, B. Michalik, Cuch, Ślesicki (62' Kuźma) – Tkaczyk, Sosnowski (62' Munik), Basiuk – Nawotczyński, Niesłuchowski (45' Radionow), Kowalczyk (45' Yampol).

Wojciech Lewandowski

Lp.	Nazwa drużyny	M	Z	R	P	Pkt
1.	Legionovia Legionowo	32	22	7	3	73
2.	Polonia Warszawa	31	22	3	6	69
3.	Świt Nowy Dwór Maz	31	16	6	9	54
4.	Legia II Warszawa	31	15	7	9	52
5.	Lechia Tomaszów Maz	32	15	6	11	51
6.	Błonia Błonie	31	15	6	10	51
7.	Ursus Warszawa	31	14	6	11	48
8.	Unia Skierniewice	31	15	3	13	48
14.	Pilica Białobrzegi	31	10	5	16	35
15.	Mamry Giżycko	31	10	3	18	33
16.	Znicz Biała Piska	32	9	5	18	32
17.	GKS Wiekielec	31	6	12	13	30
18.	Sokół Aleksandrów Łódzki	31	5	10	16	25
19.	Wissa Szczuczyn	32	3	9	20	18

ZAPROSZENIE

INFORMACJE O ZAPISACH ORAZ REGULAMIN TURNIEJU NA:
WWW.PZTS.PL

34. MŁODZIEŻOWE

MISTRZOSTWA POLSKI W TENISIE STOŁOWYM

PROGRAM ZAWODÓW:

- 26 maja (czwartek)**
09:00 - gra drużynowa
- 27 maja (piątek)**
08:50 - gra drużynowa - finały
11:00 - uroczyste otwarcie, dekoracja za grę drużynową
11:25 - gra pojedyncza i gra podwójna
- 28 maja (sobota)**
09:00 gra pojedyncza, gra podwójna i gra podwójna mieszana
- 29 maja (niedziela)**
09:00 - gra pojedyncza, gra podwójna i gra podwójna mieszana, finały i półfinały
14:00 - dekoracja za konkurencje indywidualne

Uroczyste zakończenie

26-29 MAJA 2022

hala NOSiR, ul. Młodzieżowa 1
NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Partnerzy:

Enea | PZTS | Ministerstwo Sportu i Turystyki | TIBHAR | PRZEGŁAD SPORTOWY | NOSiR | KTS | Główny Sponsoring Nowego Dworu

SPONSOR GENERALNY PZTS

PIŁKA NOŻNA

Wygrana i porażka Nasielszczan

W minionym tygodniu piłkarze trenera Pawła Mazurkiewicza rozegrali dwa ligowe spotkania. W środę, 18 maja podejmowali na własnym stadionie Wkrę Żuromin, by w niedzielę, 22 maja w Warszawie zmierzyć się z tamtejszą Unią

Przełamanie Żbika

W środowe popołudnie Zielono-czerwoni podejmowali u Siebie Wkrę Żuromin, która podobnie do nich znajduje się w strefie spadkowej. Wynik tego pojedynku w 20. minucie otworzył Mateusz Bramowicz. Tuż przed przerwą wynik na 2:0 podwyższył Marek Osiński.

Po przerwie goście zdobyli gola kontaktowego w 65. minucie za sprawą Luisa Silvy. Chwilę później nasielszczanie ponownie prowadzili dwiema bramkami po drugim trafieniu Bramowicza.

Ostatecznie mecz zakończył się wynikiem 3:1. Było to pierwsze zwycięstwo nasielszczan od 13 listopada 2021 roku. Przerwali również serię 9. porażek z rzędu.

Przegrana w Warszawie

Następny mecz nasielszczanie rozegrali na wyjeździe 22 maja. Ich rywalem była warszawska Unia.

Pierwsza połowa tego pojedynku zakończyła się remisem 1:1. Pierwsi na prowadzenie wyszli gospodarze z Warszawy. W 25. minucie do remisu doprowadził Maksymilian Czyżewski.

W drugiej połowie Unia dwukrotnie trafiała do bramki nasielszczan i to oni cieszyli się ze zwycięstwa 3:1. Podopieczni trenera Pawła Mazurkiewicza wciąż zajmują przedostatnie miejsce w tabeli z 15 punktami.

Następny mecz Zielono-czerwoni rozegrają w sobotę

28 maja. Podjął wówczas na własnym stadionie zespół Stoczniowca Płock, który zajmuje 9. miejsce i balansuje nad strefą spadkową. Początek tego pojedynku o godzinie 14:00.

Żbik Nasielsk – Wkra Żuromin 3:1 (2:0)

Bramki:

25' 70' Bramowicz – 65' Luis Silva.

Unia Warszawa – Żbik Nasielsk 3:1 (1:1).

Bramka:

25' Czyżewski.

Wojciech Lewandowski

Lp.	Nazwa drużyny	M	Z	R	P	Pkt
1.	Żabkowia Żabki	29	22	4	3	70
8.	Marcovia Marki	29	11	11	7	44
9.	Stoczniowiec Płock	29	13	2	14	41
10.	Świt Starożyby	28	10	9	9	39
11.	Unia Warszawa	29	11	4	14	37
12.	MKS Przasnysz	29	11	4	14	37
13.	Wkra Żuromin	29	12	0	17	36
14.	Sokół Sierock	29	7	4	18	25
15.	Drukarz Warszawa	29	7	4	18	25
16.	Huragan Wołomin	29	6	3	20	21
17.	Żbik Nasielsk	28	4	3	21	15
18.	Makowianka Maków Maz.	29	1	2	26	5

