



PROMOCJA
na cały asortyment

SKŁAD WĘGLA
ul. Szosa Rypińska
naprzeciw szpitala
ATRAKCYJNE CENY
SPRZEDAŻ RATALNA
tel. 881 005 188

OFERUJĘ
PELLET DRZEWNY
WYSOKIEJ JAKOŚCI
DOSKONAŁY ZAMIENNIK
EKO-GROSZKU
(pakowany w 15kg worki)
DOWÓZ GRATIS
TEL. 606-148-049

5.10.15.
ul. Piłsudskiego 14/1, Golub-Dobrzyń
(naprzeciwko policji)
Zapraszamy!
Poniedziałek - Piątek 9-17
Sobota 9-14
tel. 609 357 671

5.10.15.
ul. Piłsudskiego 14/1, Golub-Dobrzyń
(naprzeciwko policji)
Zapraszamy!
Poniedziałek - Piątek 9-17
Sobota 9-14
tel. 609 357 671

SKŁAD OPAŁU
tel. 530 170 270
ul. Dworcowa 2,
Kowalewo Pom.
WORKUJEMY
WSZYSTKO

CZWARTEK

29 CZERWCA 2017

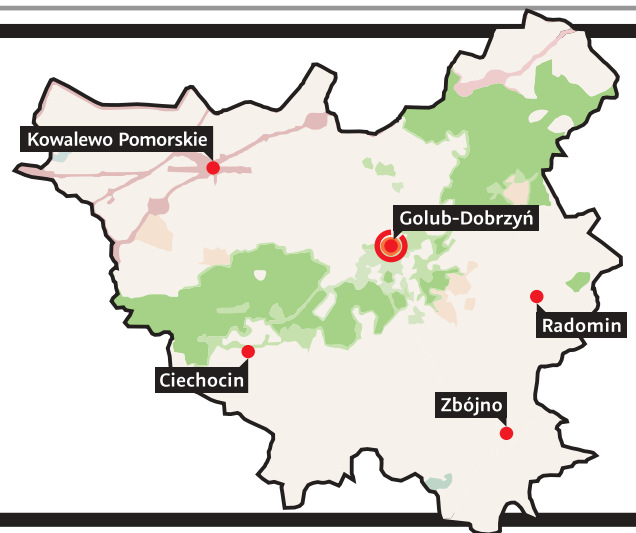
ISSN: 1899-864X

1,99 zł

w tym 5% VAT

nr 26/2017 (452)

CGD



TYGODNIK REGIONU GOLUBSKO-DOBZYŃSKIEGO

Wybory w spółdzielni

GOLUB-DOBZYŃ ▶ Wielkie przemeblowanie w radzie nadzorczej Spółdzielni Mieszkaniowej w Golubiu-Dobrzyniu. Nowych członków rady wyłoniło walne zebranie, które odbyło się w piątek 23 czerwca



Raz na 3 lata w spółdzielni odbywa się wybór 9-osobowej rady nadzorczej. Zgodnie z przepisami, członków tego grona obowiązuje dwukadencyjność. Ten zapis dotknął 7 z 9 członków dotychczasowej rady, przez co nie mogli już kandydować na kolejną kadencję. Na wakaty w radzie było 17 chętnych, którzy swoje kandydatury zgłosili z odpowiednim wyprzedzeniem i legitymując się poparciem minimum 20 członków spółdzielni. Frekwencja podczas walnego zebrania nie była powalająca. Biorąc pod uwagę, że cała spółdzielnia to 44 bloki i 1889 mieszkań, w tym 898 własnościowych

obecność na walnym zebraniu nieco ponad 100 osób nie napała optymizmem. W minionym roku spółdzielnia skupiła się na statutowej działalności oraz inwestycjach. Te najpoważniejsze to ocieplenie 3 bloków.

– W przyszłym roku chcemy zakończyć termomodernizację bloków na osiedlu przy ul. Sienkiewicza – mówi prezes Zbigniew Piotrowski. – W tym roku chcemy przeciwiczyć pewne rozwiązania finansowe, które sprawiają, że koszty termomodernizacji będą niższe.

Zarząd spółdzielni otrzymał absolutorium od członków. Swoją pracę podsumowała także do-

tychczasowa rada nadzorcza:

– Dziękuję za dotychczasową pracę, za to, że wiele spraw udało się rozwiązać pozytywnie. Uważam, że stan bloków jest lepszy niż na początku kadencji. Oczywiście można mówić, że zawsze może być lepiej, ale staraliśmy się na ile to tylko możliwe. Dość zaznaczyć, że zaczynając pracę rada miała do czynienia z zadłużen-

niem spółdzielców na 1,5 mln zł, a teraz spadło ono do 346 tys zł.

Najciekawszym momentem zebrania był wybór nowych członków rady. W jej skład wybrani zostali: Jarosław Zakrzewski, Andrzej Buczek,

Piotr Grzębski, Zyta Jarecka-Daszkiewicz, Agnieszka Nęckiewicz, Wojciech Szymczak, Agata Walczak, Krzysztof Skrzyniecki, Marian Burczyński.

Podczas dyskusji mieszkańcy spółdzielni podnosili m.in. tematy związane z bezpieczeństwem, stanem zieleni oraz planami inwestycyjnymi.

Tekst i fot. (pw)

Gmina Zbójno

Zbierają na nowy sztandar

Strażacy z OSP w Rużu od niedawna cieszą się z odnowionej świetlicy, do kompletu chcą też mieć nowy sztandar, bo chorągiew którą dysponują obecnie jest już wysłużona.



Chorągiew dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Rużu, która ma prawie stuletnią tradycję, ufundowali parafianie w 1958 roku. W tej chwili jest ona niestety w nie najlepszym stanie, bo m.in. wypłowiała. Strażacy zebrali już znaczącą część kwoty potrzebną na ufundowanie nowego sztandaru, ale niestety trochę im jeszcze brakuje.

Z apelem o pomoc zjawili się w naszej redakcji prezes OSP Rużo Kazimierz Kierkowski, naczelnik Andrzej Żółteńc oraz członkowie tegoż OSP Rafał Burkwicz i Sławomir Chojnicki.

– Z narażeniem własnego zdrowia i życia służymy nieprzerwanie Bogu i ludziom. Ci

ludzie właśnie w podzięce za naszą postawę, próbują wyrazić podziękowanie fundując sztandar strażacki, który niestety jest bardzo drogi – opowiadają strażacy. – Prosimy o wsparcie na ten cel. Każda kwota będzie nas cieszyła.

Osoby, które chcą wesprzeć strażaków z Ruża i przekazać choć najmniejszą darowiznę, która przyczyni się do ufundowania nowego sztandaru proszone są o wpłatę na konto w BS Piotrków Kujawski oddział Zbójno, NRB 95 9551 00002 0101 0332 2000 0010. Zbiórka funduszy potrwa do 10 lipca.

(magbet)
fot. nadesłane



Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania „Dolina Drwęcy” – po I naborach wniosków w ramach LSR

Stowarzyszenie LGD „Dolina Drwęcy” rozpoczęło wdrażanie Lokalnej Strategii Rozwoju na lata 2014-2020 – w dniu 10.04.2017r. ogłosiło 2 nabory wniosków dla operacji realizowanych przez podmioty inne niż LGD, finansowane w ramach Programu Rozwoju Obszaru Wiejskich na lata 2014-2020, w ramach następujących zakresów:

1/2017 – Budowa lub przebudowa ogólnodostępnej i niekomercyjnej infrastruktury turystycznej lub rekreacyjnej lub kulturalnej

2/2017 – Budowa lub przebudowa publicznych dróg gminnych lub powiatowych

Termin składania wniosków: 24.04-08.05.2017r.

Na nabór nr 1/2017 wpłynęło 5 wniosków (Wnioskodawcy – Gmina Zbójno, Gmina Kowalewo Pomorskie, Gmina Miasto Golub-Dobrzyń – 3 wnioski).

Na nabór nr 2/2017 wpłynęły

4 wnioski (Wnioskodawcy – Powiat Golubsko-Dobrzyński, Gmina Radomin, Gmina Ciechocin, Gmina Golub-Dobrzyń).

W dniu 29.05.2017r. Rada Stowarzyszenia LGD „Dolina Drwęcy” dokonała oceny i wyboru operacji – wszystkie wnioski zostały ocenione jako zgodne z LSR i wybrane do dofinansowania. W dniu 05.06.2017r. wybrane wnioski zostały przekazane do Urzędu Marszałkowskiego w Toruniu w celu dalszej weryfikacji.

W II połowie 2017r. planowane są kolejne nabory wniosków w ramach **tworzenia nowych przedsiębiorstw** (alokacja środków 500 000,00 zł) oraz **rozwoju istniejących przedsiębiorstw** (alokacja środków 800 000,00 zł).

Wszystkie działania animacyjne są częścią ogólnej kampanii informacyjno-promocyjnej LSR oraz ogłaszanych naborów wniosków

Stowarzyszenie LGD „Doli-

na Drwęcy” w okresie kwiecień – czerwiec 2017r. przeprowadziła następujące działania animacyjne:

- Kwiecień, maj, czerwiec – comiesięczne spotkania informacyjne w poszczególnych Gminach obszaru działania LGD (Powiat Golubsko-Dobrzyński)

- 10.05-09.06.2017r. – konkurs plastyczny dla uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych z obszaru działania LGD „Dolina Drwęcy” pn. „Moja mała ojczyzna po rewitalizacji”

- 18.06.2017r. – Zamek Golubski (plac turniejowy) – Lato w Dolinie Drwęcy – impreza promocyjna mająca na celu promocję Lokalnej Strategii Rozwoju na lata 2014-2020 oraz naborów wniosków

- 21.06.2017r. – Zamek Golubski – Konferencja na temat wdrażania Lokalnej Strategii Rozwoju na lata 2014-2020, ze szczególnym uwzględnieniem zagadnień

związanych z rewitalizacją, której towarzyszyło wręczenie nagród Laureatom konkursu plastycznego pn. „Moja mała ojczyzna po rewitalizacji”

- 22-23.06.2017r. – szkolenia dla potencjalnych Wnioskodawców z wypełniania dokumentacji aplikacyjnej – przed planowanymi naborami wniosków w ramach tworzenia nowych przedsiębiorstw i rozwoju istniejących przedsiębiorstw

- 24-25.06.2017r. – Wizyta studyjna do Wiosek Tematycznych w Borach Tucholskich – celem

wyjazdu było poznanie dobrych praktyk w celu pobudzenia liderów lokalnych do zwiększenia swojej aktywności

- 18-28.06.2017r. – konsultacje zmian lokalnych kryteriów wyboru

Stowarzyszenie LGD „Dolina Drwęcy” zaprasza wszystkich mieszkańców zainteresowanych pozyskaniem środków na utworzenie lub rozwój działalności do Biura LGD oraz na konsultacje społeczne organizowane co miesiąc w każdej z Gmin tworzących obszar działania LGD.

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Dolina Drwęcy”

Biuro Stowarzyszenia czynne:

poniedziałek, wtorek czwartek 10:00-18:00,

środa piątek 08:00-16:00

Plac 1000-lecia 22a

87-400 Golub-Dobrzyń

tel: 56 682 03 53

e-mail: lgddolinadrwecy@neostrada.pl



**WOJEWÓDZTWO
KUJAWSKO-POMORSKIE**



**Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny**



Projekt pt. **“Wsparcie na rzecz kosztów bieżących i animacji”**, współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Osi priorytetowej 11 Rozwój lokalny kierowany przez społeczność, Działania 11.1 Włączenie społeczne na obszarach objętych LSR Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020

nr umowy: **UM_EF.433.1.003.2017**

Celem projektu jest sprawne wdrażanie LSR, w tym realizacja Planu Komunikacji.

**TYGODNIK REGIONU
GOLUBSKO-DOBZYŃSKIEGO**

CGD

Redakcja:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20
tel. (56) 493 41 50
e-mail: redakcja@wpr.info.pl
Redaktor Naczelny:
Magdalena Betlejewska

Dział reklamy i ogłoszeń:
tel. (56) 493 41 50
e-mail: reklama@wpr.info.pl
Wydawca:
Wydawnictwo
Promocji Regionu Sp. z o.o.
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20
Druk:
GRUPA WM Sp. z o.o.
10-364 Olsztyn, ul. Tracka 5



Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do ich redagowania i skracania. Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń.

Wjechała na trzy auta

POWIAT ▶ Miniony tydzień obfitował w kilka wypadków. Do najbardziej groźnego doszło w czwartek w Dulsku. Samochody zderzyły się jeszcze w Kowalewie Pomorskim oraz Sierakowie



W Sierakowie auto wjechało do rowu

W miniony czwartek około godziny 23.50 dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Golubiu-Dobrzyniu powiadomiony został o wypadku w Dulsku. Skierowani

na miejsce mundurowi ujawnili nietrzeźwą 33-letnią mieszkankę gminy Zbójno. Kobieta kierując osobowym oplem, na prostym odcinku drogi straciła panowanie

nad pojazdem i wypadła z drogi „parkując” na dachach trzech aut stojących na terenie prywatnej posesji. Po zbadaniu stanu trzeźwości, okazało się że kierująca miała blisko dwa promile alkoholu w organizmie. Kobieta zatrzymano już uprawnienia do kierowania pojazdami. Za popełnienie przestępstwa grozi jej kara do 2 lat pozbawienia wolności.

Dzień wcześniej w Kowalewie Pomorskim seat nie zachowując zasad bezpieczeństwa w ruchu pojazdów uderzył w drzewo. Miejsce zdarzenia zabezpieczyła jednost-



W Dulsku pijany kierowca wjechał na trzy auta

ka OSP Kowalewo Pomorskie. Na miejsce przybyła również policja oraz pogotowie ratunkowe, które udzieliło pomocy kierującemu. Kierowca nie wymagał hospitalizacji. Straż Pożarna usunęła pojazd z drogi, a następnie uprzątnęła jezdnię.

Natomiast w sobotę, w Sierakowie kierowca innego seata zjechał z drogi i uderzył w drzewo. Działania Straży Pożarnej polegały

na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia, odłączeniu akumulatora i zakręceniu butli z gazem LPG. Policja kierowała ruchem wahadłowo. Zespół Ratownictwa Medycznego udzielał pomocy kierującemu. Poszkodowanego zabrano do szpitala. Na miejscu działała jednostka PSP z Golubia-Dobrzynia oraz OSP Wielkie Rychnowo.

(szyw)

fot. nadesłane

Gmina Ciechocin

Absolutorium dla Cieszyńskiego

Podczas sesji 22 czerwca Rada Gminy Ciechocin miała za zadanie zaopiniować działania wójta za ostatni rok. Efektem tego jest udzielone absolutorium większością głosów.



Podczas ostatniej sesji Rada Gminy Ciechocin udzieliła wójtowi Jerzemu Cieszyńskiemu absolutorium z tytułu wykonania

budżetu na 2016 rok. Jest to potwierdzenie prawidłowej działalności wójtów w zakresie gospodarki finansowej. Radni przed podjęciem decyzji zapoznali się z pozytywną opinią Regionalnej Izby Obrachunkowej w Bydgoszczy, a także sprawozdaniami. Analizowali w tym zakresie sprawozdanie wójta gminy z wykonania budżetu na 2016 rok oraz sprawozdanie finansowe. Z obecnych na sesji 12 radnych 9 opowiedziało się za przyjęciem absolutorium, natomiast wstrzymały się 3 osoby. Sprzeciwów nie było.

– Wszystko jest dobrze, chociaż przy głosowaniu 3 osoby się wstrzymały. Jedna zawsze jest

przeciwna, a przy niej są dwie pozostałe. Generalnie współpraca pomiędzy radnymi a wójtem jest jednak dobra. Należy wziąć pod uwagę, że na początku gmina miała prawie 60% zadłużenia, a po objęciu władzy przez obecnego wójta zadłużenie zmniejszyło się do ponad 30%. To o czymś świadczy. Każdemu życzyłbym takiego wójta jak Cieszyński. Jest bardzo pracowity i zwraca uwagę na każdy szczegół. Ja nie mam żadnych obaw i mu ufam – komentuje przewodniczący Rady Gminy Ciechocin Kazimierz Detmer.

Daria Szpejenkowska
fot. nadesłane

OGŁOSZENIE



Camper na wynajem
tel.: 601 917 253

OGŁOSZENIE

ZATRUDNIĘ
montażystę stolarki
okiennej i drzwiowej
z doświadczeniem,
wymagane prawo jazdy kat. B
Tel.: 516 155 500

OGŁOSZENIE



Gra-Mar

Firma PHU Gra-Mar
poszukuje pracownika na stanowisko
kosztorysant budowlany
oraz pracownika biurowego,
mile widziane doświadczenie
Wszelkie dodatkowe informacje
pod numerem 694168958
lub w siedzibie firmy
Kowalewo Pomorskie ul. Chopina 35.

KUJAWSKO-POMORSKA SZKOŁA WYŻSZA W BYDGOSZCZY

[Znajdź nas na Facebooku!](#) www.facebook.com/kpswbydgoszcz

Studia magisterskie i licencjackie

- PRAWO**
Studia prawnicze 5-letnie
specjalizacje: prawo administracyjne, prawo cywilne, prawo karnego, prawo konstytucyjne, prawo międzynarodowe, prawo europejskie, prawo ekonomiczne, prawo energetyczne, prawo finansowe, prawo gospodarcze, prawo handlowe, prawo informatyczne, prawo medyczne, prawo rolnicze, prawo transportowe, prawo wojskowe, prawo zbrojowe, prawo zbrojne i inne.
- ADMINISTRACJA**
publiczna, samorządowa, gospodarcza, administracja i prawo w biznesie, bezpieczeństwo publiczne, w organach wymiaru sprawiedliwości, polityka resocjalizacyjna i inne.
- EKONOMIA**
organizacja i zarządzanie w administracji, rachunkowość przedsiębiorstwa i finanse, zarządzanie budżetami, prawo podatkowe i rachunkowość, handel międzynarodowy, analizy rynkowe finansowych, logistyka i zarządzanie łańcuchem dostaw i inne.
- PEDAGOGIKA**
edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna (nauczycielska), edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna z językiem (nauczycielska), edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna z programowaniem, pedagogika rewalidacyjna, pedagogika opiekuńcza z et. terapii pedagogicznej, rekrutacja z pedagogiką, pedagogika, wychowanie obywatela i inne.
- PRACA SOCJALNA**

Studia inżynierskie

- GEODEZJA I KARTOGRAFIA**
geodezja ogólna, geoinformatyka
- BUDOWNICTWO**
drogowe, ogólnie, energooszczędne, wieloetapowe, budowlanych i inne.
- INFORMATYKA**
informatyka, grafika komputerowa, informatyka i programowanie i inne.

Studia podyplomowe, kursy i szkolenia

MOŻLIWOŚĆ ZDOBYCIA DWÓCH DYPLOMÓW ORAZ DODATKOWO UPRAWNIEN NAUCZYTELSKICH

KONKURENCYJNE CZESNE

REKRUTACJA:
ul. Toruńska 55-57, 85-023 Bydgoszcz

52 322 0 322
500 149 149

rekrutacja@kpsw.edu.pl
informator.kpsw.edu.pl

Nasze sołectwo, nasze sprawy

GMINA KOWALEWO POMORSKIE ➤ Sołectwo Chełmonie położone jest z dala od głównych tras komunikacyjnych naszego powiatu i jest jednym z mniejszych sołectw nie tylko gminy Kowalewo Pomorskie. Kieruje nim Zbigniew Zabielski



Sołectwem Chełmoniec kieruje od 2015 roku Zbigniew Zabielski

Sołectwo Chełmoniec jest położone w odległości około 10 kilometrów od siedziby gminy w Kowalewie Pomorskim. W jego skład wchodzi również wieś Gapa. Jest bardzo małym sołectwem, które zamieszkuje 180 mieszkańców. Większość z nich zajmuje się uprawą ziemi i pracą w okolicznych zakładach pracy w Kowalewie Pomorskim i Golubiu-Dobrzyń. Sołectwem od marca 2015 roku kieruje Zbigniew Zabielski. Jest emerytowanym funkcjonariuszem policji i jak sam mówi pomoc społeczeństwu ma we krwi. Był dzielnicowym i zna „od podszewki” problemy miejscowej ludności. Do startowania w wyborach sołectkich namówił go właśnie ludność i poparła również żona Marzanna. W czasie wolnym uwielbia zajmować się własną pasieką, o których może opowiadać godzinami.

– Na co wystarcza mały budżet sołectwa?

– Nasz budżet jest naprawdę bardzo mały i na 2017 rok wynosi on około 13 tys. zł. Większość tego budżetu, bo prawie 8 tys. zł. zostało przeznaczona na utrzymanie lokalnych dróg. Zakup tłucznia i użycie równiarki jest bardzo kosztowne a przecież każdy chce mieć dobre drogi. Po-

została kwota tj. około 5 tys. zł. została przeznaczona na utrzymanie świetlicy i działalność kulturalną sołectwa. Wracając do naszej świetlicy to została ona kilka lat temu gruntownie wyremontowana ze środków unijnych przy dużym wkładzie gminy. Pomieścić się może w niej około 100 osób. Posiada ogrzewanie olejowe, własną oczyszczalnię ścieków. Jest głównym punktem gdzie spotykają się mieszkańcy i odbywa się tam życie sołectkie. Bardzo często jej pomieszczenia są wykorzystywane przez mieszkańców dla własnych imprez. Z wynajmu świetlicy w zeszłym roku uzyskaliśmy 1,5 tys. zł., które to pieniądze zasilili budżet sołectki.

– Czy mieszkańcy chętnie biorą udział w imprezach kulturalnych organizowanych przez sołectwo a jeżeli tak to, w jakich?

– Mieszkańcy zawsze chętnie angażują się w życie sołectkie. Co roku organizujemy Dzień Dziecka, na którym bawi się około 30 najmłodszych mieszkańców. Jest grill, napoje i zabawy dla dzieci. Cykliczną imprezą są na pewno „majówki”, czyli imprezy integracyjne dla dorosłych. Uczestniczy w nich ponad 20 osób. Organizowany jest również Dzień Kobiet.

W naszym sołectwie nie istnieje Koło Gospodyń Wiejskich, ale w ostatnim okresie czasu nasze panie myślą o jego reaktywacji. W okresie zimowym organizujemy kulię połączony z grillem i grzaniem winem. Jest to jednak uzależniona od opadów śniegu a z tym różnie bywa. W naszej świetlicy znajduje się stół do gry w tenisa stołowego, który ufundował sołectwu nasz radny Michał Klawczyński. Jest on bardzo wykorzystywany przez młodzież. Pan Klawczyński również wspomaga nasze imprezy. Społeczność sołectwa również aktywnie uczestniczy w imprezach organizowanych przez gminę. W ramach konkursu „Przywracamy urok naszej gminie” odnowiliśmy już otoczenie świetlicy. Nasadziliśmy drzewka i pergole z kwiatami. W 2017 roku odnowiliśmy figurę Matki Boskiej znajdującą się w centrum wsi. Została ona obłożona granitem i ułożona została kostka brukowa. Zostały postawione donice z kwiatami. Koszt odnowienia kapliczki to kwota ponad 3 tys. zł. Pieniądze te zostały zebrane przez mieszkańców wsi. Również w okresie dożynek sporządzamy wieńce dożynkowe i ustawiamy tzw. witacze dożynkowe”. Zawsze uzyskane nagrody w ramach konkursów zasilają nasz budżet sołectki. W tym roku również przygotowujemy się do dożynek gminnych a jako, że jesteśmy współorganizatorami to czeka nas dużo pracy, ale i odpowiedzialności, którą mam nadzieję uniesiemy.

– Czy często korzystacie z pomocy władz samorządowych Kowalewa Pomorskiego?

– Nasza współpraca z władzami gminy układa się bardzo pozytywnie. Przy każdych imprezach staramy się o wsparcie finansowe i je otrzymujemy pod różnymi postaciami. Również w inwestycjach otrzymujemy bardzo duże wsparcie. Między innymi została wyremontowana całkowicie droga relacji Chełmonie przez Gapę do Kowalewa Pomorskiego. Przecież bez wsparcia gminnych urzędników i środków unijnych nie byłoby to możliwe.

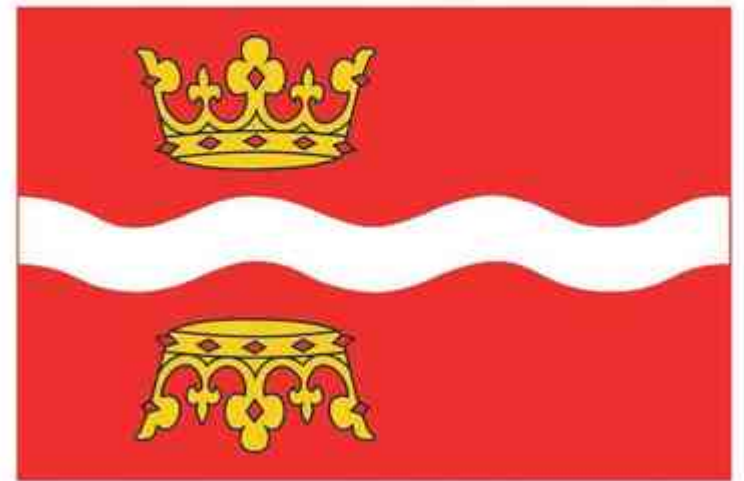
Rozmawiał i fot. Marek Wiśniewski

Gmina Golub-Dobrzyń

Nowy, lepszy herb

Gmina Golub-Dobrzyń może pochwalić się nowymi symbolami. Są one bardziej czytelne i odróżniają gminę od miasta i powiatu.

FLAGA GMINY GOLUB-DOBRZYŃ



Poprzedni Herb Gminy Golub-Dobrzyń został przyjęty uchwałą Rady Gminy w 1997 roku. Wtedy nie było wymogu sprawdzenia symbolu i wydania opinii przez Komisję Heraldyczną. Okazało się jednak, że herb nie spełnia zasad heraldyki ze względu na kształt tarczy, kolory oraz liczbę szczegółów. Przygotowania poprawnych projektów symboli podjął się Alfred Znamierowski. Jest on historykiem i heraldykiem z Instytutu Heraldyczno-Weksylologicznego.

Projekty były zgłaszane z razy, ponieważ za pierwszym Komisja Heraldyczna wyraziła swoje uwagi i zastrzeżenia. Ważne było ukazanie historycznej przynależności z części gminy do dawnego Państwa Krzyżackiego i Królestwa Polskiego wraz z granicą, której rolę pełniła Drwęca. Nie pozostawiono natomiast wizerunku gołębia symbolizującego komturstwo golubskie. Według Komisji Heraldycznej pozostawienie gołębia nie jest najlepszym pomysłem, ponieważ występuje w symbolach miasta i powiatu. Nowy herb gminy Golub-Dobrzyń miał być jak najbardziej indywidualny. Drugi projekt miał w sobie cechy, o których wspominała komisja. Opinia wydana na jego temat była pozytywna, co znaczyło, że gmina znalazła swój nowy, odpowiedni symbol.

Przypomnijmy, co przedstawia nowy herb. Są to złote korony na czerwonym tle. Zostały wzięte z herbów województwa chełmińskiego i ziemi dobrzyńskiej. Korony łożone są podstawami do siebie, a oddzielone są srebrnym, falistym pasem. Symbolizuje on Drwęcę. Decyzją Rady Gminy Golub-Dobrzyń zostały przyjęte: nowy herb, flaga, banner, flaga stolikowa, pieczęć,

szteandar oraz łańcuchy wraz z zasadami ich używania.

– Uważam, że nowy herb lepiej oddaje symbole naszej gminy niż poprzedni. Bardzo widoczna jest wstęga imitująca Drwęcę, a to jest ważne. Poszczególne elementy są proste i zrozumiałe. Nowy wizerunek bardziej się kojarzy z gminą Golub-Dobrzyń, myślę, że jest bardzo udany – ocenia herb radny Artur Kaszyński.

– Doszliśmy do wniosku, że trzeba zweryfikować poprzedni herb pod względem historycznym. Na tamten moment w pewien sposób nawiązywał do historii, natomiast podjęliśmy weryfikację w oparciu o dane komisji heraldycznej zgodnie z obowiązującymi przepisami – mówi sekretarz gminy Krzysztof Pieczka. – Herb generalnie spodobał się, spotkaliśmy się już z pierwszym, pozytywnym odzewem mieszkańców i radnych. Możemy stwierdzić, że mamy królewską gminę, obecnie w herbie są z korony. Odpowiada to prawdzie, gdyż ziemie te należały do z królestw. W toku historii były to Prusy Książęce i Królestwo Polskie. Cieszymy się, że w herbie pojawił się symbol rzeka Drwęcy. Liczymy na to, że nowy herb umocni tożsamość gminy Golub-Dobrzyń – dodaje.

Daria Szpejenkowska

CGD

REKLAMA W CGD

ZADZWOŃ

TEL. (56) 493 41 50

Sesja z Victoriami

GMINA GOLUB-DOBRZYŃ ▶ Pamiątkowa statuetka, dyplom i stypendium wręczone w obecności rodziców, nauczycieli i władz gminy – to sposób uhonorowania najlepszych uczniów i nauczycieli w gminie Golub-Dobrzyń



Od kilku lat w gminie Golub-Dobrzyń organizowane są uroczyste sesje podczas których honorowani są najlepsi uczniowie. W tym roku odbyła się ona 20 czerwca w hali Publicznego Gimnazjum w Gałczewie.

– To bardzo ważne dla

uczniów, rodziców i nauczycieli, że ich trud jest doceniany w taki sposób – mówi Maria Gregorowicz, dyrektor gimnazjum.

W pierwszej części sesji wręczono nagrody uczestnikom gminnego konkursu Polski papież 1978-2005 – ku pamięci. Następnie wręczo-

no stypendia wójta. Otrzymują je młodzi mieszkańcy gminy, którzy w roku szkolnym uzyskali średnią ocen na poziomie minimum 4,75 oraz posiadają co najmniej dobre zachowanie. Stypendia otrzymali także uczniowie, którzy wygrali konkurs przedmiotowy na szczeblu co najmniej wojewódzkim. Nagroda rzeczowa trafiła do najlepszego gimnazjalisty, który uzyskał najwyższy wynik na egzaminie.

Nauczyciele i uczniowie otrzymywali statuetki Victorii oraz pamiątkowe dyplomy. Otrzymali je również sportowcy gminni: siatkarze z Gałczewa oraz kolarze z klubu LUKS Grodno Nowogród. Z programem artystycznym podczas sesji wystąpili gimnazjaliści oraz uczniowie Szkoły Podstawowej w Ostrowie.

Tekst i fot. (pw)



Kowalewo Pomorskie

Teraz czas na wypoczynek

23 czerwca uczniowie zakończyli pracowity rok nauki. Z tej okazji najlepsi otrzymali świadectwa z wyróżnieniem i nagrody, zaś ich rodzice listy gratulacyjne od dyrektorów szkół.

W Zespole Szkół w Kowalewie Pomorskim najwyższą średnią ocen (5,18) uzyskała Aleksandra Pokora z kl. 1 technikum

żywienia i usług gastronomicznych. Świadectwa z wyróżnieniem otrzymali ponadto – Piotr Szlęk (kl. 1 TŻ), Łukasz Łakomiec

(kl. 1 TM), Karolina Wojnowska (kl. 1 E), Ilona Dec Dec (kl. 2 TŻ), Weronika Olszewska (kl. 3 TŻ), Paulina Przyziółkowska (kl. 3

Węgiersk

Noc nad Grodnem

Nocą Kupały nad jeziorem Grodno w minioną środę zakończył się projekt Teenfolk realizowany przez nieformalną grupę z Węgierska.

Projekt Teenfolk był adresowany do młodzieży z Węgierska. W ciągu minionych tygodni odbył się szereg spotkań podczas których wykonywano tradycyjne potrawy m.in. podpłomyki, przygotowywano wianki oraz stroje, które następnie wykorzystano w czasie Nocy Kupały nad Grodnem. Wieczór rozpoczęło plectenie wianków,

a następnie krótka inscenizacja dotycząca święta wianków na podstawie dzieł Kolberga. Na uczestników czekała również gra terenowa, po której odbyło się ognisko oraz tradycyjne puszczanie wianków.

Projekt uzyskał dofinansowanie z środków Funduszu Inicjatyw Obywatelskich.

Tekst i fot. (pw)



TŻ). Ponadto najlepsi uczniowie technikum mechatronicznego odebrali stypendia ufundowane przez firmę Plastica sp. z o.o. we Frydrychowach. Nagrody wręczył szef firmy Plastica Sp. z o.o. Roman Grzymowicz. Stypendium w wysokości 1 tys. zł otrzymał Łukasz Łakomiec (kl. 1 TM), Dominik Kula (kl. 2 TM), Fabian Krawczyk (kl. 2 TM) i Paweł Poniewirski (kl. 3 TM).

Podczas uroczystości w ZS w Kowalewie Pomorskim gośćmi byli Małgorzata Piaskowska, kierownik wydziału oświaty starostwa powiatowego w Golubiu-Dobrzyniu, która reprezentowała starostę pana Andrzeja Okrucieńskiego oraz Ilona Rybicka, pełnomocniczka burmistrza Kowalewa Pomorskiego Andrzeja Grabowskiego.

Tekst i fot. (krzan)



Szef firmy Plastica Sp. z o.o. Roman Grzymowicz ufundował stypendia dla najlepszych uczniów technikum mechatronicznego



Uczniowie (którzy otrzymali świadectwa z wyróżnieniem) w towarzystwie dyrektora szkoły Bogdana Oskwarka i kierownika wydziału oświaty Małgorzaty Piaskowskiej

Pożegnali szkołę

POWIAT ➤ Uczniowie w całym kraju zakończyli rok szkolny. W dniu rozdania świadectw odwiedziliśmy kilka szkół w naszym powiecie

Uroczysta akademia, pogadanka kwiatek dla nauczycieli i...wakacje. Upagniony moment nauczycieli i uczniów już nadzedł. Z aparatem odwiedziliśmy szkoły w Dulsku, Radominie i Golubiu-Dobrzyniu.

– Mam nadzieję, że będę odwiedzać moją rodzinę. Pojadę nad morze, w góry lub inne ciekawe miejsca. Bardzo lubię pić

nożną i chciałabym zapisać się na treningi, które są organizowane tutaj co tydzień. Poza tym będę pomagała mamie w domowych obowiązkach i znajdę więcej czasu dla mojego kota – opowiada o swoich zamiarach Marta Kazaniecka, która ukończyła 6 klasę Szkoły Podstawowej w Dulsku.

– W wakacje mam zamiar jechać nad morze, odwiedzać

babcię i spędzać swój czas z rodziną i przyjaciółmi. Wybieramy się na wycieczkę szkolną do Torunia w ramach wakacji. Mam plan chodzić na zajęcia taneczne oraz rozpocząć naukę pływania – mówi o wakacyjnych planach jej koleżanka z klasy Klaudia Stasińska.

Tekst i fot. (daria)



Ciągniki zawładnęły miastem

GOLUB-DOBRZYŃ ▶ IX Wystawa Starych Ciągników i Maszyn Rolniczych była okazją do zobaczenia historii na żywo. Pasjonaci starych ciągników i maszyn rolniczych pokazali, co można zrobić ze starym sprzętem rolniczym, jak go reaktywować i jeszcze mieć z tego zadowolenie

W ostatni weekend miastem zawładnęły stare ciągniki i ich pasjonaci. W sobotę otwarto IX wystawę starych ciągników i maszyn rolniczych. Jest to okazja do poznania unikatowych maszyn, których już na pewno nie spotkamy na drodze. Wszystko to dzięki aktywności Stowarzyszenia Retro-Traktor, które wystawę zorganizowało.

Na zaproszenie organizatorów odpowiedzieli pasjonaci z całej Polski. Przyjechali między innymi z Łodzi, Koszalina, Bydgoszczy i Węgorzewa. Niektórzy na swoich maszynach.

– Przyjechaliśmy na wystawę

aż z miejscowości Gotków Osiedle w województwie zachodniopomorskim – opowiadają Maria i Jerzy Rąpała. – Przyjechaliśmy na własnym ciągniku Zetor Major z 1963 roku. Przejechaliśmy łącznie prawie 600 kilometrów a podróż trwała 4 dni.

Jak sami mówią uwielbiają takie podróże i jest to ich sposób na życie emeryta. Na wystawie zgromadzono ponad 70 ciągników, kilkanaście maszyn rolniczych, kilka starych samochodów i motocykli. Obok starych ciągników można również było zobaczyć eksponaty wystawione przez Muzeum Wojsk Lądowych z Bydgoszczy i Mu-

zeum Artylerii z Torunia. Ukoronowaniem imprezy było na pewno przejazd wszystkich maszyn ulicami miasta.

Wystawa była okazją do poznania historii starych maszyn a chętni mogli zaznać chwilę emocji korzystając z możliwości przejażdżki, oczywiście razem z właścicielem pojazdu.

– Cała impreza mogła się odbyć dzięki wsparciu finansowemu otrzymanemu od władz samorządowych miasta i lokalnym sponsorom – dziękuje Michał Piotrowicz, prezes Stowarzyszenia Retro-Traktor.

Tekst i fot. (maw)



Członkowie stowarzyszenia oraz goście na pamiątkowej fotografii



Na parkingu przy Drwęcy zaprezentowano kilkadziesiąt ciągników, samochodów i maszyn rolniczych



Oprócz ciągników na wystawie można było zobaczyć stare samochody



Chętni mogli skorzystać z przejażdżki



Maria i Jerzy Rąpała przy swoim pojeździe



Stowarzyszeniem Retro-Traktor kieruje Michał Piotrowicz (z prawej)



Pojazdy oglądały całe rodziny

PLAC TYSIĄCLECIA 3 GOLUB-DOBRZYŃ

- w młynie -

Delikatesy Centrum

3⁸⁹

Ćwiartka z kurczaka
1 kg

14⁹⁹

Schab wieprzowy b/k
1 kg

12⁹⁹

Ser Sokół
1 kg

1⁴⁹

Arbuz
1 kg

0⁹⁵

Ziemniaki wczesne
1 kg

5⁸⁹

Kawa Family
250 g
mielona
Tchibo

6⁴⁹
za 2 szt

Napój Coca-Cola
Fanta
Sprite
2 x 1,5 l
Coca-Cola

27⁹⁹

Produkty do prania
Proszek Bryza Express
6,375 kg, różne rodzaje
Kapsułki żelowe
1 opak./42 szt.
Reckitt Benckiser

1⁹⁹

Piwo Tyskie
Gronie
0,5 l

• butelka zwrotna
Kampania Piwowska

11⁹⁹

Piwo Tatra
6 x 0,5 l
• puszka
Grupa Żywiec



1/2 LITRA PIWA ZAWIERA 25 GRAMÓW CZYSTEGO ALKOHOLU

SPRZEDAŻ ALKOHOLU OSOBOM PONIŻEJ 18. ROKU ŻYCIA JEST PRZESTĘPSTWEM

OFERTA WAŻNA od 29.06.2017 do 05.07.2017 LUB DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

ZDJĘCIA ZAMIESZCZONE W GAZECIE MOGĄ NIEZNACZNIE ODBIEGAĆ OD WIZERUNKU PRODUKTÓW ZNAJDUJĄCYCH SIĘ W SPRZEDAŻY. PRZEPRASZAMY ZA EWENTUALNE BŁĘDY DRUKARSKIE

Odliczanie do turnieju

GOLUB-DOBRZYŃ ➤ Już w przyszłym tygodniu 41. Wielki Turniej Rycerski na Zamku Golubskim. W tym tygodniu garść informacji na temat pierwszego turnieju z roku 1977



Pierwszy turniej rycerski został zorganizowany z inicjatywy Zygmunta Kwiatkowskiego, dyrektora Zamku Anny Wazówny w Golubiu w lipcu 1977 r. Było to pionierskie wydarzenie, do którego organizacji zaangażowano wielu ludzi, których pasją była historia i konie. Wielkie widowisko historyczne, wkrzeszające tradycje rycerskie przygotowane było według starych tradycji i rytuałów średniowiecznych. Turniej zorganizowany na Zamku Golubskim w 1977 r. był pierwszą tego typu imprezą

w Polsce i na świecie.

Na posiedzeniu Wielkiej Rady Turniejowej przed pierwszym turniejem uchwalono regulamin dla członków drużyn rycerskich które miały brać udział w tym wydarzeniu. Regulamin stanowił m.in., że turnieje odbywać się będą na przedzamczu i przebiegać będą według zasad i zwyczajów dawnych turniejów rycerskich. Organizatorzy zakładali, że turnieje odbywać się będą co roku.

Do udziału w pierwszym turnieju zgłosiły się tylko 3 chorągwie: Chorągiew Chełmińska

z Nowych Jankowic prowadzona przez Michała Masłowskiego, Chorągiew Bydgoska prowadzona przez Lecha Ojczenasza oraz Chorągiew Golubska pod wodzą Zygmunta Kwiatkowskiego. Rycerze składali następującą przysięgę: „W przytomności zgromadzonych tu dam pięknych i panów dostojnych przyrzekamy, iż jak w codziennej swej służbie tak i dziś w rycerskich zmaganiach na golubskim zamku pomni będziemy, co jest zaszczytnym prawem i obowiązkiem rycerzy, a w szczególności: ojczystemu krajowi służyć, w imię słusznej sprawy zawsze walczyć, kobiet, wdów, sierot i słabych bronić, o honor rycerski swój dbać, stawiając czoło najstrasznieszemu nawet przeciwnikowi. Stając w szranki na Golubskim Zamku w obliczu dam serc naszych, dostojnych gospodarzy i gości oświadczamy, że zgodnie z obyczajem rycerskim otwarcie i mężnie walczyć będziemy, nie używając podstępów i zdrady, zmagając się nie tylko o nagrodę zwycięstwa, lecz dla okazania swej sztuki rycerskiej oraz szacunku dla swojej i przeciwników czci, godnej rycerza.”

Naszych czytelników zachęcamy do obejrzenia tegorocznego turnieju i do uczestnictwa w kon-

kursach z nim związanych. Wydarzeniem otwierającym turniej jest przemarsz orszaku rycerskiego ulicami Golubia-Dobrzynia. Wraz z włodarzami zamku ogłaszamy konkurs na najładniejszy strój nawiązujący do epoki w której żyła Anna Wazówna. Przewidziano w nim 2 kategorie: dzieci do lat 12, oraz młodzież powyżej tego wieku i dorosłych. Zapewniamy bardzo atrakcyjne nagrody.

Czekamy też na odpowiedzi w konkursie wiedzy o Annie Wazównie. Pytania publikowaliśmy w czerwcowych numerach naszego tygodnika.

Odpowiedzi na wszystkie pytania konkursowe (opublikowane w 3 kolejnych numerach 8, 15 i 22 czerwca), należy umieścić na jednej kartce, do której należy dołączyć wycięte z 3 w/w numerów

logo tygodnika wraz z numerem i datą wydania. Na odpowiedzi czekać będziemy do 3 lipca. Wśród nagród konkursowych m.in. wejściówki na tegoroczny turniej, oraz bilet na zabawę sylwestrową na Zamku Golubskim.

Więcej informacji o konkursach i programie tegorocznego 41. Wielkiego Międzynarodowego Turnieju Rycerskiego na Zamku Golubskim w kolejnych numerach naszego tygodnika, oraz na naszej stronie golub-cgd.pl.

Za tydzień ostateczny i szczegółowy program turnieju i kolejna garść historii turnieju i zamku.

Oprac. (magbet)

(na podstawie publikacji „Turnieje rycerskie na Zamku Golubskim” Stanisława Masłowskiego

fol. Zamek Golubski



PROGRAM WYDARZENIA

Piątek, 7 lipca

Godz. 18.00 – przemarsz orszaku rycerskiego ulicami Golubia-Dobrzynia, inauguracja turnieju na rynku golubskim

Sobota, 8 lipca

Godz. 11.00 – otwarcie turnieju, wręczenie podziękowań, wystąpienia gości honorowych

Godz. 12.00 – eliminacje konnego turnieju zręcznościowego cz. I

Godz. 12.00 – eliminacje turnieju kuszniczego i łuczniczego

Godz. 14.30 – pokaz Chorągwi Husarskiej Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Godz. 15.00 – eliminacje konnego turnieju zręcznościowego cz. II

Godz. 17.30 – pokaz grupy kaskaderskiej „Ukrainian Cossacks”

Godz. 18.00 – pokazy rycerzy pieszych

Godz. 18.30 – międzynarodowy turniej konny rycerzy ciężkozbrojnych – kruszenie kopii (Joust)

Niedziela, 9 lipca

Godz. 11.00 – otwarcie drugiego dnia turnieju, wystąpienia gości honorowych

Godz. 11.30 – finały indywidualnego konnego turnieju zręcznościowego

Godz. 12.00 – finały turnieju kuszniczego i łuczniczego

Godz. 13.00 – pokaz Chorągwi Husarskiej Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Godz. 13.30 – pokaz grupy kaskaderskiej „Ukrainian Cossacks”

Godz. 14.30 – międzynarodowy turniej konny rycerzy ciężkozbrojnych – kruszenie kopii (Joust)

Godz. 15.30 – turniej międzynarodowy drużynowy

Godz. 17.00 – ogłoszenie wyników, wręczenie nagród dla zwycięzców turniejów

Najlepsi w Polsce

KONKURS ➤ Najlepsze gospodarstwo znajduje się w naszym regionie. 20 czerwca rolnicy z Pikutkowa w powiecie włocławskim odebrali z rąk prezydenta Andrzeja Dudy nagrodę Agro Liga 2016

Państwo Spychalscy prowadzą gospodarstwo warzywne o powierzchni 80 ha. Ich specjalnością są warzywa gruntowe. W drodze do zwycięstwa pokonali 2,5 tys. gospodarstw z całej Polski. Nie jest to pierwsza nagroda dla tych rolników. Wcześniej uzyskali tytuł najbezpieczniejszego gospodarstwa, za co otrzymali ciągnik. Na produkcję warzyw laureaci Agro Ligi przedstawili się pod koniec lat 90. Wcześniej byli gospodarstwem

wielotowarowym. Dziś znani są z pomidorów, cebuli, buraków i marchwi. Nie działają sami. Z innymi plantatorami założyli stowarzyszenie producentów, przy pomocy którego sprzedają swoje produkty.

Agro Liga ruszyła także w tym roku. Do końca września powinniśmy znać mistrzów wojewódzkich. Jury konkursowe bierze pod uwagę kilka czynników. Ważne, by kandydaci uzyskiwali plony powyżej średniej krajowej.

W gospodarstwach może być prowadzona dodatkowa działalność gospodarcza (świadczenie usług mechanizacyjnych i innych, przetwórstwo, agroturystyka, itp.), z której dochody nie przewyższają jednak dochodów z zasadniczej działalności rolniczej. W gronie laureatów nie mogą się znaleźć gospodarstwa z niedokończonymi inwestycjami, mocno zadłużone lub niestabilne ekonomicznie.

(pw)

Pogoda

Suchy początek czerwca

Na polach jest sucho, ale sytuacja nie jest tragiczna - głównie dzięki wiosennym opadom.

W niektórych regionach kraju susza daje się rolnikom we znaki. Najgorsza sytuacja jest na Dolnym Śląsku, w okolicach Wrocławia oraz na Lubelszczyźnie. W naszym regionie zagrożenia, póki co, nie ma. Zapas wody powoduje, że obecne niedobory nie będą przyczyną znacznego obniżenia plonów.

Ostatnie słowo w sprawie występowania (bądź nie) suszy rolniczej ma Instytut Upraw, Nawożenia i Gleboznawstwa. Jego pracownicy tworzą cykliczne, comiesięczne raporty. System monitorowania suszy był wielokrotnie krytykowany przez organizacje rolnicze, ale wciąż to jedyna oficjalna ścieżka do stwierdzenia

tego zjawiska.

Wiele powodów do zmartwień mają gospodarze we Włoszech. Tam opadów nie widziano od dawna, a w malowniczej Toskanii czy Ligurii plony będą o kilkadziesiąt procent niższe niż przed rokiem. Nie pomagają nawet zamontowane na polach deszczownice.

(pw)

Prawo

Lek na zapachy z ferm

Hodowla zwierząt, zwłaszcza ta intensywna, powoduje, że mieszkańcy wsi są narażeni na życie w smrodzie. Czy uda się to zmienić?



W naszym kraju powstaje coraz więcej wielkich ferm. Zapachy towarzyszące hodowli są niezbyt przyjemne. Jak zmniejszyć ich dokuczliwość? Kluczowe są plany zagospodarowania przestrzennego, a w zasadzie ich brak. Tylko 3 na 10 gmin posiada takowe, a przez to stan zabudowy wsi jest mało chroniony i z postawieniem np. chlewni w stosunkowo niewielkiej odległości od zabudowań mieszkalnych nie ma większego problemu.

Ministerstwo Środowiska pracuje obecnie nad ustawą odo-

rową. Równolegle ma powstać nowy kodeks urbanistyczno-budowlany. Dzięki niemu przeciętny Kowalski łatwiej zdobędzie informacje o tym, co ma powstać w jego okolicy i będzie mógł odpowiednio szybko zareagować. Poza tym strefy produkcyjne będą odgradzane od stref mieszkalnych. Nie będzie już tzw. stref mieszanych. Budynki inwentarskie staną w takich miejscach, w których nie będą uciążliwe dla sąsiadów.

(pw)

fot. internet

PAROL

87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Dworcowa 11
tel. 56/683 24 86 lub 56/683 50 81
e-mail: parol@parol-nasiona.pl

**PASZE
DLA RYB**
pływające
i tonące

w rozmiarach
0-11mm

Unijne pieniądze

Rolnicze innowacje

80 mln zł trafi do rolników w ramach działania PROW „Współpraca”.

„Współpraca” to jedno z działań Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020. Dotyczy tworzenia zespołów operacyjnych na rzecz innowacji. Chodzi o grupy przedsiębiorców, rolników i naukowców, którzy wspólnie wymyślą nowy produkt lub usługę, a następnie doprowadzą do wprowadzenia ich na rynek. Jedna grupa może otrzymać maksymalnie 12 mln zł. To z jednej strony dużo, a z drugiej mało, ponieważ chodzi o wielkie przedsięwzięcia związane

z nowymi patentami, tworzeniem linii produkcyjnych itd. Co ważne, postawiono na badania, a nie na infrastrukturę. Za każde 100 zł wydane na inwestycje, zwrócone będzie 50 zł, natomiast z każdych 100 zł na badania naukowe do grupy wróci aż 90 zł.

Dokumenty na pierwsze, pilotażowe rozdanie pieniędzy w ramach działania „Współpraca” można składać od 30 czerwca do 31 lipca.

(pw)

Uprawa

Żniwne zapowiedzi

Zbiory zbóż zapowiadają się dobrze, mimo wiosennych niekorzystnych prognoz.



21 czerwca przedźniwny raport ogłosiła Krajowa Federacja Producentów Zbóż. Poziom zbiorów zbóż to ok. 28 mln ton, czyli mniej więcej tyle, co przed rokiem. W tym sezonie największą zmartwieniem była kwestia przezimowania zbóż, a obecnie dają się we znaki choroby grzybowe: rdze i mączniaki.

Nieźle prognozy dla plantatorów kukurydzy, mimo że była sia-

na dość późno. Plon zależy może jednak od pogody. Optymistyczne zbiory szacowane są na ok. 4,2 mln ton.

W przypadku zbóż gorzej plonować będą oczywiście te jare, które były wysiewane późno. Żniwa powinny rozpocząć się pod koniec lipca, a na polach pszenicy na początku sierpnia.

(pw)

SPRZEDAŻ

OBORNICA
z d o w o z e m

kurzego •

• bydłęcego



**500 570 170
786 100 655**

Cudze chwalicie, swego nie znacie

TURYSTYKA ▶ Ustka to wspaniałe miasto o tradycjach rybackich. Z rybołówstwa żyje wielu mieszkańców tej miejscowości. Turystów przyciągają tu piękne plaże

Ustka znajduje się w województwie pomorskim, w powiecie słupskim. Jest położona w zachodniej części Słowińskiego Parku Narodowego, przy ujściu rzeki Słupi do morza. Ma powierzchnię 10 kilometrów kwadratowych i mieszka w niej ponad 16 tys. osób. Herb miasta pokazuje, że ma ono związek z morzem. Widać na nim postać syreny, trzymającej w ręku łosiosa, a także żaglowiec, który jest synonimem żegluga handlowej.

Początki Ustki sięgają czasów prehistorycznych, jednak na karty historii trafiła w XIV wieku, za Władysława Łokietka, który próbował scalić te tereny w jedno Królestwo Polskie. Plany te jednak zakończyły się fiaskiem. Ówczesni władcy Słupska i okolic, ród Święców, na mocy porozumień z władcami Brandenburskimi oddali pod ich panowanie Pomorze Słupskie i Gdańskie. Ziemie te aż do zakończenia II wojny światowej były pod panowaniem niemieckim.

Jako kąpielisko Ustka dała się poznać w 1832 roku, gdy pierwsi wczasowicze pojawili się na jej plażach. Wybudowano wtedy zakład przyrodoleczniczy, pojawiły się pierwsze kabiny kąpielowe, wytyczono promenadę nad brzegiem morza. Od 1878 roku liczba wczasowiczów gwałtownie wzrosła. Już sama nazwa Ostseebad Stolpmunde, czyli Bałtyckie Uzdrowisko Ustka, mówi samo za siebie. Od 1988 roku Ustka ma status miasta uzdrowiskowego. Jest tam wiele domów wypoczyn-

kowych i uzdrowiskowych.

Co ciekawego możemy zobaczyć?

Stare miasto – zabytkowe budynki kaszubskie, stojące w zwartej zabudowie uliczek Ustki.

Skwer im. Jana Pawła – dawniej Zaułek Kapitański, uliczka prowadząca do portu, przy której mieszkali bogatsi mieszkańcy Ustki i kapitanowie kutrów rybackich. Przy tej uliczce stał dawny kościółek.

Port i molo – serce dawnej Ustki, które było zabudowywane z obu stron. Stoi tam budynek z wieżyczkami z XIX wieku, obecnie urząd celny. Można obejrzeć stary spichlerz portowy, molo wschodnie i zachodnie.

Latarnia morska – usytuowana tuż przy kanale portowym, zbudowana z czerwonej cegły w 1892 roku. Jej wysokość to ponad 21 metrów. Światło latarni jest widoczne z odległości 30 kilometrów. Obiekt jest dostępny dla turystów, ale wejście jest bardzo wąskie, a sam punkt widokowy niebezpieczny mimo balustrady – trzeba uważać i nie wychylać się.

Bunkry Bluchera – kompleks czterech bunkrów z czasów II wojny światowej, które mieściły jedno działko kaliber 105 mm oraz cztery mniejsze baterie. Pociski o wadze 20 kilogramów były wystrzeliwane na odległość ponad 17 kilometrów. Bunkry są po zachodniej stronie rzeki Słupi, dotrzeć tam można ruchomą kładką. To miejsce, które

warto odwiedzić, mimo drogich biletów. Normalny kosztuje 14 zł, ulgowy 9 zł.

Promenada nadmorska – centrum spacerowe wczasowiczów w Ustce. Wspaniały odnowiony deptak z widokiem na morze. Widać z niego tzw. sztuczną rafę, która jest budowana, by ochronić plażę przed niszczącym działaniem fal morskich.

Pomniki – w Ustce jest kilka pomników. Do najciekawszych można zaliczyć ławeczkę Ireny Kwiatkowskiej, która była tu częstym gościem. Jest również pomnik Fryderyka Chopina, skierowany twarzą w kierunku morza czy też Syrenka.

Muzea – w Muzeum Ziemi Usteckiej zapoznamy się z historią Ustki i portu. Ekspozycja w Muzeum Chleba ukazuje sposób wypiekania chleba i różnych ciast na przestrzeni lat oraz narzędzia do tego służące. W schronie lotniczym mieści się Muzeum Minerali, a w nim różne minerały oraz kolekcje motyli z całego świata.

Zmotoryzowani turyści mogą mieć w Ustce problem z parkowaniem. Miejsc jest mało, a na dodatek za dzienny postój trzeba zapłacić 15 zł. Baza hotelowa jest bardzo bogata. W zależności od zasobności portfela, każdy znajdzie coś dla siebie. W dobrym hotelu za dobę zapłacimy 400 zł, w pensjonatach 250 zł, a w kwaterach prywatnych od 25 zł wzwyż.

Opracował i fot. Marek Wiśniewski



Port w Ustce



Tutejsze plaże słyną z urody



Turystyczny statek w porcie



Bunkry Bluchera



Ruchoma kładka nad wejściem do portu

Dziś jestem silna, chcę powiedzieć więcej

MUZYKA ▶ Od niedawna w stacjach radiowych można usłyszeć singiel Natalii Nykiel – „Spokój”. W rozmowie z naszym tygodnikiem artystka opowiada o rozwoju, pisaniu autorskich tekstów i nowej płycie

– **Rozmawiamy na finiszu twojej trasy z Red Bullem. Zagrałście koncerty w efektywnych warunkach, na autobusie, mając wsparcie potężnej marki. Nie bałaś się wejść w opakowany produkt?**

– Nie, bo był opakowany przede mną. Miałam wolność, tworząc konspekt całej trasy, a nawet scenografię. Można powiedzieć, że wzięli nas w całości. Trasa była niesamowita, już same okoliczności jej zorganizowania były dla mnie motywacją. Do swoich miast zaprosiła nas bezpośrednio publiczność, biorąc udział w głosowaniu, a nie klub czy urząd. Ci ludzie po prostu chcieli nas usłyszeć, czekali na nas. Same występy były czystą przyjemnością za sprawą połączenia ogromnego profesjonalizmu mojej ekipy z całą ekipą Red Bulla. Dzięki temu mieliśmy ogromną frajdę z koncertowania.

– **Gdy rozmawialiśmy jesienią 2015 roku podkreślałaś, jak ważne jest dla ciebie stworzenie autorskiego, charakterystycznego stylu. Jak określiłabyś proporcje między muzyką a wizerunkiem?**

– Muzyka jest najważniejsza, a wizerunek powinien być jej dopełnieniem. To, jak wyglądam, jak wygląda scena, ma iść w parze z przekazem muzycznym. Na trasę z Red Bullem przygotowaliśmy zupełnie inną, w porównaniu do naszych regularnych koncertów, oprawę, wizualizacje a także specjalne kostiumy, spójne z muzyką, którą wykonuję.

– **Na koncertach można usłyszeć nowy singiel „Spokój”, co ważne, z twoim tekstem. Nabrałaś odwagi?**

– To kwestia dojrzałości. Nagrywałam „Lupus Electro” w wieku 18 lat, nie miałam wtedy do powiedzenia aż tyle, żeby napisać całą płytę.

– **Niektórzy nie mają w sobie tyle pokory.**

– Nie chciałabym za kilka lat wrócić do tych tekstów z poczuciem wstydu. Wypowiedziałam się na tyle, na ile wówczas uważałam to za słuszne. Dlatego powstały trzy teksty, do których byłam przekonana, a nie dziesięć, które byłyby nieautentyczne. Minęły trzy lata. Teraz wydaje mi się, że wiem więcej, chcę też więcej powiedzieć.

– **Odsłaniaś się?**

– W przypadku piosenki „Er-

ror” tekst jest bezpieczny, opowiada o pozytywnych emocjach. Jeśli chodzi o „Spokój”, rzeczywiście miałam duże obawy i poczucie, że wystawiam się na oceny, zrywam z siebie koszulę. Ten tekst jest dla mnie trudny, osobisty. Negatywna reakcja bolałaby mnie dużo bardziej. Zdaję sobie sprawę, że moja muzyka dociera do licznej grupy odbiorców. Jednocześnie to ekscytujące, że weszłam w nowy etap, że się nie boję.

– **Wymykasz się szufladkowaniu. Panuje powszechna opinia, może stereotyp, że artyści po programach talent show stają się produktami, które nie mają wiele do powiedzenia, bo wszystko jest w rękach wytwórni. Twoją muzykę można lubić lub nie, ale idziesz własną drogą, a autorskie teksty też tęzę potwierdzają. Jak to się robi?**

– Wiele zależy od szczęścia do ludzi. To chyba najważniejsze, żeby jak najszybciej trafić na odpowiednią ekipę. Znaleźć takich partnerów, którzy będą w ciebie wierzyć. Jeśli zabraknie tego elementu, można sobie nie poradzić. Jestem liderką na scenie, ale tak naprawdę na moje nazwisko pracuje wiele osób, każdy z nas wnosi coś ważnego, każdy ma swoje zdanie. Jesteśmy różni, funkcjonujemy w różnych środowiskach i dzięki temu uczymy się od siebie. Pewnym podsumowaniem tego kilkuletniego okresu i jednocześnie przełomowym wydarzeniem był dla nas występ na Orange Warsaw Festival.

– **W jakim sensie przełomowym?**

– Myślę, że jeszcze rok temu nie zagralibyśmy takiego koncertu. W ostatnich miesiącach mieliśmy mnóstwo występów. Popełnialiśmy błędy, ale wyciągnęliśmy z nich wnioski. Wiesz, zawsze wychodzę na scenę z takim założeniem, że oprócz grupy fanów, którzy oczywiście są potrzebni, przyjdą też ludzie niezdecydowani, pojawią się np. z ciekawości lub zabłądzą. Wiem, że muszę dać z siebie wszystko, żeby ich do siebie przekonać. Na Orange Warsaw po raz pierwszy na festiwalu było tak, że ci wszyscy ludzie dokładnie wiedzieli, po co przyszli. To było niesamowite uczucie, czekałam na to bardzo długo. Owacje po pierwszym utworze były czytelnym sygnałem, że publiczność przyszła konkretnie dla nas, że nikt nie zabłądził.



– **Singiel „Spokój” sugeruje, biorąc pod uwagę brzmienie, że obrałaś sprawdzoną drogę, która przyniosła ci sukces. Nowy album będzie utrzymany w podobnym klimacie?**

– Płyta będzie mocniejsza i chyba nieco bardziej mroczna. Traktuję ją jako duży krok naprzód, ale też nie będzie odbiegać od nurtu, którym podążam.

– **Zaryzykujesz kiedyś rewolucję?**

– Nie zamykam się. Teraz ciągnie mnie w stronę energetycznego brzmienia. Jestem w świetnej formie. To też wynika z faktu, że gramy dużo koncertów, uprawiam sport, czuję się silna. Ale jednocześnie zastanawiam się, co będzie za kilka lat, czy nadal będę w stanie funkcjonować w takim tempie. Myślę sobie, że kiedyś fajnie byłoby odbić w zupełnie innym kierunku.

– **Co cię ostatnio zaciekało muzycznie?**

– Okoliczności sprzyjają, bo niedawno zdałam egzamin na prawo jazdy, więc słucham dużo muzyki w samochodzie. Jestem fanką zespołu Bitamina i ich płyty „Kawalerka”. Uwielbiam Darię Zawiałow, na pewno wybiorę się na jej koncert na Openerze. Polecam też Kasię Lins. Oczywiście sięgnęłam po nowy album Lorde.

– **Twoja płyta ukaże się jeszcze w tym roku?**

– Mogę powiedzieć tyle, że 26 października w warszawskim klubie Stodoła będzie można premierowo usłyszeć nowy materiał. Zapraszam!

Rozmawiał:
Tomasz Błaszkiwicz
fot. Paweł Zanio

Co? Gdzie? Kiedy?

Lipno

▶ W piątek 25 sierpnia w muszli koncertowej w parku miejskim odbędzie się dziesiąta edycja muzycznego festiwalu Lipa. Gwiazdą wieczoru będzie zespół Myslovitz, mający na swoim koncercie takie przeboje jak: „Długość dźwięku samotności”, „Dla ciebie” czy „Acidland”. Wstęp wolny.

Golub-Dobrzyń

▶ We wtorek 11 lipca o 18.00 w Domu Kultury planowana jest prapremiera przedstawienia „Ta Alicja”. Spektakl muzyczny został oparty na motywach powieści Lewisa Carrolla pt. „Alicja w Krainie Czarów” i „Alicja po drugiej stronie lustra”. Wstęp wolny.

▶ Ośrodek Chopinowski w Szafarni organizuje audycje muzyczne o Fryderyku Chopinie i jego twórczości. Spotkania są skierowane do dzieci, młodzieży i dorosłych. Odbývają się od wtorku do piątku od 10.30 oraz w sobotę i niedzielę od 12.00. Konieczna jest wcześniejsza rezerwacja. Szczegóły są dostępne na stronie www.szafarnia.art.pl.

Wąbrzeźno

▶ W poniedziałek 3 lipca o 11.00 w domu kultury aktorzy z krakowskiego studia Krak-Art zaprezentują spektakl dla dzieci „Nie ma jak w domu”. Bajka opowiada historię Krecika, który postanowił wyprowadzić się z domu i znaleźć bardziej przytulne mieszkanie. Po drodze poznaje zwierzęta, które opowiadają mu o swoich domach. Bilety w cenie 5 zł.

▶ W niedzielę 23 lipca w Wąbrzeźnie spotkają się miłośnicy pełnoletnich czterech kół, którzy wezmą udział w corocznej Wystawie Zabytkowych Pojazdów. Impreza ruszy o 10.00 na rynku. Mieszkańcy będą mogli obejrzeć auta, które jeżdżą co najmniej 18 lat. Oprócz tradycyjnej ekspozycji, planowane są także liczne konkursy dla właścicieli pojazdów. Statuetki otrzymają posiadacze: „Najstarszego auta”, „Najoryginalniejszej stylizacji” i „Najoryginalniejszego pojazdu”. Czwartą nagrodę przyznają odwiedzający wystawę. Zapisów można dokonywać w dziale Animacji Kultury WDK do 14 lipca pod nr. tel. 56 688 17 27, wew. 24 lub 535 436 071 oraz drogą mailową: animacja@wdkwabrzezno.pl. Tygodnik Regionu Wąbrzeskiego CWA jest patronem medialnym tego wydarzenia.

▶ W sobotę 12 sierpnia o 10.00 w parku WDK rozpocznie się wystawa psów rasowych i nierasowych. Podczas imprezy planowane są liczne konkurencje oraz pokazy: dogoterapii oraz pierwszej pomocy dla zwierząt. Wpisowe wynosi 2 zł. Regulamin i kartę zgłoszeniową można znaleźć na stronie internetowej www.wdkwabrzezno.pl.

Rypin

▶ Do 30 czerwca w centrali księżnicy w Rypinie, przy ul. Warszawskiej 20, można oglądać wystawę z cyklu „Cztery pory roku z satyrą i komiksem” Wojciecha Łowickiego pt. „Jacek Fedorowicz. To tylko żarty”. Wstęp wolny.

Kino Bałtyk ogłosiło lipcowy repertuar. W dniach 1-2 (o 14.00) oraz 5-9 lipca (o 17.00) będzie wyświetlana bajka dla najmłodszych – „Dudi: Cała naprzód”. Także w weekend 1-2 lipca (o 16.30 i 19.30) oraz od 5 do 9 lipca (o 19.30) warto wybrać się na kolejną część „Piratów z Karaibów”. Bilety na wszystkie seanse kosztują 12 zł. Rezerwacji można dokonać za pośrednictwem strony internetowej: www.kino.rypin.eu.

▶ W dniach 7-9 lipca Muzeum Ziemi Dobrzyńskiej organizuje uroczyste obchody jubileuszu 10-lecia badań archeologicznych, prowadzonych w Rypinie. Szczegółowy program wkrótce.

▶ W sobotę 26 sierpnia na placu przy ul. Nowy Rynek RDK organizuje piątą edycję rypińskiego festiwalu rockowego „Riff Master”. Oprócz zespołów, które wezmą udział w konkursie, zagra formacja Oddział Zamknięty. Wstęp wolny.

Brodnica

▶ W piątek 6 października o 19.00 w Brodnickim Domu Kultury wystąpi Stanisława Celińska. Artystka zaprezentuje utwory z nowej płyty zatytułowanej „Atramentowa”. Teksty do muzyki Macieja Muraszkę napisali m.in. Muniek Staszczuk, Dorota Czupkiewicz i Wojciech Młynarski. Bilety w cenie 80 zł są do nabycia w BDK.

oprac. (ToB)



29.06.2017-05.07.2017



program

Sobota 1 lipca

TV PULS 00:00

**AMERICAN
PIE 2**

TVP 1



08:40 Elif

05:55 Doktor Quinn
odc. 14 s. 3 - serial
06:50 Dzika Kanada odc. 4 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif odc. 38 - serial
09:40 Wspañale stulecie
odc. 120 - telenowela
10:45 Doktor Quinn
odc. 15 s. 3 - serial
11:40 Sekrety mnichów odc. 6
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie odc. 149
12:50 Rysi skok - dokumentalny
14:00 Elif odc. 39 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
16:05 Złote serce odc. 127 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Komisarjat odc. 8 - serial
17:55 Jaka to melodia?
18:40 Zraniona miłość
odc. 37 - serial
19:30 Wiadomości
19:55 Sport
20:10 Pogoda
20:20 Ojciec Mateusz
odc. 177 - serial
21:10 Sprawa dla reportera
22:05 Sekundy, które
zmieniły życie odc. 3
22:25 Warto rozmawiać
23:40 Obietnica dzieciństwa
- dokumentalny
00:45 Grzech mojej córki - thriller

TVP 2



13:30 Rodzinka.pl

05:55 Rodzinka.pl odc. 83 - serial
06:25 Sonda II odc. 21
07:00 M jak miłość odc. 66 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia
odc. 1644 - serial
11:35 Na dobre i na złe
odc. 400 - serial
12:35 Tysiąc i jedna noc
odc. 88 - serial
13:30 Rodzinka.pl odc. 194 - serial
14:05 Zaufaj mi, jestem lekarzem
odc. 2 - serial
15:10 M jak miłość odc. 1266 - serial
16:05 Ojciec Brown odc. 37 - serial
17:05 Cena miłości
odc. 71 - telenowela
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
19:30 Puchar Konfederacji w Rosji
- piłka nożna
19:50 Puchar Konfederacji w Rosji
- piłka nożna
22:20 Adela jeszcze nie jadła kolacji
- komedia kryminalna
00:15 Zemsta o jasnych oczach
odc. 2 - serial

tvn



19:50 Uwaga!

06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 - wydział śledczy
odc. 914 - serial
07:50 Doradca smaku odc. 36
08:00 Milionerzy odc. 12
08:35 Kuchenne rewolucje
odc. 8 s. 5
09:35 Szkoła odc. 200 - serial
10:35 Ukryta prawda
odc. 114 - serial
11:35 Szpital odc. 85 - serial
12:35 19+ odc. 54 - serial
13:05 19+ odc. 55 - serial
13:35 W-11 - wydział śledczy
odc. 917 - serial
14:15 W-11 - wydział śledczy
odc. 918 - serial
15:00 Kuchenne rewolucje
odc. 1 s. 10
16:00 Szkoła odc. 201 - serial
17:00 Ukryta prawda
odc. 115 - serial
18:00 Szpital odc. 86 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4994
20:10 Doradca smaku odc. 31
20:15 Na Wspólnej
odc. 2503 - serial
20:55 Kuchenne rewolucje
odc. 13 s. 13
21:55 Sztos - sensacyjny
23:50 Oczy węża
- dramat kryminalny
01:55 Uwaga! odc. 4994

POLSAT



09:20 Malanowski i Partnerzy

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy
odc. 138 - serial
08:50 Malanowski i Partnerzy
odc. 508 - serial
09:20 Malanowski i Partnerzy
odc. 509 - serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie
odc. 115 - serial
10:50 Małolaty odc. 13 - serial
11:50 Na ratunek 112 odc. 25 - serial
12:20 Na ratunek 112 odc. 26 - serial
12:50 Trudne sprawy
odc. 269 - serial
13:50 Stoiki odc. 13 - serial
14:50 Dlaczego ja? odc. 682 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3413
16:40 Gliniarze odc. 74 - serial
17:40 Trudne sprawy
odc. 197 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
odc. 281 - serial
20:05 Nowożeńcy
- komedia romantyczna
22:05 Zdrady odc. 56 - serial
23:05 Wiem, kto mnie zabił - thriller
01:25 Tajemnice losu odc. 2724

HITY DNIA



„Nowożeńcy”
(2003r.) POLSAT 20:05

Miłość od pierwszego wejrzenia nie zawsze zapowiada równie obiecujący ciąg dalszy. Przekonują się o tym Sarah McNeerney i Tom Leezak. Ona – początkująca pisarka – pochodzi z bogatej, snobistycznej rodziny. On dzięki ciężkiej pracy został popularnym reporterem.



„Wiem, kto mnie zabił”
(2007r.) POLSAT 23:05

Miasteczkiem New Salem wstrząsa fala zbrodni. Morderca uprowadza młode kobiety, poddaje je torturom i zabija. Pewnego wieczoru Aubrey Fleming znika bez śladu. Wszyscy są pewni, że jest kolejną ofiarą. Przez dwa kolejne tygodnie FBI prowadzi intensywne poszukiwania zaginionej.

7 tvn



14:55 Szpital

05:10 Ukryta prawda
odc. 362 - serial
06:10 Szpital odc. 94 - serial
07:05 Sąd rodzinny odc. 29 - serial
08:05 Kryminalni odc. 12 s. 7 - serial
09:15 39 i pół odc. 3 s. 2 - serial
10:20 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda
odc. 305 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 30 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria
Wesołowska odc. 268 - serial
14:55 Szpital odc. 95 - serial
15:55 Kryminalni odc. 13 s. 7 - serial
17:00 Dr House odc. 10 s. 5 - serial
18:00 Mentalista odc. 4 s. 7 - serial
19:00 Ukryta prawda
odc. 306 - serial
20:00 Licencja na miłość
- komedia romantyczna
22:00 Kości odc. 12 s. 11 - serial
23:00 Ruiny - horror
00:55 Drogi Zachary: list do syna
- dokumentalny

4



19:00 Policjanci i policjanci

06:00 Najgroźniejsze zwierzęta
świata odc. 4 s. 2 - serial
07:00 Kacze opowieści
odc. 32 - serial
07:30 Kacper: Szkoła Postrachu
odc. 4 - serial
08:00 Kacze opowieści
odc. 35 - serial
08:30 Kacper: Szkoła Postrachu
odc. 7 - serial
09:00 Najgroźniejsze zwierzęta
świata odc. 1 s. 3 - serial
10:00 Dom nie do poznania odc. 240
11:00 Detektywi w akcji
odc. 5 - serial
12:00 Detektywi w akcji
odc. 103 - serial
13:00 Policjanci i policjanci
odc. 252 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 143
15:00 Dom nie do poznania odc. 241
16:00 Twoja na zawsze
odc. 76 - telenowela
17:00 Trzy razy Ana
odc. 122 - telenowela
18:00 Detektywi w akcji
odc. 6 - serial
19:00 Policjanci i policjanci
odc. 253 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział
kryminalny odc. 59 - serial
21:00 Finał Miss Polski
Nastolatek 2017
23:35 Pogromcy korporacji
- sensacyjny
01:25 Spadkobiercy odc. 29

TV puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 To moje życie!
odc. 62 - telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 14 s. 20 - serial
08:00 Nash Bridges
odc. 99 s. 5 - serial
09:00 Nash Bridges
odc. 101 s. 6 - serial
10:00 Napisala: morderstwo
odc. 21 s. 5 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 15 s. 20 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 22 - serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 24 - serial
13:50 Zbuntowany anioł
odc. 73 - telenowela
14:50 Zbuntowany anioł
odc. 74 - telenowela
15:50 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 2 s. 2 - serial
16:45 Ale numer! odc. 32 s. 2
17:15 Ale numer! odc. 36 s. 2
17:45 Gwiazdy lombardu
odc. 290 s. 13 - serial
18:05 Gwiazdy lombardu
odc. 291 s. 13 - serial
18:35 Gwiazdy lombardu
odc. 305 s. 14 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu
odc. 306 s. 14 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu
odc. 307 s. 14 - serial
20:00 American Pie II - komedia
22:15 40-letni prawiczek
- komedia romantyczna
00:30 Ale numer! odc. 32 s. 2

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Informacje kulturalne
08:20 Dezerterzy odc. 41
08:50 Jedyne wyjście
- krótkometrażowy
09:25 Fachowiec
- dramat obyczajowy
11:30 Punkt widzenia odc. 6 - serial
12:30 Punkt widzenia odc. 7 - serial
13:35 100 pytań do... Jana Englerta
14:35 Spokojny żywot - kryminalny
15:40 Informacje kulturalne
16:05 Fachowiec
- dramat obyczajowy
18:10 Fresh Dressed
- dokumentalny
19:40 Danny Boy - animowany
20:00 Studio Kultura - rozmowy
20:20 Fisher King
- komediodramat
22:45 Pegaz odc. 45
23:50 A gdyby tak się stało
- dokumentalny
00:35 Studio Kultura - rozmowy

TVP HISTORIA



14:00 Sensacje XX wieku

06:55 Był taki dzień odc. 211
07:00 Miasto z wyrokiem
odc. 3 - dokumentalny
07:55 Wojciech Cejrowski - boso
przez świat odc. 8
08:30 Tajemnice, zamki
i podziemia odc. 18
09:15 W labiryncie
odc. 14 - telenowela
09:50 Było, nie minęło - kronika
związków historii
10:25 Dokumentaliści - dokumentalny
11:25 Ostatni powrót Stanisława
Mikołajczyka - dokumentalny
12:20 Lata przełomu
odc. 2 - dokumentalny
13:00 Zaproszenie odc. 115
13:35 Zaproszenie odc. 117
14:00 Sensacje XX wieku odc. 109
14:30 Sensacje XX wieku odc. 110
15:00 Encyklopedia II wojny
światowej odc. 67 - serial
15:35 Taśmy bezpieki odc. 5
16:10 Śladami zbrodni i walki
1944-1956 odc. 5 - serial
16:35 Ostatnie powstanie
- dokumentalny
17:45 Imperium miłości
odc. 18 - telenowela
18:35 Flesz historii
19:00 Sensacje XX wieku odc. 111
19:30 Sensacje XX wieku odc. 112
20:00 Było, nie minęło - kronika
związków historii
20:35 Dzieci Hitlera odc. 4 - serial
21:40 Królewskie sny odc. 1 - serial
23:00 Spór o historię odc. 157
23:40 Ośmiornica odc. 5 - serial
01:00 Listy gończe odc. 51

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia
08:40 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
08:45 Przygody Mobilków
odc. 6 - serial
09:00 Na zdrowie
09:25 Święty na każdy dzień
09:30 Msza Święta w uroczystość
Świątych Apostołów
Piotra i Pawła
11:20 Święty Paweł w Grecji
- dokumentalny
12:00 Anioł Pański z Ojcem
Świętym Franciszkiem
12:20 Po stronie prawdy
13:20 U braci Ormian - dokumentalny
13:45 Jerash starożytne
miasto Jordanii
14:00 Nurt - obyczajowy
15:25 Ja Paweł - dokumentalny
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Z wędką nad wodę
w Polskę i świat
16:40 Chrystus w Biblii i "Kodzie
Leonarda da Vinci" odc. 4
16:55 Przegląd katolickiego
tygodnika "Niedziela"
17:00 Bóg szczególnie opiekunem
obrońców życia
17:15 O bezpieczeństwie gazowym
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Superksięga
odc. 18 s. 2 - serial
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Głos Polski
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy
Cudownego Obrazu Matki
Bożej Częstochowskiej
na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 O funduszach Unii
Europejskiej odc. 2

TVP 1



08:35 Elif

TVP 2



10:50 Barwy szczęścia

tvn



19:50 Uwaga!

POLSAT



19:30 Świat według Kiepskich

7 tvn



14:55 Szpital

4



07:00 Kaczka opowieści

05:30 Telezakupy
06:05 Doktor Quinn
odc. 15 s. 3 - serial
07:05 Ziemia. Podwodny świat
odc. 6 - serial
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Kwadrans polityczny
08:30 Elif odc. 39 - serial
09:30 Wspaniałe stulecie
odc. 121 - telenowela
10:35 Doktor Quinn
odc. 16 s. 3 - serial
11:30 Magazyn śledczy Anity
Gargas odc. 37
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie - na zielono
12:50 Brazylia. Historia naturalna
odc. 1 - serial
14:00 Elif odc. 40 - serial
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:55 Janosik odc. 1 - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?
18:40 Zraniona miłość
odc. 38 - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:20 Angelika i król - przygodowy
22:10 Zakonnica w przebraniu
- komedia kryminalna
00:00 Agenci T.A.R.C.Z.Y.
odc. 5 - serial

05:55 Rodzinka.pl odc. 84 - serial
06:25 Sonda II odc. 47
07:00 M jak miłość odc. 67 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:50 Barwy szczęścia
odc. 1645 - serial
11:30 Na dobre i na złe
odc. 401 - serial
12:30 Tysiąc i jedna noc
odc. 89 - serial
13:20 Rodzinka.pl
odc. 195 s. 9 - serial
13:55 Mama - dokumentalny
14:30 Herbatka z kabaretem odc. 17
15:10 M jak miłość odc. 1267 - serial
16:05 Ojciec Brown odc. 38 - serial
17:05 Cena miłości
odc. 72 - telenowela
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 ORLEN Rajd Polski
- rajd samochodowy
20:10 T jak TEY - kabaret i satyra
21:20 Discopoland
odc. 2 - dokumentalny
21:55 07 zgłoś się odc. 7 - serial
23:05 07 zgłoś się odc. 8 - serial
00:15 Postrach nocy - horror

06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 - wydział śledczy
odc. 918 - serial
07:50 Doradca smaku odc. 31
08:00 Milionerzy odc. 13
08:35 Kuchenne rewolucje
odc. 9 s. 5
09:35 Szkoła odc. 201 - serial
10:35 Ukryta prawda
odc. 115 - serial
11:35 Szpital odc. 86 - serial
12:35 19+ odc. 56 - serial
13:05 19+ odc. 57 - serial
13:35 W-11 - wydział śledczy
odc. 919 - serial
14:15 W-11 - wydział śledczy
odc. 923 - serial
15:00 Kuchenne rewolucje
odc. 2 s. 10
16:00 Szkoła odc. 202 - serial
17:00 Ukryta prawda
odc. 116 - serial
18:00 Szpital odc. 87 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4995
20:00 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii
- fantastyczny
23:05 Siedem - thriller
01:35 Sekrety lekarzy odc. 7 s. 3

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy
odc. 139 - serial
08:50 Malanowski i Partnerzy
odc. 510 - serial
09:20 Malanowski i Partnerzy
odc. 512 - serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie
odc. 116 - serial
10:50 Małolaty odc. 14 - serial
11:50 Na ratunek 112 odc. 27 - serial
12:20 Na ratunek 112 odc. 28 - serial
12:50 Trudne sprawy
odc. 270 - serial
13:50 Stoiki odc. 14 - serial
14:50 Dlaczego ja? odc. 683 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3414
16:40 Gliniarze odc. 75 - serial
17:40 Trudne sprawy
odc. 198 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
odc. 282 - serial
20:00 Studio Sport
20:35 Mistrzostwa Europy
do lat 21 w Polsce - piłka nożna
23:05 Studio Sport
23:20 Projekt Almanach - film SF
01:40 David Blaine: Piękna walka
- dokumentalny

05:10 Ukryta prawda
odc. 363 - serial
06:10 Szpital odc. 95 - serial
07:05 Sąd rodzinny odc. 30 - serial
08:05 Kryminalni
odc. 13 s. 7 - serial
09:15 39 i pół odc. 4 s. 2 - serial
10:20 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda
odc. 306 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 31 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria
Wesołowska odc. 269 - serial
14:55 Szpital odc. 96 - serial
15:55 Błef odc. 1 - serial
17:00 Dr House odc. 11 s. 5 - serial
18:00 Mentalista odc. 6 s. 7 - serial
19:00 Ukryta prawda
odc. 307 - serial
20:00 Greystoke: legenda Tarzana,
władcy małp - przygodowy
22:50 Święty - sensacyjny
01:15 Masters of Sex odc. 6 - serial

06:00 Najgroźniejsze zwierzęta
świata odc. 1 s. 3 - serial
07:00 Kaczka opowieści
odc. 33 - serial
07:30 Kacper: Szkoła Postrachu
odc. 5 - serial
08:00 Kaczka opowieści
odc. 36 - serial
08:30 Kacper: Szkoła Postrachu
odc. 8 - serial
09:00 Najgroźniejsze zwierzęta
świata odc. 2 s. 3 - serial
10:00 Dom nie do poznania
odc. 242
11:00 Detektywi w akcji
odc. 6 - serial
12:00 Galileo odc. 598
13:00 Policjanci i policjanci
odc. 253 - serial
14:00 Galileo odc. 599
15:00 Dom nie do poznania
odc. 243
16:00 Twoja na zawsze
odc. 77 - telenowela
17:00 Trzy razy Ana
odc. 123 - telenowela
18:00 Detektywi w akcji
odc. 7 - serial
20:00 Przeżyć - film SF
21:55 Sprawiedliwi - wydział
kryminalny odc. 56 - serial
22:55 Sprawiedliwi - wydział
kryminalny odc. 57 - serial
23:55 Sprawiedliwi - wydział
kryminalny odc. 58 - serial
00:55 Robokrokodyl - fantastyczny

HITY DNIA



„Przeżyć”
(2014r.) TV 4 20:00

Grupa ludzi poszukuje planety, na której mogliby się osiedlić. Gdy w końcu znajdują miejsce, które im odpowiada, zostają zaatakowani przez obcych.



„Hobbit: Bitwa Pięciu Armii”
(2014r.) TVN 20:00

Hobbitowi Bilbo Bagginsowi i kompanii trzynastu krasnoludów, dowodzonych przez Thorina Dębową Tarczę, udaje się odzyskać legendarny skarb Ereboru i pokonać smoka. Bogactwa Samotnej Góry kuszą nie tylko ich. Władca Ciemności, Sauron, wysłał legiony orków do ataku.

puls



09:00 Nash Bridges

06:00 To moje życie!
odc. 63 - telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 15 s. 20 - serial
08:00 Nash Bridges
odc. 100 s. 5 - serial
09:00 Nash Bridges
odc. 102 s. 6 - serial
10:00 Napisana: morderstwo
odc. 22 s. 5 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 16 s. 20 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 23 - serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 1 s. 2 - serial
13:50 Zbuntowany anioł
odc. 75 - telenowela
14:50 Zbuntowany anioł
odc. 76 - telenowela
15:50 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 3 s. 2 - serial
16:45 Ale numer! odc. 33 s. 2
17:15 Ale numer! odc. 37 s. 2
17:45 Gwiazdy lombardu
odc. 294 s. 13 - serial
18:05 Gwiazdy lombardu
odc. 295 s. 13 - serial
18:35 Gwiazdy lombardu
odc. 308 s. 14 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu
odc. 309 s. 14 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu
odc. 310 s. 14 - serial
20:00 Brick Mansions. Najlepszy
z najlepszych - sensacyjny
21:50 Wpół do śmierci - sensacyjny
23:50 40-letni prawnik
- komedia romantyczna
02:05 Ale numer! odc. 33 s. 2

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Pegaz odc. 45
09:05 Film fabularny - fabularny
09:20 Kameleon - sensacyjny
11:30 Zielona miłość odc. 1 - serial
13:05 Niedziela z duchami
14:05 Fidelio - opera
16:30 Pegaz odc. 11
16:55 Film fabularny - fabularny
17:15 Stepy - dramat obyczajowy
18:50 Videofan odc. 71
19:10 Księga przestrzeni
odc. 19 - serial
19:45 Studio Kultura - rozmowy
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Wstęp do filmu odc. 17
20:25 Rasputin: Szalony zakonnik
- biograficzny
22:10 Fisher King - komediodramat
00:30 Studio Kultura - rozmowy

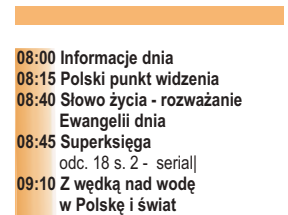
TVP HISTORIA



08:05 Wojciech Cejrowski

06:55 Był taki dzień odc. 212
07:00 Ostatnie powstanie
- dokumentalny
08:05 Wojciech Cejrowski - boso
przez świat odc. 9
08:35 Uwikłany w historię
- dokumentalny
09:15 W labiryncie
odc. 15 - telenowela
09:50 Było, nie minęło - kronika
zwiadowców historii
10:25 Wszystko jest możliwe
- dokumentalny
11:35 Andreas Baader. Wróg
publiczny - dokumentalny
12:35 Moje akwarele
12:55 Ludzie rzeki
odc. 8 - dokumentalny
14:00 Sensacje XX wieku odc. 111
14:30 Sensacje XX wieku odc. 112
15:05 Encyklopedia II wojny
światowej odc. 7 - serial
15:30 Z archiwum IPN odc. 55
16:05 Podróże z historią odc. 3
16:40 Poznańskie Powstanie 1956
17:10 Kobiety 76 - dokumentalny
17:45 Imperium miłości
odc. 19 - telenowela
18:35 Jak to z podkówną było
19:00 Sensacje XX wieku odc. 85
19:30 Sensacje XX wieku odc. 86
20:05 Było, nie minęło - kronika
zwiadowców historii
20:30 Jugosławia: dramat historii
odc. 1 - dokumentalny
21:45 Królewskie sny odc. 2 - serial
23:05 Szerokie tory odc. 70
23:40 Ośmiornica odc. 6 - serial
01:00 Wybraniec, Wybraniec

TRAM



08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia
08:40 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
08:45 Superksiega
odc. 18 s. 2 - serial
09:10 Z wędka nad wodę
w Polskę i świat
09:35 Święty na każdy dzień
09:45 Duc in altum
10:00 Informacje dnia
10:15 Rozmowy niedokończone
11:25 Głos Polski
11:35 Tak go pamiętam
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Wszystko jest możliwe
- obyczajowy
13:55 Święty na każdy dzień
14:00 Stara i Nowa Bazylika
Świętego Piotra - dokumentalny
14:55 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
15:00 Modlitwa w Godzinie
Miłosierdzia z Koroną
do Bożego Miłosierdzia
15:20 Mocni w wierze
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Siódmy sakrament
16:35 Świat na wyciągnięcie ręki
odc. 41 - serial
16:55 Za Wenecją - Wyspy Laguny
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Westerplatte młodych
18:55 Przegląd katolickiego
tygodnika "Niedziela"
19:00 Warto zauważyć...
w mijającym tygodniu
19:30 Moja katolicka rodzina
odc. 8 - serial
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc ojczyzna
21:00 Apel JasnoGórski z kaplicy
Cudownego Obrazu Matki
Bożej Częstochowskiej
na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Józef z Egiptu odc. 6 - serial

HITY DNIA



„Ciekawy przypadek Benjamina Buttona”
(2008r.) TVN 20:00

Pod koniec I wojny światowej w Nowym Orleanie na świat przychodzi Benjamin Button, który wyglądem przypomina osiemdziesięcioletniego starca. Jego matka umiera tuż po porodzie, a przerażony brzydota syna ojciec porzuca go pod drzwiami domu starców.



„Camp Rock”
(2008r.) TV 4 14:55

Film z Jonas Brothers w roli popularnego zespołu Connect 3. Gdy jeden z członków grupy, Shane Gray, musi działać wbrew wizerunkowi niegrzecznego chłopca, jego towarzysze z zespołu, Nate i Jason, wysyłają go w roli instruktora na obóz muzyczny.

TVP 1



13:50 Bodo

05:45 Klan odc. 3102 - telenowela
06:05 Klan odc. 3103 - telenowela
06:40 Sprawa dla reportera
07:30 Rok w ogrodzie
08:00 Naszaarmia.pl odc. 271
08:25 Sekundy, które zmieniły życie
08:50 Po prostu zdrowie odc. 36
09:30 Angelika i król - przygodowy
11:10 Wielkie nieba odc. 3
11:30 Z ciemności - zobaczyć świat odc. 3 - serial
11:55 Ziemia. Podwodny świat odc. 7 - serial
12:55 Noc świętojańska
13:50 Bodo odc. 1 - serial
14:55 Zagadka hotelu Grand odc. 7 s. 3 - serial
15:55 Anna German odc. 2 - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Polski grill
18:35 Ranczo odc. 118 - serial
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:20 Komisarz Alex odc. 117 - serial
21:20 Uczeń czarnoksiężnika - fantastyczny
23:15 Szósty zmysł - thriller
01:05 Agenci T.A.R.C.Z.Y. odc. 6 - serial

TVP 2



14:00 Familiada

05:50 Sztuka codzienności odc. 26
06:30 M jak miłość odc. 1289 - serial
07:30 Pytanie na śniadanie
10:50 Na sygnale odc. 127 - serial
11:20 Podróże z historią odc. 35
12:00 Adela jeszcze nie jadła kolacji - kryminalna
14:00 Familiada
14:35 Sonda II odc. 21
15:10 Ogłoszenie matrymonialne - komedia
16:05 Bake off - wizytówka
16:10 Kocham Cię, Polsko! odc. 1
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram
18:45 Pogoda
19:00 Gala Nagród Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego
20:05 XVII Mazurska Noc Kabaretowa. Mrągowo 2015
21:10 XVII Mazurska Noc Kabaretowa. Mrągowo 2015
22:15 Yuma - dramat kryminalny
00:10 Bake off - wizytówka

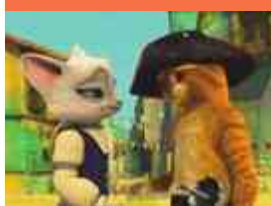
tvn



11:00 Na Wspólnej

05:35 Mango - Telezakupy
07:45 Efekt domina odc. 2 s. 4
08:20 Spotkanie ze smakiem odc. 5
08:30 Dzień dobry wakacje odc. 3
11:00 Na Wspólnej odc. 2500 - serial
11:25 Na Wspólnej odc. 2501 - serial
11:50 Na Wspólnej odc. 2502 - serial
12:15 Na Wspólnej odc. 2503 - serial
12:45 Agent - gwiazdy odc. 4 s. 2
13:45 MasterChef Junior odc. 5 s. 2
15:15 Mamy cię! odc. 5
16:30 Kobieta na krańcu świata odc. 6 s. 7
17:00 Projekt Lady odc. 3 s. 2
18:00 Kuchenne rewolucje odc. 13 s. 13
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! odc. 4996
20:00 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona - melodramat
23:35 Borat: Podpatrzone w Ameryce, aby Kazachstan rósł w siłę, a ludzie żyli dostatniej - komedia
01:15 Klejnot Nilu - przygodowy

POLSAT



09:15 Przygody Kota w butach

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk odc. 10 - serial
08:15 Pan Peabody i Sherman Show odc. 38 - serial
08:45 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 30 - serial
09:15 Przygody Kota w butach odc. 39 - serial
09:45 Przygody Kota w butach odc. 27 - serial
10:15 Ewa gotuje odc. 271
10:45 Zakazane królestwo - przygodowy
12:50 Sekretne życie Waltera Mitty - komedia
15:05 Jaś Fasola odc. 6 - serial
15:45 Strzał w 10 - urodziny Kabaretu Młodych Panów
17:45 Chłopaki do wzięcia odc. 81 - telenowela
18:15 Chłopaki do wzięcia odc. 82 - telenowela
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 283 - serial
20:05 Asteriks i Obeliks: Osiedle bogów - animowany
22:05 Patriotka - dramat historyczny
01:20 Vabank - komedia kryminalna

7 tvn



11:55 Kryminalni

05:50 Ukryta prawda odc. 365 - serial
06:50 Mango - Telezakupy
08:55 39 i pół odc. 13 - serial
09:55 39 i pół odc. 1 s. 2 - serial
10:55 Wojny magazynowe - Teksas odc. 6 - serial
11:25 Wojny magazynowe - Teksas odc. 7 - serial
11:55 Kryminalni odc. 10 s. 7 - serial
12:55 Kryminalni odc. 11 s. 7 - serial
14:00 Kryminalni odc. 12 s. 7 - serial
15:05 Legion Niezwykłych Tancerzy: Wybuch powstania - przygodowy
16:50 Duży - komedia
19:00 Lemur zwany Rollo - komedia
20:55 Babskie wakacje - komedia
22:45 Stan zagrożenia - sensacyjny
01:45 Moc magii odc. 176

4



20:00 Policjantki i policjanci

06:00 Światowe rekordy Guinnessa odc. 3
07:00 Kacze opowieści odc. 34 - serial
07:30 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 6 - serial
08:00 Kacze opowieści odc. 37 - serial
08:30 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 9 - serial
09:00 Pies-wampir - przygodowy
10:55 Policjantki i policjanci odc. 250 - serial
11:55 Policjantki i policjanci odc. 251 - serial
12:55 Policjantki i policjanci odc. 252 - serial
13:55 STOP Drogówka odc. 144
14:55 Camp Rock - komedia muzyczna
17:00 Cud w Cokeville - dramat obyczajowy
19:00 Galileo odc. 600
20:00 Policjantki i policjanci odc. 253 - serial
21:00 Policjantki i policjanci odc. 254 - serial
22:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 58 - serial
23:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 59 - serial
00:00 Następny jesteś ty - thriller

puls



07:55 Co ludzie powiedzą?

05:55 Niesamowite! odc. 14 - serial
06:25 Niesamowite! odc. 15 - serial
07:00 Taki jest świat odc. 13 s. 3
07:55 Co ludzie powiedzą? odc. 8 s. 2 - serial
08:30 Co ludzie powiedzą? odc. 9 s. 2 - serial
09:05 Hotel Zacisze odc. 3 s. 2 - serial
09:50 Ale numer! odc. 33 s. 2
10:25 Ale numer! odc. 34 s. 2
11:00 Bibliotekarze odc. 6 s. 2 - serial
11:55 Bibliotekarze odc. 7 s. 2 - serial
12:50 Skorpion odc. 7 - serial
13:45 Dziewczyny z St. Trinian - komedia
15:45 Pitch Perfect - komedia muzyczna
18:15 Małolaty u taty - serial
20:00 Uciec, ale dokąd? - sensacyjny
22:00 Nieuchronna sprawiedliwość - sensacyjny
00:00 American Pie II - komedia

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:30 Informacje kulturalne
07:55 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa odc. 9 - serial
08:30 Samochodzik i templariusze odc. 1 - serial
09:10 Chopinowskie reminiscencje
09:20 Rozmowy o zmierzchu i świcie odc. 1
09:55 Pomniki historii odc. 60 - serial
10:10 Pegaz odc. 12
10:40 Więcej niż miód - dokumentalny
12:25 Księga przestrzeni - serial
13:10 Zmruż oczy - komediodramat
14:50 Docent H. - obyczajowy
15:20 Wydarzenie aktualne
15:55 Oliver! - dokumentalny
18:25 Program publicystyczny
19:10 Witamy w latach 80. odc. 3 - serial
20:20 Fotograf - thriller
22:20 Cream: Live At the Royal Albert Hall
23:30 Pusher II: Krew na rękach - kryminalny
01:20 Pornografia - dramat obyczajowy

TVP HISTORIA



08:05 Jak to działa?

06:55 Był taki dzień odc. 213
07:05 Ginące cywilizacje odc. 4 - serial
08:05 Jak to działa? odc. 21
08:35 Był sobie człowiek odc. 18 - serial
09:15 Wojna domowa odc. 10 - serial
10:15 Okrasa łamie przepisy odc. 127
10:45 Polacy odc. 5
11:25 Gdybyś przyszedł pod tę ścianę - dokumentalny
11:50 Egipt odc. 3 - serial
12:55 Najdziksze wyspy odc. 4 - serial
14:00 Szerokie tory odc. 136
14:35 Wielka gra
15:40 Spór o historię odc. 147
16:25 Polska i świat z historią w tle
17:20 Epitafium dla orłów - dokumentalny
18:00 Czerdziestolatek - 20 lat później odc. 7 - serial
19:10 Dzieci Hitlera odc. 4 - serial
20:15 Dom odc. 18 - serial
21:50 Jugosławia: dramat historii odc. 1 - dokumentalny
23:00 Codzienny PRL odc. 9
23:40 Ja, Klaudiusz odc. 2 - serial
00:45 Kłusownicy z Kalkuty - dokumentalny

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Westerplatte młodych
08:55 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
09:00 Santtuarium Maryi Matki Słowa w Kibeho w Rwandzie - dokumentalny
10:00 Informacje dnia
10:15 Myśląc ojczyzna
10:30 Święty na każdy dzień
10:35 Polski punkt widzenia
11:00 Kropelka radości
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu
12:50 Nasz Max i jego przygoda z Biblią odc. 4 - serial
13:20 Siódmy sakrament
13:45 Społeczna odpowiedzialność nauki
14:00 Józef z Egiptu odc. 6 - serial
14:50 Bernadetta Księżniczka z Lourdes - animowany
15:30 Fatima - orędzie na dziś odc. 3
16:00 Informacje dnia
16:10 W naszej rodzinie
17:00 Z Parlamentu Europejskiego
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela"
19:30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Ocalić od zapomnienia
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Król Dawid odc. 30 - serial

TVP 1



05:35 Klan

05:35 Klan odc. 3105 - telenowela
06:10 Słownik polsko@polski
06:35 Pełnosprawni
07:00 Msza święta z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:40 Fundusze europejskie - jak to działa? odc. 3
08:55 Ziarno odc. 611
09:30 Zakochaj się w Polsce odc. 43
10:00 Weterynarze z sercem odc. 3 - serial
10:35 Biblia odc. 16 - serial
11:30 Magazyn kolarski
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:50 Ziemia. Podwodny świat odc. 8 - serial
13:40 Puchar Konfederacji w Rosji - piłka nożna
13:50 Puchar Konfederacji w Rosji - piłka nożna
16:05 Komisarz Alex odc. 117 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Pół wieku Kabaretu pod Egidą
18:35 Rolnik szuka żony odc. 4 s. 3
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:20 Szepty pustyni - dramat obyczajowy
22:00 Sierpień w hrabstwie Osage - komediodramat
00:05 Sportowa niedziela

TVP 2



11:15 Makłowicz w podróży

05:30 Podróże z historią odc. 16
06:10 M jak miłość odc. 1290 - serial
07:10 Zwariowany weekend - komedia
08:55 ORLEN Rajd Polski Rajd samochodowy
10:20 Magiczne wrzosowiska - dokumentalny
11:15 Makłowicz w podróży odc. 184
11:50 ORLEN Rajd Polski Rajd samochodowy
13:35 Herbatka z kabaretem odc. 6
14:00 Familiada
14:40 Sonda II odc. 48
15:20 Na dobre i na złe odc. 666 - serial
16:15 Na sygnale odc. 128 - serial
16:50 Pierwsza randka odc. 2
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:55 Rodzinka.pl odc. 191 - serial
19:30 Puchar Konfederacji w Rosji - piłka nożna
19:50 Puchar Konfederacji w Rosji - piłka nożna
22:35 Festiwal Kultury Żydowskiej w Krakowie
23:30 Postrach nocy - horror
01:30 Sekret afrykańskiego dziecka - dramat obyczajowy

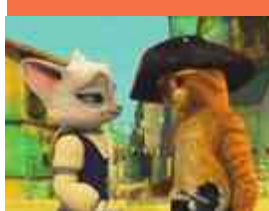
tvn



19:45 Uwaga!

05:45 Mango - Telezakupy
07:55 Nowa Maja w ogrodzie odc. 25
08:25 Akademia ogrodnika odc. 25
08:30 Dzień dobry wakacje odc. 4
11:00 Dom marzeń odc. 3 s. 2
12:00 Co za tydzień odc. 806
12:45 Belle Epoque odc. 3 - serial
13:45 Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie - komedia
15:40 Klejnot Nilu - przygodowy
17:50 Gotowi na sezon odc. 5
18:00 Ugotowani odc. 9 s. 11
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! odc. 4997
20:00 Wydział pościgowy - thriller
22:50 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - fantastyczny
01:45 Revolution odc. 4 - serial SF

POLSAT



07:45 Jeźdźcy smoków

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk odc. 11 - serial
08:15 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 31 - serial
08:45 Przygody Kota w butach odc. 28 - serial
09:15 Goofy w college'u - animowany
11:00 Karate Kid - sensacyjny
13:40 Asteriks i Obeliks: Osiedle bogów - animowany
15:30 Dirty Dancing - taneczny
17:50 Nasz nowy dom odc. 76
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie odc. 283 - serial
20:05 10-lecie Kabaretu Skeczów Męczących
21:05 10-lecie Kabaretu Skeczów Męczących
22:05 Prawdziwe kłamstwa - komedia sensacyjna
01:05 Pamięć absolutna - film SF

7 tvn



09:55 39 i pół

05:50 Ukryta prawda odc. 367 - serial
06:50 Mango - Telezakupy
08:55 Dr House odc. 7 s. 5 - serial
09:55 39 i pół odc. 2 s. 2 - serial
10:55 39 i pół odc. 3 s. 2 - serial
11:55 39 i pół odc. 4 s. 2 - serial
12:55 Wojny magazynowe - Teksas odc. 8 - serial
13:25 Wojny magazynowe - Teksas odc. 9 - serial
13:55 Kryminalni odc. 13 s. 7 - serial
15:00 Zielone berety - wojenny
18:00 Lizzie McGuire - komedia
20:00 Stan zagrożenia - sensacyjny
23:00 Czysty geniusz odc. 4 - serial
00:00 Licencja na miłość - komedia romantyczna

4!



10:50 Galileo

06:00 Światowe rekordy Guinnessa odc. 4
07:00 Kacze opowieści odc. 35 - serial
07:30 Kacze opowieści odc. 38 - serial
07:55 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 10 - serial
08:25 Garfield Show - serial
08:45 Camp Rock - komedia muzyczna
10:50 Galileo odc. 599
11:45 Galileo odc. 600
12:50 Nie można pocałować panny młodej - komedia
14:50 Lodowy księżyc - thriller
16:45 Strzał w ciemności - komedia kryminalna
19:00 Galileo odc. 601
20:00 Lwie serce - sensacyjny
22:10 Właty móch. Ćmoki, Czopki i Mondzioly - animowany
00:20 STOP Drogówka odc. 144

puls



10:20 Wojciech Cejrowski

06:00 Taki jest świat odc. 13 s. 3
06:50 Co ludzie powiedzą? odc. 10 s. 2 - serial
07:25 Co ludzie powiedzą? odc. 1 s. 3 - serial
08:05 Hotel Zacisze odc. 4 s. 2 - serial
08:50 Ale numer! odc. 35 s. 2
09:20 Ale numer! odc. 36 s. 2
09:50 Ale numer! odc. 37 s. 2
10:20 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta odc. 6
10:55 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta odc. 7
11:25 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta odc. 8
11:55 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia odc. 1
12:25 Bibliotekarze odc. 7 s. 2 - serial
13:10 Król sokółów - baśń filmowa
15:25 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - fantastyczny
16:35 Śpiąca królewna odc. 4 - fantastyczny
18:25 Ace Ventura: psi detektyw - komedia sensacyjna
20:00 Nieuchwytny cel - sensacyjny
22:05 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych - sensacyjny
23:55 Wikingowie odc. 5 s. 2 - serial
00:55 Zobacz to!

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:25 Informacje kulturalne
07:40 Którędy po sztuce odc. 49
07:55 Samochodzik i templariusze odc. 2 - serial
08:40 Samochodzik i templariusze odc. 3 - serial
09:25 Trzeci punkt widzenia
10:00 Horror w Wesołych Bagniskach - dramat obyczajowy
11:40 Noc w Casablance - komedia
13:15 Tydzień z życia mężczyzny - dramat obyczajowy
14:55 Nienasyceń odc. 21
15:30 Film jest bajką - dokumentalny
16:20 Czesław Niemen i Aerolit - Sopot '74
17:05 Pomniki historii odc. 61 - serial
17:15 Studio Kultura - niedziela z... odc. 472
18:15 Pajęczarki - komedia
20:15 Kornblumenblau - dramat wojenny
21:55 Trzeci punkt widzenia
22:35 Pegaz odc. 3
23:10 Mały lalkarz - dokumentalny
00:10 Danny Boy - animowany

TVP HISTORIA



10:15 Okrasa łamie przepisy

06:55 Był taki dzień odc. 214
07:05 Ginące cywilizacje odc. 5 - serial
08:05 Zwyczaj, święty człowiek - dokumentalny
09:20 Wojna domowa odc. 11 - serial
10:15 Okrasa łamie przepisy odc. 131
10:45 Z Andrusem po Galicji odc. 3
11:20 Ludzie rzeki odc. 8 - dokumentalny
12:30 Wisła od źródła do ujścia
12:55 Wisła od źródła do ujścia
14:00 Szerokie tory odc. 83
14:35 Z biegiem lat, z biegiem dni odc. 5 - serial
15:50 Rok 1966
16:30 Wielka gra Teleturniej
17:30 Ex libris
18:00 Czterdziestolatek - 20 lat później odc. 8 - serial
19:10 Jedno słowo - dokumentalny
20:15 Poznań '56 - dramat historyczny
22:15 Byliśmy pierwsi. Poznań 56 - dokumentalny
23:10 Kochankowie roku tygrysa - melodramat
01:10 Wyprawa do Wielkiego Rowu. Woda - wspólny skarb odc. 1 - dokumentalny

TRAM

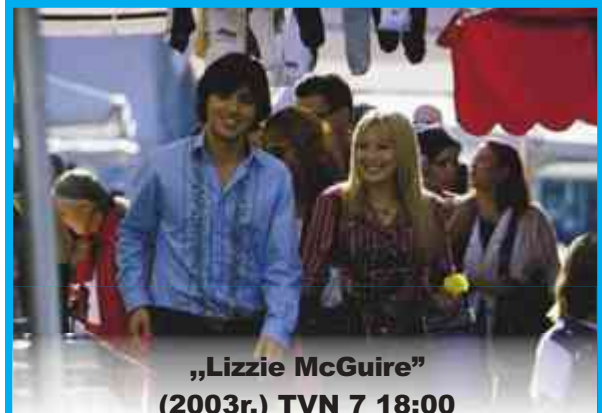


08:00 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:05 Polski punkt widzenia
08:25 Święty na każdy dzień
08:30 Z Parlamentu Europejskiego
09:00 Fatima - orędzie na dziś odc. 3
09:30 Msza Święta z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
10:35 Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela"
10:40 Dzieje Apostolskie odc. 1 - serial
11:30 Kolumb - wyprawa na koniec świata - animowany
12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem
12:20 Wieś - to też Polska
13:30 Papież Polak do Rodaków
14:10 Broadway Forever
15:20 Filmowe życiorysy
16:00 Informacje dnia
16:10 Koncert żyćzeń
17:00 XIX Polonijna Pielgrzymka Rodziny Radia Maryja do Sanktuarium Matki Bożej Częstochowskiej w Doylestown
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Opowieść wiecznie żywa - serial
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Cuda Jezusa - serial
22:20 Tam, gdzie modlili się dawni papieże - dokumentalny

HITY DNIA



Frances, nazywana przez przyjaciół Baby, spędza wakacje z rodzicami i siostrą w jednym z ośrodków wakacyjnych. Jest znudzona. Towarzystwo egoistycznych snobów nie odpowiada wrażliwej dziewczynie. Baby przypadkowo poznaje młodego tancerza Johnny'ego Castle'a.



Nastolatka z Ameryki, Lizzie McGuire, po zakończeniu roku szkolnego wybiera się z klasą na dwutygodniową wycieczkę do Rzymu. Następnego dnia po przyjeździe do stolicy Włoch dziewczyna wypowiada życzenie, wrzucając monetę do fontanny.

TVP 1



08:35 Elif

05:30 Telezakupy
06:05 Doktor Quinn odc. 16 - serial
07:05 Ziemia. Podwodny świat odc. 8 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Elif odc. 40 - serial
09:35 Wspaniałe stulecie odc. 122 - telenowela
10:40 Doktor Quinn odc. 17 s. 3 - serial
11:30 Z ciemności - zobaczyć świat odc. 3 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 To się opłaca
12:55 Brazylia. Historia naturalna odc. 2 - serial
14:00 Elif odc. 41 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
16:00 Janosik odc. 2 - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisarjat - serial
17:55 Jaka to melodia?
18:40 Zraniona miłość odc. 39 - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Vienna Life Lang Team - kronika
20:10 Pogoda
20:20 Wichry wojny odc. 4 - serial
22:00 Komisja morderstw odc. 4
22:55 Młodzi lekarze odc. 4 s. 2
23:55 Szepty pustyni - dramat obyczajowy
01:35 Sierpień w hrabstwie Osage - komediodramat

TVP 2



13:30 Rodzinka.pl

06:00 Rodzinka.pl odc. 85 - serial
06:30 Mam przepis na pielgrzymowanie odc. 1
07:00 M jak miłość odc. 68 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczyścia odc. 1646 - serial
11:30 Na dobre i na złe odc. 402 - serial
12:35 Tysiąc i jedna noc odc. 90 - serial
13:30 Rodzinka.pl odc. 196 - serial
14:05 Najwspanialszy w królestwie zwierząt. Drapieżniki odc. 4 - dokumentalny
15:10 M jak miłość odc. 1268 - serial
16:10 Ojciec Brown odc. 39 - serial
17:05 Cena miłości odc. 73 - telenowela
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
19:25 Jeden z dziesięciu
20:05 Podejrzani zakochani - komedia romantyczna
21:55 Rodzinka.pl odc. 200 - serial
22:35 Europa na sprzedaż
23:45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas odc. 257 s. 13 - serial
00:40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas odc. 258 s. 13 - serial

tvn



19:50 Uwaga!

06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 - wydział śledczy odc. 923 - serial
07:50 Gotowi na sezon odc. 5
08:00 Milionerzy odc. 14
08:35 Kuchenne rewolucje odc. 10 s. 5
09:35 Szkoła odc. 202 - serial
10:35 Ukryta prawda odc. 116 - serial
11:35 Szpital odc. 87 - serial
12:35 19+ odc. 58 - serial
13:05 19+ odc. 59 - serial
13:35 W-11 - wydział śledczy odc. 943 - serial
14:15 W-11 - wydział śledczy odc. 944 - serial
15:00 Kuchenne rewolucje odc. 3 s. 10
16:00 Szkoła odc. 203 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 461 - serial
18:00 Szpital odc. 347 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4998
20:10 Doradca smaku odc. 40
20:15 Na Wspólnej odc. 2504 - serial
20:55 Projekt Lady odc. 4 s. 2
21:55 Sekrety lekarzy odc. 8 s. 3
22:55 Ostre cięcie odc. 7 s. 7
23:41 Żony Hollywood odc. 4 s. 3 - serial
00:40 Co za tydzień odc. 806

POLSAT



09:20 Malanowski i Partnerzy

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy odc. 140 - serial
08:50 Malanowski i Partnerzy odc. 513 - serial
09:20 Malanowski i Partnerzy odc. 514 - serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie odc. 117 - serial
10:50 Małolaty odc. 15 - serial
11:50 Na ratunek 112 odc. 29 - serial
12:20 Na ratunek 112 odc. 30 - serial
12:50 Trudne sprawy odc. 271 - serial
13:50 Słoiki odc. 15 - serial
14:50 Dlaczego ja? odc. 684 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3415
16:40 Gliniarze odc. 76 - serial
17:40 Trudne sprawy odc. 199 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 284 - serial
20:05 Pamięć absolutna - film SF
22:45 6 kul - sensacyjny
01:05 W pogoni za zemstą - sensacyjny

HITY DNIA



Niedaleka przyszłość. Dla robotnika Douglasa Quaida podróże umysłu, organizowane przez firmę Rekall, są spełnieniem marzeń i idealnym wypoczynkiem od trudów życia. Procedura wszczepienia wspomnień, której się poddaje, nie idzie zgodnie z planem.



Na statku kosmicznym kapral Bower budzi się z wieloletniej hibernacji. Nie pamięta, kim jest i jaką misję wypełniał. Znajduje porucznika Paytona, którego wyrwa ze snu. On także cierpi na amnezję. Mężczyźni próbują znaleźć informacje dotyczące statku i 60-tysięcznej grupy pasażerów.

7 tvn



15:00 Szpital

05:30 Ukryta prawda odc. 368 - serial
06:30 Szpital odc. 96 - serial
07:25 Sąd rodzinny odc. 31 - serial
08:25 39 i pół odc. 5 s. 2 - serial
09:25 Dr House odc. 11 s. 5 - serial
10:25 Mango - Telezakupy
12:00 Ukryta prawda odc. 307 - serial
13:00 Sąd rodzinny odc. 32 - serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 270 - serial
15:00 Szpital odc. 97 - serial
16:00 Błef odc. 2 - serial
17:00 Dr House odc. 12 s. 5 - serial
18:00 Mentalista odc. 9 s. 7 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 308 - serial
20:00 Zagadka przeznaczenia - obyczajowy
22:25 Lista klientów odc. 7 - serial
23:25 Masters of Sex odc. 7 - serial
00:40 Ognista miłość - komedia

4



11:00 Detektywi w akcji

06:00 Najgroźniejsze zwierzęta świata odc. 2 - serial
07:00 Kacze opowieści odc. 36 - serial
07:30 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 7 - serial
08:00 Kacze opowieści odc. 39 - serial
08:30 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 11 - serial
09:00 Najgroźniejsze zwierzęta świata odc. 3 - serial
10:00 Twoja na zawsze odc. 77 - telenowela
11:00 Detektywi w akcji odc. 7 - serial
12:00 Detektywi w akcji odc. 104 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 254 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 144
15:00 Dom nie do poznania odc. 244
16:00 Twoja na zawsze odc. 78 - telenowela
17:00 Hawaï 5.0 odc. 1 - serial
18:00 Detektywi w akcji odc. 8 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 255 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 60 - serial
21:00 Śmierć na 1000 sposobów odc. 3 - serial
21:30 Śmierć na 1000 sposobów odc. 4 - serial
22:00 Galileo odc. 600
23:00 Galileo odc. 601
00:00 Spadkobiercy odc. 30

TV puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 To moje życie! odc. 64 - telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny odc. 16 s. 20 - serial
08:00 Nash Bridges odc. 101 s. 6 - serial
09:00 Nash Bridges odc. 103 s. 6 - serial
10:00 Napisala: morderstwo odc. 1 s. 6 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 1 s. 7 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 24 - serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 2 s. 2 - serial
13:50 Zbuntowany anioł odc. 77 - telenowela
14:50 Zbuntowany anioł odc. 78 - telenowela
15:50 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 4 s. 2 - serial
16:45 Ale numer! odc. 34 s. 2
17:15 Ale numer! odc. 38 s. 2
17:45 Gwiazdy lombardu odc. 297 s. 13 - serial
18:05 Gwiazdy lombardu odc. 298 s. 13 - serial
18:35 Gwiazdy lombardu odc. 311 s. 14 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 312 s. 14 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 313 s. 14 - serial
20:00 Pandorum - thriller
22:10 Ja, Frankenstein - thriller
00:00 Taki jest świat odc. 13 s. 3

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Informacje kulturalne
08:15 Tanie dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat odc. 37
08:55 Monolog trębacza - krótkometrażowy
09:30 Alicja - komedia romantyczna
11:30 Zielona miłość odc. 2 - serial
13:10 100 pytań do... Szymona Kobylńskiego
14:10 Życie za życie. Maksymilian Kolbe - dramat historyczny
16:00 Alicja - komedia romantyczna
18:00 Jim Morrison i poeci rocka - dokumentalny
19:40 Studio Kultura - rozmowy
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Plac Zbawiciela - dramat obyczajowy
22:10 Którędy po sztukę odc. 36
22:20 Porządek z chaosu
22:45 Studio Kultura - rozmowy
22:55 Elena - obyczajowy
00:55 Informacje kulturalne

TVP HISTORIA



19:10 Sensacje XX wieku

06:55 Był taki dzień odc. 215
07:00 Koło historii odc. 45
08:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 24
08:35 Zakochaj się w Polsce odc. 1
09:15 W labiryncie odc. 16 - telenowela
09:45 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
10:20 Egipt odc. 3 - serial
11:20 Najdalsze wyspy odc. 4 - serial
12:25 Orzeł - dramat wojenny
14:20 Sensacje XX wieku odc. 85
14:50 Sensacje XX wieku odc. 86
15:20 Encyklopedia II wojny światowej odc. 29 - serial
15:50 Spór o historię odc. 58
16:35 Dwie strony barykady radomskiego czerwca - dokumentalny
17:25 Ex libris
17:50 Imperium miłości odc. 20 - telenowela
18:50 Flesz historii
19:10 Sensacje XX wieku odc. 87
19:45 Sensacje XX wieku odc. 48
20:15 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
20:45 Abwehra i dzieci - dokumentalny
21:15 Reklama po sowiecku. Sprzedać wszystko. Tylko nie Ojczyznę - dokumentalny
21:50 Królewskie sny odc. 3 - serial
23:05 Amerykańska broń odc. 4 - dokumentalny
00:05 WIN. Wolność i Niezawisłość. Ostatnia nadzieja - dokumentalny

TRAM



08:00 Informacje dnia

08:15 Wieś - to też Polska
09:25 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
09:30 Vatican Magazine
10:00 Informacje dnia
10:15 Rozmowy niedokończone
11:25 Myśląc ojczyzna
11:35 Opowieść wiecznie żywa - serial
11:50 Retrospekcja
11:55 Święty na każdy dzień
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Bł. Maria Teresa Ledóchowska - dokumentalny
13:15 Izba Pamięci Pułkownika Kuklińskiego
13:20 Koncert życzeń
14:10 Oratorium "Cztery Pory Życia Pro life"
15:35 Syria - Damaszek i okolice
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Sanktuaria polskie
16:30 Tydzień z Ziemi Świętej
16:50 Świadkowie - serial
17:20 Święty na każdy dzień
17:30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja
19:45 Przygody Monster Trucków odc. 1 - serial
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Opowieść wiecznie żywa - serial
21:00 Apł Jasnógórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Stan bezpieczeństwa państwa

TVP 1



08:40 Elif

05:55 Doktor Quinn odc. 17 s. 3 - serial
06:55 Brazylia. Historia naturalna odc. 2 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif odc. 41 - serial
09:40 Wspaniałe stulecie odc. 123 - telenowela
10:45 Doktor Quinn odc. 18 s. 3 - serial
11:40 Sekrety mnichów odc. 7
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 To się opłaca
12:55 Brazylia. Historia naturalna odc. 3 - serial
14:00 Elif odc. 42 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
16:05 Janosik odc. 3 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Komisariat - serial
17:55 Jaka to melodia?
18:40 Zraniona miłość odc. 40 - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:20 Rozdarte serca odc. 61 - serial
21:20 Rozdarte serca odc. 62 - serial
22:20 El Principe - dzielnica zła odc. 24 - serial
23:10 Pogrom czy mord? - dokumentalny
23:50 Wichry wojny odc. 4 - serial
01:35 Dom odc. 1 - serial

TVP 2



13:35 Rodzinka.pl

06:00 Rodzinka.pl odc. 86 - serial
06:30 Proboszcz z Bartnego
07:00 M jak miłość odc. 69 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia odc. 1647 - serial
11:35 Na dobre i na złe odc. 403 - serial
12:40 Tysiąc i jedna noc odc. 91 - serial
13:35 Rodzinka.pl odc. 197 - serial
14:10 Włoska kuchnia jak u babci odc. 5 - serial
14:35 Afryka od kuchni odc. 5 - serial
15:10 M jak miłość odc. 1269 - serial
16:10 Ojciec Brown odc. 40 - serial
17:05 Cena miłości odc. 74 - telenowela
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
19:25 Jeden z dziesięciu
20:05 Kocham Cię, Polsko! odc. 117
21:45 Sekrety i grzeszki - komediodramat
23:50 Lato w Monako - dokumentalny
00:55 Podejrzeni zakochani - komedia romantyczna

tvn



19:50 Uwaga!

06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 - wydział śledczy odc. 944 - serial
07:50 Doradca smaku odc. 40
08:00 Milionerzy odc. 15
08:35 Kuchenne rewolucje odc. 11 s. 5
09:35 Szkoła odc. 203 - serial
10:35 Ukryta prawda odc. 461 - serial
11:35 Szpital odc. 347 - serial
12:35 19+ odc. 60 - serial
13:05 19+ odc. 61 - serial
13:35 W-11 - wydział śledczy odc. 946 - serial
14:15 W-11 - wydział śledczy odc. 948 - serial
15:00 Kuchenne rewolucje odc. 4 s. 10
16:00 Szkoła odc. 204 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 462 - serial
18:00 Szpital odc. 348 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4999
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej odc. 2505 - serial
20:55 Córka generała - sensacyjny
23:20 Odwet - sensacyjny
01:35 Pamiętniki wampirów odc. 12 s. 3 - serial

POLSAT



08:50 Malanowski i Partnerzy

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy odc. 141 - serial
08:50 Malanowski i Partnerzy odc. 515 - serial
09:20 Malanowski i Partnerzy odc. 516 - serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie odc. 118 - serial
10:50 Małolaty odc. 16 - serial
11:50 Na ratunek 112 odc. 31 - serial
12:20 Na ratunek 112 odc. 32 - serial
12:50 Trudne sprawy odc. 272 - serial
13:50 Stoiki odc. 16 - serial
14:50 Dlaczego ja? odc. 685 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3416
16:40 Gliniarze odc. 77 - serial
17:40 Trudne sprawy odc. 200 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 285 - serial
20:05 W pogoni za zemstą - sensacyjny
22:20 Nożownik - thriller
00:20 Mocne uderzenie - komedia sensacyjna

7 tvn



15:00 Szpital

05:35 Szpital odc. 97 - serial
06:40 W-11 - wydział śledczy odc. 1148 - serial
07:25 Sąd rodzinny odc. 32 - serial
08:25 39 i pół odc. 6 s. 2 - serial
09:25 Dr House odc. 12 s. 5 - serial
10:25 Mango - Telezakupy
12:00 Ukryta prawda odc. 308 - serial
13:00 Sąd rodzinny odc. 33 - serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 271 - serial
15:00 Szpital odc. 98 - serial
16:00 Blef odc. 3 - serial
17:00 Dr House odc. 13 s. 5 - serial
18:00 Mentalista odc. 12 s. 7 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 309 - serial
20:00 Czysta gra - sensacyjny
22:05 Zaginiony w akcji III - sensacyjny
00:15 Czysty geniusz odc. 4 - serial

4



19:00 Policjantki i policjanci

06:00 Najgroźniejsze zwierzęta świata odc. 3 - serial
07:00 Kacze opowieści odc. 37 - serial
07:30 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 8 - serial
08:00 Kacze opowieści odc. 40 - serial
08:30 Kacper: Szkoła Postrachu odc. 12 - serial
09:00 Najgroźniejsze zwierzęta świata odc. 4 - serial
10:00 Twoja na zawsze odc. 78 - telenowela
11:00 Detektywi w akcji odc. 8 - serial
12:00 Detektywi w akcji odc. 105 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 255 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 10
15:00 Dom nie do poznania odc. 245
16:00 Twoja na zawsze odc. 79 - telenowela
17:00 Hawaii 5.0 odc. 2 s. 3 - serial
18:00 Detektywi w akcji odc. 9 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 256 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 61 - serial
21:00 Zombieland Czarna - komedia
22:50 Śmierć na 1000 sposobów odc. 1 - serial
23:20 Śmierć na 1000 sposobów odc. 2 - serial
23:50 Spadkobiercy odc. 31
00:50 Tajemnice tajnej służby odc. 3 - dokumentalny

HITY DNIA



„Sekrety i grzeszki” (2011r.) TVP 2 21:45

Ronny i Nick od lat stanowią parę najlepszych przyjaciół. Wspólnie prowadzą firmę zajmującą się projektowaniem samochodów, licząc na zdobycie kontraktu, który pozwoli im odnieść sukces. Pewnego dnia Ronny jest świadkiem pocałunku, żony Nicka z tajemniczym mężczyzną.



„Córka generała” (1999r.) TVN 20:55

Na poligonie znaleziono zwłoki córki generała, Elizabeth Campbell. Zamordowana była kapitanem amerykańskiej armii. Prowadzący śledztwo w tej sprawie inspektor Paul Brenner dowiadyuje się, że ofiara była piękną kobietą o ujmującej osobowości.

puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 To moje życie! odc. 65 - telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny odc. 1 s. 7 - serial
08:00 Nash Bridges odc. 102 s. 6 - serial
09:00 Nash Bridges odc. 104 s. 6 - serial
10:00 Napisala: morderstwo odc. 2 s. 6 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 2 s. 7 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 1 s. 2 - serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 3 s. 2 - serial
13:50 Zbuntowany anioł odc. 79 - telenowela
14:50 Zbuntowany anioł odc. 80 - telenowela
15:50 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 5 s. 2 - serial
16:45 Ale numer! odc. 35 s. 2
17:15 Ale numer! odc. 39 s. 2
17:45 Gwiazdy lombardu odc. 300 s. 14 - serial
18:05 Gwiazdy lombardu odc. 301 s. 14 - serial
18:35 Gwiazdy lombardu odc. 314 s. 14 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 315 s. 15 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 316 s. 15 - serial
20:00 Dorwać Cartera - thriller
22:05 Nieuchwytny cel - sensacyjny
00:10 Zobacz to!

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski Program
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Informacje kulturalne
08:20 Chuligan literacki odc. 47
08:50 Którędy po sztuce odc. 36
09:05 Czy można się przysiąść? - krótkometrażowy
09:50 Zbrodniarz i panna - kryminalny
11:30 Zielona miłość odc. 3 - serial
13:10 Godzina szczerości - Jerzy Polomski odc. 8
14:20 Awantura o Basię
16:10 Informacje kulturalne
16:35 Wesoła noc smutnego biznesmena
17:25 Zbrodniarz i panna - kryminalny
19:05 Sztuka performance Zbigniewa Warpechowskiego
20:00 Studio Kultura - rozmowy
20:20 Dziewczynka w trampkach - dramat obyczajowy
22:05 Pewnego razu w Anatolii - dramat obyczajowy
00:50 Studio Kultura - rozmowy

TVP HISTORIA



18:55 Sensacje XX wieku

06:55 Był taki dzień odc. 216
07:00 W pogoni za wiosną
08:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 25
08:35 Zakochaj się w Polsce odc. 2
09:05 W labiryncie odc. 17 - telenowela
09:40 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
10:15 Byliśmy pierwsi. Poznań 56 - dokumentalny
11:05 Wisła od źródła do ujścia
11:25 Wisła od źródła do ujścia
12:25 Kolo historii odc. 60
13:05 Abwehra i dzieci - dokumentalny
13:40 Reklama po sowiecku. Sprzedać wszystko. Tylko nie Ojczyznę - dokumentalny
14:10 Sensacje XX wieku odc. 87
14:45 Sensacje XX wieku odc. 48
15:15 Encyklopedia II wojny światowej odc. 30 - serial
15:45 Amerykańska broń odc. 4 - dokumentalny
16:45 Polska i świat z historią w tle
17:10 Polska i świat z historią w tle
17:45 Imperium miłości odc. 21 - telenowela
18:35 Regiony z historią odc. 13
18:55 Sensacje XX wieku odc. 52
19:30 Sensacje XX wieku odc. 117
20:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii odc. 3 - serial
20:40 Ścisłe tajne. Tajemnice zbrodni wojennych odc. 3 - serial
21:35 Królewskie sny odc. 4 - serial
23:00 Kościusko: Człowiek, który wyprzedził swoje czasy - dokumentalny
00:05 Orzeł - dramat wojenny

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia
08:35 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:40 Świadkowie - serial
09:10 Papież Polak do Rodaków
10:00 Informacje dnia
10:15 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej
10:45 Tydzień z Ziemi Świętej
11:05 Mocni w wierze
11:35 Opowieść wiecznie żywa
11:45 Urugwaj
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Kielce 1946 - zbrodnia z rosyjskiego scenariusza - dokumentalny
14:10 Dziesięć przykazań - serial
15:10 Chłopcy z Namugongo - dokumentalny
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Jestem mamą
16:30 Kalejdoskop młodych
16:50 Express studencki
17:00 Życie monastyczne - serial
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Każdy maluch to potrafi
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Opowieść wiecznie żywa - serial
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Głos serca odc. 6 - serial

HITY DNIA

**„Mocne uderzenie”
(2012r.) POLSAT 20:35**

Scott Voss jest znudzonym życiem nauczycielem biologii. Uczy w podrzędnej szkole, która ma problemy finansowe. W ramach cięcia kosztów władze placówki postanawiają zrezygnować z programu nauki muzyki i zwolnić jego kolegę, Marty'ego.

**„Krytyczna decyzja”
(1996r.) TVN 21:55**

Terrorysta Hassan porywa samolot, na którego pokładzie znajduje się 400 pasażerów. Ponieważ jego motyw nie są do końca jasne, policja sądzi, że uczynił to, by zakładników wykorzystać jako kartę przetargową w rokowaniach o uwolnienie uwięzionego w Anglii przywódcy grupy.

TVP 1



10:45 Doktor Quinn

06:00 Doktor Quinn
odc. 18 s. 3 - serial
06:55 Brazylia. Historia naturalna
odc. 3 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif odc. 42 - serial
09:40 Wspaniałe stulecie
odc. 124 - telenowela
10:45 Doktor Quinn
odc. 19 s. 3 - serial
11:40 Sekrety mnichów odc. 8
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Magazyn rolniczy
12:55 Brazylia. Historia naturalna
odc. 4 - serial
14:00 Elif odc. 43 - serial
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:55 Janosik odc. 4 - serial
16:45 Fundusze europejskie
- jak to działa? - flesz odc. 4
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisarjat - serial
17:55 Jaka to melodia?
18:40 Zraniona miłość odc. 41 - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:20 Śmiertelna ucieczka - thriller
22:00 Magazyn śledczy Anity Gargas
22:35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas odc. 16 s. 15 - serial
23:30 Urszula Dudziak: Życie jest piękne - dokumentalny
00:20 Nic śmiesznego - komediodramat

TVP 2



13:35 Rodzinka.pl

06:25 Rodzinka.pl odc. 87 - serial
07:00 M jak miłość odc. 70 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia
odc. 1648 - serial
11:35 Na dobre i na złe
odc. 404 - serial
12:35 Tysiąc i jedna noc
odc. 92 - serial
13:35 Rodzinka.pl
odc. 198 s. 10 - serial
14:10 Włoska kuchnia jak u babci
odc. 6 - serial
14:35 Afryka od kuchni
odc. 6 - serial
15:10 M jak miłość
odc. 1270 - serial
16:10 Ojciec Brown
odc. 41 - serial
17:05 Cena miłości
odc. 75 - telenowela
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
19:25 Jeden z dziesięciu
20:05 Ja cię kocham, a ty śpisz
- komedia romantyczna
22:00 Pierwsza randka odc. 3
23:05 Na sygnale odc. 129 - serial
23:35 Na sygnale odc. 130 - serial
00:10 Sekrety i grzeszki
- komediodramat

tvn



19:50 Uwaga!

06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 - wydział śledczy
odc. 948 - serial
07:50 Doradca smaku
08:00 Millionerzy odc. 16
08:35 Kuchenne rewolucje
odc. 12 s. 5,
09:35 Szkoła odc. 204 - serial
10:35 Ukryta prawda
odc. 462 - serial
11:35 Szpital odc. 348 - serial
12:35 19+ odc. 62 - serial
13:05 19+ odc. 63 - serial
13:35 W-11 - wydział śledczy
odc. 950 - serial
14:15 W-11 - wydział śledczy
odc. 952 - serial
15:00 Kuchenne rewolucje
odc. 5 s. 10
16:00 Szkoła odc. 205 - serial
17:00 Ukryta prawda
odc. 463 - serial
18:00 Szpital odc. 349 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 5000
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej
odc. 2506 - serial
20:55 Dom marzeń odc. 4 s. 2
21:55 Krytyczna decyzja
- sensacyjny
00:35 Kuba Wojewódzki
odc. 3 s. 10

POLSAT



09:20 Malanowski i Partnerzy

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy
odc. 142 - serial
08:50 Malanowski i Partnerzy
odc. 517 - serial
09:20 Malanowski i Partnerzy
odc. 519 - serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie
odc. 119 - serial
10:50 Małolatki odc. 17 - serial
11:50 Na ratunek 112
odc. 33 - serial
12:20 Na ratunek 112
odc. 34 - serial
12:50 Trudne sprawy
odc. 273 - serial
13:50 Śloiki odc. 17 - serial
14:50 Dlaczego ja?
odc. 686 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3417
16:40 Gliniarze odc. 78 - serial
17:40 Trudne sprawy
odc. 201 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
odc. 286 - serial
20:05 Świat według Kiepskich
odc. 508 - serial
20:35 Mocne uderzenie
- komedia sensacyjna
22:45 Szkoła zgorszenia - komedia
00:50 Kingsajz - komedia

7 tvn



15:00 Szpital

05:30 Ukryta prawda
odc. 369 - serial
06:30 Szpital odc. 98 - serial
07:25 Sąd rodzinny
odc. 33 - serial
08:25 39 i pół odc. 7 s. 2 - serial
09:25 Dr House
odc. 13 s. 5 - serial
10:25 Mango - Telezakupy
12:00 Ukryta prawda
odc. 309 - serial
13:00 Sąd rodzinny
odc. 34 - serial
14:00 Sędzia Anna Maria
Wesołowska odc. 272 - serial
15:00 Szpital odc. 99 - serial
16:00 Blef odc. 4 - serial
17:00 Dr House odc. 14 s. 5 - serial
18:00 Mentalista odc. 13 s. 7 - serial
19:00 Ukryta prawda
odc. 310 - serial
20:00 Afera naszyjnikowa
- dramat historyczny
22:25 The Following
odc. 1 s. 3 - serial
23:35 Babskie wakacje - komedia
01:25 Moc magii odc. 180

4



13:00 Policjantki i policjanci

06:00 Najgroźniejsze zwierzęta świata
odc. 4 - serial
07:00 Kacze opowieści
odc. 38 - serial
07:30 Kacper: Szkoła Postrachu
odc. 9 - serial
08:00 Kacze opowieści
odc. 41 - serial
08:30 Kacper: Szkoła Postrachu
odc. 13 - serial
09:00 Zabójcze zwierzęta
odc. 1 - serial
10:00 Twoja na zawsze
odc. 79 - telenowela
11:00 Detektywi w akcji
odc. 9 - serial
12:00 Detektywi w akcji
odc. 106 - serial
13:00 Policjantki i policjanci
odc. 256 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 11
15:00 Dom nie do poznania odc. 246
16:00 Twoja na zawsze
odc. 80 - telenowela
17:00 Hawaia 5.0 odc. 3 s. 3 - serial
18:00 Detektywi w akcji
odc. 10 - serial
19:00 Policjantki i policjanci
odc. 257 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział
kryminalny odc. 62 - serial
21:00 Kronika opętania - horror
22:55 Śmierć na 1000 sposobów
odc. 3 - serial
23:25 Śmierć na 1000 sposobów
odc. 4 - serial
23:55 Spadkobiercy odc. 32
00:55 Sekrety sąsiadów
odc. 1 - serial

TV puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 To moje życie!
odc. 66 - telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 2 s. 7 - serial
08:00 Nash Bridges
odc. 103 s. 6 - serial
09:00 Nash Bridges
odc. 105 s. 6 - serial
10:00 Napisala: morderstwo
odc. 3 s. 6 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 3 s. 7 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 2 s. 2 - serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 4 s. 2 - serial
13:50 Zbuntowany anioł
odc. 81 - telenowela
14:50 Zbuntowany anioł
odc. 82 - telenowela
15:50 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 6 s. 2 - serial
16:45 Ale numer! odc. 36 s. 2
17:15 Ale numer! odc. 40 s. 2
17:45 Gwiazdy lombardu
odc. 303 s. 14 - serial
18:05 Gwiazdy lombardu
odc. 304 s. 14 - serial
18:35 Gwiazdy lombardu
odc. 317 s. 15 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu
odc. 318 s. 15 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu
odc. 319 s. 15 - serial
20:00 Koszmar następnego lata
- horror
22:00 Zodiak - dramat kryminalny
01:10 American Horror Story: Sabat

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Którędy po sztuce odc. 36
08:10 Wydarzenie aktualne
08:45 Dzieci oskarżają
- dokumentalny
09:00 Bikiniarze
11:30 S.O.S. odc. 1 - serial
12:35 S.O.S. odc. 2 - serial
13:40 Godzina szczerości
- Marian Opania
14:45 Gracze - sensacyjny
16:40 Program publicystyczny
17:25 Bikiniarze
19:45 Studio Kultura - rozmowy
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Scena zbrodni
- dokumentalny
22:30 Wstęp do filmu odc. 39
22:35 Bottle Rocket
- komedia kryminalna
00:15 Studio Kultura - rozmowy

TVP HISTORIA



19:05 Sensacje XX wieku

06:55 Był taki dzień odc. 217
07:00 Polska i świat z historią w tle
07:25 Polska i świat z historią w tle
07:45 Polska i świat z historią w tle
08:00 Wojciech Cejrowski - boso
przez świat odc. 26
08:35 Zakochaj się w Polsce odc. 3
09:10 W labiryncie
odc. 18 - telenowela
09:40 Było, nie minęło - kronika
związków historii
10:15 Jedno słowo - dokumentalny
11:25 Polska i świat z historią w tle
12:20 Spór o historię odc. 63
13:00 Ścisłe tajne. Tajemnice zbrodni
wojennych odc. 3 - serial
14:05 Sensacje XX wieku odc. 52
14:35 Sensacje XX wieku odc. 117
15:10 Encyklopedia II wojny
światowej odc. 31 - serial
15:40 Kościuszkowski: Człowiek,
który wyprzedził swoje czasy
- dokumentalny
16:45 Oni byli pierwsi... Lubelski
lipiec 1980 - dokumentalny
17:55 Imperium miłości
odc. 22 - telenowela
18:50 Sól skarbu UNESCO odc. 2
19:05 Sensacje XX wieku odc. 102
19:40 Sensacje XX wieku odc. 103
20:20 Było, nie minęło - kronika
związków historii
20:50 Taśmy bezpieki odc. 6
21:20 Radio wolności odc. 1 - serial
21:50 Królewskie sny odc. 5 - serial
23:15 Profesor od serca - Zbigniew
Religa - dokumentalny
00:20 Tak tu cicho o zmierzchu
- dramat wojenny

TRAM



08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia
08:40 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
08:45 Każdy maluch to potrafi
09:00 Kalejdoskop młodych
09:30 Express studencki
09:35 Sanktuarium polskie
09:55 Święty na każdy dzień
10:00 Benedyktyni - właściwa miara
- dokumentalny
10:45 Mój brat papież
11:00 Świat na wyciągnięcie ręki
odc. 10 - serial
11:15 Niezwykłości przyrody
Nowej Zelandii
11:25 Opowieść wiecznie
żywa - serial
11:35 Przyroda i ludzie
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Nasze dzikie serca
- obyczajowy
13:50 Poczta z Indii - Chennai
- miasto św. Tomasza
Apostoła - dokumentalny
14:00 Głos serca odc. 6 - serial
15:25 Betafo - dokumentalny
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Na zdrowie
16:30 Artystyczna dusza
16:55 Święty na każdy dzień
17:00 Po stronie prawdy
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Przegląd Mobilków - serial
19:45 Modlitwa z telefonicznym
udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Opowieść wiecznie żywa
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy
Cudownego Obrazu Matki
Bożej Częstochowskiej na
Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Sztuka przebaczenia
- obyczajowy



Dobrze zjeść

ZIEMNIAKI DAUPHINE (DOFINKI)

50 dag ziemniaków
sól
1/8 l mleka
40 g masła
75 g mąki
gałka muszkatołowa
pieprz
2 jaja
tłuszcz do smażenia

Ziemniaki obrać, ugotować w osolonej wodzie, odparować, przecisnąć przez praskę lub bardzo dobrze rozgnieść. Odstawić do wystygnięcia. Sporządzić ciasto parzone – mleko zago-

tować z masłem, wysypać mąkę, rozcierać, aż powstanie jednolita, lśniąca masa. Przestudzić, po czym wbić i wcierać w ciasto jajka (po kolei). Do tak przygotowanej masy dodać ziemniaki, rozetrzeć dokładnie wszystkie składniki razem, doprawić gałką muszkatołową i pieprzem. Formować kulki wielkości orzecha włoskiego, smażyć w rozgrzanym tłuszczu (można we frytkownicy).

Smacznego!



Artur Żurawski z klasy pierwszej technikum życzy smacznego!

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

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

P O G O D A

CZW. 29.6.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 30 20 °C opady: 2 3 mm ciśnienie: 992 1000 hPa wiatr: 33 55 km/h	
PT. 30.6.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 23 16 °C opady: 2 3 mm ciśnienie: 1002 1012 hPa wiatr: 35 60 km/h	
SOB. 1.7.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 23 15 °C opady: 0 0 mm ciśnienie: 1004 1009 hPa wiatr: 32 55 km/h	
NIEDZ. 2.7.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 19 13 °C opady: 0,1 1 mm ciśnienie: 1012 1018 hPa wiatr: 22 45 km/h	
PN. 3.7.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 19 15 °C opady: 1 3 mm ciśnienie: 1012 1015 hPa wiatr: 28 50 km/h	
WT. 4.7.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 19 11 °C opady: 0 0 mm ciśnienie: 1015 1020 hPa wiatr: 15 40 km/h	
ŚR. 5.7.2017	DZIEŃ NOC temperatura: 26 12 °C opady: 0 0 mm ciśnienie: 1015 1020 hPa wiatr: 15 40 km/h	

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

Opinia, sława, rozgłos.	Frazeol.: e. młodości, e. życia - cudowny napój mający	Wg ludowych legend diabeł łączący; Boruta.		Douglas (1880-1964), amer. generał w okresie II wojny		Geogr.: góry między Soławą a Leine (Niemcy), najwyższy		Nawijk przędzy	"Pan" dla Zagłoby		Metrol.: daw. miara długości, różna w różnych
						Rel.: przełożony klasztoru mający święcenia i		5	2	8	W Indiach: człowiek nie należący do żadnej kasty nie mający
Geogr.: miasto w woj. wrocławskim, na lewym brzegu		Jubilerska jednostka						Samiec kozy; baran, kozioł			
		Biol.: płyn ustrojowy;	10					Archit.: konstrukcja			1.
						Dopływ Duero (Hiszpania)					
						W zwrotach: s. zwycięstwa			9	1	
Puszysta u lisa					Elektr.: komputerowy						
			11		Przewód melioracyjny						
Bot.: wiosenny,											
Klauzula w umowie						Truman (1924-84), amer. pisarz; "Z zimną krwią".			Ujmowanie się, wstawianie się za kimś, za czymś.	Jednostka miary równa 1/1000 milimetra.	
				Med.: wirusowa,							
				Imię Eastwooda,							
Bibl.: córka Labana, żona Jakuba, matka Józefa i Beniamina.								Dodatkowe wykonanie			
								Zabity przez brata Kaina			
Geogr.: rzeka Kongo.	Układ koloidowy	Wesołe miasteczko.					6				Krzyżówko- wa papuga
		Rumuński samochód	13							3	
Geogr.: przykład w Chile, najdalej wysunięty na pd. punkt					Ala i ...	Pomieszczenie dla krów.			14		
				Doradca Priama, króla Troi			7		15		
Kwiat Nilu						Włókno z Torunia					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

DOBRCZE TO WIEDZIEĆ

Sejm zgodził się na medyczną marihuanę

Aż 440 posłów opowiedziało się za dostępem do medycznej marihuany. Prawo, o które zabiegał poseł Liroy-Marzec umożliwi chorym korzystanie z suszu po uzyskaniu recepty od lekarza i wizycie w aptece. Czas oczekiwania na preparat uśmierzający ból i tak może być długi, bowiem większość parlamentarna nie zgodziła się na narodową produkcję, zatem marihuana będzie sprowadzana z zagranicy. Przeciw projektowi głosowali jedynie: Beata Kempa i Zbigniew Ziobro. Teraz propozycja trafi do Senatu RP, a następnie do prezydenta i może wejść w życie już w październiku tego roku.

Surowe kary za znęcanie się nad zwierzętami

W ubiegłym tygodniu wszystkie kluby parlamentarne poparły zaostrezenie kar za znęcanie się nad zwierzętami. Rządowy projekt zmiany ustawy o ochronie zwierząt zakłada podwyższenie z 2 do 3 lat kary pozbawienia wolności za zabijanie, uśmiercanie lub znęcanie się nad zwierzętami. W przypadku szczególnego okrucieństwa, górna granica zostanie zwiększona z 3 do 5 lat, sąd będzie musiał także orzec wobec sprawcy zakaz posiadania zwierząt i wykonywania zawodów związanych z kontaktem z nimi.

ZUS wysyła listy

Zakład Ubezpieczeń Społecznych rozpoczął akcję wysyłki prawie 19 mln listów, które przedstawiają informację o stanie konta ubezpieczonego, w tym hipotetyczną emeryturę. Informacja zawiera sumę wszystkich zwaloryzowanych składek, kapitału początkowego oraz wskazanie, ile składek zgromadzonych jest na subkoncie w ZUS, a ile trafiło do otwartego funduszu emerytalnego (jeżeli ktoś jest członkiem OFE). Korespondencja dotrze do każdego, kto ma odłożony choćby 1 grosz na koncie emerytalnym. Listy mają trafić do wszystkich zainteresowanych do końca sierpnia.

Będzie akcyza na e-papierosy?

Resort finansów przygotował projekt nowelizacji ustawy o akcyzie, która obejmuje wprowadzenie tego rodzaju podatku na e-papierosy, a konkretnie na płyn do papierosów elektronicznych oraz wyroby nowatorskie. Zmiana prawa ma zwiększyć wpływ do budżetu o prawie 100 mln zł rocznie. W uzasadnieniu ministerstwo powołuje się na inne kraje europejskie, które także wprowadzają akcyzę m.in. Włochy, Portugalię, Rumunię i Finlandię.

Stawki za wodę bez zmian

Resort środowiska opublikował komunikat, w którym zapewnia, że wprowadzenie nowego Prawa wodnego nie spowoduje skokowych podwyżek opłat za pobór wody dla mieszkańców. W założeniu, nie zmienią się one do 2019 roku, a jeśli zajdzie taka konieczność, wzrosną stopniowo i po wykonaniu analiz społeczno-ekonomicznych. Nowe prawo ma przyczynić się m.in. do poprawy bezpieczeństwa przeciwpowodziowego w Polsce. Zostanie powołane Państwowe Gospodarstwo Wodne „Wody Polskie”, które będzie pełniło rolę gospodarza na wszystkich wodach publicznych.

Przepisy o pracownikach sezonowych doprecyzowane

Sejm przyjął ustawę o zmianie ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy oraz zmianie niektórych innych ustaw, które regulują dostęp cudzoziemców do polskiego rynku. Nowe przepisy pozwalają na szybsze powierzenie pracy cudzoziemcowi, zmniejszają zakres informacji zawartych we wniosku w zakresie poprzednio wykonywanej pracy do minimum oraz obniżają dolne granice kar za powierzenie obcokrajowcowi nielegalnego wykonywania pracy do poziomu 1000 zł. Ustawa wejdzie w życie od nowego roku.

Prezydent podpisał ustawę o tzw. antykoncepcji awaryjnej

Kancelaria Prezydenta poinformowała, że Andrzej Duda podpisał ustawę przewidującą, że pigułki „dzień po” będą sprzedawane na receptę. Od 2015 roku z ellaOne mogły korzystać osoby powyżej 15. roku życia, bez konieczności wizyty u lekarza. Obecny resort zdrowia przekonywał, że pigułki są nadużywane i mogą powodować skutki uboczne, stąd zaostrezenie przepisów. Nowelizacja wprowadza też ratunkowy dostęp do technologii lekowych. Minister zdrowia będzie mógł wydać indywidualną zgodę na pokrycie kosztu leku, jeżeli jest to niezbędne dla ratowania życia lub zdrowia pacjenta i uzasadnione wskazaniami medycznymi.

Dbaj o relacje ze współpracownikami

PRACA ▶ Jeżeli uśmiechasz się do wybrańców, a resztę traktujesz wyniośle, to pierwszy krok do tego, by zespół nie chciał z tobą pracować. Według badaczy to też prosta droga, by zostać nie lubianym pracownikiem/pracodawcą i by etykieta gbura lub agresora na trwale do ciebie przyłgnęła



Jeżeli od pracowników wymaga się pracy bez przerwy, a kawa czy krótka rozmowa jest piętnowana, jeżeli formułuje się krytyczne uwagi w niemiły sposób, jeżeli standardem jest, że szefostwo odzywa się do siebie z uśmiechem i życzliwością, a gdy do rozmowy włącza się pracownik, momentalnie zmienia im się wyraz twarzy z życzliwego na posągowy, to w takiej firmie nikt długo pracować nie będzie. Jest wiele firm, w których odpowiedź na pytanie o przysługujący zgodnie z prawem wolny dzień poprzedza wymowna cisza. Choroba (!) nie jest powodem, dla którego pracownik miałby nie pracować, chociażby z domu. Dodatkowo wymagany jest Messenger w telefonie, bo pracodawcy mają w zwyczaju wysłać listę zadań na kolejny dzień nawet przed północą. W takim biurze winę za rotację ponosi szefostwo, a dokładnie brak umiejętności komunikacji z ludźmi. Bo bez zdrowej atmosfery nie da się pracować.

Pewnie zastanawiasz się teraz, jak ciebie, bez względu na to kim jesteś w firmie, odbierają współpracownicy. Gotowy/a? Sprawdź, z jakimi ludźmi nie lubią pracować inni i czy jesteś jednym z nich.

Stałeś się łapczywy

W 2003 roku badacz Dachter Kelner postanowił sprawdzić, co się dzieje z ludźmi, gdy dojdą do władzy i utracą kontrolę nad zachowaniem. Do eksperymentu – opisanego w Psychological Review – zaprosił studentów, któ-

rych podzielił na grupy. W każdej byli „pracownicy” i „szefowie”. Gdy tylko młodzi ludzie otrzymywali stanowiska, zaczęli inaczej się zachowywać. Zmiana uwidaczniała się nawet w momencie jedzenia (w trakcie eksperymentu wnoszono bowiem na talerz ciastka). Szefowie grupy mlaskali podczas jedzenia, nie zamykali ust, byli bardziej łapczywi. Wszystko co mówili i robili było bardziej ostentacyjne. Władza, którą dostawali na czas eksperymentu, sprawiała, że zachowywali się wobec współpracowników w mało elegancki sposób.

Praktykujesz „psychologię”

Czyli? Robisz wszystko, aby nie pracować, a swoimi obowiązkami obciążać innych. Okazuje się, że z badań, które wykonał serwis primesoft.pl wynika, że 36 proc. spieć pomiędzy pracownikami powoduje właśnie zrzucanie odpowiedzialności za zadania na innych.

Plotkujesz o wszystkim i o wszystkich

Czym innym są luźne rozmowy na kawie czy papierosie, a czym innym regularne plotki o współpracownikach w firmowej kuchni. Rozsiewanie plotek jest bardzo źle widziane w firmach o wysokiej kulturze pracy. Jeśli dodatkowo godzą one w dobre imię pracownika lub firmy, mogą skończyć się wezwaniem na dywanik do szefa.

Jesteś mistrzem złośliwych uwag

Złośliwość to jedna z przy-

war nie lubianych w zespole – agresorów. Zanim przyłgnie do ciebie łata agresora wiedz, że pokazujesz takim zachowaniem tylko swoją słabość. Z badań prowadzonych przez Nathanaela Fasta, profesora z University of Southern California wynika, że ludzie zaczynają uzewnętrzniać negatywne emocje, kiedy czują, że ich ego jest zagrożone.

Licysz się tylko ty

Współpracownicy cenią osoby, na które mogą liczyć. Jeśli pracujesz tylko na własny sukces, a kolegów z pracy pozostawiasz samym sobie, nawet gdy masz możliwość im pomóc, nie zdobędziesz ich sympatii. Pamiętaj też, że pewnego dnia to ty możesz potrzebować zamienić się na dyżury albo pilnie poszukiwać kontaktu do osoby z branży. Na kogo możesz wówczas liczyć? Warto pracować, szanując cały zespół.

Proza biurowego życia, czyli pożyczasz rzeczy bez pytania

Nie trzeba badań, wystarczy rozmowy z pracownikami, aby dowiedzieć się, że na liście najbardziej drażniących zachowań jest pożyczanie rzeczy (książek, kubków, herbaty) z biurka innych osób i to bez pytania. Słowem, „dobry zwyczaj, nie pożyczaj”. Z wszelkich badań wynika, że z toksycznymi ludźmi nikt na dłuższą metę nie chce współpracować, a tym bardziej nie chce podlegać takiej osobie w biurze. Ekonomiczne wskaźniki pokazują, że w krajach, gdzie panuje wysoka kultura pracy, a pewne zachowania są niedopuszczalne, pracownicy pracują efektywnie i są zadowoleni z miejsca zatrudnienia.

Dlatego, jeśli dostrzeżasz w sobie wspomniane przywary, warto rozpocząć pracę nad sobą. Jak przekonują trenerzy biznesu, najprostszym sposobem na zyskanie sobie sympatii może być proste stwierdzenie wypowiedziane w kierunku współpracownika: „dziękuję, bardzo cenię sobie pracę z tobą”. Jest tylko jeden warunek: musi to być powiedziane szczerze.

Iwona Michałek

Zdrowie

Gdy pot z nas spływa

Latem, gdy słońce świeci intensywnie, a temperatury sięgają nawet 30 stopni, zmorą wielu z nas staje się nadmierna potliwość. Jest jednak kilka sprawdzonych sposobów na to, jak skutecznie radzić sobie z niechcianymi plamami pod pachami czy wilgotnymi dłońmi.

Pocenie się jest naturalnym procesem, który służy ochłodzeniu naszego organizmu. Nie ma więc nic dziwnego w tym, że pot pojawia się na naszej skórze podczas upalnych dni, wysiłku fizycznego czy w sytuacjach stresowych. W warunkach uznawanych za normalne ludzki organizm wydala przez skórę nawet do 0,8 litra potu dziennie.

Czym jest pot?

Pot jest wydzieliną gruczołów potowych, które znajdują się na powierzchni niemal całego naszego ciała. Najliczniej występują w okolicach pach, pachwin i narządów płciowych. Pot jest bezbarwną i bezwoną substancją, składającą się w 99 proc. z wody. Resztę stanowią takie substancje jak dwutlenek węgla, mocznik, węglowodany, aminokwasy, żelazo, magnez, potas czy związki lipidowe. To właśnie rozkład tych substancji przez bakterie powoduje nieprzyjemny zapach.

O czym świadczy nadmierna potliwość?
Chociaż naturalnych przyczyn intensywniejszego pocenia, któremu dodatkowo towarzyszy przykry zapach, może być dużo, problemu nie należy bagatelizować. Wzmoczone pocenie powiązane może być z poważnymi dolegliwościami, takimi jak: cukrzyca, choroby tarczycy, choroby układu pokarmowego czy nawet nowotwór. Na skutek nadmiernego pocenia pojawić się mogą problemy skórne: wypryski, owrzodzenia, potówki.

Jak sobie z tym radzić?

Na rynku jest wiele preparatów przeznaczonych do walki z potem i nieprzyjemnym zapachem. Mydła antybakteryjne, zasympki przeciwbakteryjne, antyperspiranty czy dezodoranty – to tylko niektóre z nich. W aptekach można również kupić tabletki, które skutecznie ograniczają aktywność gruczołów potowych.



Warto również pamiętać o odpowiednim ubiorze. W czasie upałów należy unikać ciemnych ubrań oraz tych zrobionych ze sztucznych materiałów. Wskazana jest natomiast przewiewna odzież z bawełny w jasnych kolorach.

Dieta

Dermatolodzy podkreślają, że niezwykle pomocna w walce z potem jest odpowiednia dieta. Istnieją produkty, które – niestety – negatywnie wpływają zarówno na ilość, jak i na zapach potu. Warto unikać kawy, herbaty, alkoholu, tłustych potraw, ale też niektórych warzyw, takich jak cebula, czosnek czy por. Jeśli mamy problem z intensywnym poceniem się, warto odstawić ostre przyprawy, sól i glutamian sodu. Wskazane są natomiast napary z szatwii, mięty czy białej wierzby.

Botoksem w pot

Gdy opisane metody okażą się nieskuteczne, można wykonać cięższe działa w postaci toksyny botulinowej, czyli botoksu. Jak to działa? Botoks, blokując uwalnianie acetylocholino z zakończeń nerwowych, skutecznie chroni skórę przed potem. Zastrzyki z botoksu są skuteczne, efekt utrzymuje się nawet do roku. Jeden zabieg kosztuje ok. 2 tys. zł.

(red)

HOROSKOP



Koziorożec
(22.12-19.01)

W centrum twojego zainteresowania znajdą się teraz kontakty towarzyskie. Może to dobra pora na urlop? Nie zastanawiaj się wiele, pakuj walizki i ruszaj w drogę. Nieważne czy w góry, czy na Mazury, czy za granicę. Wszędzie znajdziesz życzliwe osoby, z którymi mile spędzisz czas. Przyda ci się taka odskocznia od codziennych obowiązków. Nabierzysz siłę i dystansu do kłopotów.



Wodnik
(20.01-18.02)

Tylko przyjemności będą ci w głowie. Skąd je czerpać? Najlepiej z codziennych rytuałów, jak na przykład picia kawy na tarasie czy pogaduszek przy lampce wina. Będziesz teraz pełen pozytywnej energii, co innych nastroi do ciebie pozytywnie. Możesz ocieplić stosunki z tymi, z którymi łączą cię do tej pory tylko sprawy służbowe. Poprawa w sferze finansów, będzie wpływ na konto.



Ryby
(19.02-20.03)

Postaw na spokój. To nie jest dobry czas, by rozpoczynać ryzykowne przedsięwzięcia czy konfrontować się z przeciwnikami. Odmienne poglądy innych ludzi wcale nie muszą być wymierzone w ciebie. Zachowaj dystans i nie stawiaj siebie w centrum wszechświata. W najbliższych dniach bądź wyjątkowo ostrożny za kierownicą.



Baran
(21.03-20.04)

Dobry humor będzie ci dopisywał, zaczniesz brylować w towarzystwie. To właśnie w nieformalnych okolicznościach załatwisz najwięcej spraw służbowych. Będziesz tak skuteczny, że zasłużysz na pochwałę przełożonego, a może nawet na premię. Zielone światło w miłości, nie obawiaj się wyznać swoich uczuć komuś, kto od dawna ci się podoba.



Byk
(21.04-21.05)

Poświęciłeś ostatnio wiele uwagi ważnym dla ciebie sprawom i masz nadzieję, że wreszcie uda się doprowadzić je do końca. Pewnie tak będzie, ale nie od razu. Pojawią się pewne komplikacje. Nie odpuszczaj, wykonaj, co trzeba, wyjdzie ci to na dobre. Optymistyczne w kwestiach finansowych, jeśli planujesz coś kupić, teraz jest dobry czas, cena będzie korzystna.



Bliźnięta
(22.05-20.06)

Energia będzie cię wręcz rozsadzać i nabędziesz przekonania, że możesz góry przenosić. Nie przesadzaj z hurraoptymizmem, mierz siły na zamiary, a ambicje przekładaj na swoje realne możliwości. Samotne Bliźnięta mają szansę spotkać na swojej drodze kogoś, kto je oczaruje. Nie będzie to materiał na trwały związek, raczej na gorący wakacyjny romans.



Rak
(21.06-22.07)

Pozwól sobie na lenistwo i uwolnij się od codziennych trosk – przecież są wakacje! Potrzeba ci odprężenia i na tym się skup. Dobrze zrobią ci kontakty z osobami, które lubisz. Jeśli poszukujesz kogoś bliskiego, nie odmawiaj, gdy otrzymasz zaproszenie na kolację. Z pozoru nieciekawa osoba zyska w twoich oczach, gdy spędzicie trochę czasu sam na sam.



Lew
(23.07-22.08)

Znudziła ci się twoja obecna praca, masz dość szefa albo po prostu chcesz lepiej zarabiać? To dobry czas na poszukiwanie czegoś nowego. Zastanów się, czy masz jakiś talent, który może przynieść ci pieniądze. Przeglądaj oferty, na pewno coś dla siebie znajdziesz. Aplikuj bez wahania. W miłości będzie się działo. Zrobisz duże wrażenie na nowej osobie w towarzystwie.



Panna
(23.08-22.09)

W nadchodzących dniach będziesz rozdrażniona, łatwo wpadniesz w złość. Zmęczenie nie poprawi sytuacji. Postaraj się wyciszyć i choć trochę odpocząć. Odpuść sprzątanie, prasowanie i gotowanie. Nic się nie stanie, jeśli rodzina zje pizzę na obiad, a podłoga nie będzie lśnić. Jesteś ważniejsza.



Waga
(23.09-23.10)

Jeśli teraz planujesz urlop, na pewno będzie udany. Gwiazdy sprzyjają życiu towarzyskiemu oraz wyjazdom. Jeżeli jednak musisz chodzić do pracy, to też czeka cię dobry czas. Wymyślisz nowe rozwiązania, zyskasz w oczach współpracowników i przełożonych.



Skorpion
(24.10-21.11)

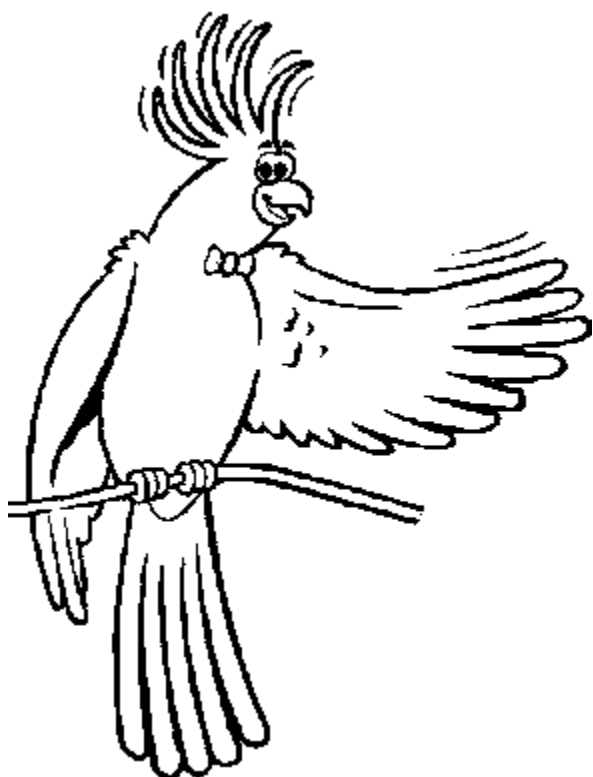
Nie stawiaj sobie zbyt wysoko poprzeczki i nie bądź zbyt ambitny. Pozwól, by sprawy zawodowe toczyły się zwyczajowym rytmem, a unikniesz kłopotów. Finanse mają się dobrze, możesz pozwolić sobie na weekendowy wypad do SPA. Może spotkasz tam kogoś ciekawego?



Strzelec
(22.11-21.12)

Tydzień pod znakiem wyciszenia. Unikaj konfliktów, a jeśli czegoś nie rozumiesz, nie żądaj wyjaśnień, tylko poczekaj, aż sytuacja sama się wyklaruje. Także w relacjach z partnerem nie stawiaj spraw na ostrzu noża. Skup się na pozytywnych stronach tego związku.

Kolorowanki dla dzieci



U bratanków

WĘGIERSK ▶ Między 13, a 17 czerwca grupa dzieci i młodzieży z Węgierska wzięła udział w wyjeździe do szkoły partnerskiej na Węgrzech

Wspólna historia Węgierska i Węgier sięga legend dotyczących założenia wsi. Zgodnie z legendą twórcą wsi miał być Ludwik Węgierski. To także jedyna wieś w Polsce mająca taką nazwę. Już w ub. roku Szkoła Podstawowa w Węgiersku nawiązała kontakty ze środowiskiem węgierskim m.in. z konsulem honorowym Węgier w Bydgoszczy. Na początku tego roku udało się nawiązać kontakt z małą węgierską szkołą z miejscowości Püspökmolnári i Rabahidveg. Uczniowie z obu krajów nakręcili filmiki na których przedstawiali się sobie, zapoznawali z muzyką oraz prezentowali swoich nauczycieli. Później narodził się pomysł wyjazdu na Węgry, by móc spotkać się osobiście. :

– Był to bardzo ambitny projekt, który udał się dzięki pomocy wielu osób, w tym sponsorów – mówi dyrektor szkoły Urszula

Arentowicz. – szczególnie podziękowania należą się również wójtowi Markowi Ryłowiczowi. Efekty podróży przerosły nasze najśmielsze oczekiwania.

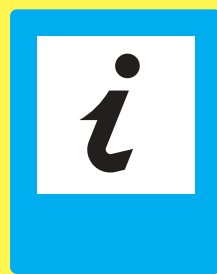
Na Węgrzech młodzież zapoznawała się ze sobą, przy okazji szlifując język angielski. Odbłyło się oficjalne przywitanie, a później także wieczorek integracyjny w miejscowym parku historycznym. Tu poznano m.in. sposób w jaki Węgrzy spędzają wolny czas przy ognisku piekąc boczek z cebulą i papryką. Kolejny dzień wizyty w szkole na Węgrzech upłynął pod znakiem sportu. Rozegrano mecze międzypaństwowe w koszykówce i piłce nożnej, w których wynik miał oczywiście drugorzędne znaczenie. Gdy przyszła pora pożegnania młodzieży trudno było się rozstać. Na pożegnanie Węgrzy uraczyli gości domowej roboty gulaszem,

który różni się od tego podawanego w Polsce. Pozostały pamiątki, prezenty oraz kontakty w mediach społecznościowych. Obie placówki podpisały umowę dotyczącą dalszej współpracy. Teraz celem będzie dalsza współpraca za pośrednictwem internetu oraz poczty oraz przygotowania do węgierskiej rewizyty w Węgiersku. W trakcie wyjazdu nawiązano także kontakt z miejscowymi władzami. Warto dodać, że obie wsie położone są w bogatej części Węgier, a w jednej z nich znajduje się siedziba amerykańskiej firmy zajmującej się produkcją podzespołów dla lotnictwa.

Oprócz wizyty w szkole na Węgrzech młodzież z Węgierska odwiedził również główne atrakcje w tym kraju udając się do Budapesztu oraz nad Balaton.

(pw)





INFORMATOR DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU GOLUBSKIEGO



tel. 608 688 587, 56 493 41 50



Szukasz...? Tylko u nas znajdziesz wszystko w jednym miejscu

Agroturystyka
Agroturystyka U Lucyny, Handlowy Młyn 20, kontakt pod nr. tel. 724 365 793
Agroturystyka na Pojezierzu Brodnickim, smażalnia Skarlanka, Gaj Grzmięca 45, kontakt pod nr. tel. 721 181 247
Auto Moto
auto handel / komis
F.H.U. Nowatek auto-handel skup, stan dowolny sprzedaż zamiana Sychowo 35, kontakt pod nr. tel. 514 342 906
DAMAR - auta sprowadzane z Niemiec - komis, transport, ul. Sikorskiego 4, Brodnica, kontakt pod nr. tel. 660 466 986
Auto Handel-Komis skup i zamiana, Marek Wiśniewski, ul. Lidzbarska 10B, Brodnica, kontakt pod nr. tel. 603 858 933
części i akcesoria
Części i akcesoria sam. U Małgosi, Małgorzata Salach, Golub-Dobrzyń, ul. Kościuszki 31, kontakt pod nr. tel. 56 683 35 15, 504 538 151
Części i akcesoria sam. U Małgosi, Małgorzata Salach, Kowalewo Pom., ul. Batalionów Chłopskich 3B, tel. 56 684 40 72
mamAUTO – sprawdzone części używane do wszystkich aut – GWARANCJA 1 MIESIĄC! 54 280 2990
Radmat Sklep motoryzacyjny, części i naprawa rowerów. tel. 726 235 076
FUH Belczyński Spraye, lakiery, kosmetyki, samochodowe, farby śnieżka, emulsje. kontakt pod nr. tel. 516 123 663
U Adama Sklep motoryzacyjny ul. Świerkowa 8. tel. 566 833 784
Auto części AiR ul. Tulipanowa 14. kontakt pod nr. tel. 664 490 951
Sklep motoryzacyjny, wymiana oleju MOTO-OIL Diag. komputer, wymiana opon, klimatyzacja, naprawy bieżące. tel. 602 199 314, ul. ziewanowskiego 22
AUTO-ZARĘBSKI Części i akcesoria samochodowe ul. Szosa Rypińska 32A. kontakt pod nr. tel. 56 683 50 58
motocykle / skutery
Hel-Trans - części i akcesoria do jednośladów, quadów i rowerów, Ostrowite 2. tel. 697 534 038
myjnie
Myjnia bezdotykowa 24h ul. Żeromskiego 40A (naprzeciw TESCO). tel. 502 683 025
Myjnia samochodowa. Stacja Orlen Frydrychowo 56. tel. 56 684 18 62
Myjnia samoobsługowa bezdotykowa, ul. Brodnicka 21, Kowalewo Pomorskie

serwisy
Auto naprawa J. Cebula geometria, diagnostyka pojazdowa Kowalewo Pom. tel. 721 300 688.
Auto Gaz Montaż instalacji gazowych, mechanika pojazdowa. tel. 600 055 664
A.Osowski Ogumienie sprzedaż, wymiana, serwis. tel. 692 833 009
JB Truck Diagnostyka i naprawa samochodów ciężarowych, serwis klimatyzacji. kontakt pod nr. tel. 608 711 361
Trygum Kompleksowe usługi wulkanizacyjne, opony używane. Płachoty 14. tel. 782 659 253
D.Grabowski Klimatyzacja i diagnostyka kół 3D, Sadykierz 17. tel. 668 547 369
K.Bieganowski Zakład wulkanizacyjny ul. Strumykowa 1. tel. 601 917 253
D.Kęsicki Usługi mech. Klimatyzacja, wulkanizacja, diag. komp. tel. 665 832 917
G.Nowakowski Auto naprawa-handel wulkanizacja, klimatyzacja. tel. 603 607 228
Tom-Gaz Montaż samochodowych instalacji gazowych. tel. 608 027 239
Auto-Nik Mechanika i diagnostyka samochodowa, Radomin 63 A. tel. 665 130 681
Auto Check Klimatyzacja, elektryka sam., obsługa, naprawa. tel. 882 510 025
WICHUREX klimatyzacja, serwisy opon mechanika pojazd. Kowalewo Pom. Tel. 504 395 786, 501 499 948
AUTO-ZARĘBSKI naprawy bieżące, geometria kół 3D, klimatyzacja, ul. Szosa Rypińska 32A tel. 56 683 50 58
Naprawa i serwis samochodów ciężarowych - GABAR Wroclki. tel. 601 656 616
Wulkanizacja kompleksowo - GABAR Wroclki. tel. 601 707 951
MAR-MOT, naprawa samoch. specjalizacja Renault, Peugeot, Citroen. tel. 666 866 751
D. Siemienik, klimatyzacja, wulkanizacja, serwis. tel. 56 683 30 17
AiR Auto naprawa i kompleksowe naprawy wypadkowe. tel. 664 490 951
AUTOLAK blacharstwo-lakiernictwo, autokosmetyka kompleksowa. tel. 606 634 083
skup aut / demontaż
mamAUTO - złomowanie/auto-kasacja - PŁA-CIMY NAJWIĘCEJ - Odbiór gratis, gotówka! 54 280 2990
K. Bieganowski Skup aut gotówka. kontakt pod nr. tel. 601 917 253
stacja kontroli pojazdów
J. Stuczyński; ul. Szosa Rypińska 30A. kontakt pod nr. tel. 603 606 489, Golub-Dobrzyń.

J. Stuczyński; ul. Brodnicka 23. tel. 603 606 489, Kowalewo Pom.
Okręgowa stacja kontroli pojazdów AUTO-ZARĘBSKI, ul. Szosa Rypińska 32A. kontakt pod nr. tel. 56 683 50 57
Okręgowa stacja kontroli pojazdów ul. Sokołowska 23 (naprzeciwko targowiska) kontakt pod nr. tel. 887 508 100, 666 879 762
stacje paliw
Stacja paliw LOTOS - GABAR Wroclki. kontakt pod nr. tel. 56 683 69 66
Stacja Paliw Orlen - Frydrychowo 56. kontakt pod nr. tel. 56 684 18 62
usługi
Dorabianie kluczy, ostrzenie noży, nożyczek, maszyn. ul. Żeromskiego 40a. tel. 502 683 025
Pomoc drogowa - autoholowanie - GABAR Wroclki. tel. 663 007 096
Transport, usługi ładowarką - GABAR Wroclki. tel. 601 656 616
Wynajem Mercedesa W110 do ślubu i na imprezy okolicznościowe. tel. 606 634 083
JAC Wypożyczalnia ławet i przyczep towarowych oraz podłodziowych, G-D, Podzamek Golubski 51, tel. 606 679 336, 606 478 379,
Gawronscy - legalizacja tachografów cyfrowych, ul. Mieczarska 21, Rypin, tel. 602 536 686
Budowa i remonty
materiały
Drewniane konstrukcje dachowe, Radomice 119. tel. 604 493 762, 54 287 94 91
ogrzewanie
Wodny kolektor słoneczny sprzedaż, montaż, serwis. tel. 668 773 499
KARKON Zaporowicz producent kotłów UKZ EKO - sprzedaż części, ul. Sz. Rypińska 50, kontakt pod nr. tel. 695 912 114, facebook.com/karkongd
Usługi hydrauliczne - ślusarskie wodno-kan i CO. Wykonawstwo instalacji wodnych i kanalizacyjnych, centralnego ogrzewania. Montaż kotłowni. Radomin 23b, tel. 512 295 280
usługi
PIASEK, ŻWIR oferuje: piasek płukany, suchy siany, żwir, czarnoziem, torf, kruszywo, kamień, tłuczeń, gruz, DOWÓZ, tel. 608 219 596
Ogrodzenia sprzedaż i montaż, tel. 668 282 610
Projektownia - meble na wymiar: m.in. kuchenne, biurowe, szafy przesuwne. Wyposażenia firm, aptek, przychodni lekarskich, inst. pożytku publicznego, tel. 662 116 657
Dom
wyposażenie wnętrz
FHU Olek Sprzedaż dywanów, wykładzin, chodników, Ostrowite 22. tel. 501 621 145

Sklep rzeczy używanych meble, kosiarki, rowery i wiele innych, ul. Rynek 29, GD kontakt pod nr. tel. 693 481 013
Firanex pomiar wystrój i aranżacja okien w domu klienta, G-D, Plac 1000 lecia 13b. kontakt pod nr. tel. 516 126 855
Domy weselne / sale
Sala bankietowa „U DANIELI” - wesela, imprezy okolicznościowe, Zbójno 152, tel. 698 142 767
Sala bankietowa Róża wesela przyjęcia stypy imprezy okolicz., ul. Toruńska 7 GD, kontakt pod nr. tel. 532 524 082, 532 524 099
Dom weselny KARDAMON - wesela, imprezy okolicznościowe, Małe Pułkowo 36, kontakt pod nr. tel. 884 885 090
Zajazd Złota Podkowa Wroclki - sala weselna, imprezy okolicznościowe, tel. 601 913 928
Bar Janosik imprezy okolicznościowe do 30 osób, Frydrychowo, tel. 730 201 309
Półwysep Wądzyn - Sala weselna, imprezy okolicznościowe, tel. 667 652 205
Doradztwo i inwestycje
Formalności i inwestycje w pigułce „od A do Z”. Operaty wodnoprawne, karty informacyjne i wnioski. ul. Rynek 20. tel. 606 836 270
Viz-Arch biuro architektoniczne Dorota Czarnecka-Krzemińska, projektowanie, nadzorowanie, doradztwo inwestycyjne, kontakt pod nr. tel. 881 205 398, 886 115 708
Edukacja
szkoły językowe
Szkoła języków obcych SPARROW, ul. Konopnickiej 3b, Golub-Dobrzyń, tel. 519 844 525
Akademia Językowa CGD-uczymy dzieci, młodzież i dorosłych, Golub-Dobrzyń, ul. Pod Arkadami 9, tel. 604 791 169
żłobki / przedszkola
Przedszkole niepubliczne „Wróbelki” - organizacja urodzin dla dzieci, tel. 519 844 525
Finanse i bankowość
agencje
Agencja PKO BP-kredyty, lokaty otwieranie kont osobistych, wpłaty, wypłaty, ul. Kościuszki 5 (godz. 8.00-17.00), tel. 56 683 53 15
biura rachunkowe
Biuro Rachunkowe Dorota Garkowska, Golub-Dobrzyń, ul. Konopnickiej (Pawilon Nr 5), kontakt pod nr. tel. 608 514 548
Biuro Rachunkowe SIGMA Barbara Jasieniecka, GD, ul. Pod Arkadami 3. tel. 666 083 486
Biuro Rachunkowe Buchalter Beata Kudźba, G-D ul. Mickiewicza 1/17, tel. 668 237 890

kredyty
Kredyty bez BIK od 500 zł do 20.000 zł. Na raty miesięczne. Golub-Dobrzyń i okolice, tel. 785 025 579 lub 508 055 036. www.pomocnykredyt.com
leasing
Leasing-Experts oferta specjalna nie tylko dla firm, leasingujemy prawie wszystko- auta, komputery, maszyny, urządzenia, tel. 575 665 290
lombardy
Lombard pożyczki pod zastaw złota - aut - nieruchomości, Kowalewo ul. Toruńska 4. kontakt pod nr. tel. 781 491 378
ubezpieczenia
M. Kiełkowska, ubezpieczenia OC, AC, majątkowe, Zbójno. tel. 506 032 523
Centrum ubezpieczeń Sylwia Mróz Golub-Dobrzyń, ul. Pl. 1000 lecia 11, tel. 512 289 878
Centrum ubezpieczeń Sylwia Mróz Kowalewo Pom., ul. Batalionów Chłopskich 4, kontakt pod nr. tel. 517 710 660
usługi
Dobry punkt finansowy, opłaty za wszystkie rachunki tylko 1,99, Golub-Dobrzyń, Plac Tysiąclecia 13 B, tel. 531 022 379
Gabinety weterynaryjne
Gabinet weterynaryjny lek. wet. K. Szarowska i M. Raś, dyżur całonocowy, Małe Pułkowo 42, kontakt pod nr. tel. 608 156 833, 509 954 828
Gabinet weterynaryjny lek. wet. A. Sarek-Kaczorowska, ul. Szosa Rypińska 19/15, dyżur całonocowy, tel. 517 532 637
Gastronomia
Pizzeria Mamma Mia, dowóz do klienta, ul. Kilińskiego 13, tel. 733 814 473
Hotele
Zajazd Złota Podkowa Wroclki - hotel, restauracja, tel. 601 913 928
Motel Przy Stacji - Frydrychów 56. kontakt pod nr. tel. 56 684 18 62
Półwysep Wądzyn - Hotel, restauracja, kontakt pod nr. tel. 667 652 205
Komputery / IT
serwisy
Komputery, sprzedaż, serwis, kasy fiskalne, terminale płatnicze, programy insert. kontakt pod nr. tel. 600 483 434
PS INSTAL komputery, serwis, sprzedaż, naprawa, instalacje RTV/SAT, Kowalewo Pomorskie. tel. 56 690 43 90
JK Centrum Serwisowe, telefony, komputery, nawigacje, konsole, G-D, ul. Piłsudskiego 5, tel. 796 088 904

REKLAMA

ANTTECH - HTCM SKLEP & HURTOWNIA
Myjka ciśnieniowa 2000W 200bar KD435

399,00 zł

KRAFT & DELE BESTCRAFT
Piła spalinowa łańcuchowa 2,7km 45cm

195,00 zł

Telefon 661 334 465
hurtownia.golubdobrzyn.htcm@gmail.com

DZIAŁKI LASY JEZIORA
www.dzialkiosadamlynnik.pl
Tel. 601540436

POLE REKLAMOWE EXTRA

KREDYTY
Kredyty Bankowe i Pozabankowe dla każdego źródła dochodu
Dla Emerytów i Rencistów dla umów o pracę rolników oraz świadczeń 500+
kontakt:
Brodnica 729-205-023
Rypin 731-777-255
NML790-688-111

SIEMIENIK
KLIMATYZACJA
WULKANIZACJA
SERWIS OPON
tel. 56 683 30 17

JK Centrum Serwisowe, telefony, komputery, nawigacje, konsole, Kowalewo Pom., pl. 700-lecia 2, tel. 537 811 711

Moda i uroda

ADA-PLUS markowa biżuteria srebrna, stoisko patronackie (pralnia TESCO), kolekcje na każdą okazję.

Gabinet kosmetyczny W. Staniszevska, Golub-Dobrzyń ul. Konopnickiej 7c, tel. 665 848 149

Salon kosmetyczny DARIA, Golub-Dobrzyń, ul. Ceglana 4, tel. 508 741 237

Nieruchomości

biura nieruchomości

Z nami bezpiecznie sprzedaż, kupisz, wynajmiesz, kupujący nie płaci prowizji, tel. 575 665 29

NSP-Nieruchomości Biuro pośrednictwa w obrocie nieruchomościami. Oferujemy profesjonalne przeprowadzenie każdego rodzaju transakcji w nieruchomościach. Golub-Dobrzyń ul. Pod Arkadami 11 tel. 531 795 462

Ośrodki szkolenia kierowców

Paradziński OSK, ul. Mostowa 1A. kontakt pod nr. tel. 693 032 565

OSK Moto-Or Ryszard Ośka ul. Wodna 13, Golub-Dobrzyń, tel. 607 389 644

Rolnictwo / leśnictwo

maszyny

Importer maszyn i urządzeń rolniczych Krzysztof Jabłoński, Obręb 25, tel. 604 849 435

nawozy

Agromax - Hurtownia nawozów i węgla, Brodnica, tel. 56 498 23 39

ogrodnictwo / produkcja

S. Motycki Akumulatory ZAP Piastów, FUCHS oleje rolnicze, folie kiszonkarskie, maty pryzmowe, ruszta betonowe dla trzody i bydła, Dulsk. kontakt pod nr. tel. 501 291 755

Marcinkowsky gospodarstwo szkółkarskie. kontakt pod nr. tel. 698 587 647, Szychowo 18

serwis maszyn

Ryszard Leszek stacja kontroli opryskiwaczy, części do ciągników C-360, 330, JUMZ, ogumienie, Małe Pułkowo, tel. 502 461 368, kontakt pod nr. tel./fax. 56 689 10 70

sklepy

Świeże warzywa i owoce. tel. 788 866 135 www.facebook.com/chatasmaku.pl

stawy rybne

Hodowla materiału zarybieniowego ryb karpiowatych, Wielka Łąka 61, tel. 606 638 810

usługi

DAMPOL transport wapna. tel. 694 498 284

Blum-Mar usługi leśne, wycinka drzew, pielęgnacja lasów, nowe nasadzenia. kontakt pod nr. tel. 605 739 200

Składy opału

FHU Olek Skład węgla. tel. 501 621 145

DAMPOL skład opału Małki. tel. 508 173 746

F.H.U. M. Onak skład opału ul. Dworcowa 2 Kowalewo Pom. tel. 530 170 270

Skład opału S.C. Barbara Budzińska, Jerzy Budziński ul. Szosa Rypińska 31A (naprzeciw OLKO-PU) tel. 56 683 48 46

Skład opału, sprzedaż hurtowa i detaliczna, prawdopodobnie najtańszy węgiel w okolicy, tel. 730 015 103

F.H. DAR-POL Skład węgla Napole 80B kontakt pod nr. tel. 606 148 049

Skład węgla Szosa Rypińska (naprzeciw szpitala) tel. 881 005 188

Magazyn opałowy Marchewka, ul. Sokołowska 44, Golub-Dobrzyń, tel. 56 683 37 99

Inter-Pal ekogroszek, pelet, brykiet, kontakt pod nr. tel. 531 132 203

Agromax - Autoryzowany sprzedawca katowickiego holdingu węglowego, Brodnica, kontakt pod nr. tel. 56 498 23 39

Węgiopol, skład węgla, Kamionka 17, kontakt pod nr. tel. 609 092 360

Sport i rekreacja

aktywny wypoczynek

Ośrodek jeździecki CYPRYS, Niewierz k. Brodnicy. tel. 724 501 988

fitness / aerobic

Klub X-Fitness - idealne miejsce dla kobiet, zadbać o swoją sylwetkę, porady dietetyczne i treningowe, tel. 730 167 510

Siłownia tylko dla kobiet DARIA, Golub-Dobrzyń, ul. Ceglana 4, tel. 508 741 237

rowery

Biker-Budzyk rowery Giant Unibike - sprzedaż, serwis, naprawa, ul. Podgórna 47, Brodnica. kontakt pod nr. tel. 509 687 612

STELA-MAR Sklepy rowerowo-sportowe. Rowery, części, akcesoria serwis. Artykuły sportowe, Brodnica ul. Kopernika 7. tel. 530 186 139

STELA-MAR Sklepy rowerowo-sportowe. Rowery, części, akcesoria serwis. Artykuły sportowe, Brodnica ul. Farna 4. tel. 784 085 614

STELA-MAR Sklepy rowerowo-sportowe. Rowery, części, akcesoria serwis. Artykuły sportowe, Brodnica ul. Mostowa 8. tel. 662 126 961

STELA-MAR Sklepy rowerowo-sportowe. Rowery, części, akcesoria serwis. Artykuły sportowe, Wąbrzeźno ul. Kopernika 7. kontakt pod nr. tel. 608 516 205

STELA-MAR Sklepy rowerowo-sportowe. Rowery, części, akcesoria serwis. Artykuły sportowe, Wąbrzeźno, ul. Gen. Sikorskiego 8. kontakt pod nr. tel. 660 522 872

Hurtownia rowerów w Zieleniu - Sprzedaż, serwis, naprawa, tel. 605 418 025

Salon firmowy Romet - skutery, motocykle rowery, ul. Piłsudskiego 47, Rypin, kontakt pod nr. tel. 600 261 092

usługi

Festyny, Uroczystości rodzinne, wynajem: zjeżdżalnia, zamek, euro bungee, wata, popcorn, balony, tel. 507 705 259

Surowce / skup

FHU Olek Skup złomu i met. kolor. kontakt pod nr. tel. 501 621 145

Olej opałowy z dowozem do klienta - GABAR Wrocki. tel. 601 659 654

Hurtowe dostawy oleju napędowego - GABAR Wrocki. tel. 601 205 759

Skup palet - sprzedaż, skup, wymiana, kontakt pod nr. tel. 730 015 103

Inter-Pal skup-sprzedaż palet, tel. 531 132 203

Usługi

inne

Zakład usług pożarniczych Adam Suliński. kontakt pod nr. tel. 788 888 622

Usługi tapicerskie, renowacja mebli tapicerowanych, współczesnych i stylowych, Kowalewo Pomorskie, tel. 692 124 269

Usługi stolarskie i ogólnobudowlane Sylwester Branicki, Kiepiny 14, tel. 723 506 482

Firanex pomiar wystrój i aranżacja okien w domu klienta, Kowalewo Pom., ul. Chopina 7, tel. 504 700 913

kamieniarstwo

Kamieniarstwo Witold Feitek, nagrobki, pomniki, grobowce, ul. Brodnicka 21 Kowalewo Pom. kontakt pod nr. tel. 603 606 474

Zdrowie

usługi

Express optyk OPTIX-bezplatne badanie wzroku, wykonywanie okularów w 15 min., Kowalewo Pom., ul. Toruńska (przy TAXI), tel. 726 570 271

Express optyk OPTIX-bezplatne badanie wzroku, wykonywanie okularów w 15 min., Golub-Dobrzyń, ul. Piłsudskiego 18, tel. 56 682 00 03

Psychotesty tel. 502 684 122 - kierowcy zawodowi, kat C, C+E, D - kierowcy prowadzący pod wpływem alkoholu, przekroczenie punktów karnych - operator wózków i maszyn budowlanych. Poradnictwo i konsultacje psychologiczne.

Sklep medyczny Adam-Med artykuły ref. przez NFZ, sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny, środki pomocnicze, ul. Równinna 5, kontakt pod nr. tel. 514 696 255

Przygotowani do akcji

POWIAT ▶ Strażacy z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Golubiu-Dobrzyniu sprawdzili swoje umiejętności oraz sprzęt na Drwęcy. Ćwiczenia odbyły się na każdej zmianie służbowej

- Ćwiczenia wodne miały na celu sprawdzenie umiejętności naszych funkcjonariuszy oraz przygotowanie ich do skutecznych działań na akwenach wodnych - mówi młodszy brigadier Karol Cachnij z Komendy Powiatowej PSP w Golubiu-Dobrzyniu. - W związku z sezonem letnim i okresem wakacyjnym miejsca te będą częściej odwiedzane i dlatego może tu dojść do różnych niebezpiecznych zdarzeń, do których musimy się przygotować.

(szyw)

fot. nadesłane



Wielgie

Rozpoczęli wakacje

W miniony piątek w szkole w Specjalnym Ośrodku Szkolono-Wychowawczym w Wielgim rozległ się dźwięk ostatniego w tym roku szkolnym dzwonka. Wszyscy uczniowie, rodzice i grono pedagogiczne zasiedli na sali gimnastycznej, aby podsumować miniony rok szkolny i pożegnać się.

Uroczystości przewodniczyła dyrektor ośrodka, Hanna Wiśniewska, która odczytała list Ministra Edukacji Narodowej, podziękowała wszystkim za udany rok szkolny i wspólną pracę, wszystkim dzieciom za ich starania i dobrą naukę.

Najlepszym uczniom wręczono nagrody i upominki. Absolwentów kończących naukę u honorowano dyplomami ukończenia i pamiątkami. Wszyscy otrzymali oczywiście świadectwa.

(szyw), fot. nadesłane



Dyrekcja szkoły wręczyła nagrody, dyplomy i świadectwa



Tradycyjnie z okazji zakończenia roku szkolnego odbył się uroczysty apel

Nowogród po raz 3.

GMINA GOLUB-DOBRZYŃ ➤ W minioną niedzielę odbył się Miejsko-Gminne Zawody Strażackie w Ostrowitem. Wygrała kolejny raz ekipa z Nowogrodu



– Drużyny przygotowywały się intensywnie do zawodów. Z moich spostrzeżeń wynika, że do faworytów należą Nowogród, Olszówka i Handlowy Młyn. Myślę, że Nowogród ma wielką motywację, ponieważ w przypadku wygra-

nej otrzymaliby puchar przechodni. Dzieje się tak, gdy jednostka wygrywa 3. razy z rzędu – tak faworytów w zawodach recenzował Artur Kaszyński, Komendant Oddziału Miejsko-Gminnego ZOSP RP w Golubiu-Dobrzyniu.

Przewidywania sprawdziły się. Seniorska drużyna z Nowogrodu wygrała z wynikiem 94,46 sec. Drugie miejsce zajęła Olszówka z wynikiem 100,13, a trzecie Handlowy Młyn (108,29 sec). Łącznie w zawodach wzięło udział 11 jednostek z terenu gminy i miasta.

Wśród pań również triumfowały strażaczki z Nowogrodu (129,67 sec), przed Skępskiem (157,09) oraz Pustą Dąbrówką (183). W zawodach rywalizowały również drużyny młodzieżowe według reguł CTIF. Zarówno wśród chłopców, jak i dziewcząt triumfowały Wrocławki. Warto zaznaczyć trzecie miejsce wśród chłopców ekipy klasy mundurowej Gimnazjum im. Ignacego Działyńskiego w Golubiu-Dobrzyniu. Był to dla nich debiut w takich zawodach.

Najlepsze ekipy z całego powiatu będą zmagać się podczas powiatowych zawodów strażackich 2 lipca.

Tekst i fot. (pw)



Powiat

Czytają pięknie o Wiśle

14 czerwca w Miejskiej i Powiatowej Bibliotece Publicznej w Golubiu-Dobrzyniu odbył się kolejny z cyklu konkursów w których promowane jest czytelnictwo.



Tym razem konkurs był przeznaczony dla uczniów klas drugich, a tematem była Wisła, jako że rok 2017 jest rokiem właśnie tej rzeki. Do konkursu przystąpiło 9 szkół podstawowych z terenu powiatu. Szkoła Nr 1 im Konstytucji 3 Maja w Golubiu-Dobrzyniu, Zespół Szkół Miejskich w Golubiu-Dobrzyniu, Szkoła Podstawowa im. Oskara Kolberga w Ciechocinie, Szkoła Podstawowa im. Marii Konopnickiej w Kowalewie Pomorskim, Szkoła Podstawowa im. T. Kościuszki w Nowogrodzie. Zespół Szkół w Radominie – Szkoła Podstawowa Filia w Dulsku, Szkoła Podstawowa w Rużu, Szkoła Podstawowa im. Józefa Sołtykiewicza w Węgiersku, Zespół Szkół – Szkoła Podstawowa w Zbójnie. Każda drużyna mogła wystawić 3-osobowy zespół.

Konkurs wygrała Zosia

Pieczka przed Nikodemem Jar-muszewskim i Agatą Folsińską. Wyróżnienia przyznano: Szymonowi Nadachewiczowi, Kamili Jurkiewicz, Agacie Wiśniewskiej, Martynie Szpejankowskiej, Karolinie Mizikowskiej i Zuzannie Żuchowskiej. Patronat nad Przeglądem objęli i ufundowali nagrody: Starosta Powiatu Golubsko-Dobrzyńskiego Andrzej Okruciniński, Burmistrz Miasta Golubia-Dobrzynia Mariusz Piątkowski, Wójt Gminy Golub-Dobrzyń Marek Ryłowicz, a MiPBP ufundowała drobne upominki dla wszystkich, którzy wzięli udział w Przeglądzie Pięknego Czytania.

Po wakacjach w pięknym czytaniu rywalizować będą klasy trzecie.

(pw)
fot. nadesłane

OGŁOSZENIA
DROBNE

Auto Moto

W.Wróblewski Sklep motoryzacyjny, lakiery samochod, akc. lakiernicze. Kontakt pod nr. tel 505 042 177

Węgiel/drewno

Drewno kominkowe, trociny 5,00 zł worek, ekogroszek i orzech (worki 25 kg). OB-LADREX Golub-Dobrzyń, tel. 604 517 964

Nowo otwarty skład opału, Kowalewo Pomorskie, ul. Dworcowa 2, kontakt pod nr. Tel. 530 170 270

Nieruchomości

Sprzedam nieruchomość o pow. 82 ary zabudowaną domem mieszkalnym o pow. 115M², położoną w Wielkim Rychnowie, gm. Kowalewo Pomorskie. Możliwość oglądania w soboty i niedziele. Tel. 695-181-672

Sprzedam 30 a ziemi 3 km od Golubia, 30 zł/m². Tel. 725 794 387

Sprzedam dom (110 m²) z działką (800 m²), położony w Golubiu, wolnostojący, cena 270 tys., tel. 510 991 150

Sprzedam gospodarstwo rolne, 13,6 ha wraz z budynkami (dom, obora, budynki gosp.), Adamki, tel. 531 795 462

Sprzedam działki budowlane w okolicy Golubia-Dobrzynia, tel. 531 795 462

Sprzedam dom mieszkalny 290 m², Ciechocin, kontakt pod nr. tel. 605 419 253

Sprzedam 3 ha ziemi, III klasa, Ciechocin, 70 tys./ha. Tel. 605 419 253

Sprzedam 2 ha ziemi ornej, a 4 ha dam w dzierżawę. Tel. 667 395 822

Sprzedam gospodarstwo rolne 10 ha z zabudowaniami (dom i budynki gospodarcze), Wilczewko, tel. 697 563 442

Sprzedam ziemię rolną w Adamkach, 6,3 ha, kontakt pod nr. tel. 531 795 462

Sprzedam dom w stanie surowym na ul. Drwęckiej w Golubiu-Dobrzyniu, kontakt pod nr. tel. 531 795 462

Praca

Opiekunka seniorów - bezpłatny kurs niemieckiego od podstaw w Brodnicy i Rypinie. Po kursie praca, szybki wyjazd. Promedica24 zapra-

sza do Punktu Rekrutacyjnego w Brodnicy- ul. Tylna 1, każdy czwartek, godz. 10-15.00/tel. 516 051 848

Firma PW Select w Grabówcu zatrudni osoby do pracy w przetwórstwie tworzyw sztucznych. Telefon kontaktowy: 502 751 996 i 691 041

POSZUKUJE KIEROWCY KAT. C+E NA POLSKE. TEL. 606 948 545

Rolnictwo

Kupię knury, maciory, platne gotówką, waga, odbiór z gospodarstwa. Tel. 725 804 742

Jałowice 4 szt. cielne 3-6 m, sprzedam. Kontakt pod numerem tel. 781 421 185

Przyczepa DSO 6 t, rozrzutnik ład. 8 t, cyklop. Kontakt pod nr. tel. 605 475 996

Sprzedam jałowki wysokocielne, cena do uzgodnienia, tel. 726 209 441

TRANSPORT KONI, KRÓW I INNYCH ZWIERZĄT NA TERENIE CAŁEJ POLSKI. ATRAKCYJNE STAWKI. WYPOŻYCZAM PRZYZEPĘ DO PRZEWOZU KONI. TEL. 669 450 043

KUPIĘ C360 W DOBRYM STANIE. TEL. 665 950 661

Sprzedam pszenicę 750 zł, tel. 566 837 612

Różne

Szczenięta beagle, 3 suczki, maść tricolor. Tel. 518 781 628

Posadzki maszynowe tel. 697 140 906

Dachy, okna, drzwi, płyta warstwowa, garaże (blaszaki). Zadzwoń 514 866 203 lub 56 474 09 20

Tuja szmaragd, 0,70 zł, tel. 518 518 835

Sprzedam witryny sklepowe oszklone, podświetlane. Więcej info. pod numerem tel. 666 283 836

Kostka, kamień, układam, tel. 518 703 585

Usługowe cięcie trawników, działek, rowów, kosa spalinowa. Polecam. Tel. 733 990 117

ŁAWKI, STOŁY, ALTANKI, HUŚTAWKI, DOMKI DLA DZIECI, BUDY, ITP. TEL. 695 642 187

Sprzedam tanio meble do pokoju. Stan idealny. Golub-Dobrzyń. Tel. 784 460 027

Poznam kobietę, 603 509 458

CGD
REKLAMA W CGD
ZADZWOŃ
TEL. (56) 493 41 50

Wyślij z komórki ogłoszenie
do naszych tygodników

1. Wpisz w telefonie komórkowym dowolnej sieci SMS z treścią ogłoszenia. Zaczynaj od podania prefiksu

AF.CWA (ogłoszenie do Tygodnika Regionu Wąbrzeskiego CWA),

AF.CGD (ogłoszenie do Tygodnika Regionu Golubsko-Dobrzyńskiego CGD),

AF.CLI (ogłoszenie do Tygodnika Regionu Lipnowskiego CLI),

AF.CRY (ogłoszenie do Tygodnika Regionu Rypińskiego CRY).

Po spacji wpisz treść ogłoszenia.

2. Prefiks musi być oddzielony spacją od treści ogłoszenia – jest to warunek konieczny przyjęcia ogłoszenia przez system. Maksymalna liczba znaków razem z prefiksem, znakami interpunkcyjnymi i spacjami w obrębie jednego SMS-a wynosi 160. Treść SMS-a nie może zawierać polskich znaków (ą, ć, ę, ł, ń, ó, ś, ż, ź).

3. Wyślij SMS z treścią ogłoszenia pod numer **74480**.

Koszt SMS-a to 4,92 zł brutto (4 zł netto plus VAT 23%).

Przykładowa całość powinna wyglądać tak: AF.CLI (spacja) Kupie samochód, tel. 123 456 789.

4. Otrzymasz od nas potwierdzenie otrzymania SMS-a o treści: Dziękujemy za przesłanie ogłoszenia. Redakcja CLI (CRY, CWA, CGD).

5. Na ogłoszenia do wydania czwartkowego czekamy do poniedziałku do godz. 24.00.

6. Jeden SMS oznacza jednorazową emisję ogłoszenia.

Szczegółowy regulamin wysyłania i publikowania ogłoszeń przez SMS dostępny jest na stronie internetowej **WWW.GOLUB-CGD.PL**

KARKON-ZAPOROWICZ
www.karkon.pl
PRODUCENT AUTOMATYCZNYCH KOTŁÓW
UKZ NA PELLEK EKOGRZEZEK,
WĘGIEL I DREWNO

- stylowe oraz nowoczesne ogrodzenia
- wkłady kominowe
- sprzedaż części do kotłóW
- konstrukcje stalowe

www.facebook.com/KARKONGD
ul. Rypińska 50, Golub-Dobrzyń
695 912 114 lub 883 673 400

DRUK WIELKOFORMATOWY
REKLAMA NA SAMOCHÓD
BANERY REKLAMOWE
www.vitex-cgd.pl
603 760 082
VITEX
STUDIO REKLAMY

ORZECHOWSCY
DOM I ZAKŁAD POGRZEBOWY
GODNE I PROFESJONALNE USŁUGI POGRZEBOWE
GOLUB-DOBRYŃ UL. NOWA 17 A
(za kościołem św. Katarzyny)
tel. 602 291 118
ŚWIADCZYMY USŁUGI CAŁODOBOWO
DARMOWA CHŁODNIA ORAZ KAPLICA
Całodobowy przewóz osób zmarłych do własnej chłodni. Kremacja kompleksowa usługa
Przygotowanie zmarłych do pogrzebu (kosmetyka pośmiertna), odzież dla Zmarłych
Trumny od wzorów tradycyjnych po ekskluzywne. Urny na prochy.
KOMPLEKSOWA OBSŁUGA POGRZEBU WRAZ Z TRUMNĄ OD 1900 zł

Catering
f kamilakampio
661 054 084
ORGANIZUJEMY:
Wesela, chrzciny, komunie, konsolacje (stypy), spotkania okolicznościowe
POLECAMY:
dania mięsne, garmażeryjne, zupy, ciasta i torty

Zakład i Dom Pogrzebowy
Bożena Stahnke
ul. Sportowa 3, Golub-Dobrzyń
tel. 56 683-37-56, kom. 509-333-146
Pełen zakres usług pogrzebowych
Przez całą dobę jesteśmy do Państwa dyspozycji

KOMPLEKSOWE USŁUGI KAMIENIARSKIE
Jacek Ligmann
Produkcja nagrobków

- grobowce
- demontaż i montaż nagrobków
- galanteria nagrobna
- parapety
- schody
- blaty

87-400 Golub-Dobrzyń, ul. Sportowa 5
tel. 606 826 062

tel: 510-518-510

Kolarskie święto w Gdyni

KOLARSTWO SZOSOWE ➤ Zawodnicy Golubsko-Dobrzyńskiego Towarzystwa Rowerowego wystartowali w niedzielę na zawodach Cyklo Gdynia, rozgrywanych na tej samej trasie co Mistrzostwa Polski w Kolarstwie Szosowym



Tegoroczna edycja wyścigu Cyklo Gdynia była już piątą kolejną imprezą organizowaną pod tą marką. To największy i najważniejszy wyścig z serii Cyklo, wśród imprez organizowanych przez Trójmiejskie Stowarzyszenie Rowerowe.

Zarówno charakterystyka trasy jak i sceneria przedsięwzięcia od startu do mety nadają wydarzeniu wyjątkowy charakter, stanowiący wysoką rangę w kalendarzu każdego kolarza amatora. Jak co roku uczestnicy mogli liczyć na profesjonalne zabezpieczenie trasy, co w połączeniu z wysokiej jakości nawierzchnią dróg dało szansę na „posmakowanie” prawdziwego ścigania. Dodatkowego smaczku dodawał fakt, iż amatorzy walczyli na identycznej trasie, co kolarscy zawodowcy, z Rafałem Majką, Michałem Kwiatkowskim, Michałem Gołasiem i Markiem Rutkiewiczem na czele.

Miasteczko zawodów, linia startu oraz meta umiejscowione zostały w najbardziej charakterystycznym miejscu miasta – na Skwerze Kościuszki. Organizacja wyścigu z przejazdem przez centrum miasta oraz „zaanektowaniem” na cały dzień „pocztówkowej” lokalizacji w Gdyni możliwa była dzięki wsparciu Miasta Gdynia oraz Gdyńskiego Centrum Sportu.

Uczestnicy mieli do wyboru dwa dystanse – „sprinterski” o długości 44 kilometrów oraz dłuższy, 134 kilometrowy.

Wśród setek amatorów można było podziwiać liczną grupę reprezentantów Golubsko-Dobrzyńskiego Towarzystwa Rowerowego. Tomasz Borowski, Paweł Słomski, Mirosław Słomski, Daria Hejnowska, Małgorzata Wodzyńska i Andrzej Wodzyński, mimo padającego w trakcie zawodów deszczu, nie ukrywali swojego zadowolenia ze startu w tak prestiżowym i dobrze zorganizowanym sportowym wydarzeniu, okazali sobie wzajemne wsparcie

i mieli okazję do spotkania wielkich gwiazd polskiego zawodowego peletonu. Możliwość rozmowy m.in. z Michałem Gołasiem, komentatorem Eurosportu Adamem Proboszem, czy też innymi znanymi postaciami kolarskiego towarzystwa, sprawiły, iż Cyklo Gdynia bez wątpienia może znajdować się w czołówce klasyfikacji imprez każdego kolarza amatora.

O wynikach GTR na Cyklo Gdynia i wrażeniach z tychże zawodów poinformujemy szerzej w następnym numerze tygodnika CGD.

(kl)
fot. FB



Cześć reprezentacji GTR na zdjęciu z kolarzem zawodowym Michałem Gołasiem

Sporty ekstremalne

Ruszył obóz sportowy

Na obiekcie skate paru w Kowalewie Pomorskim już po raz szósty wystartował obóz dla pasjonatów sportów ekstremalnych.



Wypoczynek to inicjatywa jednej z warszawskich firm, która szósty raz gości wraz z młodymi sportowcami na terenie Kowalewa Pomorskiego. Młodzież to miłośnicy rowerów, rolek i deskorolek, korzystająca w trakcie swej wizy z terenu skate parku. Dodatkową atrakcją stanowią zajęcia na sportowej hali i pływalni, a nocleg zapewnia lokalne gimnazjum. Burmistrz Kowalewa Pomorskiego zachęca również do gościnnego przyjęcia młodych sportowców.

oprac. (kl), fot. Internet

Kolarstwo szosowe

Zaproszenie

26 sierpnia rozegrany zostanie I Ogólnopolski Wyścig Kolarski o Puchar Wójta Gminy Wąpielsk.



Zapisy do kolarskiej imprezy w Wąpielsku przyjmowane są na stronie chiptiming.pl, a głównym organizatorem całego przedsięwzięcia jest Arkadiusz Popławski. Na współpracę organizacyjną zdecydował się również członek GTR Tomasz Borowski, który zapowiada szereg atrakcji dla mieszkańców gminy oraz wszystkich uczestników.

Biuro zawodów zostanie otwarte 26 sierpnia o godzinie 11.00 i czynne będzie przez 2 godziny.

O 13.30 zaplanowano start ostry pierwszego wyścigu (dystans 46 kilometrów), zaś pięć minut później na trasę ruszą kolarze wyścigu głównego (92 kilometry). W trakcie rywalizacji ruch drogowy zostanie ograniczony, a wszelkie aktualne informacje dotyczące imprezy odnaleźć można na facebookowym profilu wydarzenia, pod hasłem „I Ogólnopolski Wyścig Kolarski o Puchar Wójta Gminy Wąpielsk”. Zachęcamy do zapisów.

(kl)

Kolarstwo górskie

Podium w Zagnańsku

Aneta Ciechacka zajęła trzecie miejsce na niezwykle wyczerpującym 24-godzinny maratonie MTB w Zagnańsku, organizowanym przez Cezarego Zamanę.



Inicjatywa 24-godzinnego maratona dla kolarzy górskich pojawiła się kilka lat temu i szybko uzyskała akceptację miłośników dwóch kółek. Weekendowe zawody w Zagnańsku zostały zorganizowane przez Cezarego Zamanę (cykl Mazovia MTB Marathon) i wsparte przez Zagnańskie Stowarzyszenie Rowerowe „Pod Bartkiem”, a na ich starcie zameldowało się 170 zawodników i zawodniczek.

W gronie śmiałków, którzy zdecydowali się na tak ekstremalny

wysiłek znalazła się również Aneta Ciechacka z Golubsko-Dobrzyńskiego Towarzystwa Rowerowego. Reprezentantka regionu w kategorii kobiet solo OPEN przejechała 11 pełnych wyścigowych okrążeń, co zagwarantowało jej znakomite, trzecie miejsce w klasyfikacji generalnej. Zwyciężyła Anna Sawicka (20 okrążeń), a na drugiej pozycji uplasowała się Magda Chmielewska (17 „kółek”).

(kl)
fot. FB



Okręgowe zamieszanie

PIŁKA NOŻNA ▶ Po ostatniej ligowej kolejce wiemy, że Drwęca Golub-Dobrzyń spada do A-klasy, Promień Kowalewo i Iskra Ciechocin pozostają w klasie okręgowej na sezon 2016/2017, ale nie znamy losów Sokoła Radomin. Czy podopieczni Sławomira Rożka w rozgrywkach 2017/2018 wystąpią w IV lidze?



Iskra Ciechocin kończy sezon na czwartym miejscu w tabeli

Drwęca – Sokół, czyli smutek i euforia?

Niedzielne derby regionu jeszcze kilka dni temu miały mieć znaczenie tylko i wyłącznie dla gospodarzy, którzy walczyli o utrzymanie w klasie okręgowej. Drużyna trenowana przez Łukasza Kierzkowskiego do realizacji tego celu potrzebowała trzech punktów w starciu z Sokółem, a dodatkowo musiała liczyć także na to, że KS Łochowo nie wygra na wyjeździe z Gryfem Sicienka. W piątek w mediach pojawiła się jednak informacja, że aktualny lider tabeli Strażak/Wda II Przechowo ze względu na związkowe przepisy nie może grać w przyszłym roku na poziomie IV ligi, bowiem jak pisał Express Bydgoski „Strażak/Wda II nie może awansować do IV ligi. Pierwszy zespół Wdy gra w III lidze, a między dwoma zespołami muszą być dwie klasy różnicy”.

Taka interpretacja oznaczałaby, że o drugie premiowane awansem miejsce powalczą dwie ekipy z naszego powiatu: Iskra Ciechocin i wspomniany Sokół, który w związ-

ku z zaistniałą sytuacją wyszedł na boisko przy ulicy Sportowej bardzo zmobilizowany. W zaciętych derbach regionu nie brakowało wielu elektryzujących pojedynków, a obie ekipy ze względu na towarzyszącą stawkę koncentrowały się na realizacji taktycznych założeń, walce w środkowej strefie boiska i obronie dostępu do własnej bramki. W tych piłkarskich szachach nieco lepiej radzili sobie goście z Radomina, którzy po bramce Piotra Jachowskiego prowadzili 1:0 i taki rezultat utrzymali do ostatniego gwizdka sędziego.

Porażka Drwęcy oznacza, że drużyna Łukasza Kierzkowskiego mimo lepszej rundy wiosennej zagna się z klasą okręgową i w kampanii 2017/2018 wystąpi w A-klasie. Ciężko jednoznacznie wskazać przyczynę, która sprawiła, iż team z Golubia-Dobrzyń zamknął tabelę „okręgówki”. Jedenastce MKS-u nie można odmówić zaangażowania, walki o każdy centymetr boiska i chęci zwycięstwa. O porażkach w kilku kolejkach decydowały same końcówki meczów – ubytek

sił i wąska kadra „zabrały” wiele cennych oczek, ale należy wierzyć, iż Drwęca szybko powróci do klasy okręgowej, a w rozgrywkach 2017/2018 skompletuje kadrę zdolną do triumfu w regionalnej A-klasie.

Co zaś z Sokółem? Drużyna wobec niespodziewanej porażki Iskry Ciechocin (o meczu w Wabczu informujemy poniżej) zajęła w tabeli miejsce trzecie i musi czekać na oficjalny komunikat KPZPN, który wyjaśni, czy Strażak może grać w IV lidze. Wg naszych informacji doniesienia Expressu Bydgoskiego są niekoniecznie trafione, bowiem uchwała PZPN z lipca 2008 roku mówi, iż „klubu uczestniczące w rozgrywkach mistrzowskich mogą posiadać przynajmniej jedną drużynę w klasach rozgrywek seniorów, niższej od tej, w której uczestniczy pierwszy zespół danego klubu, z uwzględnieniem postanowień, o których mowa w ust. 7. Zasada ta może być zmieniona przez Zarządy ZPN w odniesieniu do rozgrywek prowadzonych przez Związki”.

To właśnie KPZPN (ten związek prowadzi rozgrywki IV ligi) zadecyduje na najbliższym posiedzeniu o losach Strażaka/Wdy II. Wydaje się, że jeśli decyzja zostanie podjęta zgodnie z duchem sportu, to zasłużony awans tej ekipy stanie się faktem, a Sokół, mimo swej kapitalnej postawy, w kampanii 2017/2018 nadal grać będzie w klasie okręgowej. O związkowych komunikatach informować będziemy w kolejnym numerze tygodnika „CGD”.

Stracona szansa Iskry?

Iskra Ciechocin w minioną niedzielę podejmowała na wyjeździe drużynę Wojownika Wabcz, a wobec pojawiających się informacji o niemożliwym awansie Strażaka/Wdy II ekipa Jarosława Białka nadal mogła liczyć na trzecie miej-

sce w tabeli, które w tej sytuacji oznaczałoby promocję do IV ligi.

Ekipa z Ciechocina w potyczce z Wojownikiem straciła jednak miejsce na podium „okręgówki” bowiem niespodziewanie uległa oponentowi w stosunku 2:3. Na listę strzelców po stronie czwartej drużyny tabeli wpisali się Mateusz Poczwardowski i Bartosz Marcinkowski, ale dwa gole nie pozwoliły na jakąkolwiek punktową zdobycz. Iskra nie będzie zatem czekać nerwowo na komunikaty KPZPN i może skupić się na budowie zespołu, który przystąpi do rozgrywek 2017/2018.

Kłęska Promienia z liderem

W ostatniej kolejce „okręgówki” pewny utrzymania Promień Kowalewo wyjechał na teren lidera

rozgrywek, wspomnianego już wielokrotnie Strażaka/Wdy II. Drużyna LKS-u w tej konfrontacji zaprezentowała się bardzo źle, odstawała od rezerw ze Świecia w każdym piłkarskim elemencie i przegrała 0:9. Niezwykłym osiągnięciem w meczu popisał się Patryk Podolski. Napastnik gospodarzy aż osiem razy pokonał golkipera Promienia i tym samym zapewnił sobie koronę króla strzelców w 1. grupie klasy okręgowej.

Jedenastka z Kowalewa Pomorskiego zajęła w tabeli miejsce 15., które zapewnia utrzymanie. Kadra zespołu wymaga jednak pewnych modyfikacji, jeśli team „Promyczka” marzy w przyszłym sezonie o wyższych celach.

(kl), fot. archiwum



Sokół Radomin czeka na oficjalny komunikat KPZPN, który przesądzi o tym, czy drużyna awansowała do IV ligi

Końcowa tabela klasy okręgowej sezonu 2016/2017:

Lp.	Nazwa	Mecze	Punkty	Bramki
1.	Strażak/Wda II Przechowo	30	72	89-18
2.	Polonia Bydgoszcz	30	70	78-19
3.	Sokół Radomin	30	64	79-40
4.	Iskra Ciechocin	30	61	65-28
5.	BKS Bydgoszcz	30	55	66-41
6.	Gryf Sicienka	30	46	68-49
7.	Mustang Ostaszewo	30	46	70-46
8.	Tor Laskowice Pomorskie	30	42	55-54
9.	Radzynianka Radzyń Chełmiński	30	35	49-57
10.	Pomorzanin Serock	30	34	46-49
11.	Wojownik Wabcz	30	31	58-93
12.	Flisak Złotonia	30	27	41-61
13.	KS Łochowo	30	25	48-98
14.	Victoria Lisewo	30	24	36-69
15.	Promień Kowalewo Pomorskie	30	23	31-90
16.	Drwęca Golub-Dobrzyń	30	20	30-97



Promień w ostatnim meczu został rozgromiony przez lidera tabeli – Strażaka/Wdę II



Drwęca Golub-Dobrzyń po porażce z Sokółem Radomin spada do A-klasy