

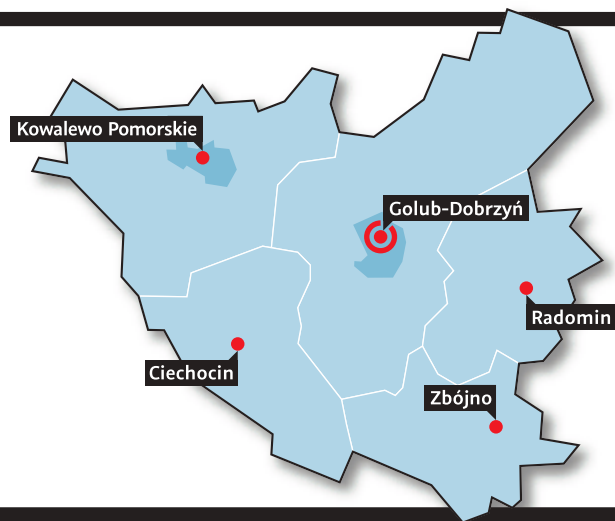
CZWARTEK
29 GRUDNIA 2016

ISSN: 1899-864X

1,99 zł
w tym 5% VAT

nr 52/2016 (426)

CGD



TYGODNIK REGIONU GOLUBSKO-DOBZYŃSKIEGO

W tym numerze:

Wywiad

Czas na piękną sylwetkę

Po świątecznym obżarstwie czas na noworoczne postanowienia. O tym, jak wziąć się za siebie, jak ćwiczyć i jak rozpocząć dietę z Tomaszem Jasińskim, trenerem personalnym z Golubia-Dobrzyń rozmawia Celina Nałęcz

str. 8



POWIAT

Barbara szalała

Orkan, który szalał nad naszym powiatem na szczęście nie wyrządził znacznych strat. Skończyło się na powalonych drzewach na Czarnej Drodze, we Wrockach, Olszówce i Świętosławiu.

Tekst i fot. (szyw)

OGŁOSZENIE

**SPRZEDAM
ZIEMIĘ 3h
w miejscowości
ZOSIN 20
tel. 54-280-10-47
kom. 514-913-627**

OGŁOSZENIE

Firma z Wąbrzeźna zatrudni pracowników na stanowisku **MURARZA** z doświadczeniem w zawodzie.

Oferujemy atrakcyjne warunki płacowe.

Oferty proszę składać na adres: praca@midom.pl

Atak sfory psów

GOLUB-DOBRYŃ ▶ W poniedziałek rano pięć psów zaatakowało burmistrza miasta. Ocalił go rower i dźwięk klaksonu przejeżdżającego samochodu. Burmistrz sforze uciekł, ta jednak napadła innego mieszkańca



Do niebezpiecznie wyglądającej sytuacji doszło, gdy Mariusz Piątkowski wybrał się na przejażdżkę rowerową ulicami miasta.

– Na ulicy PTTK, przy wjeździe do zamku zostałem zaatakowany przez 5 psów przypominających psy rasy amstaff – opisał zdarzenie w internecie burmistrz. – Powiem szczerze, było nerwowo. Całkiem sporo jeżdżę rowerem i z psami miałem często do czynienia, ale to, co się wydarzyło dzisiaj, było wyjątkowo drastyczne. Psy at-

kowały jakby były nakręcone, głodne, wściekłe. Próbowałem się bronić rowerem i to dawało na początku jakieś efekty ale potem sfora zaczęła atakować z różnych stron. Z każdą kolejną chwilą atak psów stawał się coraz bardziej wściekły. To nie było zwykłe obszczekiwanie i podgryzanie nogawki. Psy gryzły opony, ramę, wszystko, co wpadło im w kły.

Naszego włodarza z opresji uratowała przejeżdżająca obok samochodem Anna Jaworska, która zaczęła trąbić, by odwrócić

uwagę sfory.

– To trąbienie na chwilę odwróciło uwagę psów – dodaje Piątkowski. – Nie czekałem ani chwili, wsiałem na rower i czmychnąłem w dół ulicy PTTK. Psy jednak nie odpuściły i od wjazdu z PTTK na zamek goniły mnie prawie do przejścia dla pieszych do liceum. Nie zastanawiając się, bezpośrednio pojechałem na policję i zgłosiłem to wydarzenie. Wróciłem do domu, zostawiłem rower i tym razem samochodem pojechałem na miejsce wydarzenia. Były tam już dwa radiowozy.

Jak się okazało, zaraz po ataku na burmistrza te same psy zaatakowały innego mężczyznę. Niestety, nie miał on przy sobie niczego, czym mógłby się obronić przed sforą. Został przewrócony przez nie i pogryziony.

– Myśl, co by się stało, gdyby zamiast dwóch dorosłych facetów zaatakowana została kobieta albo jeszcze gorzej dziecko, nie daje mi spokoju – pisał w internecie Mariusz Piątkowski. – Jak można dopuścić do tego, że z posesji wydostają się agresywne psy? Gdzie wyobraźnia? Masakra!!! Dziękuję pani Ani, która

zainteresowała się sytuacją, odciągnęła uwagę psów przez co uratowała mnie z opresji. Dziękuję również funkcjonariuszom golubsko-dobrzyńskiej policji za zrozumienie powagi sytuacji i szybkość reakcji. Szczególnie dziękuję Tomaszowi Stefańskiemu, który przyjął zgłoszenie i osobiście udał się na miejsce wydarzenia. Mam nadzieję, że policja wobec właściciela psów wyciągnie surowe konsekwencje.

Czy tak się stanie? Zapytaliśmy policję.

– Skierowano wniosek do sądu z art. 77 Kodeksu wykroczeń tzn. kto nie zachowuje zwykłych lub nakazanych środków ostrożności przy trzymaniu zwierzęcia, podlega karze grzywny do 250 złotych albo karze nagany – informuje p.o. oficera prasowego golubsko-dobrzyńskiej policji st. asp. Małgorzata Lipińska. – Oczywiście pokrzywdzony, który został pogryziony przez te psy może złożyć postępowanie równoległe o zadośćuczynienie. Może też założyć sprawę w sądzie o odszkodowanie za powstały uszczerbek na zdrowiu.

Po publikacji wpisu burmistrza w internecie zawrzało. Pojawiły się głosy, że sam sobie jest winny, że padł ofiarą m.in. likwidacji straży miejskiej w Golubiu-Dobrzyń. Mieszkańcy zgłaszają problem wałęsających się po mieście psów. A co Państwo o tym sądzą? Czy w naszym mieście jest problem z psami? Czekamy na Wasze głosy.

(nał), fot. internet

REKLAMA

Z okazji zbliżającego się
Nowego Roku
pragniemy złożyć Naszym Klientom
i Przyjaciółom serdeczne życzenia,
dużo sukcesów, radości, uśmiechów.
życzy
Miroslaw Onak

Dom na sprzedaż
tel. 795-701-701

Szczęśliwego Nowego Roku

Z całego serca składamy gorące życzenia całej rodzinie Sutkowskich, Ciszewskich, Pawlewicz, Gremboc-Aby Nowy Rok przywitał was szerokim uśmiechem na twarzy i zawsze łączył nas wiara, nadzieja i miłość. A mamie życzymy dużo, dużo zdrowia!

Kasia i Kamil
Ciszewscy

Niech Nowy Rok zabłyśnie dla Was tęczy kolorami i rozsypie nad głowami szczęście i uśmiechów moc. I niech zostanie przez 12 miesięcy z Wami, nie tylko w tę Sylwestrową Noc. Do siego Roku. Małgorzacie i Bronisławowi Ciechackim ze Zbójenka życzy córka Agnieszka z rodziną

Niech Wam zdrowie dopisuje, na każdym kroku a pomyślność nie opuszcza w 2017 roku! Życzenia dla rodziny Olszewskich, Kubackich i babci Leokadi składają

Milosz, Monika i Mija

Na wszystkie dni nowego roku życzymy Wam zdrowia, wiary w sercu i światła w mroku. Obyście jednym krokiem mijali przeszkody. Abyście czuli się silni i wiecznie młodzi! Wszystkiego dobrego dla Danuty i Zbigniewa Gregorowicz, dużo szczęścia w nowym 2017 roku Bogumile i Janowi Rolnik życzą

Beatka, Asia i Piotr Compel

Z okazji zbliżającego się Nowego Roku Iguś wraz z ciocią Weroniką życzą wszystkim wszystkiego najlepszego, dużo zdrowia i wytrwałości w postanowieniach noworocznych, a w szczególności babci Jadzi, babci Uli oraz mamusi Ani i tatusiowi Damianowi

Drodzy Mieszkańcy Świątostawia! Z okazji nadchodzącego nowego roku 2017 składam wszystkim mieszkańcom Świątostawia i ich gościom najserdeczniejsze życzenia: dużo zdrowia, szczęścia, spełnienia marzeń oraz wszelkiej pomyślności. Niech 2017 będzie dla wszystkich dużo lepszy niż 2016!

Jakub Trawiński

Z okazji zbliżającego się Nowego Roku życzę wszystkim czytelnikom gazety CGD oraz ich rodzinie wszystkiego najlepszego. Spełnienia najskrytszych marzeń, samych radosnych w swym życiu zdarzeń. Mało zmartwień i agresji, żadnych stresów i depresji, dużo śmiechu i radości, wiele miłości. Aby ten rok 2017 był lepszy od poprzedniego. Życzę jeszcze sukcesów zawodowych i życiowych, a przede wszystkim dużo zdrowia, bo ono jest najważniejsze, wszystko inne to kwestia chęci, siły a czasami szczęścia.

Mariusz
Szykowski

Żeby się żyło, żeby się wiodło, żeby się chciało i żeby się mogło!!! Dla całej rodziny, dla wszystkich znajomych i nieznajomych. Szczęśliwego nowego roku 2017!!! Życzenia śle

Basia Krupa
z rodziną



CZŁOWIEK Z PASJĄ ▶ Z miłości do koni

Za tydzień powracamy do kontynuacji naszego plebiscytu. Tym razem poznamy Karolinę Borys-Piotrkowską, która z mężem Jakubem Piotrkowskim prowadzi w Nowogrodzie stajnię sportową. Pani Karolina tym roku zdobyła tytuł wicemistrza województwa kujawsko-pomorskiego w ujeżdżeniu i została powołana do kadry województwa.

(szyw), fot. nadesłane



KOWALEWO POMORSKIE ▶ Wigilijne polowanie

Tradycyjnie przed świętami Bożego Narodzenia myśliwi z Koła Łowieckiego „Grzywacz” z Kowalewa Pomorskiego wzięli udział w wigilijnym polowaniu. uczestniczyło w nim 23 myśliwych.

– Udało nam się upolować szaraki, bażanty koguty i kaczora krzyżówkę – opowiada Rafał Szynekiewicz, łowczy koła, który został królem polowania.

Wicekrólem został Witold Znajewski, królem pudlarzy Grzegorz Skorski. Spotkanie było również okazją do myśliwskiej wigilii. Prezes Andrzej Szyszkowski złożył wszystkim życzenia.

(szyw), fot. KŁ

NA SYGNALE



Bo był zdenerwowany

Kryminalni ustalili sprawcę uszkodzenia jednej z witryn sklepowych w Golubiu-Dobrzyniu. W nocy (11.12) nieznany wówczas sprawca rzucił puszką z piwem w szybę wystawową i zbił ją. Właściciel lokalu wycenił straty na kwotę 550 zł. W poniedziałek (19.12) golubsko-dobrzyński kryminalni ustalili i zatrzymali wandalę. Okazał się nim 32-letni mieszkaniec gminy Radomin. Po nocy spędzonej w policyjnym areszcie przyznał się do winy. Twierdził, że zrobił to, bo się zdenerwował. 32-latek odpowie przed sądem. Grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności.

Oprac. (red)

TYGODNIK REGIONU
GOLUBSKO-DOBZYŃSKIEGO

CGD

Redakcja:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20
tel. (56) 682 26 80
e-mail: redakcja@wpr.info.pl
Redaktor Naczelny:
Magdalena Betlejewska
Redaktor prowadzący:
Celina Nałęcz
tel. 662 061 319

Dział reklamy i ogłoszeń:
tel. (56) 682 26 80
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.

Przemocy mniej, ale bardziej wyszukana

GOLUB-DOBRZYŃ ▶ W szkołach agresji jest mniej, ale częściej przybiera formę wyszukaną. Coraz częściej agresorem są dziewczynki – to jeden z ciekawych wniosków ze sprawozdań pedagogów golubsko-dobrzyńskich szkół



Raz do roku podczas obrad miejskiej komisji oświaty gośćmi są pedagodzy pracujący w miejskich szkołach. Opowiadają o formach pomocy jakie oferują dzieciom z różnymi problemami. Najczęściej są to specyficzne problemy w nauce. W tym przypadku zaleca się dodatkowe zajęcia. Z czym stykają się pedagodzy na co dzień?

– W tym roku szkolnym ruszyliśmy z programem Cybernauca, który ma pomóc w problemach związanych z korzystaniem przez dzieci z internetu. Jeśli chodzi o naszą szkołę, to nie odnotowano większych problemów. Prowadzi-

my zajęcia dodatkowe m.in. z psychologiem, logopedycznym i wyrównawcze – mówi pedagog Tomasz Paprocki ze Szkoły Podstawowej nr 1.

Dzieci przychodzą do szkoły często mając w głowie problemy domowe i te wynikające ze zmieniającego się świata.

– Mamy do czynienia z różnymi sytuacjami. Czasem są to rozwody, dołączenie do rodziny nowego rodzeństwa – wymienia psycholog Marta Uzarewicz. – Niestety częściej zdarzają się różne zaburzenia, depresje i lęki. Dzieje się to już w tak młodym wieku.

Pedagodzy zauważyli, że mniej osób korzysta z pomocy w postaci darmowych obiadów po pojawieniu się programu 500+. Uczniowie sprawiający problemy wychowawcze są monitorowani.

– Najczęściej mamy do czynienia z niepożądanymi zachowa-

niami w postaci wyśmiewania się, wyzwisk i cyberprzemocy. Coraz mniej jest przemocy fizycznej. Jest ona coraz bardziej wyszukana i niestety coraz częściej przodują w tym dziewczęta – mówi pedagog Zespołu Szkół miejskich Małgorzata Cegielska.

Ciekawe doświadczenia związane z zachowaniem odnotowuje się w gimnazjum Działyńskiego.

– W tej chwili mamy w szkole 115 uczniów, z czego połowa uczęszcza do klas mundurowych. To poprawiło sytuację. Stworzyła się rywalizacja między tzn. cywilami, a wojskowymi do zadań których należy dbanie o własne zachowanie. Nie odnotowujemy w szkole dopalaczy czy narkotyków. Więcej jest dzieci niestety z zaburzeniami depresyjnymi – mówi pedagog Adam Kałużny.

(pw)

Pod naszym patronatem

**PIERWSZY
GOLUBSKO-DOBRZYŃSKI
ORSZAK TRZECH KRÓLI**

6 STYCZNIA 2017r.

Rozpoczęcie o godz. 14.30 na Placu 1000-lecia,
dalsze uroczystości i atrakcje,
m.in. „żywa” Szopka Betlejemska
na Golubskiej Starówce

ORGANIZATOREM WYDARZENIA JEST PARAFIA P.W. ŚW. KATARZYNY ALEKSANDRYJSKIEJ W GOLUBIU

REKLAMA

DOM W CENIE MIESZKANIA



- na terenie osiedla żłobek, przedszkole i minimarket,
- 700m do centrum Lubicza – pasaż handlowy, szkoła podstawowa, apteka, poczta, przychodnia,
- 100m od osiedla przystanek MKK linii 35,
- blisko tereny rekreacyjne lasy i jezioro,

96m², Lubicz Górny/Krobia,
tel. 887 88 44 88,
biuro@dolinadrwecy.com.pl,
dolinadrwecy.com.pl

Gminna wigilia

RADOMIN ➤ W Gminnym Ośrodku Kultury w Radominie odbyło się tradycyjne spotkanie opłatkowe zorganizowane przez władze gminy oraz Stowarzyszenie Nowoczesnych Gospodyń z Radomina i okolic dla mieszkańców i pracowników urzędu

Goście z zainteresowaniem obejrżeli jasełka przygotowane przez uczniów ze szkół podstawowych gminy. W przedstawieniu czynny udział wzięły również dzieci z zespołu „Folkowe Nutki”.

Uczniowie z gimnazjum przygotowali koncert kolęd w języku angielskim. Dla najmłodszych przygotowano słodkie upominki. Wigilia była okazją do wspólnego śpiewania kolęd oraz do dzielenia się opłatkiem.

(szyw), fot. UG



JASEŁKA I KONCERT KOLĘD PRZYGOTOWALI UCZNIOWIE SZKÓŁ PODSTAWOWYCH I GIMNAZJUM



W SPOTKANIU WZIĘLI UDZIAŁ MIESZKAŃCY GMINY ORAZ PRACOWNICY URZĘDU I INSTYTUCJI

REKLAMA

Usługi podnośnikiem koszowym

- Firma prowadzi usługi leśne, zajmuje się wycinką i pielęgnacją drzew,
- oferuje drewno opałowe, kominkowe.



AMTAR tel. 691-518-667

REKLAMA

PROMOCJA
na cały asortyment

**SKŁAD
WĘGLA
Napole**

**ATRAKCYJNE CENY
SPRZEDAŻ RATALNA**

tel. 56 683 28 28
tel. 606 148 049

REKLAMA

PROMOCJA
na cały asortyment

**SKŁAD
WĘGLA**

ul. Szosa Rypińska
naprzeciw szpitala

**ATRAKCYJNE CENY
SPRZEDAŻ RATALNA**

tel. 881 005 188

OGŁOSZENIE

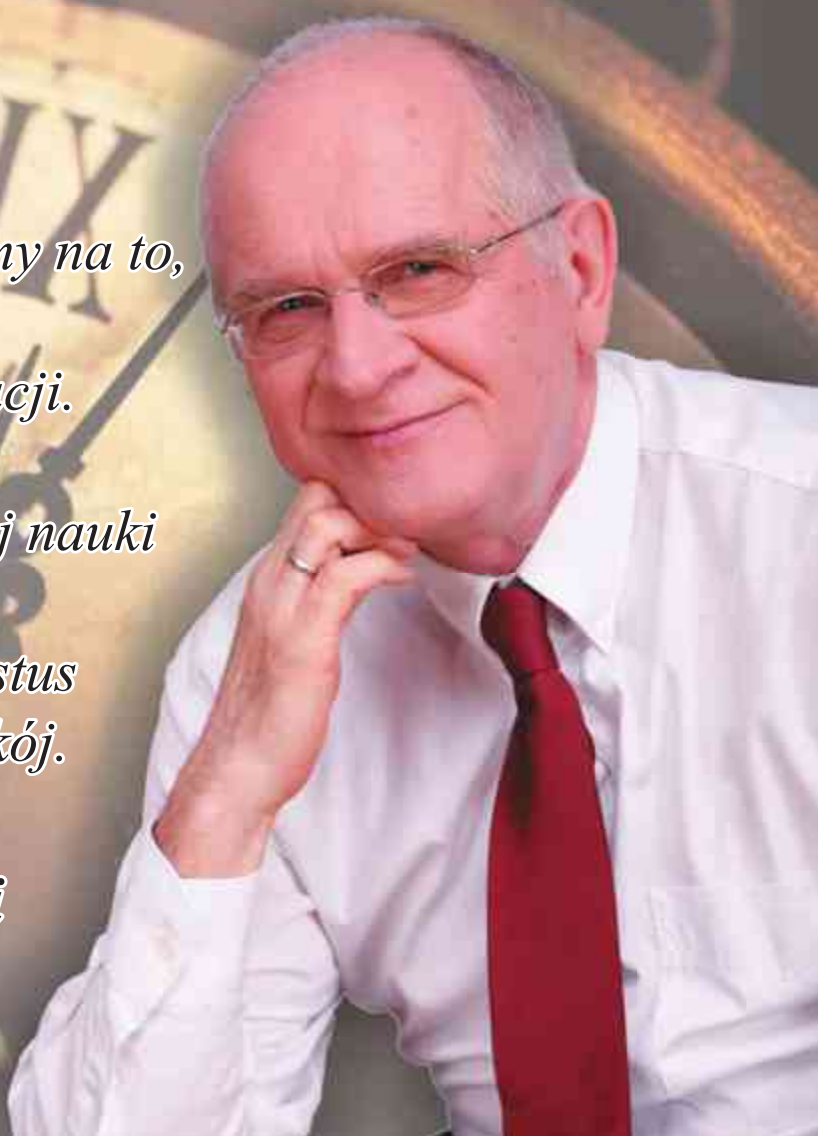
Szanowni Państwo,

*Nowy Rok to niezwykle czas,
w którym z nadzieją i zainteresowaniem patrzymy na to,
co przed nami. Z głębi serca życzę,
aby był on czasem spełnienia i samorealizacji.*

*Niech każdy dzień tego nowego roku
przynosi olbrzymią dawkę pozytywnej życiowej nauki
i cennego doświadczenia.*

*Życzę Państwu, aby nowo narodzony Chrystus
wlewał Wam w serca miłość, nadzieję i pokój.*

*Krzysztof Czabański
Poseł na Sejm RP*





W nadchodzącym 2017 roku życzymy pracownikom i ich rodzinom oraz Klientom radości, spokoju oraz wszelkiej pomyślności w realizowaniu wszystkich zamierzeń i planów, zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym.

*Zarząd Firmy
CONKRET Z.R. Trejderowscy Sp. jawna*

CONKRET

Herody, bałaganioze i gwizduchy

ZWYCZAJE LUDOWE ➤ W każdej kulturze koniec starego roku i początek nowego to szczególny okres, czas przejścia. Można zajrzeć w przyszłość, ale też złe moce wychodzą na świat i trzeba się przed nimi chronić. Właśnie teraz należy zapewnić sobie szczęście a złe precz odczynić, aby w nadchodzącym nowym roku się darzyło, a pech z lat poprzednich za nami się nie ciągnął



ZESPÓŁ „KARTUZY” GRA NA BURCZYBASIE
(ŹRÓDŁO INTERNET)

Nie inaczej jest z naszym pięknym regionem, który z etnograficznego punktu widzenia jest częścią ziemi chełmińsko-dobrzyńskiej. Z punktu widzenia historii to dwa odrębne regiony, z odrębnymi dziejami, które trafiły po rozbiorach pod władanie dwóch różnych zaborców. Ziemia dobrzyńska, przypadła Rosji, natomiast ziemia chełmińska stała się częścią Prus. Mimo tego obyczajowość, a także język są na tych terenach tak podobne, że etnografowie i lingwiści traktują je jako jedną całość. Przebogata kultura ludowa naszego regionu zna wiele obyczajów noworocznych, które warto przypomnieć. Żyjemy w czasach gloryfikacji kultury szlacheckiej, natomiast zwyczaj, pieśni i tradycje ludu wiejskiego traktowane są po macoszemu. Aby zatem pamięć o dawnych tradycjach nie zaginęła, posłuchajcie, jak to na naszych ziemiach Nowy Rok witano.

W Nowy Rok z pełnym brzuchem

Wyobraźcie sobie, że specjalne menu sylwestrowe wcale nie jest nowoczesnym wymysłem, wręcz przeciwnie, przodkowie nasi od dawna witali Nowy Rok, napełniając brzuchy specjalnie dobranymi potrawami. Przede wszystkim w sylwestrowy wieczór należało zjeść tłusto i do syta, aby tak przez cały rok móc biesiadować. Najczęściej jedzoną wtedy potrawą była prażucha, zwana też lamieszką lub lemieszką. W zależności od regionu, przygotowywano ją z gotowanych ziemniaków i mąki pszennej, żytniej albo gryczanej lub też samej mąki, zagotowanej na gęsto i okraszonej skwarkami ze słoniny lub boczku. Współczesnych konsumentów ten opis może nieco przerażać, ale zapewniam jest to bardzo smaczna i szalenie sycająca

strawa.

Prażuchę należało nie tylko jeść, ale też pomazać nią sobie twarz, oczywiście, gdy gorąca masa na talerzu nieco przestygła. Zabieg ów, najchętniej wykonywany przez dzieci, miał zapewnić sytość i dostatek w nadchodzącym roku. W ramach uczynności sąsiedzkiej dobrze było również pomalować prażuchą okna w chałupie sąsiada.

Pisał o tym obyczaju, niewątpliwie znanym w całej Polsce, Zygmunt Głogier w „Encyklopedii Staropolskiej”. Wymieniona w tekście mąka hreczana, to po prostu mąka gryczana, od innej nazwy gryki – hreczka.

„Uprzywilejowaną potrawą na ostatnią wieczerzę roku jest lemieszka z mąki pszennej, żytniej lub hreczanej. Gotują jej sporo. Młodzież przy spożywaniu uderza się nawzajem łyżkami po policzkach, a potem sąsiadom okna maże z nadwórza, a to, jak mówią, na znak, żeby w ciągu nowego roku mieli wszyscy usta i domy pełne chleba. Wieczór ten nazywa się szczodrym, a winszowanie po domach zowie się chodzeniem po szczodrakach, szczodrówkach, za „nowem latkiem.”

Obfite plony miało gwarantować nasycenie przez gospodarza przed posiłkiem po szczypcie owsa na każdy róg stołu. Na sylwestrowym stole nie mogło też zabraknąć mięsa, zwłaszcza zaś wieprzowiny, musiało się również znaleźć coś mocniejszego, proszę się więc nie bocić na tych, którzy lubią sobie tego wieczoru golnąć. Oni przecież kultywują tradycję, w której jednak, przypominam, nie było nic o siadaniu za kierownicę po spożyciu owych mocniejszych napitków.

Wracając jednak do czasów dawnych, w których raczej się na

koźle wozu zasiadało niż za sterami dowolnego pojazdu mechanicznego, wspomnieć należy, że i 1 stycznia jadła musiało być w bród, podobnie zaś jak na Sylwestra nie był to poczęstunek dietetyczny.

– W Nowy Rok wstawano bardzo wcześniej i obmywano się w zimnej wodzie – mówi Magdalena Ziółkowska-Mówka z Działu Folkloru Muzeum Etnograficznego w Toruniu. – Na dno miski kładziono monetę, która miała przynieść zdrowie i urodę. Powszechne było przekonanie, że jaki jest Nowy Rok, taki będzie cały rok, dlatego starano się go spędzić w spokoju, zgodzie i przy suto zastawionym stole. Na obiad gospodynie podawały kraszony groch z kapustą, kiełbasę, mięso oraz piwo. Tego dnia nie mogło zabraknąć jedzenia, przede wszystkim chleba, który miał zapewnić dostatek przez cały rok.

Obyczajem było, że nietknięty bochen świeżego chleba kładziono na stole rankiem 1 stycznia i nie ruszano go aż do następnego dnia. Dzięki temu magicznemu zabiegowi chleba miało nie brakować na stole przez cały rok.

W okresie świąteczno-noworocznym wypiekano także, zwłaszcza na ziemi chełmińskiej, nowe latka, czyli lepione z ciasta drożdżowego lub chlebowego figurki, przedstawiające zwierzęta domowe i dzikie. Należało je zanieść do poświęcenia, a potem nakarmić nimi gospodarską żywinę, aby wszystko dobrze się choowało i nie chorowało w nowym roku.

Między Bożym Narodzeniem a Trzema Królami każda gospodyni zaś piekła szczodrzaki. Cóż to było takiego?

– Kruche ciastka z cukrem, wypiekane przez gospodynie na ziemi dobrzyńskiej – mówi Andrzej Szalkowski, dyrektor Muzeum Ziemi Dobrzyńskiej w Rypinie. – Miały one kształt zwierząt, najczęściej tych, które były obecne przy narodzeniu Jezusa, jak osioł, wół, owce i tak dalej. Obdarowywano nimi kołédników.

Na ziemi chełmińskiej szczodrzaki, zwane też szczodrakami, miały nieco inną postać. Były to wypieki drożdżowe, które przybierały kształt bułeczek, rogali albo precelków, w środku zaś, jeśli mijający rok był urodzajny i gospodyni miała pełną spiżarkę, znajdowało się nadzienie. Bywało ono różne, mógł to być biały ser na słodko, kapusta z grzybami, albo farsz mięsny, zależnie co tam piekającej je kobiecie w duszy zagra-

ło i co miała pod ręką. Jeśli rok był chudy, wtedy szczodrzaki były małutkie i pozbawione nadzienia. To bardzo stare pieczywo obrzędowe było zwyczajowym wynagrodzeniem dla kołédników i herodów.

Gwizdy, szopkarze i herody

– Na ziemi dobrzyńskiej czczono Epifanię, czyli święto Trzech Króli – mówi Andrzej Szalkowski. – Od Bożego Narodzenia do Trzech Króli po wsiach ziemi dobrzyńskiej wędrowały zastępy różnego rodzaju kołédników.

Już w czasie adwentu po wsiach chodzili szopkarze, czyli chłopcy, a bywało że i mężczyźni, z szopkami z kilku deseczek lub sklejki, w których znajdowały się figurki, z gliny, tektury albo drewna, czasami malowane, czasami w strojach ze ścinków tkanin. Figurki te były przedstawieniem narodzenia Pańskiego. Szopkarze śpiewali pastorałki, czasami też odgrywali sceny jasełkowe, a jak kto zręczniejszy był do techniki, demonstrował jak to się figurynki w jego szopce ruszają. W tym samym okresie w trasę ruszały gwizdy, zwane też gwizdzami, gwiozdkami, gwizdunami albo gwiazdorami. Były to grupy kołédnicze, których znakiem rozpo-

znawczym była kolorowa gwiazda na kiju oraz poprzebierane maski jej towarzyszące. Wędrowali zatem z nimi m.in. koza, niedźwiedź i koń, diabeł, dziad z babą, bocian, policjant, kominiarz i śmierć. Nieodmienną częścią ich występów, z reguły improwizowanych, chociaż bywało, że teksty przekazywano z pokolenia na pokolenie, była hałaśliwa muzyka. Dobywano ją z diabelskich skrzypiec, instrumentu o kształcie kojarzącym się nieco z miotłą. Był to długi drąg, uwieńczony rzeźbioną w drewnie głową o paskudnej gębie, a odzianą w kapelusz, który do ronda przymocowane miał brzękadła. Tuż poniżej głowy zamocowane były kołeczki, do których przywiązano dwie lub trzy struny. Drugi koniec tych strun przytwierdzony był do znajdującej się poniżej połowy kija deski w kształcie skrzypiec. Tam też ułożone było pudełko, wypełnione drobnymi przedmiotami. Kiedy muzyk grał na diabelskich skrzypcach, nie tylko szarpał struny, ale również energicznie uderzał dolnym końcem instrumentu o ziemię, brzękadła dzwoniły, a przedmioty w skrzyneczce grzechotały głośno.



KOŁÉDNICY Z GWIAZDĄ I KOZĄ NA STAREJ POCZTÓWCE
(ŹRÓDŁO INTERNET)



**LANIE WOSKU BYŁO TEŻ TRADYCJĄ NOWOROCZNĄ
(ŹRÓDŁO INTERNET)**

Innym instrumentem, z którego chętnie korzystały gwizduchy, był burczybas, który na nasze tereny zawędrował chyba z Kaszub. Burczybas, zwany inaczej brumtopem, to beczka w której denko zastąpiono dobrze napiętą skórą, z otworem pośrodku. Przez ten otwór przeciąga się włosie z końskiego ogona, które, pociągane zwilżonymi dłońmi, wprawia membranę w drganie i sprawia, że burczybas wydaje niski, burczący odgłos, mogący się kojarzyć... fizjologicznie.

W takiej to oprawie muzycznej gwizdy wchodziły do chałup, składając dowcipne wierszowane życzenia, rozśmieszając i płatając figle. Kominarz na przykład sprawdzał, czy aby paleniska są czyste, smoląc przy tym sadzą każdego, kto się nawinął. Policjant wystawiał domownikom mandaty za różne dziwne wykroczenia, na przykład za brak śniegu, bocian zaś szczypał wszystkich dziobem, a jeśli uszczypnął dziewczynę, ta mogła się spodziewać dziecka w nadchodzącym roku. Ich wesoła działalność kończyła się, gdy nastawał dzień Trzech Króli, wtedy bowiem na scenę wkraczały herody, grupy odgrywające sceny z narodzin i życia dzieciątka Jezus, z udziałem, jak można się domyślić, nikczemnego króla Heroda. W sceny te wplatano humorystyczne motywy ludowe.

– Od Bożego Narodzenia do Nowego Roku stroniono od ciężkich prac – mówi Magdalena Ziółkowska-Mówka. – W okresie tym domy odwiedzali kolędnicy, którzy za występy i składane życzenia otrzymywali datki w postaci poczęstunku lub pieniędzy. Przebierańców chętnie witano, bowiem wierzono, że w domu, który odwiedzą, panować będzie pomyślność.

Każdy chciał wiedzieć co Nowy Rok niesie

Któż by nie chciał wiedzieć, co to się jemu w nowym roku przydarzyć może? Ciekawość jest przecież rzeczą ludzką, a najbardziej ciekawe były oczywiście niezamężne dziewczyny. Kiedyś, gdy rozwieść się nie było można, a samotnej kobiecie ciężko było w życiu, zamążpójście było szalenie ważną kwestią, a jakoś kan-

dydata na męża miała kluczowe znaczenie. Dziewczyny szukały metod na zajrzenie za zasłonę przyszłości, żeby sprawdzić, czy ten właściwy chłopak już tam stoi. Całe mnóstwo wróżb, obecnie kojarzonych z andrzejkami i katarzynkami, pierwotnie było obyczajami sylwestrowymi.

– Panny na wydaniu oraz kawalerowie chcieli się dowiedzieć, czy w nadchodzącym roku zmienią swój stan cywilny – mówi Magdalena Ziółkowska-Mówka. – Popularne były wróżby polegające na liczeniu różnych przedmiotów. Podobnie czynili mieszkańcy ziemi chełmińskiej oraz dobrzyńskiej. W Rogowie (pow. rypiński) panny wyjmowały ze strzechy garść słomy i liczyły wydobyte źdźbła – liczba parzysta zapowiadała odnalezienie pary w najbliższym roku i ślub. Tak samo interpretowano parzystą liczbę sztachetek w płocie, które dziewczyna zdołała objąć swymi ramionami. Panny kładły do miednicy z wodą wianki (Chrostkowo – pow. lipnowski), igły (Sumin – pow. brodnicki) lub krótkie słomki (Pluskowęsy, Ostrowite, Lisewo, Chełmonie – pow. golubsko-dobrzyński; Orłowo – pow. wąbrzeski), ich połączenie zapowiadało rychłe wesele. W Łopatkach (pow. wąbrzeski) rzucono za siebie pantofel, jeśli spadł czubkiem naprzód, oznaczało to ślub. Powszechnie znaną wróżbą było lanie wosku lub ołowiu na wodę i odczytywanie przyszłości z otrzymanych kształtów. Tego wieczoru zwracano również szczególną uwagę na zachowanie zwierząt. W Suminie (pow. brodnicki) i Wichowie (pow. lipnowski) młodzi wierzyli, że ich wybranek lub wybranka przybędzie ze strony, z której dobiega szczekanie psa. W Wiewiórkach (pow. wąbrzeski) panna stuknęła do drzwi kurnika, jeśli usłyszała koguta, oznaczało to, że w nadchodzącym roku zostanie żoną.

Do wróżenia używano też figurek z ciasta. Brano nowe laski w kształcie krzyża, obrączki, kolebki i różańca, przykrywano odwróconymi do góry dnem talerzykami, a która dziewczyna chciała sobie powróżyć, wybierała jedno naczynie. Jeśli pod wska-

zanym przez nią talerzem był krzyż, wróżyło to rychłą śmierć, kolebka zwiastowała przyjście na świat dziecka, obrączka zamążpójście, a różaniec karierę za murami klasztoru.

Gospodarz mógł sobie powróżyć, wyciągając źdźbła ze stojącego w kącie izby snopa nieomłóconego zboża. Takie snopy, kolorowo przybrane, były tradycyjnym elementem bożonarodzeniowego wystroju, zanim w naszych chałupach zagościły zapożyczone z Niemiec choinki. Jeśli wyciągnięte źdźbło było długie i miało kłos, w którym zachowały się ziarna, wróżyło rok urodzajny i obfite plony, jeśli jednak było krótkie, zakończony kłosem pustym, albo w ogóle kłosa nie miało, zwiastowało kiepskie zbiory i głodny rok.

Bałaganioze i psotniki

Noc sylwestrowa to jedna z tych magicznych nocy, kiedy dusze umarłych mogą spacerować po ziemi, a wraz z nimi wszelkie nadprzyrodzone istoty. Ponieważ nie wszystkie one są miłusie i życzliwe śmiertelnym, ludzie robili co w ich mocy, żeby tych zaświatowych gości trzymać z dala od chałup. Hałasowano zatem za pomocą kołatek albo instrumentów muzycznych, przydawali się też domowi producenci decybeli, czyli dzieci. Wyganiało się otóż dziecięcki na dwór i kazało im się wrzeszczeć z całej siły, co czyniły, niewątpliwie w upojeniu, dorośli zaś mogli pławić się w błogim poczuciu, że zadbali o bezpieczeństwo w domu i zagrodzie. Ten zwyczaj praktykowano na przykład we wsi Wichowo w powiecie lipnowskim.

– W wiosce Rojewo, w powiecie rypińskim, w której większość mieszkańców stanowiły osoby pochodzenia szlacheckiego, stosowano inny sposób – mówi Andrzej Szalkowski. – Tam po wsi chodziła orkiestra strażacka, grając jak najgłośniej aż do północy. Przy jej muzyce wyprawiano też tańce.

Znanym zwyczajem, zarówno na ziemi dobrzyńskiej, jak i chełmińskiej, było pękanie z batów.

– Fornale czy chłopcy, wykorzystując baty do poganiania zwierząt albo takie zrobione przez siebie specjalnie na tę okazję, chodzili w wigilię Nowego Roku po wsi i strzelali z nich. – tłumaczy Andrzej Szalkowski. – Takie strzelanie nazywało się pękaniem. Tam gdzie był dwór, pękanie zaczynano właśnie we dworze, po czym pękający obchodzili całą wieś. Gdy przychodzili pod chałupę, dwóch z nich wchodziło do środka i składało mieszkańcom życzenia. Za to dostawali wódkę, przekąskę albo drobne pieniądze, za które później wyprawiano zabawę.

Baty do pękania miawały specjalne zakończenie, wykonane z kawałka płótna lub skóry węgorza i zwane pękawką. Służyło ono, jak łatwo się domyśleć, do zwiększenia głośności dźwięku, produkowanego przez strzelający bat.

Innym dobrze znanym obyczajem, który w szczątkowej formie przetrwał do dziś, było czynienie psot w noc sylwestrową.

– Psotnicy mogli na przykład rozmontować wóz, po czym zmontować go znowu, ale na dachu chałupy albo obory. – mówi Andrzej Szalkowski. – Malowano też szyby w oknach chałup na czarno, żeby domownicy rano pomyśleli, że wciąż jest noc. Zdarzały się i żarty bardzo niebezpieczne, na przykład zatykanie kominów, skutkiem czego dym leciał do izby i bywało, że się ludzie dusili.

– Wieczór i noc poprzedzające Nowy Rok upływały pod znakiem psot czynionych sąsiadom – mówi Magdalena Ziół-

kowska-Mówka. – Przodowali w tym przede wszystkim młodzieńcy, którzy m.in. zatykali kominy, przewracali lub zabierali bramy, wciągali wozy na dach, smarowali okna popiołem, zastawiali drzwi wejściowe od zewnątrz, by po przebudzeniu domownicy nie mogli ich otworzyć. Zwyczaj ten jeszcze w latach 70. XX wieku znany był m.in. w Rogowie (pow. rypiński). Wrócenie z topionego ołowiu lanego na wodę, psoty i wypędzanie starego roku za pomocą batów, „pękania” i hałasu praktykowane było w wielu miejscowościach. W powiecie brodnickim były to m.in.: Miesiączkowo, Pokrzydowo, Grążawy, Cieleta, Małki, Kawki; w golubsko-dobrzyńskim Wrocki; w wąbrzeskim Kurkocin i Orłowo.

Jak widać, obyczaje okresu świąteczno-noworocznego na naszych ziemiach były bogate i kolorowe. Nasi przodkowie też umieli się bawić!

(epo), fot. internet



**NA NOWY ROK NIE MOGŁO ZABRAKNAĆ ŚWIEŻEGO CHLEBA
(ŹRÓDŁO INTERNET)**



**BOCIAN, KOZA I NIEDŹWIEDŹ TO POSTACI CZĘSTO
SPOTYKANE WŚRÓD GWIZDÓW (ŹRÓDŁO INTERNET)**



**PIERWSZY Z LEWEJ MUZYKANT GRAJĄCY
NA DIABELSKICH SKRZYPKACH (ŹRÓDŁO INTERNET)**

Czas na piękną sylwetkę

WYWIAD ➤ Po świątecznym obżarstwie czas na noworoczne postanowienia. O tym, jak wziąć się za siebie, jak ćwiczyć i jak rozpocząć dietę z Tomaszem Jasińskim, trenerem personalnym z Golubia-Dobrzynia rozmawia Celina Nałęcz



TOMASZ JASIŃSKI

– Świąta to niewątpliwie czas obżarstwa i nieprzestrzegania diety. Każdy z nas pozwolił sobie na za dużo. Co teraz? Jak mamy wrócić do formy?

– Najważniejsze, jest postanowienie, że chcemy coś ze sobą zrobić, coś zmienić w nas i w naszym wyglądzie. Dobrze, jeśli zdajemy sobie sprawę z tego, że w święta przeholowaliśmy i to mocno. Nie pozostaje nic innego, jak wyznaczyć sobie cel i sukcesywnie go realizować. Nie jest to jednak takie proste, jak mogłoby się wydawać, bo chęć zmiany to jedno, a sama realizacja planów to drugie. Dlatego proponuję poszukać wsparcia w postaci kolegi czy koleżanki. We dwoje zawsze łatwiej jest realizować pewne założenia. Często jednak nie wiemy, od czego zacząć i jak realizować założenia. Wtedy pomocny będzie trener personalny, który podpowie i odpowiednio nas zmotywuje. Nieraz wystarczy miesiąc lub dwa z trenerem, aby nauczyć się odpowiedniego postępowania i dalej realizować założenia samemu.

– Czy istnieje złoty środek, jakaś krótkoterminowa dieta,

która natychmiast nas odchudzi, czy trzeba poświęcić temu więcej czasu?

– Złote środki tak naprawdę nie istnieją. Tabletki, proszki czy inne odchudzające cuda mają działanie krótkotrwałe i po zaprzestaniu ich zażywania najczęściej waga wraca do wyjściowej. Nie ma również krótkotrwałej diety. Ludzie często mylą pojęcie diety. Uważają, że bycie na diecie oznacza okropne wyrzeczenia i katowanie się, głodzenie. Tak naprawdę nie o to w tym wszystkim chodzi. Dobra dieta to nic innego, jak odpowiednio zbilansowane posiłki oparte na zdrowych produktach. Niestety, jeśli nie posiadamy odpowiedniej wiedzy na ten temat, nie uda nam się stworzyć samemu dobrego systemu odżywiania. Wtedy radzę udać się po poradę do specjalisty dietetyka, który pomoże.

– Jak ważne dla naszego organizmu jest zdrowe odżywianie się? Co możemy jeść a czego zdecydowanie powinniśmy unikać?

– Zdrowe odżywianie jest bardzo ważne, żeby nie powiedzieć, że najważniejsze. Nie bez powodu istnieje powiedzenie – jesteś tym, co jesz. Zdrowe odżywianie to przede wszystkim duża wiedza na temat produktów, które są zdrowe dla naszego organizmu. Oprócz tego powinniśmy również dysponować wiedzą na temat ilości spożywanych węglowodanów, białek, tłuszczów i czasu ich spożywania. Nie bez znaczenia jest pora dnia, o której będziemy spożywać w większości cukry, a kiedy białka. Nie będę wymieniał poszczególnych zdrowych produktów, bo można je znaleźć w większości kolorowych pism czy w internecie. Ale pamiętajmy! Najważniejsza dla każdego organizmu jest ilość spożywanych kalorii. Stąd bardzo ważna dobrze zbilansowana dieta. Każda nadwyżka kilokalorii, którą spożyjemy,

zostanie odłożona w postaci tkanki tłuszczowej.

– Przed nami czas postanowień noworocznych. Czy postanowienie dbania o swoje ciało i sylwetkę ma sens?

– Czas postanowień noworocznych istniał zawsze i będzie istniał. Jednak od postanowienia do spełnienia obietnic długa droga. Niemniej jednak uważam, że dbanie o swoją sylwetkę i zdrowie zawsze się opłaca. Nie chodzi tu o to, by zostać mistrzem Polski w kulturystyce czy wygrać ultramaraton! Chodzi o to, aby zrobić coś dla siebie, dostrzec pozytywne zmiany w naszej sylwetce, zdrowiu, naszym trybie życia. Czasami wystarczy chociażby godzinny spacer co drugi dzień lub kilkanaście kilometrów przejechane na rowerze, aby poczuć w sobie więcej energii i sił witalnych.

– Przypuśćmy, że zwykły zjadacz chleba, pracujący na co dzień przy komputerze i przemierzający się nawet na krótkich dystansach samochodem postanawia od początku roku się „wziąć się za siebie”. Od czego powinien zacząć?

– Od postanowienia, że chce coś w sobie zmienić i konsekwentnego trzymania się swojego planu. Bez tego nie ma mowy o sukcesie. Moją dewizą w życiu jest hasło – twój sukces ukryty jest w twojej głowie! I tego radzę się trzymać! Konsekwencja i upór w działaniu, to klucz do sukcesu.

– Czy możemy uprawiać każdy rodzaj sportu, aktywności? Co jest lepsze: basen, biegi czy może spacer z kijkami? A może powinniśmy wszystko po trochu?

– Myślę, że nie. Nie każdy rodzaj aktywności ruchowej zalecany jest dla każdego. Musimy zdać sobie sprawę z tego, że każdy z nas ma inne możliwości ruchowe, dysponuje inną siłą, wytrzymałością

i przede wszystkim odpowiednimi predyspozycjami do danej dyscypliny sportu oraz odpowiednim zdrowiem. Ludzie, którzy mieli w swoim życiu styczność ze sportem, uprawiali jakieś dyscypliny sportowe, startowali w zawodach, będą mieli ułatwione zadanie. Natomiast przeciętny kanapowiec, chcąc zmienić swoje życie i zająć się sportem, zawsze może sięgnąć po dyscypliny lżejsze, łatwiejsze i przede wszystkim uprawiać rekreację ruchową, co naprawdę bardzo korzystnie wpłynie na zdrowie i nie będzie powodować dokuczliwych kontuzji, które tak często towarzyszą uprawianiu sportu na poziomie innym niż rekreacja.

– Czy powinniśmy ćwiczyć codziennie rano? Czy popołudniowe ćwiczenia po pracy wystarczą?

– Do porannego ćwiczenia trzeba się przygotować. Nie tylko fizycznie, ale mentalnie. Większość ludzi po przebudzeniu potrzebuje dość dużo czasu, by wejść na tzw. obroty. Poza tym rano nasz organizm jest nierozbudzony, nierozciągnięty, zastały, zastygnięty, sztywny itd. Potrzebujemy więcej czasu na jego rozruch. Jednak wszystko zależy tylko i wyłącznie od nas samych. Jeśli jesteśmy w stanie wygospodarować czas na trening o poranku, myślę, że nic nie stoi na przeszkodzie. I mówimy tu faktycznie o porannym ćwiczeniu przed pracą, czyli godzina 5.00 – 6.00 rano. Ranek ma to do siebie, że dobrze wykonany poranny trening nakręci nasz organizm na cały dzień i podniesie naszą przemianę materii, co w późniejszym czasie pozwoli spalać większą ilość kilokalorii.

– Przed nami nowy rok, intensywna praca, jak powinniśmy sobie pomagać w pracy? Czy możemy przygotowywać jakieś lekkie posiłki? A może jakoś wy-

korzystywać przerwę w pracy? A przy komputerze co jest wskazane?

– Wszystko zależy od charakteru pracy, jaką wykonujemy. Czy dysponujemy odpowiednio długą przerwą, czy mamy warunki do tego, aby ćwiczyć w miejscu pracy. Bo nikt z nas nie wyobraża sobie chyba nawet półgodzinnego joggingu, po którym nie będzie mógł wziąć szybkiego prysznica i zmienić przepoczonych ubrań (śmiech). Jeśli chodzi o posiłki, wskazane są przekąski w postaci sałatki, owoców czy warzyw. Wszystko zależy od tego, w jaki sposób je zbilansujemy.

– I ostatnie decydujące pytanie: co powinna kobieta zacząć robić już dziś, by wiosną po rzuceniu zimowych ubrań wyglądać ośniewająco?

– Ja myślę, że największym błędem, jaki popełniają nie tylko kobiety, jest wyznaczanie sobie terminu, od kiedy zaczniemy ćwiczyć lub zmienimy swój sposób odżywiania. Uważam, że jeśli czujemy taką potrzebę, to powinniśmy zrobić to tu i teraz, czyli jak najszybciej. Jeśli nie jesteśmy w stanie zrobić tego samodzielnie, to jak wcześniej wspominałem, poprośmy o pomoc trenera lub dietetyka, którzy (przynajmniej na początku) poprowadzą nas za rękę i nauczą odpowiedniego postępowania. Jeśli chodzi o ośniewający wygląd myślę też, że każda kobieta wie sama, co sprawia jej największą frajdę i co powinna zrobić, aby pięknie wyglądać.

– A dla mężczyzn jakieś rady?

– Postępowanie w tej kwestii nie różni zależy od płci. No może jedynie, jeżeli chodzi o wybór dyscypliny, choć nierzadko widzi się mężczyzn uprawiających np. aerobik czy zumbę (śmiech).

– Dziękuję za rozmowę.

(nał)

fot. archiwum prywatne



KAŻDY POWINIEN UPRAWIAĆ TAKI SPORT, DO KTÓREGO MA PREDYSPOZYCJE,



WARTO WYZNACZYĆ SOBIE CEL I DO NIEGO DĄŻYĆ, NASZ SUKCES JEST UKRYTY W NASZEJ GŁOWIE

Biegunki u bydła – zapobieganie i leczenie

HODOWLA ➤ Biegunki u cieląt, ale też u dorosłych krów mlecznych i opasów, to częsty problem w hodowlach. Ich występowaniu sprzyja nieprawidłowe żywienie zwierząt, brak szeroko pojętej higieny, niewłaściwe warunki utrzymania



W przypadku wystąpienia biegunki u bydła hodowcy najczęściej od razu podają niedomagającym sztukom preparaty przeciwbiegunkowe (dostępne na rynku, takie jak Dr Krowa Diar-Stop, albo przygotowywane samodzielnie – napar z kory dębu, parzoną kawę zbożową, mielone siemienie lniane) lub antybiotyki. Priorytetem powinno być natomiast jak najszybsze zdiagnozowanie właściwej przyczyny rozwojenia. Należy określić, czy jest to: infekcja wirusowa, zakażenie bakteryjne, kwasica, zasadowica, zatrucie mikotoksynami, przemieszczenie trawieńca, nagła zmiana paszy z pominięciem okresu przejściowego lub stosowanie pasz, które działają rozwalniająco, jak np. słomy owsianej. Zdarza się też, że hodowcy poją krowy po porodzie ich własną siarą, która działa na dorosłe osobniki silnie przeczyszczająco i przynosi skutek odwrotny od zamierzonego – osłabienie i odwodnienie zamiast wzmocnienia i podniesienia odporności.

Choroby zakaźne

Biegunki wirusowe rozprzestrzeniają się stopniowo. Istnieje duże ryzyko, że z zarażonych opasów wirus przejdzie na krowy, nawet jeśli utrzymywane są w oddzielnych budynkach. Najwięcej chorób przenosi się na obuwie – z powodu przechodzenia po gankach gnojowych i kontaktu z kałem. Praktyką godną pochwały jest używanie przez wszystkie osoby wchodzące do obory jednorazowych, foliowych ochraniaczy na buty, takich, jakie stosuje się w szpitalach. Zabezpieczają one przed wniesieniem i wyniesieniem patogenów z obory. Ich cena wynosi kilkadziesiąt groszy za

parę przy zakupie całej paczki – to drobny wydatek, a korzyści, polegające na zmniejszeniu niebezpieczeństwa wystąpienia poważnych chorób, są ogromne.

Ryzyko wiąże się również z wprowadzaniem do stada nowych osobników. Żeby uniknąć potencjalnej infekcji, należy dokładnie obejrzeć zwierzęta przed zakupem – jeśli ich wygląd budzi jakiegokolwiek podejrzenia, należy z niego zrezygnować. Zalecane jest zachowanie okresu kwarantanny, czyli przetrzymanie zakupionej sztuki około 2 tygodni na obserwacji w oddzielnym pomieszczeniu. Ostrożność należy zachować nawet przy wchodzeniu do obcych obór – na ile to możliwe, zaleca się unikanie kontaktu ze zwierzętami (ryzyko przeniesienia grzybicy i pasożytów) oraz z ich wydalaminami.

W przypadku infekcji wirusowej, po wystąpieniu pierwszych objawów biegunki należy zwiększyć ilość suchych, niekwaśnych komponentów paszy. Powinno to złagodzić dolegliwości i ułatwić powrót do zdrowia. Przy ostrym przebiegu choroby niezbędna jest pomoc lekarza weterynarii.

Choroby bakteryjne

Biegunki spowodowane zakażeniem bakteryjnym najczęściej występują u cieląt i związane są z higieną podczas pojenia oraz jakością przygotowanego pojęcia. W niedomytych wiaderkach i smoczkach błyskawicznie rozwijają się bakterie chorobotwórcze. Biegunka może być też spowodowana błędami w technice pojenia, niewłaściwą ilością i temperaturą podawanego pojęcia.

Należy również pamiętać, że cielętom nie służy zbyt wysoka

temperatura i wilgotność powietrza. W pomieszczeniach, w których przebywają, należy zapewnić ruch powietrza, ale na takiej wysokości, by cielęta nie stały w przeciągu (zastrzeżenie to dotyczy także wentylacji dla krów i opasów). Prawidłowe warunki hodowli dla wszystkich grup produkcyjnych bydła to temperatura 10-15°C i dostęp do świeżego powietrza. W nieprzeznaczonych, przewietrzonych pomieszczeniach jest znacznie mniej wirusów, bakterii i patogenów chorobotwórczych.

Zatrucie mikotoksynami

Mikotoksyny to substancje toksyczne dla ludzi i zwierząt, wytwarzane przez grzyby pleśniowe. Źródłem pleśni może być gleba, powietrze, magazyny do przechowywania pasz, środki transportu. Spośród pasz, szczególnie narażone na skażenie grzybami są: śruty poekstrakcyjne, zwłaszcza sojowa, ziarno kukurydzy, kiszonki, ziarno zbóż. Warto zwrócić większą uwagę na zboża i ziarno kukurydzy z tegorocznych zbiorów, szczególnie na te zebrane po deszczach, a także skontrolować przemy z kiszonkami i jakością balotów.

Pasze, które na pierwszy rzut oka nie wzbudzają podejrzeń, mogą zawierać duże ilości mikotoksyn. Żeby uniknąć ich negatywnego wpływu na zdrowie stada, należy wprowadzić do dawki żywe kultury drożdży i preparaty wiążące mikotoksyny, np. Nowi Carbon Plus z węglem aktywnym i glino-krzemianami.

Zatrucie mikotoksynami, oprócz wywołania u bydła ciężkich, gwałtownych biegunk, może skutkować spadkiem apetytu lub jego całkowitym brakiem, upośledzeniem funkcji układu krwiotwórczego, uczuleniem na światło, ślinotokiem oraz uszkodzeniem błon śluzowych i skóry. Długotrwałe działanie związków toksycznych może prowadzić do trwałego uszkodzenia wątroby i płuc, negatywnie wpłynąć na pracę nerek, a nawet skutkować upadkami zwierząt. Zatruciom mikotoksynami często towarzyszą również zaburzenia rozrodu.

Choroby metaboliczne

Przyczyną kwasicy jest zbyt duży udział w dawce pasz treściwych, łatwo fermentujących w żwaczu. Paszami szczególnie kwasicogennymi są śruty zbożowe, zawierające duże ilości skrobi. Także nadmierne rozdrobnienie pasz, ich nieprawidłowa struktura powodują zaburzenie naturalnego odruchu przeżuwania, co prowadzi do zmniejszenia wydzielania śliny, która jest najlepszym natu-

ralnym buforem.

Kwasica subkliniczna (utajona) bardzo często prowadzi do zmian ochwotowych, pojawiających się na kończynach po około 2-3 miesiącach od wystąpienia choroby. Krowy są również bardziej podatne na zatrzymanie łożyska, zaleganie okołoporodowe oraz infekcje, w tym zapalenia wymienia.

Niestety, kwasicę przebiegającą bezobjawowo ciężko jest hodowcom rozpoznać. Zapobieganie polega na zachowaniu prawidłowej kolejności zadawania paszy: od komponentów najbardziej suchych, włóknistych (słoma, siano, opcjonalnie sianokiszonka), po których podaje się kiszonkę z kukurydzy i/lub wystódki. Ostatnim elementem dawki są pasze treściwe. Najlepiej, gdyby była to pasza granulowana lub sporządzona z gniecionego ziarna. Przy stosowaniu śrut zbożowych, które są najsilniej zakwaszające, warto dodawać bufony stabilizujące pH żwacza.

Objawy wystąpienia kwasicy, oprócz biegunki, często pienistej, to: niechęć do pobierania pasz treściwych, chętnie pobieranie słomy i siana, niski tłuszcz w mleku (stosunek tłuszcz/białko poniżej 1). Objawy nie muszą występować jednocześnie.

Zasadowica jest zaburzeniem metabolicznym odwrotnym do kwasicy (pH żwacza powyżej 7,5). U bydła powoduje ją nadmiar białka i związków azotowych niebiałkowych, np. mocznika, w dawkach pokarmowych. Często bezpośrednią przyczyną jest skarmianie świeżej, wysokobiałkowej zielonki przy niedoborze energii i włókna w dawce. W żwaczu białko rozkładane jest do amoniaku, którego znaczną część, do syntezy wartościowego białka zwierzęcego, wykorzystują drobnoustroje. Z pozostałej nadwyżki, część amoniaku zostaje w wątrobie przekształcona do mocznika i wydalana wraz z moczem i mlekiem. Detoksykacja wątrobową ma jednak swoje granice i nadmiar amoniaku dostaje się do płynów ustrojowych – zmienia ich pH i zatrzuwa organizm. W środowisku zasadowym żwacza szybko rozwija się gnilna flora bakteryjna, a toksyny bakteryjne oraz produkty rozpadu białek wywołują stany zapalne układu pokarmowego.

Zasadowica pogarsza zdrowotność oraz wzrost i rozwój cieląt. Psuje rozród (trudniejsze porody, zatrzymanie łożyska, opóźniona involucja macicy, pogorszenie inseminacji). Powoduje utratę apetytu, biegunki i wychu-

dzenie, a podwyższona koncentracja amoniaku w organizmie uszkadza wątrobę i nerki.

Przy wyprowadzaniu zwierząt z zaburzeń pH żwacza stosuje się np. NaszMix Multibufor Chelat, w składzie którego obecny jest wyciąg z alg morskich oraz chelaty cynku, miedzi i manganu, mające wpływ na poziom komórek somatycznych w mleku i stan racic.

Przemieszczenie trawieńca

Biegunką może objawiać się także przemieszczenie trawieńca. Jeśli krowa nie zostanie odpowiednio napojona tuż po porodzie, a także przy skarmianiu zbyt dużych ilości pasz treściwych (powyżej 2,5 kg/szt. w dawce jednorazowej) w okresie kilku tygodni po porodzie, przy niezachowaniu bardzo istotnego okresu przejściowego – można spodziewać się wędrownki żołądka. Brak racjonalnej zmiany paszy prowadzi do wyjąłowania układu pokarmowego, wzrostu złej fermentacji w przedżołądkach oraz gromadzenia się znacznej ilości gazów, które, wspólnie z niewypełnionym żwaczem, wywołują unoszenie się trawieńca w okolice dołu głodowego. Zabieg interwencyjny przy lewostronnym przemieszczeniu trawieńca to koszt od 250 zł metodą laparoskopową do 400-600 zł operacyjnie. Prawostronne przemieszczenie jest bardzo rzadko operowane, zwierzęta są kierowane na rzeź.

Żeby uniknąć brakowania, warto poświęcić trochę czasu i uwagi krowom w okresie okołoporodowym i zapewnić im dobrej jakości pójło poporodowe, takie jak Dr Krowa Drink, pasze nisko fermentujące, a co najważniejsze – dwu-, trzytygodniowy okres adaptacji do nowych pasz i miejsc.

Zachowywanie okresów przejściowych jest ważne również w przypadku pozostałych zwierząt. Pominięcie etapu przyzwyczajania zwierząt do wypasu pastwiskowego lub zmian w żywieniu przez minimum 7-10 dni może prowadzić nie tylko do biegunk, ale również spadku mleczności i przyrostów, a także innych chorób metabolicznych.

W każdym wypadku warto dokładnie zdiagnozować przyczynę biegunki, by nie ponosić niepotrzebnych kosztów na leczenie i strat. Można w ten sposób uniknąć spadku mleczności i przyrostów, braku zacielen, wczesnego zamierania i poronień, a także upadków wśród cieląt. A niewielkie zmiany żywieniowe mogą dać nad wyraz pozytywne efekty.

(mm, mcz)

Jak sprzedać produkt z gospodarstwa?

HANDEL ▶ Nie wystarczy wytwarzać, trzeba także umieć sprzedać. Rolnicy coraz częściej sięgają po ciekawe sposoby, by zachęcić mieszczuchów do kupna ich produktów. Oto dwa przykłady



Choroby

Uwaga na ptaki

W Polsce odnotowano drugie ognisko ptasiej grypy. Z dymem poszły tysiące indyków. Główny Lekarz Weterynarii wysłał informacje do hodowców.



Zgodnie z zaleceniami Głównego Lekarza Weterynarii, hodowcy drobiu powinni zachować

szczególną ostrożność i stosować odpowiednie środki bioasekuracji, minimalizujące ryzyko przeniesienia wirusa. Przede wszystkim

zalecane jest zabezpieczenie pasz przed dostępem dzikich zwierząt. Hodowcy nie mają karmić drobiu na zewnątrz budynków i stosować odzież i obuwie ochronne, a po każdym kontakcie z drobiem lub dzikimi ptakami umyć ręce wodą z mydłem.

Gospodarze proszeni są o niezwłoczne zgłaszanie przypadków padnięcia drobiu. Objawami ptasiej grypy są: spadek produkcji jaj, zasinienie i obrzęk grzebienia, kichanie, duszność i biegunka. Niestety, ptaki mogą padać nawet bez widocznych objawów, a śmiertelność dochodzi do 100 proc.

W dotychczasowych przypadkach nośnikiem wirusa był najprawdopodobniej kał dzikiego ptactwa.

(pw)

Rynek

Więcej pieniędzy za litr mleka

W tym roku przeważnie donosiliśmy o spadkach cen mleka w skupie. Teraz tendencja odwróciła się.

Obecnie za litr mleka w skupie płaci się ok. 1,2 zł. W minionym roku, na skutek embarga na eksport mleka do Rosji, szukano nowych rynków zbytu, które częściowo znaleziono w Chinach, Indonezji, Indiach i innych krajach Azji Południowo-Wschodniej. Główny wpływ na wzrost cen ma jednak koniunktura na rynkach światowych.

Wszędzie w Europie ceny mleka i produktów mlecznych podskoczyły o ok. 25 proc. W Polsce za 100 kg sera Edamskiego 16 października płacono ok. 1420 zł. 4 grudnia cena wzrosła do 1568 zł. Podobnie jest w przypadku pozostałych popularnych serów: Goudy i Morskiego. Czy to trwała tendencja? Trudno powiedzieć, ponieważ

opinie są rozbieżne. Jedni uważają, że przez najbliższe miesiące hodowcy mogą odetchnąć. Inni nie wróżą rynkom nic dobrego, ponieważ 5 grudnia Komisja Europejska rozpoczęła sprzedaż interwencyjną mleka w proszku (255 tysięcy ton tego produktu).

(pw)

Szkody w rolnictwie

Państwo kiepsko płaci

Czy odszkodowania wypłacane za działalność bobrów mają odzwierciedlenie w skali zniszczeń? Rada Kobiet i Rodzin z Obszarów Wiejskich uważa, że nie.

Odszkodowania za straty wyrządzone przez bobry wypłaca Skarb Państwa. Gryzonie te nie są zwierzętami łownymi, więc nie podlegają kołom łowieckim. 7 grudnia Rada Kobiet i Rodzin z Obszarów Wiejskich zwróciła się do ministerstwa

rolnictwa o ostateczne uregulowanie kwestii wypłat odszkodowań.

„Zdaniem samorządu rolniczego, obecnie wypłacane odszkodowania są zbyt niskie w stosunku do rzeczywistych szkód – za 1 zniszczone duże drzewo rolnik otrzymuje

kwotę, za którą można kupić 1 sadzonkę. Taka wysokość odszkodowania nie rekompensuje poniesionej straty, nie oddaje bowiem wartości utraconego plonu z owocującego drzewa w danym roku ani strat poniesionych w czasie oczekiwania na rozpoczęcie owocowania przez posadzone młode drzewko” – czytamy w komunikacie.

Tylko w tym roku rząd musiał wypłacić 18 mln zł odszkodowań z tytułu strat wyrządzonych przez bobry.

(pw)

Mechanizacja

Maszyny pod kreską

W listopadzie w Polsce zarejestrowano 5780 nowych traktorów. Najczęściej były to maszyny marki Zetor.



Zetor w listopadzie sprzedał w Polsce 91 maszyn. W stosunku do poprzednich miesięcy tego roku sprzedaż rośnie, ale do wyników osiągniętych jeszcze parę lat temu wciąż daleko. Jeszcze w 2012 roku rolnicy w Polsce kupili 19,5 tysiąca maszyn. Później sprzedaż sukcesywnie malała wraz z nasyceniem się rynku oraz powolnym kończeniem programów, w ramach których rolnicy mogli uzyskać dofinansowanie

Kilka miesięcy temu pisaliśmy o ciekawej inicjatywie pod nazwą Rolnictwo Wspierane Przez Społeczność. Na czym ona polega? Rolnicy nawiązują kontakt z mieszkańcami miast i w sezonie raz w tygodniu przywożą im paczkę warzyw. W ten sposób konsumenci mają pewność, że warzywa są z pewnego źródła i tańsze o marżę pośrednika. Pod koniec listopada rolnicy z Dobrzynia nad Wisłą ogłosili zapisy na sezon 2017. Ich docelowymi rynkami są Warszawa i Toruń.

Bardzo podobny pomysł miała inna grupa gospodarzy, którzy

stworzyli projekt pod nazwą „Od rolnika”. Tu sprzedaż bezpośrednia prowadzona jest także online. Do konsumentów trafiają bardzo estetyczne paczki pełne zdrowych warzyw i owoców. Ciekawe, że do grupy należą także liczące mniej niż 5 hektarów gospodarstwa z okolic Tarnowa.

Być może tego typu inicjatywy będzie więcej, bo 1 stycznia ma wejść w życie ustawa o sprzedaży bezpośredniej, dająca kilka przywilejów rolnikom decydującym się na ten krok.

(pw)

do zakupu. W efekcie w tym roku nabywców znalazło tylko 8,4 tys. maszyn.

Liderem sprzedaży od początku roku jest New Holland przed John Deere i Zetorem. Większość firm odnotowała spore spadki w stosunku do ubiegłego roku, a jednym z wyjątków jest rodzimy Ursus (wzrost o 58 proc.). Należy jednak pamiętać, że firma dopiero zdobywa udziały w rynku.

Wciąż dobrze się ma zbyt maszyn używanych. W 2016 roku zarejestrowano 13,6 tys.

Sprzedaż powinna drgnąć po uruchomieniu dotacji z PROW na lata 2014-20. Mimo wszystko widać mniejszą chęć gospodarzy do inwestowania.

(pw)

najtańsze w regionie
kolczyki dla świń firmy allflex

dla nowych
klientów rabat 20%

Allflex

zamów telefonicznie
517 023 033

DOBRCZE TO WIEDZIEĆ

Sejm za obniżeniem świadczeń dla funkcjonariuszy PRL-u

W miniony piątek posłowie przyjęli tzw. ustawę dezubekizacyjną. Zgodnie z jej zapisami, emerytury i renty byłych funkcjonariuszy z czasów PRL-u nie będą mogły być wyższe niż średnie świadczenia w ZUS. Powodem obniżenia świadczeń jest służba na rzecz totalitarnego państwa od 22 lipca 1944 r. do 31 lipca 1990 r. Nowe prawo nie obejmie milicjantów i strażaków, którzy skończyli Akademię Spraw Wewnętrznych i nie działali w SB. Od decyzji obniżającej świadczenia ma przysługiwać odwołanie do sądu. Ustawa wejdzie w życie od 1 stycznia.

Państwo walczy z dopingiem

Rząd zatwierdził projekt ustawy o zwalczaniu doping w sporcie. Jeśli propozycja pomyślnie przejdzie proces legislacyjny, wkrótce powstanie Polska Agencja Antydopingowa. Do jej zadań będzie należało m.in. określanie zasad i przebiegu kontroli antydopingowej, ustanawianie reguł dyscyplinarnych dotyczących doping w sporcie, planowanie i przeprowadzanie kontroli antydopingowej podczas zawodów i poza nimi oraz przyznawanie zgody na stosowanie przez zawodnika danej substancji zabronionej lub metody zabronionej. Za podanie dopingi zawodnikowi oraz za wprowadzenie nielegalnej substancji (np. sterydów anabolicznych) do obrotu ma grozić kara grzywny, ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności do 3 lat.

Ułatwienia dla wolontariatu

Rząd zaakceptował zmiany w ustawie o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. Projekt przewiduje bardziej elastyczne zasady rejestracji organizacji pożytku publicznego. Usprawniona zostanie procedura wymiany informacji między resortem rodziny, nadzorującym Fundusz Wspierania Organizacji Pożytku Publicznego, a sądami rejestrowymi. Zmianie ulegnie też sposób tworzenia wykazu organizacji uprawnionych do otrzymania 1 proc. podatku dochodowego od osób fizycznych za rok podatkowy. Minister będzie mógł umieścić na liście organizację, która wykaze, że niezamieszczenie zatwierdzonego sprawozdania finansowego i sprawozdania merytorycznego w terminie ustawowym nastąpiło nie z jej winy.

Mandat zapłacimy kartą

Resort spraw wewnętrznych pracuje nad nowelizacją Kodeksu postępowania w sprawach o wykroczenia. Do tej pory Polacy mogli uiszczać opłatę za złamanie przepisów na wskazany rachunek bankowy, a mandat gotówkowy (płacony bezpośrednio funkcjonariuszowi) dotyczył jedynie cudzoziemców. Teraz ministerstwo chce dać możliwość płacenia mandatów za pomocą karty, zarówno polskim obywatelom, jak i obcokrajowcom. Policjanci będą stopniowo wyposażani w terminale do kart, a udogodnienie ma wpłynąć pozytywnie na ścigalność kar.

Punkty karne sprawdzisz przez internet

Resort cyfryzacji przygotował nowelizację Kodeksu drogowego. Od kwietnia przyszłego roku kierowcy będą mogli sprawdzić przez internet liczbę zgromadzonych punktów karnych. Dostęp do danych będzie możliwy po uwierzytelnieniu zainteresowanej osoby za pomocą profilu na ePUAP. Informacje będzie przekazywać policja. Nowe prawo zakłada również, że organy Inspekcji Ochrony Środowiska będą miały darmowy dostęp do danych o pojazdach zgromadzonych w centralnej ewidencji pojazdów.

Uczniowie odwołają się od wyniku matury

Z początkiem roku wejdzie w życie nowelizacja ustawy o systemie oświaty. Już za kilka miesięcy maturzyści, którzy nie będą się zgadzać z wynikiem pisemnego egzaminu, otrzymają prawo do złożenia odwołania. Ma je rozpatrywać Kolegium Arbitrażu Egzaminacyjnego. W skład komisji wejdą eksperci z danej dziedziny nauki oraz egzaminatorzy. Analogicznie ma wyglądać sytuacja osób zdobywających kwalifikacje w zawodzie. Dla maturzystów kwestionujących wynik egzaminu zostanie zorganizowana dodatkowa rekrutacja na studia. Do tej pory uczniowie mogli jedynie zobaczyć swoją pracę i poprosić o jej ponowne sprawdzenie. Poprawiony wynik nie podlegał już jednak odwołaniu.

Ubezpieczenia rolnicze bardziej powszechne

Prezydent podpisał ustawę o ubezpieczeniach rolnych. Stawki taryfowe uprawniające gospodarzy do dotacji z budżetu państwa zostaną podniesione z 3,5 i 5 proc. do 9 proc. sumy ubezpieczenia. Jeśli uprawy są prowadzone na użytkach rolnych klasy V i VI, stawka będzie mogła zostać zwiększona kolejno do 12 i 15 proc. Ponadto ustawa wprowadza preferencje z tytułu zawierania przez rolnika umowy na pakiet ryzyk, do których stosowana jest dopłata. Proponowane są stawki dopłaty do 65 proc. składki, z czego 35 proc. pokrywałby rolnik, jeśli maksymalne stawki sumy ubezpieczenia nie byłyby przekroczone. Przepisy wejdą w życie od 1 stycznia.

Pieniądze na kulturę

DOTACJE ➤ Do czwartku 12 stycznia organizacje pozarządowe mogą starać się o wojewódzką dotację na realizację projektów kulturalnych oraz związanych z ochroną dóbr i dziedzictwa narodowego



Otwarty konkurs w zakresie kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa narodowego obejmuje projekty publiczne, które mogą być zrealizowane w latach 2017-2019. Jego celem jest „wzbogacenie życia kulturalnego regionu o wartościowe wydarzenia artystyczne i kulturalne, ułatwienie mieszkańcom dostępu do dóbr kultury, promocja i upowszechnianie kultury i sztuki oraz jej dokumentowanie, rozwijanie oferty edukacji artystycznej i kulturalnej skierowanej do różnych grup wiekowych i społecznych, podtrzymywanie i wzmacnianie tożsamości oraz tradycji regionalnej.”

– Rolą samorządu wojewódz-

two jest dostrzegać i wspierać wartościowe aktywności i działania organizacji pozarządowych, które wpisują się w nasze statutowe cele i których nigdy nie byłobyśmy w stanie zrealizować, gdyby nie zaangażowanie tysięcy osób pracujących na co dzień w tych organizacjach – tłumaczy marszałek Piotr Całbecki. – Życzę dobrych pomysłów na projekty i gorąco zachęcam organizacje pozarządowe do aplikowania o środki w naszych konkursach.

Samorząd województwa przeznaczy na realizację projektów kulturalnych ponad milion złotych. O wsparcie można aplikować do 12 stycznia do 15.30 za pomocą internetowego generato-

ra wniosków. Ofertę należy złożyć osobiście (w Punkcie Informacyjno-Podawczym UM) lub pocztą na adres: Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego, Departament Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Plac Teatralny 2, 87-100 Toruń.

Opisany konkurs nie jest jedynym ogłoszonym przez samorząd województwa. Więcej informacji o pozostałych zadaniach (związanych np. z rozwiązywaniem problemów alkoholowych, przeciwdziałaniem narkomanii, ochroną i promocją zdrowia oraz rozwiązywaniem problemów seniorów) można znaleźć na stronie www.ngo.kujawsko-pomorskie.pl.

oprac. (ToB)

Edukacja

Uczniowie i nauczyciele wyróżnieni

W połowie grudnia marszałek województwa Piotr Całbecki wręczył nagrody laureatom konkursów edukacyjnych. Wśród wyróżnionych znaleźli się nauczyciele i uczniowie m.in. z Brodnicy, Rypina i Dobrzynia nad Wisłą.

Uroczysta gala konkursowa odbyła się 15 grudnia w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu. Nagrody i wyróżnienia były przyznawane w ramach: IV Wojewódzkiego Konkursu Astronomicznego dla dzieci i młodzieży oraz dwóch konkursów dla pedagogów, dotyczących wykorzystania nowoczesnych narzędzi dydaktycznych.

Konkurs astronomiczny był skierowany do uczniów szkół ze wszystkich poziomów edukacji. Wzięło w nim udział 95 osób z województwa. W kategorii prac indywidualnych „Niebo moich marzeń” (konkurs fotograficzny dla osób w wieku 6-12 lat) trzecie miejsce zajął Maciej Grabowski ze Szkoły Podstawowej nr 1 w Rypinie, a wy-

różnienie otrzymała Zofia Kucińska ze SP nr 1 w Golubiu-Dobrzyniu. Ciekawą pracę badawczą w kategorii „Zgrany astroteam” wykonali reprezentanci Publicznego Gimnazjum w Dobrzyniu nad Wisłą: Michał Górecki, Mateusz Kowalski i Mateusz Kozłowski. Uczniowie odebrali nagrody za trzecie miejsce. W puli upominków były m.in. teleskopy, lornetki oraz sprzęt elektroniczny.

Marszałek wyróżnił też nauczycieli, którzy startowali w konkursie „Opisz! Nagraj! Wygraj! Tablice Interaktywne w nowoczesnej szkole”. Ich zadaniem było przygotowanie prac – we współpracy z uczniami – w wybranych kategoriach: fotoreportaż, reportaż

prasowy, film i słuchowisko. Najlepszy reportaż prasowy przygotowała Alina Grążewska-Czapulak ze Szkoły Podstawowej w Jajkowie (powiat brodnicki). Laureatka za najlepszy projekt otrzymała nagrodę finansową.

Drugi konkurs dla pedagogów „Eksperymentujemy w pracowni przyrodniczej” polegał na przygotowaniu najciekawszego scenariusza zajęć z przeprowadzaniem doświadczenia (z wykorzystaniem czujnika Pasco). Jedną z laureatek została Małgorzata Czaplicka ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Brodnicy, która opracowała scenariusz pt. „Oddychanie jako jedna z cech istot żywych”.

Tomasz Błaszkwicz

Co? Gdzie? Kiedy?

Brodnica

➤ W niedzielę 19 lutego o 17.00 w BDK wystąpi Państwowy Zespół Ludowy Pieśni i Tańca „Mazowsze”. Grupa od lat cieszy się popularnością na całym świecie. Wystąpiła prawie 8000 razy dla łącznie 18 milionów widzów na pięciu kontynentach. „Mazowsze” sięga do narodowych tańców, piosenek i obyczajów. Bilety na koncert kosztują 40 zł i można je nabyć w domu kultury. Patronat nad tym wydarzeniem objął burmistrz Brodnicy Jarosław Radacz.

Wąbrzeźno

➤ W WDK wciąż dostępne są wystawy „Portret Św. Mikołaja” oraz „Kartka świąteczna”, na których eksponowane są prace przygotowane przez przedszkolaków, uczniów szkół podstawowych, ale i dorosłych. Wstęp wolny.

➤ Do końca grudnia wąbrzeska biblioteka prowadzi „Świąteczny Kiermasz Książki”. W siedzibie placówki przy ul. Wolności 38 fani literatury znajdą pozycje dostępne już od złotówki, adresowane zarówno do dzieci, młodzieży, jak i dorosłych.

➤ 14 stycznia w WDK obędzie się kiermasz ubrań pod hasłem „Pierwsze wietrzenie szafy”. Od 14.00 do 18.00 będzie można wymienić, sprzedać lub kupić odzież, buty i dodatki. Po raz pierwszy impreza jest kierowana także do młodych dziewczyn i kobiet +30 w rozmiarach od S do XL oraz do mam. Na imprezie zostanie wydzielona strefa, gdzie panie otrzymają szansę wymiany ubrań dziecięcych i ciążowych. Zapisy są przyjmowane do 10 stycznia w domu kultury.

➤ W poniedziałek 23 stycznia o 17.00 w WDK wystąpi iluzjonista Łukasz Podymski. Bilety w cenie 5 zł do nabycia w kasie instytucji w godz. 12.00-16.00 od 9 stycznia.

➤ 14 lutego do Wąbrzeźna z koncertem walentynkowym przyjedzie wokalistka Teresa Werner. Bliższe informacje pod numerem telefonu 536 940 886.

Rypin

➤ W środę 28 grudnia o 17.00 w sali widowiskowo-kinowej RDK zagra kapela góralska Zbójnicy. Zespół wykona kolędy i pastorałki w ramach koncertu świątecznego „Oj, maluśki, maluśki”. Rozstrzygnięty zostanie też konkurs plastyczny na szopkę bożonarodzeniową. Wstęp wolny.

➤ Rypiński magistrat jak co roku organizuje noc sylwestrową dla mieszkańców. Tegoroczna impreza odbędzie się na placu przy ul. Nowy Rynek. Od 23.00 do 1.00 planowana jest impreza przy muzyce z DJ-em oraz pokaz sztucznych ogni.

➤ Kino Bałtyk podało repertuar na styczeń. W dniach 4-8 stycznia o 16.30 (wersja z dubbingiem) i 19.30 (z napisami) będzie wyświetlany film „Łotr 1. Gwiezdne wojny – historie”. Projekcje są zaplanowane również od 11 do 14 stycznia, ale wyłącznie o 19.30 (z dubbingiem). 11-14 stycznia kino przygotowało propozycję dla dzieci – „Kubo i dwie struny” (o 17.00). W drugiej części miesiąca rypińskie kino pokaże jeszcze: „Zaćmę”, „Szczęście świata”, „Dusi-grosza” i „Aplikację”. Bilety na wszystkie seanse kosztują 12 zł.

Golub-Dobrzyń

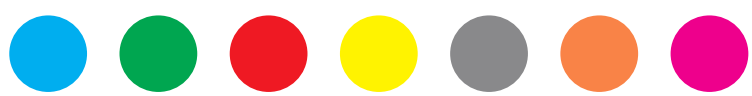
➤ W niedzielę 15 stycznia po raz 25. zagra Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy. Sztab w Golubiu-Dobrzyniu poszukuje wolontariuszy. Osoby, które chcą pomóc, mogą zgłaszać się do domu kultury przy ul. Hallera 13 lub zadzwonić pod nr 56 683 24 08.

➤ W piątek 6 stycznia w DK będzie można zobaczyć musical „Przeznaczenie”, oparty na motywach powieści Wiktora Hugo pt. „Katedra Najświętszej Marii Panny w Paryżu”. Książka została napisana pod wpływem odnalezienia przez autora greckiego napisu „przeznaczenie” na ścianie Katedry Notre-Dame. Prapremiera jest zaplanowana na 12.30, a premiera na 17.30. Bilety w cenie 7 zł są dostępne wyłącznie w przedsprzedaży w sekretariacie domu kultury.

Włocławek

➤ W sobotę 14 stycznia o 17.00 w Teatrze Impresaryjnym przy ul. Wojska Polskiego 13 wystąpi popularny aktor serialowy i teatralny Tomasz Stockinger. We Włocławku zaśpiewa najważniejsze szlagiery polskiego kina przedwojennego. Bilety kosztują od 20 do 40 zł.

oprac. (ToB)



29.12.2016 - 4.1.2017



program

Niedziela 1 stycznia

TVN 22:05

VANILLA SKY

TVP 1



16:05 Ojciec Mateusz

05:30 Telezakupy
06:05 Armia Hitlera na podsluchu - dokumentalny
06:55 Domowe zwierzęki. Dzieki z natury odc. 2 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:40 Weterynarze z sercem odc. 16 - serial
09:15 Grzech Fatmagül odc. 119 - serial
10:15 Jak rozpełtałem II wojnę światową - komedia
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie odc. 145
12:50 Święta od kuchni odc. 17
12:55 Poczta pingwinów na Antarktydzie - dokumentalny
14:05 Grzech Fatmagül odc. 120 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Obserwator - publicystyczny
16:05 Ojciec Mateusz odc. 51 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:55 Święta od kuchni odc. 18
18:10 Jak rozpełtałem II wojnę światową - komedia
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:10 Rajd Dakar
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz odc. 163 - serial
21:20 Sprawa dla reportera - reportaż
22:15 Warto rozmawiać - publicystyczny
23:15 Everest - kulisy wyprawy - dokumentalny

TVP 2



06:00 Rodzinka.pl

06:00 Rodzinka.pl odc. 155 - serial
06:30 Dzika muzyka odc. 27
07:05 M jak miłość odc. 1224 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia odc. 1567 - serial
11:25 Na dobre i na złe odc. 292 - serial
12:20 Tylko z tobą odc. 115 - serial
13:20 Rodzinka.pl odc. 70 - serial
13:45 Rodzinka.pl odc. 71 - serial
14:15 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 20 - reportaż
14:45 Imperium miłości odc. 18 - serial
15:40 Panorama - kraj
15:55 Pogoda - kraj
16:05 M jak miłość odc. 1265 - serial
17:05 Tylko z tobą odc. 116 - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia odc. 1567 - serial
20:05 Barwy szczęścia odc. 1568 - serial
20:40 To właśnie miłość - komedia
23:00 Belfegor - upiór Luwru - horror

tvn



19:50 Uwaga!

05:45 Mango - Telezakupy
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 6 s. 7 - rozrywka
07:50 Doradca smaku odc. 34
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1946
10:55 Ukryta prawda odc. 434 - serial
12:00 Szkoła odc. 176 - serial
13:00 19+ odc. 36 - serial
13:30 Szpital odc. 320 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 4 s. 12 - rozrywka
15:30 Szkoła odc. 177 - serial
16:30 19+ odc. 37 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 435 - serial
18:00 Szpital odc. 321 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4814
20:10 Doradca smaku odc. 35
20:15 Na Wspólnej odc. 2402 - serial
20:55 Kuchenne rewolucje odc. 14 s. 12 - rozrywka
21:55 Los numeros - komedia
23:30 Życie bez wstydu odc. 4 s. 4 - rozrywka

POLSAT



09:00 Malanowski i Partnerzy

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 315 s. 5 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 222 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 223 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 140 s. 3 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 397 - serial
12:00 Poznaj swoje prawa odc. 18 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 437 s. 7 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2405 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 522 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3289
16:30 Na ratunek 112 odc. 26 - serial
17:00 Gliniarze odc. 37 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2406 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 2 - serial
20:05 Hotel Marigold - komediodramat
22:50 Zaginiona - thriller

HITY DNIA



„Farciarz Gilmore”
(1996r.) TV PULS 20:00

Happy Gilmore ma nietatwe zadanie. Jeśli w ciągu 90 dni nie wygra w golfa fortuny, jego babka straci dom. Problem w tym, że Happy nie ma pojęcia o golfie, do tej pory był kiepskim hokeistą.



„Los numeros”
(2011r.) TVN 21:55

Kuba wygrywa na loterii 17 milionów złotych, ale zamiast otrzymać pieniądze, zostaje posądzony o wyłudzenie. Jako że jest policjantem, postanawia dociec prawdy.

7 tvn



13:55 Szpital

05:15 Ukryta prawda odc. 91 - serial
06:15 Szpital odc. 533 - serial
07:15 Sąd rodzinny odc. 118 - serial
08:15 Zagubieni odc. 8 s. 3 - serial
09:15 Magda M. odc. 10 - serial
10:15 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda odc. 180 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 119 - serial
13:55 Szpital odc. 534 - serial
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 143 - serial
15:55 Zagubieni odc. 9 s. 3 - serial
16:55 Gotowe na wszystko odc. 11 s. 3 - serial
17:55 Zaklinaczka duchów odc. 2 s. 3 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 181 - serial
20:00 Totalna magia - komedia
22:15 Sposób na morderstwo odc. 2 s. 2 - serial
23:20 Obłąd - horror

4



19:00 Policjantki i policjanci

06:00 Nieśmiertelny odc. 6 - serial
07:05 Tom i Jerry odc. 7 - dla dzieci
07:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 22 - dla dzieci
08:05 Tom i Jerry odc. 10 - dla dzieci
08:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 25 - dla dzieci
09:00 Strażnik Teksasu odc. 37 - serial
10:00 Dom nie do poznania odc. 264 - rozrywka
11:00 Detektywi w akcji odc. 88 - serial
12:00 Detektywi w akcji odc. 103 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 192 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 88
15:00 Dom nie do poznania odc. 265 - rozrywka
16:00 Po prostu Maria odc. 80 - serial
17:00 Droga do szczęścia odc. 40 - serial
18:00 Detektywi w akcji odc. 89 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 193 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 14 - serial

TV puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 Gwiazdy polskiego kabaretu odc. 38
07:00 Kobra - oddział specjalny odc. 11 s. 20 - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny odc. 12 s. 14 - serial
09:00 Napisala: morderstwo odc. 7 s. 12 - serial
10:00 Napisala: morderstwo odc. 8 s. 12 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 13 s. 14 - serial
12:00 Słodka miłość odc. 23 - serial
13:00 Siła: odnaleźć przeznaczenie odc. 82 - serial
14:00 Kuchenne koszmary Gordona Ramsaya odc. 4 s. 2 - serial
15:00 Gwiazdy lombardu odc. 148 s. 8 - serial
15:30 13. posterunek odc. 40 s. 2 - serial
16:15 13. posterunek odc. 41 s. 2 - serial
17:00 Aukcja w ciemno odc. 16 s. 2 - serial
17:30 Aukcja w ciemno odc. 17 s. 2 - serial
18:00 Gwiazdy lombardu odc. 1 - serial
18:30 Gwiazdy lombardu odc. 2 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 149 s. 8 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 150 s. 8 - serial
20:00 Farciarz Gilmore - komedia
21:45 Służba nie drużba - komedia
23:45 Z archiwum policji odc. 4 - serial

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:05 Informacje kulturalne
08:25 Z Moskwy do Pietuszek z Wiedeniktem Jerofiejewem - dokumentalny
09:20 Wenecja - obyczajowy
11:30 Prządki złota - dokumentalny
12:55 Ludzie za mgłą - dramat
14:40 Pożegnanie z ojczyzną - dokumentalny
15:10 Informacje kulturalne
15:30 Amator - dramat
17:35 Barbara - dramat
19:30 Ziegenort - animowany
19:50 Dzika kraina - animowany
20:20 Artyści odc. 5 - serial
21:20 Pod Mocnym Aniołem - dramat
23:20 Eugenicy - dokumentalny

TVP HISTORIA



14:10 Sensacje XX wieku

06:30 Obiektyw odc. 22
07:00 Ludzie rzeki odc. 9 - dokumentalny
08:05 Święty Augustyn odc. 4 - serial
09:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 88 - reportaż
09:40 Było - nie minęło - kronika zwiadowców historii
10:15 Jeszcze się Polska o nas upomni - dokumentalny
11:15 Gdzie rosną poziomki? - dokumentalny
12:15 Codzienny PRL odc. 30 - reportaż
13:00 Karol. Urodzony, by być księciem odc. 2 - dokumentalny
14:10 Sensacje XX wieku odc. 38
14:35 Sensacje XX wieku odc. 39
15:10 Encyklopedia II wojny światowej odc. 61 - serial
15:40 Dzieci Hitlera odc. 4 - dokumentalny
16:50 Musieli zwyciężyć - dokumentalny
17:45 Wspaniałe stulecie odc. 243 s. 4 - serial
19:00 Sensacje XX wieku odc. 41
19:30 Sensacje XX wieku odc. 40
20:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
20:35 Arka Noego - dokumentalny
21:30 Czas honoru odc. 77 - serial
22:30 Spór o historię odc. 146
23:10 Zabójca z lubieżności - dokumentalny

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:40 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:45 Przygody Mobilków odc. 44 - dla dzieci
09:00 Na zdrowie
09:25 Święty na każdy dzień
09:30 Bioetyczny detektyw odc. 6 - dokumentalny
10:00 Informacje dnia
10:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
11:25 Myśląc o ojczyźnie
11:35 Dusza Tunezyjska - dokumentalny
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Po stronie prawdy - reportaż
13:20 Wizyta duszpasterska u państwa Pietrasik
14:05 Święta za dolara - obyczajowy
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
16:35 Przegląd tygodnika rodzin katolickich "Źródło"
16:40 III Woźnicki Koncert Bożonarodzeniowy
17:25 Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela"
17:30 Okiem kamery - reportaż
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Superksięga odc. 20 - dla dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Głos Polski - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia - publicystyczny
22:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny
23:00 O funduszach Unii Europejskiej - czyli jak być skutecznym odc. 7
23:45 Lusaka - City of Hope - reportaż

TVP 1



14:00 Grzech Fatmagül

06:00 Naród Putina. Dokąd zmierzają Rosjanie? - dokumentalny
07:00 Początki pingwinów na Antarktydzie - dokumentalny
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:35 Astronarium odc. 19
09:15 Grzech Fatmagül odc. 120 - serial
10:10 Jak rozpetalem II wojnę światową - komedia
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie odc. 132
12:50 Święta od kuchni odc. 18
12:55 Młodzi lekarze odc. 2 - serial
14:00 Grzech Fatmagül odc. 121 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Ktokolwiek widział - ktokolwiek wie... odc. 17 - publicystyczny
15:50 Obserwator - publicystyczny
16:15 Święta od kuchni odc. 19
16:25 Puchar Świata - Turniej Czterech Skoczni w Oberstdorfie - skoki narciarskie
16:45 Puchar Świata - Turniej Czterech Skoczni w Oberstdorfie - skoki narciarskie
17:50 Teleexpress
18:00 Puchar Świata - Turniej Czterech Skoczni w Oberstdorfie - skoki narciarskie
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:10 Rajd Dakar
20:20 Pogoda
20:30 Półdark: Wichry losu odc. 8 s. 2 - serial
21:35 Wyścig z czasem - S-F
23:30 Tajemnice hotelu Adlon odc. 5 - miniserial

TVP 2



10:55 Barwy szczęścia

06:00 Rodzinka.pl odc. 156 s. 6 - serial
06:35 Natura się o(d)placa odc. 33 s. 2 - reportaż
07:05 M jak miłość odc. 1225 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia odc. 1568 - serial
11:25 Na dobre i na złe odc. 293 - serial
12:20 Tylko z tobą odc. 116 - serial
13:15 Rodzinka.pl odc. 72 - serial
13:40 Rodzinka.pl odc. 73 - serial
14:10 Ekspres miłosierdzia odc. 13 - reportaż
14:40 Imperium miłości odc. 19 - serial
15:40 Panorama - kraj
15:55 Pogoda - kraj
16:00 Pielgrzymka do miejsc śmiesznych - kabaret Neo-Nówka
17:05 Tylko z tobą odc. 117 - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia odc. 1568 - serial
20:05 Pretty Woman - komedia
22:20 Mów mi mistrzu odc. 4 - rozrywka
23:25 To właśnie miłość - komedia

tvn



08:00 Dzień Dobry TVN

06:50 Kuchenne rewolucje odc. 7 s. 7 - rozrywka
07:50 Doradca smaku odc. 35
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1947
10:55 Ukryta prawda odc. 435 - serial
12:00 Szkoła odc. 177 - serial
13:00 19+ odc. 37 - serial
13:30 Szpital odc. 321 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 5 s. 12 - rozrywka
15:30 Szkoła odc. 178 - serial
16:30 19+ odc. 38 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 436 - serial
18:00 Szpital odc. 322 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4815
20:00 Harry Potter i Komnata Tajemnic - przygodowy
23:20 Uciekający pociąg - sensacyjny

POLSAT



19:30 Świat według Kiepskich

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 316 s. 5 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 224 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 225 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 141 s. 3 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 398 - serial
12:00 Poznaj swoje prawa odc. 19 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 438 s. 7 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2406 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 523 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja odc. 3290
16:30 Na ratunek 112 odc. 27 - serial
17:00 Gliniarze odc. 38 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2407 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 322 - serial
20:05 Uniwersytet Potworny - animowany
22:35 Conan barbarzyńca - fantastyczny

7 tvn



06:15 Szpital

05:15 Ukryta prawda odc. 92 - serial
06:15 Szpital odc. 534 - serial
07:15 Sąd rodzinny odc. 119 - serial
08:15 Zagubieni odc. 9 s. 3 - serial
09:15 Magda M. odc. 11 - serial
10:15 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda odc. 181 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 120 - serial
13:55 Szpital odc. 535 - serial
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 144 - serial
15:55 Zagubieni odc. 10 s. 3 - serial
16:55 Gotowe na wszystko odc. 12 s. 3 - serial
17:55 Zaklinaczka duchów odc. 3 s. 3 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 182 - serial
20:00 Happy Feet: Tupot małych stóp II - animowany
22:10 Vinci - komedia

4!



12:00 Galileo

06:00 Nieśmiertelny odc. 7 - serial
07:05 Tom i Jerry odc. 8 - dla dzieci
07:35 Klub przyjaciół Myszk Miki odc. 23 - dla dzieci
08:05 Tom i Jerry odc. 11 - dla dzieci
08:35 Klub przyjaciół Myszk Miki odc. 26 - dla dzieci
09:00 Strażnik Teksasu odc. 38 - serial
10:00 Dom nie do poznania odc. 266 - rozrywka
11:00 Detektywi w akcji odc. 89 - serial
12:00 Galileo odc. 566
13:00 Policjantki i policjanci odc. 193 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 131
15:00 Dom nie do poznania odc. 1 - rozrywka
16:00 Po prostu Maria odc. 81 - serial
17:00 Droga do szczęścia odc. 41 - serial
17:55 Detektywi w akcji odc. 90 - serial
18:55 Policjantki i policjanci odc. 194 - serial
19:50 Wymakowani odc. 41
20:00 Armia ciemności - horror
22:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 12 - serial
23:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 13 - serial

HITY DNIA



„Harry Potter i Komnata Tajemnic” (2002r.) TVN 20:00

Nowy rok szkolny w Hogwarcie zapowiada się emocjonująco. "Sami Wiecie Kto" nie zamierza oddać władzy. Na ścianie akademii pojawia się napis obwieszczający, że Komnata Tajemnic została otwarta.



„Vinci” (2004r.) TVN 7 22:10

Znany złodziej dzieł sztuki wychodzi z więzienia, by wykonać kolejne zlecenie, którym jest kradzież "Damy z łasiczką" z Muzeum Czartoryskich. Nie wie, że jego współnik pracuje w policji.

puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 Gwiazdy polskiego kabaretu odc. 39
07:00 Kobra - oddział specjalny odc. 12 s. 20 - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny odc. 13 s. 14 - serial
09:00 Napisala: morderstwo odc. 8 s. 12 - serial
10:00 Napisala: morderstwo odc. 9 s. 12 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 14 s. 14 - serial
12:00 Słodka miłość odc. 24 - serial
13:00 Siła: odnaleźć przeznaczenie odc. 83 - serial
14:00 Kuchenne koszmary Gordona Ramsaya odc. 5 s. 2 - serial
15:00 Gwiazdy lombardu odc. 150 s. 8 - serial
15:30 13. posterunek odc. 41 s. 2 - serial
16:15 13. posterunek odc. 42 s. 2 - serial
17:00 Aukcja w ciemno odc. 17 s. 2 - serial
17:30 Aukcja w ciemno odc. 18 s. 2 - serial
18:00 Gwiazdy lombardu odc. 3 - serial
18:30 Gwiazdy lombardu odc. 4 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 151 s. 8 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 152 s. 8 - serial
20:00 6-ty dzień - akcji
22:15 Szakal - sensacyjny

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Nienasyceni odc. 19 - publicystyczny
08:30 Dzieje mistrza Twardowskiego - fantastyczny
10:20 Zakochani w Rzymie - komedia
12:20 Mamma Roma - dramat
14:15 Tugan Sochijew dyryguje Czajkowskiego i Dworzaka - koncert
16:00 Tango libre - obyczajowy
17:50 Poradnik pozytywnego myślenia - komediodramat
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Artyści odc. 6 - serial
21:15 Wstęp do filmu odc. 20
21:25 Delicatessen - komedia
23:15 Gosford Park - komedia

TVP HISTORIA



08:55 Wojciech Cejrowski

06:25 Obiektyw odc. 21
07:00 Tatrzański Park Narodowy - dokumentalny
08:05 Święty Augustyn odc. 5 - serial
08:55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 89 - reportaż
09:30 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
10:05 Arka Noego - dokumentalny
11:20 Mój pierwszy dzień odc. 6
11:55 Mój pierwszy dzień odc. 11
12:25 Errata do biografii odc. 18 - serial
13:05 Skarby Watykanu odc. 2 - dokumentalny
14:05 Sensacje XX wieku odc. 41
14:35 Sensacje XX wieku odc. 40
15:05 Encyklopedia II wojny światowej odc. 62 - serial
15:35 Koło historii odc. 5
16:15 Podróże z historią odc. 17
16:45 Lolek - dokumentalny
17:45 Wspaniałe stulecie odc. 244 s. 4 - serial
19:00 Sensacje XX wieku odc. 2 odc. 6 - dokumentalny
20:30 Torgau 1939-1945, zbrodnie sądu wojennego - dokumentalny
21:35 Czas honoru odc. 78 - serial
22:40 Szerokie tory odc. 123 - reportaż
23:15 Mój przyjaciel wróg - dokumentalny

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:40 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:45 Superksięga odc. 20 - dla dzieci
09:10 Z wędką 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 - publicystyczny
11:25 Głos Polski - felieton
11:35 Syria - w drodze do Damaszku - reportaż
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Słuchajcie uważnie - dramat
13:55 Święty na każdy dzień
14:00 Święty Augustyn - dokumentalny
15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia z Koronką 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. 18 - serial
17:00 Na tropie
17:30 Okiem kamery - reportaż
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 - publicystyczny
19:30 Moja katolicka rodzina odc. 12 - dla dzieci
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 - publicystyczny
22:00 Historia królowej Estery odc. 9 - serial
22:50 W służbie rodzinie - dokumentalny
23:15 Wypalone sumienia - reportaż

HITY DNIA



Oficer wojsk Unii, porucznik Dunbar, ma prawo wyboru miejsca dalszej służby. Na własne życzenie mężczyzna wyrusza do odległego fortu Sedgwick, położonego na terenach należących do Indian.



Jedenastoletni miłośnik kina akcji zostaje przeniesiony w świat ekranowych bohaterów. Chłopiec bierze udział w przygodach filmowego superpolicjanta.

TVP 1



06:15 Bulionerzy odc. 64 - serial
06:40 Bulionerzy odc. 65 - serial
07:10 Las story odc. 27
07:35 Rok w ogrodzie
09:35 Ogród królowej Elżbiety
- dokumentalny
11:45 Święta od kuchni odc. 19
11:55 Sami swoi - komedia
13:20 Nie ma mocnych - komedia
14:55 Kochaj albo rzuć - komedia
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Rolnik szuka żony
odc. 13 s. 3 - rozrywka
18:40 Jaka to melodia?
- teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
19:55 Orędzie noworoczne
prezidenta Rzeczypospolitej
Polskiej Andrzeja Dudy
20:05 Sport
20:15 Rajd Dakar
20:20 Pogoda
20:30 Zatańcz ze mną - komedia
22:25 Szopka w muzeum
23:15 Sylwester z "Jaka to melodia?"
- teleturniej muzyczny

TVP 2



05:40 Królestwo goryli. Walki o tron
- dokumentalny
06:35 M jak miłość odc. 1265 - serial
07:30 Pytanie na śniadanie
10:45 Julie i Julia - komedia
12:55 Sekretne życie gwiazd PRL-u
odc. 1 - serial
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Mariolka prawdę ci powie
odc. 13
15:45 Pretty Woman - komedia
17:50 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:55 Neo-nówka i przyjaciele
19:55 Sylwester z Dwójką
- Zakopane 2016

tvn



05:45 Mango - Telezakupy
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 956
11:00 Na Wspólnej odc. 2400 - serial
11:25 Na Wspólnej odc. 2401 - serial
11:50 Na Wspólnej odc. 2402 - serial
12:25 Top Model odc. 5 s. 6 - rozrywka
13:25 Top Model odc. 6 s. 6 - rozrywka
14:25 Azja Express odc. 4 - rozrywka
15:55 Pluto Nash - komedia
18:00 Kuchenne rewolucje
odc. 14 s. 12 - rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Hello 2017!
#SYLWESTERWARSZAWA

POLSAT



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków
odc. 4 - dla dzieci
08:15 Turbo Fast odc. 13 - dla dzieci
08:45 Jeźdźcy smoków: Na końcu
świata odc. 4 - dla dzieci
09:15 Pan Peabody i Sherman
Show odc. 15 - dla dzieci
09:45 Przygody Kota w butach
odc. 2 - dla dzieci
10:10 Ewa gotuje odc. 252
10:45 Wysmakowani odc. 41
10:55 Stuart Malutki - komedia
12:45 La Bamba - biograficzny
15:00 Jaś Fasola odc. 10 - serial
15:35 10-lecie Kabaretu Skeczów
Męczących
17:50 Świat według Kiepskich
odc. 279 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Sylwestrowa rozgrzewka
20:00 Sylwestrowa Moc Przebojów
2016/2017

7 tvn



05:50 Ukryta prawda odc. 93 - serial
06:55 Mango - Telezakupy
09:00 Przyjaciele odc. 4 s. 4 - serial
09:30 39 i pół odc. 8 s. 2 - serial
10:30 39 i pół odc. 9 s. 2 - serial
11:30 39 i pół odc. 10 s. 2 - serial
12:30 Kochaj i tańcz - komedia
15:00 Zaskoczenia - komedia
17:00 Podróż do wnętrza Ziemi - S-F
19:00 Street Dance - muzyczny
21:05 Street Dance II - muzyczny
22:50 Złap mnie, jeśli potrafisz
- sensacyjny

4



06:00 Legendy Chima
odc. 9 - dla dzieci
06:30 Legendy Chima
odc. 10 - dla dzieci
06:55 Tom i Jerry odc. 9 - dla dzieci
07:30 Klub przyjaciół Myszki Miki
odc. 24 - dla dzieci
07:55 Tom i Jerry odc. 12 - dla dzieci
08:30 Klub przyjaciół Myszki Miki
odc. 27 - dla dzieci
08:55 Wysmakowani odc. 41
09:00 Niezwykła Przygoda Kubusia
Puchatka - animowany
10:35 Policjantki i policjanci
odc. 193 - serial
11:40 Bohater ostatniej akcji
- przygodowy
14:25 Na pewno, być może - komedia
16:40 Wyścig - sensacyjny
19:00 Galileo odc. 568
20:00 Kto pod kim dołki kopie
- przygodowy
22:30 Don Jon - komedia

TV puls



06:00 Niesamowite! odc. 17 - serial
06:30 Niesamowite! odc. 18 - serial
07:00 Taki jest świat odc. 29 s. 2
07:45 Łoś prosto z nieba - komedia
09:25 Życzenie wigilijne Richiego
Richa - dla dzieci
10:55 Grinch: święt nie będzie
- komedia
12:55 Najpiękniejsze baśnie braci
Grimm odc. 14 s. 2
- fantastyczny
14:00 Tańczący z wilkami - western
17:20 Robin Hood: Książę złodziei
- przygodowy
20:00 13. dzielnica
- komedia sensacyjna
21:25 Szalone fabryki polskiej
muzyki! odc. 10 - rozrywka

TVP KULTURA



07:05 Informacje kulturalne
10:35 Informacje kulturalne ekstra
10:55 Pomniki historii odc. 46 - serial
11:10 Informacje kulturalne
12:10 Rock'n'roll i Czerwoni Khmerzy
- dokumentalny
14:10 Bikiniarze - musical
16:30 Debaty 2 Programu PR
i TVP Kultura odc. 8 - debata
17:10 Bestie z południowych krain
- dramat
18:50 Witamy w latach 90.
odc. 4 - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Artyści odc. 7 - serial
21:15 Swobodny jeździec - dramat
23:00 Abba w Studiu 2 - koncert

TVP HISTORIA



06:30 Ginące cywilizacje
odc. 14 - serial
07:35 Jak to działa? odc. 122 - serial
08:05 Był sobie człowiek
odc. 18 - dla dzieci
08:40 Awantura o Basię
odc. 2 - dla dzieci
09:15 Awantura o Basię
odc. 3 - dla dzieci
09:45 Okrasa łamie przepisy odc. 82
10:25 Dziedzictwo i tajemnice
morskiego świata odc. 5
- reportaż
11:30 Karol. Urodzony, by być
księciem odc. 2
- dokumentalny
12:40 Wojownicy czasu
odc. 7 - dokumentalny
13:20 Tajemnice przyrody Biebrzy
- dokumentalny
14:15 Szerokie tory odc. 90 - reportaż
14:50 Lagardere odc. 1- przygodowy
16:40 Spór o historię odc. 144
17:20 Kulig - muzyczny
18:00 Od Sylwestra do Sylwestra
- reportaż
18:30 Nefertiti i zaginiona dynastia
- dokumentalny
20:10 Sami swoi - komedia
22:00 Most na Renie - dramat

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Westerplatte młodych
08:55 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
09:00 Sanktuarium Matki Ubogich
w Banneux - dokumentalny
10:00 Informacje dnia
10:15 Myśląc ojczyzna
10:30 Święty na każdy dzień
10:35 Polski punkt widzenia
- publicystyczny
11:00 Kropelka radości
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Warto zauważyć...
w mijającym tygodniu
- publicystyczny
12:50 Na tropie
13:20 Siódmy sakrament
13:45 Informacje rolne
14:00 Historia królowej Estery
odc. 9 - serial
14:50 Dobrze ześ się Jezu pod
Giewontem narodził
- reportaż
15:30 Plan naszego ojca
odc. 14 - serial
16:00 Informacje dnia
16:10 Zrozumieć święta
- dokumentalny
19:25 Przegląd katolickiego
tygodnika "Niedziela"
- publicystyczny
19:30 Spotkanie z Magdą Buczek
19:45 Modlitwa z telefonicznym
udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Ocalić od zapomnienia
- felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy
Cudownego Obrazu Matki
Bożej Częstochowskiej
na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia

TVP 1



05:55 Bulionerzy

05:55 Bulionerzy odc. 67 - serial
06:30 Słownik polsko@polski
- edukacyjny
07:00 Msza święta z Sanktuarium
Bożego Miłosierdzia
w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:35 Ziarno odc. 605
10:45 Jak to działa? odc. 67
11:15 Zakochaj się w Polsce odc. 12
11:40 Sekrety mnichów odc. 4
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
13:45 Puchar Świata - Turniej
Czterech Skoczn
w Garmisch-Partenkirchen
- skoki narciarskie
14:00 Puchar Świata - Turniej
Czterech Skoczn
w Garmisch-Partenkirchen
- skoki narciarskie
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Blondynka odc. 57 - serial
21:25 Mumia - przygodowy
23:35 Sportowa niedziela

TVP 2



10:30 Rodzinka.pl

05:55 Agnetha - ABBA - a teraz?
- dokumentalny
07:00 Kubuś i przyjaciele
- animowany
08:10 Muppety - komedia
10:00 Rodzinka.pl
odc. 148 s. 6 - serial
10:30 Rodzinka.pl odc. 149 - serial
12:15 Koncert noworoczny z Wiednia
14:00 Familiada - teleturniej
15:30 Na dobre i na złe
odc. 657 - serial
17:25 Rodzinka.pl
odc. 185 s. 9 - serial
18:00 Panorama odc. 2512
18:35 Sport-telegram
18:45 Pogoda odc. 2519
18:55 Julie i Julia - komedia
21:05 To nie tak, jak myślisz, kotku!
- komedia

tvn



19:45 Uwaga!

05:45 Mango - Telezakupy
07:55 Kobieta na krańcu świata
odc. 2 s. 7 - reportaż
08:25 Azja Express odc. 5 - rozrywka
09:45 Złoto dla zuchwałych - wojenny
12:25 Harry Potter i Komnata
Tajemnic - przygodowy
15:40 Listy do M. - komedia
18:00 Ugotowani odc. 6 s. 10
- rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! odc. 4816
20:00 Wojownicze żółwie ninja
- komedia sensacyjna
22:05 Vanilla Sky - thriller

POLSAT



07:35 Jeźdźcy smoków

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:35 Jeźdźcy smoków
odc. 5 - dla dzieci
08:05 Turbo Fast odc. 14 - dla dzieci
08:35 Jeźdźcy smoków: Na końcu
świata odc. 5 - dla dzieci
09:05 Przygody Kota w butach
odc. 3 - dla dzieci
09:40 Piotruś Pan: wielki powrót
- animowany
11:05 Uniwersytet Potworny
- animowany
13:25 Sam w domu
- komedia sensacyjna
15:30 Dirty Dancing - taneczny
17:45 Nasz nowy dom
odc. 63 - rozrywka
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie
odc. 213 - publicystyczny
20:00 Seks, alkohol i książki
- program kabaretu Neo-nówka

7 tvn



08:50 Przyjaciele

05:35 Ukryta prawda odc. 94 - serial
06:45 Mango - Telezakupy
08:50 Przyjaciele odc. 5 s. 4 - serial
09:20 Przyjaciele odc. 6 s. 4 - serial
09:50 Film o pszczołach - animowany
11:50 Święta z zaskoczenia
- dramat obyczajowy
13:40 Fantom - przygodowy
15:45 Zaczarowana
- komedia muzyczna
17:55 Podróż na tajemniczą wyspę
- przygodowy
19:55 Godziny szczytu II - sensacyjny
21:55 Totalna magia - komedia

4



11:50 Galileo

06:00 Legendy Chima
odc. 11 - dla dzieci
06:25 Tom i Jerry
odc. 10 - dla dzieci
06:55 Klub przyjaciół Myszki Miki
odc. 25 - dla dzieci
07:25 Tom i Jerry odc. 13 - dla dzieci
07:55 Klub przyjaciół Myszki Miki
odc. 28 - dla dzieci
08:25 Garfield: Mały kłopot
w wielkich Chinach
- animowany
09:25 Kubuś Puchatek:
Puchatkowego Nowego
Roku - animowany
10:50 Galileo odc. 567
11:50 Galileo odc. 568
12:50 Burzowe tornado - S-F
14:45 Asteriks i Obeliks: Osiedle
bogów - animowany
16:35 Mit - przygodowy
19:00 Galileo odc. 569
20:00 Goście, goście - komedia
22:10 Śmiertelny rejs - horror

TV PULS



07:10 Wojciech Cejrowski

06:00 Taki jest świat odc. 29 s. 2
06:40 Wojciech Cejrowski. Boso
- Teksas odc. 6 - reportaż
07:10 Wojciech Cejrowski. Boso
- Teksas odc. 7 - reportaż
07:55 Wojciech Cejrowski. Boso
- Teksas odc. 8 - reportaż
08:30 Najpiękniejsze baśnie braci
Grimm - fantastyczny
09:40 Grinch: święt nie będzie
- komedia
11:40 Milion na Gwiazdkę - komedia
13:30 Historia Kopciuszka
odc. 6- dla dzieci
15:05 Kochanie, zmniejszyliśmy
siebie - komedia
16:25 Aniołki Charliego
- komedia sensacyjna
18:20 Farciarz Gilmore - komedia
20:00 Hellboy - fantastyczny
22:05 Szakał - sensacyjny

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Informacje kulturalne
07:35 Którędy po sztukę
odc. 27 - publicystyczny
07:50 Docent H. - obyczajowy
08:25 Jeszcze nie wieczór
- komediodramat
10:20 Anna Netrebko - Anna
Wspaniała - dokumentalny
11:15 Koncert noworoczny
z Wiednia - koncert
12:05 Blue Jasmine - dramat
13:55 Nienasyceci
odc. 20 - publicystyczny
16:05 Warszawskie Combo
Taneczne - koncert
17:15 Studio Kultura - Niedziela z...
18:15 Zakochany anioł - komedia
20:05 Pomniki historii odc. 37 - serial
20:20 Artyści odc. 8 - serial
21:25 Drogówka - kryminalny
23:30 TOTART - czyli odzyskiwanie
roзумu - dokumentalny

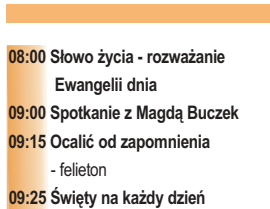
TVP HISTORIA



09:40 Okrasa łamie przepisy

06:30 Ginące cywilizacje
odc. 15 - serial
07:30 Człowiek Boga - dokumentalny
08:35 Czarne chmury odc. 9 - serial
09:40 Okrasa łamie przepisy
odc. 116
10:20 Ludzie rzeki
odc. 10 - dokumentalny
11:25 Skarby Watykanu
odc. 2 - dokumentalny
12:30 Przewodnik historyczny
Bogusława Wołoszańskiego
odc. 13
13:10 Dziką Iberia
odc. 3 - przyrodniczy
14:05 Szerokie tory
odc. 123 - reportaż
14:40 Strachy odc. 1 - serial
16:35 Ex libris
17:05 Most na Renie - dramat
19:10 Ostatnia tajemnica
Romanowów - dokumentalny
20:15 Pan Tadeusz - obyczajowy
22:55 Nefertiti i zaginiona dynastia
- dokumentalny

TRAM



08:00 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
09:00 Spotkanie z Magdą Buczek
09:15 Ocalić od zapomnienia
- felieton
09:25 Święty na każdy dzień
09:30 Mikołaj - chłopiec, który został
świętym - animowany
11:30 Bernadetta Księżniczka
z Lourdes - animowany
12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym
Franciszkiem
12:20 Wieś - to też Polska
14:15 Boże Narodzenie chłopca
stajennego - dla dzieci
16:00 Informacje dnia
16:10 Koncert życzeń
17:00 Tam, gdzie Bóg płacze - serial
17:30 Okiem kamery - reportaż
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
- publicystyczny
19:25 Retrospekcja - publicystyczny
19:30 Jesteśmy katolikami - dla dzieci
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 Cuda Jezusa odc. 27 - serial
22:35 Vatican Magazine
23:05 Jak my to widzimy - z daleka
widać lepiej - publicystyczny
23:35 Mój brat papież - wywiad
23:50 Po cóż są nam święci - serial

HITY DNIA



„Hellboy”
(2004r.) TV PULS 20:00

U schyłku II wojny światowej naziści organizują siły piekieł przeciwko nieprzyjaciolom. Tworzą czerwonoskórego demona. Po latach potwór zaczyna wykorzystywać nadprzyrodzone siły, by pomagać ludzkości.



„Drogówka”
(2013r.) TVP KULTURA 21:25

Historia rozgrywająca się w środowisku policjantów, którzy razem pracują, przyjaźnią się i prowadzą wspólne interesy. Gdy jeden z nich ginie, sierżant Ryszard Król zostaje oskarżony o morderstwo.

TVP 1



06:25 Klan

05:50 Telezakupy
06:25 Klan odc. 3043 - serial
06:50 Nosorożce. Kłątwa magicznego rogu - dokumentalny
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:40 Po prostu zdrowie
09:05 Grzech Fatmagül odc. 121 - serial
10:10 Ranczo odc. 16 - serial
11:05 Złote serce odc. 8 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:55 Dzikie park Yellowstone odc. 1 - serial
13:50 Grzech Fatmagül odc. 122 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Okrasa łamie przepisy odc. 107
16:00 Ojciec Mateusz odc. 52 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej
18:00 Klan odc. 3044 - serial
18:35 Złote serce odc. 9 - serial
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:15 Pogoda
22:10 Chodzi o pieniądze
23:50 Mumia - przygodowy

TVP 2



20:05 Barwy szczęścia

06:05 Rodzinka.pl odc. 157 s. 7 - serial
06:35 Coś dla Ciebie odc. 102 - publicystyczny
07:05 M jak miłość odc. 1226 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
11:10 Barwy szczęścia odc. 1568 - serial
11:40 Na dobre i na złe odc. 294 - serial
12:45 Tylko z tobą odc. 117 - serial
13:45 Rodzinka.pl odc. 74 - serial
14:15 Makłowicz w podróży odc. 153
15:40 Panorama - kraj
15:55 Pogoda - kraj
16:05 Rodzinka.pl odc. 135 - serial
16:30 Rodzinka.pl odc. 136 - serial
17:05 Tylko z tobą odc. 118 - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:35 Kronika Rajdu Dakar 2016 - reportaż
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia odc. 1568 - serial
20:05 Barwy szczęścia odc. 1569 - serial
20:40 M jak miłość odc. 1266 - serial
21:35 Kulisy serialu "M jak miłość" - dokumentalny
21:45 Jedyna szansa odc. 6 - serial
23:00 Pitbull odc. 3 - serial

tvn



19:50 Uwaga!

05:50 Mango - Telezakupy
07:00 Kuchenne rewolucje odc. 8 s. 7 - rozrywka
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1948
10:55 Ukryta prawda odc. 436 - serial
12:00 Szkoła odc. 178 - serial
13:00 19+ odc. 38 - serial
13:30 Szpital odc. 322 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 6 s. 12 - rozrywka
15:30 Szkoła odc. 179 - serial
16:30 19+ odc. 39 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 437 - serial
18:00 Szpital odc. 323 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4817
20:10 Doradca smaku odc. 39
20:15 Na Wspólnej odc. 2403 - serial
20:55 Projekt Lady odc. 4 - rozrywka
21:55 Życie bez wstydu odc. 5 s. 4 - rozrywka
22:55 Podwójne ryzyko - thriller

POLSAT



19:30 Świat według Kiepskich

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 317 s. 5 - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy odc. 226 - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy odc. 227 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 142 s. 3 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 399 - serial
12:00 Poznaj swoje prawa odc. 20 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 439 s. 7 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2407 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 524 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 28 - serial
17:00 Gliniarze odc. 39 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2408 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 431 - serial
20:00 Wysmakowani odc. 42
20:10 Królestwo niebieskie - dramat historyczny
23:30 Uniwersalny żołnierz: Powrót - sensacyjny

HITY DNIA



„Królestwo niebieskie” (2005r.) POLSAT 20:10
XII-wieczna Europa. Kowal Balian w tragicznych okolicznościach traci rodzinę. Krzyżowiec Godfrey z Ibelinu proponuje mu naukę rycerskiego rzemiosła. Wyruszają do Jerozolimy, by bronić Ziemi Świętej.



„Jesteś Bogiem” (2012r.) TVP KULTURA 20:20
W 1998 r. trójka przyjaciół zakłada hip-hopowy zespół Paktofonika. Historia powstawania ich piosenek pozwala odnieść teksty utworów do życia bohaterów i zrozumieć, co znaczący.

7 tvn



14:00 Szpital

05:20 Ukryta prawda odc. 95 - serial
06:20 Szpital odc. 535 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 120 - serial
08:20 Zagubieni odc. 10 s. 3 - serial
09:15 Magda M. odc. 12 - serial
10:25 Mango - Telezakupy
12:00 Ukryta prawda odc. 182 - serial
13:00 Sąd rodzinny odc. 121 - serial
14:00 Szpital odc. 536 - serial
15:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 145 - serial
16:00 Zagubieni odc. 11 s. 3 - serial
17:00 Gotowe na wszystko odc. 13 s. 3 - serial
18:00 Zaklinaczka duchów odc. 4 s. 3 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 183 - serial
20:00 Wehikuł czasu - S-F
22:10 Skazany na śmierć odc. 4 s. 2 - serial
23:20 Wschodnie obietnice - sensacyjny

4



19:00 Policjantki i policjanci

06:00 Nieśmiertelny odc. 8 - serial
07:05 Tom i Jerry odc. 11 - dla dzieci
07:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 26 - dla dzieci
08:05 Tom i Jerry odc. 14 - dla dzieci
08:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 29 - dla dzieci
09:00 Strażnik Teksasu odc. 39 - serial
10:00 Dom nie do poznania odc. 2 - rozrywka
11:00 Detektywi w akcji odc. 90 - serial
12:00 Detektywi w akcji odc. 1 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 194 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 89
15:00 Dom nie do poznania odc. 3 - rozrywka
16:00 Po prostu Maria odc. 82 - serial
18:00 Detektywi w akcji odc. 91 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 195 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 15 - serial
21:00 Big Box Little Box odc. 4 - rozrywka
22:00 Galileo odc. 568
23:00 Galileo odc. 569

puls



10:00 Napisła: morderstwo

06:00 Gwiazdy polskiego kabaretu odc. 40
07:00 Niesamowite! odc. 18 - serial
07:30 Niesamowite! odc. 19 - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny odc. 13 s. 20 - serial
09:00 Kobra - oddział specjalny odc. 14 s. 14 - serial
10:00 Napisła: morderstwo odc. 10 s. 12 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 1 s. 15 - serial
12:00 Słodka miłość odc. 25 - serial
13:00 Siła: odnaleźć przeznaczenie odc. 84 - serial
14:00 Gwiazdy lombardu odc. 151 s. 8 - serial
14:30 Gwiazdy lombardu odc. 152 s. 8 - serial
16:00 Walka o bagaż odc. 1 s. 4 - serial
16:30 Walka o bagaż odc. 2 s. 4 - serial
17:00 Aukcja w ciemno odc. 18 s. 2 - serial
17:30 Aukcja w ciemno odc. 19 s. 2 - serial
18:00 Gwiazdy lombardu odc. 5 - serial
18:30 Gwiazdy lombardu odc. 6 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 153 s. 8 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 154 s. 8 - serial
20:00 Gwiazdy lombardu odc. 7 - serial
20:25 Gwiazdy lombardu odc. 8 - serial
20:55 Gwiazdy lombardu odc. 9 - serial
22:25 Anakonda - thriller

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:05 Informacje kulturalne
08:25 Studio Kultura - Niedziela z... - animowany
09:20 Analiza wzruszeń i rozdrażnień - obyczajowy
09:35 Wielki bieg - dramat
11:30 Crimen odc. 1 - serial
12:40 Riffi po sześćdziesiątce - komedia
14:15 Pięć minut przed gwizdkiem - obyczajowy
15:35 Design odc. 33 - serial
16:10 Informacje kulturalne
17:00 Wielki bieg - dramat
18:50 Peace 'n' Pop odc. 1 - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Jesteś Bogiem - biograficzny
22:30 Tanie dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat odc. 31 - publicystyczny
23:35 Którędy po sztukę odc. 28 - publicystyczny

TVP HISTORIA



19:05 Sensacje XX wieku

06:30 Musieli zwyciężyć - dokumentalny
07:30 Dziobem i pazurem - dokumentalny
08:35 Był sobie człowiek odc. 19 - dla dzieci
09:10 Wojciech Ciejrowski - boso przez świat odc. 89 - reportaż
09:40 Wojownicy czasu odc. 7 - dokumentalny
10:20 Dziewczyny z tamtych lat - dokumentalny
11:10 Wszystko jest możliwe - dokumentalny
12:20 Trędowata - melodramat
14:05 Sensacje XX wieku odc. 2
14:55 Sam przeciw wszystkim... czyli pierwszy wolny związkowiec - dokumentalny
15:35 Spór o historię odc. 86
16:20 Ostatnia tajemnica Romanowów - dokumentalny
17:15 Ex libris
17:45 Wspaniałe stulecie odc. 243 s. 4 - serial
18:45 Flesz historii
19:05 Sensacje XX wieku odc. 1
20:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
20:35 Pacyfik w ogniu odc. 2 - dokumentalny
21:40 Tajemnica twierdzy szyfrów odc. 1 - serial
22:35 Na krawędzi wojny odc. 1 - serial
23:35 Dziwny jest ten świat odc. 2 - reportaż

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 - publicystyczny
11:25 Myśląc ojczyzna
11:35 Narciarski żółtodziób odc. 4 - edukacyjny
11:50 Retrospekcja - publicystyczny
11:55 Święty na każdy dzień
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Nasz fascynujący wszechświat - dokumentalny
13:20 Koncert życzeń
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Sanktuaria polskie - reportaż
16:30 Tydzień z Ziemi Świętej
16:50 Świadkowie - reportaż
17:20 Święty na każdy dzień
17:30 Okiem kamery - reportaż
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Jay Jay Odrzutowiec odc. 13 - dla dzieci
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
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 - publicystyczny
22:00 Stan bezpieczeństwa państwa - publicystyczny
22:10 Głos serca odc. 16 - serial

TVP 1



06:05 Klan

05:30 Telezakupy
06:05 Klan odc. 3044 - serial
06:30 Jaka to melodia? - teleturniej
07:05 Dzikie park Yellowstone odc. 1 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:35 Rok w ogrodzie
09:00 Grzech Fatmagül odc. 122 - serial
10:05 Ranczo odc. 17 - serial
11:05 Złote serce odc. 9 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:55 Dzikie park Yellowstone odc. 2 - serial
13:50 Grzech Fatmagül odc. 123 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Obserwator odc. 67 - publicystyczny
16:00 Ojciec Mateusz odc. 53 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej
18:00 Klan odc. 3045 - serial
18:35 Złote serce odc. 10 - serial
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Rozdarte serca odc. 37 - serial
21:25 Serial fabularny - serial
22:25 Dzień świąt - komediodramat

TVP 2



16:05 M jak miłość

06:00 Rodzinka.pl odc. 158 s. 7 - serial
06:35 Program ekumeniczny
07:05 M jak miłość odc. 1227 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia odc. 1569 - serial
11:35 Na dobre i na złe odc. 295 - serial
12:35 Tylko z tobą odc. 118 - serial
13:35 Rodzinka.pl odc. 75 - serial
14:10 Makłowicz w podróży odc. 154
15:40 Panorama - kraj
15:55 Pogoda - kraj
16:05 M jak miłość odc. 1265 - serial
17:05 Tylko z tobą odc. 119 - serial
18:00 Panorama odc. 2514
18:30 Sport-telegram
18:40 Kronika Rajdu Dakar 2016 - reportaż
18:45 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia odc. 1569 - serial
20:05 Barwy szczęścia odc. 1570 - serial
20:40 M jak miłość odc. 1267 - serial
21:35 Kulisy serialu "M jak miłość" - dokumentalny
21:50 Magazyn Ekspresu Reporterów
22:55 Cyrkowa dynastia - dokumentalny

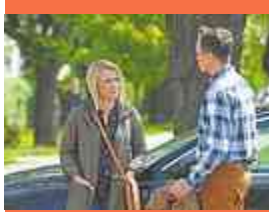
tvn



20:15 Na Wspólnej

05:45 Mango - Telezakupy
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 9 s. 7 - rozrywka
07:50 Doradca smaku odc. 39
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1949
10:55 Ukryta prawda odc. 437 - serial
12:00 Szkoła odc. 179 - serial
13:00 19+ odc. 39 - serial
13:30 Szpital odc. 323 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 7 s. 12 - rozrywka
15:30 Szkoła odc. 180 - serial
16:30 19+ odc. 40 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 438 - serial
18:00 Szpital odc. 324 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4818
20:10 Doradca smaku odc. 40
20:15 Na Wspólnej odc. 2404 - serial
20:55 Gniew oceanu - katastroficzny
23:30 Kuba Wojewódzki odc. 10 s. 10 - rozrywka

POLSAT



18:00 Pierwsza miłość

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 318 s. 5 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 228 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 229 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 143 s. 3 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 400 - serial
12:00 Poznaj swoje prawa odc. 21 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 440 s. 7 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2408 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 525 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 29 - serial
17:00 Gliniarze odc. 40 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2409 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 479 - serial
20:10 Sahara - przygodowy
22:45 Wall Street - pieniądze nie śpi - sensacyjny

7 tvn



14:00 Szpital

05:35 Szpital odc. 536 - serial
06:35 W-11 - wydział śledczy odc. 1113 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 121 - serial
08:20 Zagubieni odc. 11 s. 3 - serial
09:15 Magda M. odc. 13 - serial
10:25 Mango - Telezakupy
12:00 Ukryta prawda odc. 183 - serial
13:00 Sąd rodzinny odc. 122 - serial
14:00 Szpital odc. 537 - serial
15:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 146 - serial
16:00 Zagubieni odc. 12 s. 3 - serial
17:00 Gotowe na wszystko odc. 14 s. 3 - serial
18:00 Zaklinaczka duchów odc. 5 s. 3 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 184 - serial
20:00 Kandydat - thriller
22:50 Sydney - dramat kryminalny

4



19:00 Policjantki i policjanci

06:00 Nieśmiertelny odc. 9 - serial
07:05 Tom i Jerry odc. 12 - dla dzieci
07:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 27 - dla dzieci
08:05 Tom i Jerry odc. 15 - dla dzieci
08:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 30 - dla dzieci
09:00 Strażnik Teksasu odc. 40 - serial
10:00 Dom nie do poznania odc. 4 - rozrywka
11:00 Detektywi w akcji odc. 91 - serial
12:00 Detektywi w akcji odc. 2 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 195 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 90
15:00 Dom nie do poznania odc. 5 - rozrywka
16:00 Po prostu Maria odc. 83 - serial
18:00 Detektywi w akcji odc. 92 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 196 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 16 - serial
21:00 K-19 - sensacyjny
23:55 Śmiertelny rejs - horror

HITY DNIA



Trwa wojna z terroryzmem. W Europie ma dojść do tajnego spotkania amerykańskiego polityka z przywódcą islamskich fundamentalistów.



Wojna w Zatoce Perskiej. Oddział amerykańskich żołnierzy wpada w zasadzkę. Po jakimś czasie ocalałym członkom grupy śnią się koszmarnie nasuwające podejrzenie, że zostali poddani praniu mózgu.

TV puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 Gwiazdy polskiego kabaretu odc. 41
07:00 Niesamowite! odc. 19 - serial
07:30 Niesamowite! odc. 20 - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny odc. 14 s. 20 - serial
09:00 Kobra - oddział specjalny odc. 1 s. 15 - serial
10:00 Napisala: morderstwo odc. 11 s. 12 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 2 s. 15 - serial
12:00 Słodka miłość odc. 26 - serial
13:00 Siła: odnalezienie przeznaczenia odc. 85 - serial
14:00 Gwiazdy lombardu odc. 153 s. 8 - serial
14:30 Gwiazdy lombardu odc. 154 s. 8 - serial
16:00 Walka o bagaż odc. 2 s. 4 - serial
16:30 Walka o bagaż odc. 3 s. 4 - serial
17:00 Aukcja w ciemno odc. 19 s. 2 - serial
17:30 Aukcja w ciemno odc. 20 s. 2 - serial
18:00 Gwiazdy lombardu odc. 10 - serial
18:30 Gwiazdy lombardu odc. 11 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 155 s. 8 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 156 s. 8 - serial
20:00 Obrońca - sensacyjny
21:55 Decydująca gra - thriller
23:50 Piła 6 - horror

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Informacje kulturalne
08:15 Informacje kulturalne ekstra
08:40 Koncert na 707 ulic - krótkometrażowy
09:40 Lekcje pana Kuki - obyczajowy
11:30 Crimen odc. 2 - serial
12:40 Mała sprawa - obyczajowy
13:40 Godzina "W" - dramat
15:10 Design odc. 17 - serial
15:45 Informacje kulturalne
16:50 Lekcje pana Kuki - obyczajowy
20:00 Informacje kulturalne
22:50 Chuligan literacki odc. 36 - publicystyczny
23:30 Przygoda - dramat miłosny

TVP HISTORIA



19:05 Sensacje XX wieku

06:25 Życiorys z celi śmierci - dokumentalny
07:25 Okrasa łamie przepisy odc. 134
07:55 Okrasa łamie przepisy odc. 137
08:30 Był sobie człowiek odc. 20 - dla dzieci
09:05 Wojciech Ciejrowski - bosy przez świat odc. 90 - reportaż
09:35 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
10:15 Ludzie rzeki odc. 10 - dokumentalny
11:20 Polska i świat z historią w tle odc. 2 - reportaż
12:00 Flesz historii
12:20 Koło historii odc. 52
13:00 Pacyfik w ogniu odc. 2 - dokumentalny
14:05 Sensacje XX wieku odc. 1
14:55 Bariera - dokumentalny
15:15 Encyklopedia II wojny światowej odc. 44 - serial
15:50 Na krawędzi wojny odc. 1 - serial
16:50 Gorkie zwycięstwo - dokumentalny
17:45 Wspaniałe stulecie odc. 244 s. 4 - serial
18:40 Klub profesora Tutki odc. 7 - serial
19:05 Sensacje XX wieku odc. 3
20:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
20:35 Wcielenia zła odc. 9 - serial
21:40 Tajemnica twierdzy szyfrów odc. 2 - serial
22:35 Na krawędzi wojny odc. 2 - serial
23:35 Podzielony kontynent - thriller

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:35 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:40 Świadkowie - reportaż
09:10 Świadkowie Jehowy - organizacja fałszywych proroków - dokumentalny
10:00 Informacje dnia
10:15 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej - publicystyczny
10:45 Tydzień z Ziemi Świętej
11:05 Mocni w wierze
11:35 Myśląc ojczyzna
11:45 Chrystus w Biblii i "Kodzie Leonarda da Vinci" - serial
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Zaufaj w Płocku. Przyszłość zaczyna się dzisiaj - koncert
14:10 Głos serca odc. 16 - serial
15:05 Święty Franciszek i brat Leon - dokumentalny
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Jestem mamą odc. 11
16:30 Kalejdoskop młodych - edukacyjny
16:50 Aktualności akademickie WSKSiM
17:00 Piękno kołody odc. 2 - reportaż
17:30 Okiem kamery - reportaż
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
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 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 - publicystyczny
22:00 Targ niewiniątek - dramat

HITY DNIA

**„Czerwona linia”
(2013r.) POLSAT 21:00**

W metrze w Los Angeles dochodzi do wybuchu. Pociąg wykołcił się w tunelu. Pasażerowie, którzy przeżyli katastrofę, wkrótce odkrywają, że nie był to zwykły wypadek, a najgorsze ma dopiero nadejść

**„Podwójne ryzyko”
(1999r.) TVN 20:55**

Libby Parsons, oskarżona o zabójstwo męża i skazana na 10 lat więzienia, prosi przyjaciółkę, aby zaopiekowała się jej synem. Angie decyduje się adoptować chłopca, po czym wraz z nim znika.

TVP 1



18:00 Klan

05:25 Teleshopping
06:05 Klan odc. 3045 - serial
06:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
07:05 Dzikie park Yellowstone odc. 2 - serial
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:40 Moda na rodzinę odc. 28 - edukacyjny
09:05 Grzech Fatmagül odc. 123 - serial
10:10 Ranczo odc. 18 - serial
11:05 Złote serce odc. 10 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Magazyn rolniczy
12:55 Rusty, król kangurów - dokumentalny
13:45 Puchar Świata - Turniej Czterech Skoczni w Innsbrucku - skoki narciarskie
14:00 Puchar Świata - Turniej Czterech Skoczni w Innsbrucku - skoki narciarskie
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:00 Klan odc. 3046 - serial
18:35 Złote serce odc. 11 - serial
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Kovak Box - thriller
22:20 Magazyn śledczy Anity Gargas
22:50 Film dokumentalny
23:55 Mgła - horror

TVP 2



10:55 Barwy szczęścia

05:40 Licencja na wychowanie odc. 95 - serial
06:30 Rodzinka.pl odc. 159 s. 7 - serial
07:05 M jak miłość odc. 1228 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia odc. 1570 - serial
11:35 Na dobre i na złe odc. 296 - serial
12:40 Tylko z tobą odc. 119 - serial
13:40 Rodzinka.pl odc. 76 - serial
14:10 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 21 - reportaż
15:40 Panorama - kraj
15:55 Pogoda - kraj
16:05 M jak miłość odc. 1266 - serial
17:05 Tylko z tobą odc. 120 - serial
18:00 Panorama odc. 2515
18:30 Sport-telegram
18:40 Kronika Rajdu Dakar 2016 - reportaż
18:45 Pogoda odc. 2522
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia odc. 1570 - serial
20:05 Barwy szczęścia odc. 1571 - serial
20:40 Na sygnale - serial
21:10 Na sygnale - serial
21:45 Salon piękności - komedia
23:45 Szkoła dla zaciętych - dokumentalny

tvn



20:15 Na Wspólnej

05:45 Mango - Teleshopping
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 10 s. 7 - rozrywka
07:50 Doradca smaku odc. 40
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1950
10:55 Ukryta prawda odc. 438 - serial
12:00 Szkoła odc. 180 - serial
13:00 19+ odc. 40 - serial
13:30 Szpital odc. 324 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 8 s. 12 - rozrywka
15:30 Szkoła odc. 181 - serial
16:30 19+ odc. 41 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 439 - serial
18:00 Szpital odc. 325 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 4819
20:10 Doradca smaku odc. 1
20:15 Na Wspólnej odc. 2405 - serial
20:55 Podwójne ryzyko - thriller

POLSAT



19:30 Świat według Kiepskich

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 319 s. 5 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 230 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 231 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 144 s. 3 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 401 - serial
12:00 Poznaj swoje prawa odc. 22 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 441 s. 7 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2409 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 526 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 30 - serial
17:00 Gliniarze odc. 41 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2410 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 23 - serial
20:05 Świat według Kiepskich odc. 270 - serial
20:40 Mąż idealny - komedia
22:50 Sekspedycja - komedia

7 tvn



14:00 Szpital

05:15 Ukryta prawda odc. 96 - serial
06:20 Szpital odc. 537 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 122 - serial
08:20 Zagubieni odc. 12 s. 3 - serial
09:15 Magda M. odc. 14 - serial
10:25 Mango - Teleshopping
12:00 Ukryta prawda odc. 184 - serial
13:00 Sąd rodzinny odc. 123 - serial
14:00 Szpital odc. 538 - serial
15:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 147 - serial
16:00 Zagubieni odc. 13 s. 3 - serial
17:00 Gotowe na wszystko odc. 15 s. 3 - serial
18:00 Zaklinaczka duchów odc. 6 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 185 - serial
20:00 Afera naszyjnikowa - dramat historyczny
22:25 Kryminalni odc. 4 s. 8 - serial
23:40 Ranczer w kosmosie - obyczajowy

4



19:00 Policjanci i policjanci

06:00 Nieśmiertelny odc. 10 - serial
07:05 Tom i Jerry odc. 13 - dla dzieci
07:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 28 - dla dzieci
08:05 Tom i Jerry odc. 16 - dla dzieci
08:35 Klub przyjaciół Myszki Miki odc. 31 - dla dzieci
09:00 Strażnik Teksasu odc. 41 - serial
10:00 Dom nie do poznania odc. 6 - rozrywka
11:00 Detektywi w akcji odc. 92 - serial
12:00 Detektywi w akcji odc. 3 - serial
13:00 Policjanci i policjanci odc. 196 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 91
15:00 Dom nie do poznania odc. 7 - rozrywka
16:00 Po prostu Maria odc. 84 - serial
18:00 Detektywi w akcji odc. 93 - serial
19:00 Policjanci i policjanci odc. 197 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 17 - serial
22:55 Wyspa Cienia - horror

TV puls



10:00 Napisala: morderstwo

06:00 Gwiazdy polskiego kabaretu odc. 42
07:00 Niesamowite! odc. 20 - serial
07:30 Niesamowite! odc. 21 - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny odc. 15 s. 20 - serial
09:00 Kobra - oddział specjalny odc. 2 s. 15 - serial
10:00 Napisala: morderstwo odc. 12 s. 12 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 3 s. 15 - serial
12:00 Słodka miłość odc. 27 - serial
13:00 Siła: odnaleźć przeznaczenie odc. 86 - serial
14:00 Gwiazdy lombardu odc. 155 s. 8 - serial
14:30 Gwiazdy lombardu odc. 156 s. 8 - serial
16:00 Walka o bagaż odc. 3 s. 4 - serial
16:30 Walka o bagaż odc. 4 s. 4 - serial
17:00 Aukcja w ciemno odc. 20 s. 2 - serial
17:30 Aukcja w ciemno odc. 21 s. 2 - serial
18:00 Gwiazdy lombardu odc. 12 - serial
18:30 Gwiazdy lombardu odc. 13 - serial
19:00 Gwiazdy lombardu odc. 157 s. 8 - serial
19:30 Gwiazdy lombardu odc. 209 s. 11 - serial
20:00 Spartakus: Krew i piach odc. 1 - serial
21:00 Spartakus: Krew i piach odc. 2 - serial
22:05 1408 - horror

TVP KULTURA



07:00 Teledyski

07:00 Teledyski
07:20 Afisz kulturalny kulturalny
07:50 Studio Kultura - rozmowy
08:00 Informacje kulturalne
08:15 Wydarzenie aktualne - reportaż
08:50 Tamań - nowele filmowe
09:40 U pana Boga za piecem - komedia
11:30 Crimen odc. 3 - serial
12:40 Koniec wakacji - dramat
14:10 Prawo Archimedesesa - dramat psychologiczny
15:35 Design odc. 34 - serial
16:10 Informacje kulturalne
16:30 Tanie dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat odc. 31 - publicystyczny
17:15 U pana Boga za piecem - komedia
20:00 Informacje kulturalne
22:15 Informacje kulturalne ekstra
22:35 Jajo węża - dramat

TVP HISTORIA



14:00 Sensacje XX wieku

06:25 Gorzkie zwycięstwo - dokumentalny
07:35 Ludzie rzeki odc. 11 - dokumentalny
08:40 Był sobie człowiek odc. 21 - dla dzieci
09:15 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 91 - reportaż
09:45 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
10:25 Dwieście lat Parku Narodowego - dokumentalny
11:20 Pasteur nad Wisłą - rzecz o profesorze Hilarym Koprowskim - dokumentalny
11:55 Orsza - wspomnienie o Stanisławie Broniewskim - reportaż
12:15 Spór o historię odc. 74
12:55 Wcielenia zła odc. 9 - serial
14:00 Sensacje XX wieku odc. 3
14:50 Ścieżki pamięci odc. 10 - serial
15:10 Encyklopedia II wojny światowej odc. 45 - serial
15:40 Na krawędzi wojny odc. 2 - serial
16:40 Ojczyzna myśli mojej - dokumentalny
17:40 Wspomnienia stulecia odc. 245 s. 4 - serial
18:35 Ścieżki pamięci odc. 9 - serial
18:55 Sensacje XX wieku odc. 4
19:50 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
21:20 Flesz historii
21:45 Tajemnica twierdzy szyfrów odc. 3 - serial
23:45 5 dni wojny - dramat

TRAM

08:00 Informacje dnia
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:40 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:45 Każdy maluch to potrafi
09:00 Kalejdoskop młodych - edukacyjny
09:30 Aktualności akademickie WSKSiM
09:35 Sanktuaria polskie - reportaż
09:55 Święty na każdy dzień
10:00 Audycja Generalna Ojca Świętego Franciszka z Watykanu
11:10 Po cóż są nam święci - serial
11:25 Myśląc ojczyzna
11:35 Bezdolność to nie stracone życie - reportaż
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
13:30 Czwarty mędrzec - religijny
14:00 Odkupienie - western
15:50 Pytasz i wiesz
16:00 Informacje dnia
16:10 Na zdrowie - poradnikowy
17:00 Po stronie prawdy - reportaż
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Przygody Mobilków odc. 45 - dla dzieci
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
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 - publicystyczny
22:00 Bałwany - obyczajowy

HOROSKOP

Koziorożec (22.12-19.01)

Dobry wpływ planet sprawi, że nie będziesz miał najmniejszych trudności z porozumieniem się z otaczającymi cię ludźmi. Masz przed sobą wspaniałe szanse osiągnięcia znacznych korzyści.

Wodnik (20.01-18.02)

Czeka cię sporo pracy. Jeśli jednak jesteś wytrwały, możesz liczyć na duży sukces. Należysz do pilnych i obowiązkowych pracowników? Pogratuluj sobie, bo wszystko będzie się świetnie układać.

Ryby (19.02-20.03)

Kariera zawodowa rysuje się w optymistycznych barwach. Jeśli potrzebujesz pomocy, zwróć się do starego znajomego. W sferze uczuć możliwe, że zazdrość będzie głównym motywy twojego postępowania.

Baran (21.03-20.04)

Wiele może się zdarzyć. Niewykluczone, że otrzymasz awans lub propozycję zajęcia się czymś znacznie ciekawszym niż dotychczas. A może zmienisz pracę? W sferze zawodowej spodziewaj się sukcesów.

Byk (21.04-21.05)

Pewna tymczasowość, która towarzyszy ci już od jakiegoś czasu, nie przestanie dokuczać i teraz. Dlatego możliwe, że zaczniesz wymagać od partnera więcej, niż może ci dać. Spasuj z oczekiwaniami.

Bliznięta (22.05-20.06)

Problemy, które teraz cię spotykają, w rezultacie wyjdą ci na dobre. Rozwój sytuacji będzie wymagał od ciebie wiele taktu i dyplomacji, bacz więc, by nie dać się ponieść emocjom. Zemsta najlepiej smakuje na zimno.

Rak (21.06-22.07)

W nadchodzących dniach nie powinieneś zbyt dużo pracować. Stres, zła dieta, ciągły brak czasu, chęć zarobienia dodatkowych pieniędzy mogą wpędzić cię w depresję. Bezwzględnie polecany jest ruch.

Lew (23.07-22.08)

Wszelkie decyzje podejmowane pod wpływem chwili mogą okazać się zgubne w skutkach, zwłaszcza jeśli dotyczą twojego życia zawodowego. Wszystko dobrze przeanalizuj i dopiero potem działaj.

Panna (23.08-22.09)

W pracy wszystko zacznie się układać. Nawet jeśli działać będziesz trochę inaczej niż zwykle, nie powinno cię to peszyć ani zatrzymywać w połowie drogi. Jeśli zechcesz zmienić pracę, możesz liczyć na ciekawą propozycję.

Waga (23.09-23.10)

Wszystkie plany i projekty mają teraz szanse realizacji. Nawet te najbardziej ostrożne. Na szczególne szczęście liczyć możesz po poniedziałku. Będzie to czas miłych spotkań towarzyskich.

Skorpion (24.10-21.11)

Kondycja ostatnio niezbyt ci dopisuje i dość łatwo się męczysz. Chyba już najwyższy czas zacząć czynnie uprawiać jakiś sport. Zmobilizuj się, a zobaczysz, że zaraz poczujesz się lepiej i fizycznie, i psychicznie.

Strzelec (22.11-21.12)

Twe myśli krążyć będą wokół spraw materialnych. Uważaj jednak, aby pomysły nie odbiegały od rzeczywistości. Energie kosmiczne, którym ulegasz, sprzyjają fantazji, nierealnym marzeniom, złej ocenie sytuacji.



Dobrze zjeść

Danie przygotowane na zajęciach praktycznych przez uczniów klasy III Technikum Żywności i Usług Gastronomicznych Zespołu Szkół we Wroniu

PIECZONA GRUSZKA W CIEŚCIE FRANCUSKIM

Składniki:

- 1 opakowanie ciasta francuskiego
- 3 goździki
- 1 jajko
- pół łyżeczki cynamonu
- 4 gruszki
- 350 ml wody
- 100 g cukru
- 1 gorzka czekolada

Sposób wykonania:

Gruszki umyć, obrać ze skórki pozostawiając ogonki. Do garnka wlać wodę, wsypać cukier, przyprawić, zagotować. Do syropu

włożyć gruszki i chwilę gotować. Owoce pozostawić w płynie do ostygnięcia.

Ciasto francuskie pociąć na paski szerokości około 1 cm. Gruszki wyjąć z wywaru, osuszyć. Paskami ciasta francuskiego owijać gruszki i posmarować rozłożonym jajkiem.

Gotowe gruszki układać w naczyńiu żaroodpornym. Piec w piekarniku nagrzanym do 200 stopni około 12 min.

Czekoladę rozpuścić w kąpielu wodnej i udekorować nią talerz.

Smacznego!



KSENIA BOROWSKA

P O G O D A

	DZIEŃ	NOC	
CZW. 29.12.16	temperatura: 3 °C opady: 0 mm ciśnienie: 1040 hPa wiatr: 9 km/h	-1 °C 0 mm 1038 hPa 11 km/h	
PT. 30.12.16	temperatura: 2 °C opady: 0 mm ciśnienie: 1036 hPa wiatr: 13 km/h	-1 °C 0 mm 1030 hPa 15 km/h	
SOB. 31.12.16	temperatura: 1 °C opady: 0 mm ciśnienie: 1029 hPa wiatr: 13 km/h	-2 °C 0 mm 1021 hPa 15 km/h	
NIEDZ. 1.1.17	temperatura: 0 °C opady: 0 mm ciśnienie: 1019 hPa wiatr: 17 km/h	-3 °C 0 mm 1022 hPa 22 km/h	
PN. 2.1.17	temperatura: 2 °C opady: 3 mm ciśnienie: 1014 hPa wiatr: 20 km/h	-2 °C 5 mm 1018 hPa 22 km/h	
WT. 3.1.17	temperatura: 0 °C opady: 0 mm ciśnienie: 1030 hPa wiatr: 15 km/h	-2 °C 0 mm 1025 hPa 14 km/h	
ŚR. 4.1.17	temperatura: 0 °C opady: 1 mm ciśnienie: 1020 hPa wiatr: 30 km/h	-2 °C 2 mm 1022 hPa 33 km/h	

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

Eugeniusz (1871-1954), geograf	▼	Człowiek prowadzący badania	▼	Bezbarwny gaz palny	▼	Ogół członków jakiejś grupy	▼	Ptaka z rzędu mew-siewek	▼	Muzyka młodzieżowa	▼	Pomocnik, zwolennik, poplecznik	▼	Odpowiednik greckiej Eos	▼
Starszy kelner	15					Stolica Rosji	▶								
Nadmuchiwany w namiocie	11									Ozdobny szeroki pas naszywany na taśmę		Statek o napędzie atomowym			
Miejscowość w Holandii						Ryba z rodziny pielęgnicowatych	▶			8	3				
▶	14		10						Josip Broz (1892-1980)			6			
Wielograniec		Stolica Turcji	9		Dawniej: fanatyk, maniak		Mówca	▶							13
▶										Zasięg czegoś ustalonego, przyjętego			2		
								7							
Członek zespołu jazzowego		Dawniej: opat			Członek organizacji harcerskiej		Wulkan na Sycylii			Miasto w Izraelu		Skóry z tchórza		Kochanka Nerona	
Częsta forma krateru	▶								5			Kobieta stworzona z żebra Adama	▶		
Poronienie								Ptaka z rzędu mew-siewek	▶						
Ocalenie	▶											Statek żaglowy jednomasztowy	▶		
Stado wilków														4	
▶									Angielskie imię żeńskie; polska Alicja	▶					

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

SUDOKU

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

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

Walcząc z bakteriami i wirusami

ZDROWIE ➤ Obecna pora roku sprzyja przeziębieniom. Wielu z nas zapada też na wyjątkowo nieprzyjemną gripę jelitową czy żołądkową. Jak można sobie ulżyć?



Apteczne półki uginają się od rozmaitych preparatów, które od razu mają poprawić nasze samopoczucie. Kiedy mamy zatłoczony nos, możemy sięgnąć po te z chlorowodorkiem ksylo-metazoliny, oksymetazoliny. Ale uważa!

– Takie produkty stosujemy maksymalnie przez tydzień. Używanie ich dłużej grozi tzw. katarrem chronicznym, którego leczenie jest bardzo uciążliwe i czasochłonne – przestrzega farmaceutka Agata Torsz-Folaron z Apteki Pharma-Land.

Popularne wśród pacjentów są substancje pseudoefedryczne w postaci chlorowodoru i maleinianu feniraminu. Występują one w połączeniu z lekami przeciwgorączkowymi, mają postać np. proszku do rozpuszczania w gorącej wodzie. Działają an-

tyhistaminowo, hamują przekrwienie i obrzęk błon śluzowych, hamują odruch kichania. Dzięki nim łatwiej nam będzie oddychać, a łzawienie oczu nie będzie tak bardzo uciążliwe. Jak każdy lek, ten z maleinianem feniraminu może u niektórych wywołać objawy niepożądane. Będą to najczęściej senność, brak koncentracji, zaburzenia widzenia, zatrzymanie moczu. Szczególną ostrożność przy przyjmowaniu preparatów z tą substancją czynną powinni zachować pacjenci z nadciśnieniem tętniczym. Nie podaje się ich również dzieciom do 6 lat ani matkom karmiącym czy kobietom w ciąży.

– Bezpieczne dla każdego i skuteczne są domowe metody, czyli inhalacje z dodatkiem olejków: eukaliptusowego, sosnowego, rozmarynowego – poleca

farmaceutka Barbara Kurlikowska. – W aptece znajdziemy też sporo preparatów roślinnych, ale by działały, należy przyjmować je regularnie i nieco dłużej niż zwykłe produkty.

W walce z gorączką sprawdzą się popularny paracetamol. Pamiętajmy jednak, że w ciągu doby nie należy przyjmować więcej niż 4000 mg. Ibuprofen, oprócz działania przeciwgorączkowego, wykazuje również przeciwzapalne – hamuje syntezę prostaglandyn.

Większość dorosłych pamięta czasy, kiedy produktów na półkach było o wiele mniej niż obecnie i wtedy bardzo popularny w domowej terapii był kwas acetylosalicylowy. Oczywiście jego skuteczność nie zmieniła się na przestrzeni lat, ale przyjmując go pamiętajmy o dwóch rzeczach. Po pierwsze, drażni przewód pokarmowy, więc tabletki łykamy po jedzeniu. Po drugie, nie stosuje się go u dzieci poniżej 12 roku życia, a to ze względu na możliwość wystąpienia groźnego zespołu Reye'a (upośledzenie działania wątroby, układu nerwowego i innych narządów).

Kaszel – suchy czy mokry?

Choć reklamy przekonują nas, że istnieją cudowne prepa-

raty leczące jednocześnie kaszel suchy i mokry, nie jest to zgodne z prawdą. Jeśli by tak było, ich działanie musiałoby się wykluczać. Bo przy kaszlu suchym lek ma blokować odruch kaszlu, a w mokrym – wręcz przeciwnie, pobudzać organizm do odkaszczania wydzieliny.

Jak odróżnić kaszel suchy od mokrego? – Ten pierwszy jest tzw. nieproduktywny, czyli nie towarzyszy mu odkrztuszanie wydzieliny. Występuje np. przy zapaleniu krtani czy gardła, pacjent odczuwa drapanie w gardle. Tu polecamy preparaty z deksametofanem, które są bezpieczniejsze od tych z kodeiną – mówi Kurlikowska. – Działanie przeciwkaszlowe wykazują też surowce roślinne zawierające słuzy. Łagodzą, osłaniają drogi oddechowe. Zaliczamy do nich liść babki, korzeń i liść prawoślazu, kwiat i liść ślazu, liść podbiału.

Przy kaszlu mokrym leki ułatwiają rozrzedzenie i wydalanie zalegającej wydzieliny. Tu sprawdza się chlorowodorek ambroksolu.

Gdy wirusy atakują układ pokarmowy

Przez wirusówkę rozumiemy gripę jelitową, żołądkową. Towarzyszą jej wymioty, biegunka,

ogólne osłabienie. Podstawową metodą leczenia jest po prostu nawodnienie organizmu, w aptece znajdziemy duży wybór produktów służących do tego. Niektóre zawierają też bakterie wspomagające leczenie biegunk. O przywrócenie prawidłowej flory bakteryjnej, która skuteczniej broni nasz organizm przed infekcjami, zdabają probiotyki zawierające *Lactobacillus rhamnosus* GG i *Saccharomyces boulardii*.

Powinniśmy bardzo ostrożnie stosować typowe leki przeciwbiegunkowe u dzieci czy młodzieży. Popularny preparat dostępny bez recepty potrafi wstrzymać perystaltykę w młodym organizmie i wyrządzić szkody.

– Lekami na topie są te zawierające w swoim składzie inozylny pranobeks, działające przeciwwirusowo. Ale nie stosujemy ich przy zwykłej wirusówce. Polecałabym je w chorobach wirusowych o ciężkim przebiegu, dla osób o obniżonej odporności – dodaje Kurlikowska.

Przeciwbiegunkowo działają też owoce borówki czerwonej, kora dębu czy kłącze pięciornika kurze ziele.

(aba), fot. internet

Region

Po marzenia i tytuł najpiękniejszej

28 i 29 stycznia w toruńskim hotelu Mercure zostaną przeprowadzone castingi do konkursu Miss Regionu Kujawsko-Pomorskiego 2017.

Konkurs Miss Polski odbywa się już od ponad 25 lat. Od dwóch lat licencjonowanym organizatorem regionalnego etapu na terenie naszego województwa jest firma Bellini. Pierwsze eliminacje ruszają już na poziomie regionalnym, następnie zwyciężczynie z regionów, wicemiss i dziewczyny z zieloną kartą biorą udział w ćwierćfinale, a potem w półfinale. Wyłonione w ten sposób finalistki rozpoczynają zmagania o tytuł najpiękniejszej Polki.

– Podejmujemy inicjatywę upowszechniania nowego wizerunku piękna, nie tylko kobiety zadbanej, ale też aktywnej, kreatywnej, zainteresowanej rozwijaniem pasji i działaniem na rzecz własnego środowiska lokalnego – tłumaczy Emilia Zielińska, prezes zarządu firmy Bellini.

Casting dla całego województwa odbędzie się w Toruniu w Hotelu Mercure 28 i 29 stycznia 2017

roku, w godzinach: 10.00-17.00. Pierwszego dnia mogą zgłaszać się kandydatki z Bydgoszczy, Grudziądza i powiatów: bydgoskiego, grudziądzkiego, nakielskiego, sępoleńskiego, tucholskiego, świeckiego, chełmińskiego, wąbrzeskiego i brodnickiego.

W niedzielę 29 stycznia organizatorzy zapraszają dziewczęta z Torunia, Włocławka i powiatów: toruńskiego, włocławskiego, żnińskiego, inowrocławskiego, mogileńskiego, radziejowskiego, aleksandrowskiego, lipnowskiego, rypińskiego oraz golubsko-dobrzyńskiego.

Jeśli kandydatki z danego powiatu nie mogą pojawić się w wyznaczonym dniu, mogą wybrać ten termin, który im pasuje.

Na casting należy zabrać ze sobą: sukienkę koktajlową, dwuczęściowy kostium kąpielowy, buty na wysokim obcasie, dowód osobisty lub legitymację szkolną. W konkursie mogą wziąć udział bezdzietne

i niezamężne kobiety w wieku 18-27 lat, posiadające obywatelstwo polskie lub kartę pobytu. Zgłoszenia są przyjmowane do 15 stycznia za pomocą formularza: www.misskujawskopomorskie.pl/zgloszenia.

– Finalistki nie tylko przeżyją wspaniałą przygodę, ale mogą poznać ciekawych ludzi, uczestniczyć w warsztatach i szkoleniach – dodaje Zielińska. – Biorą udział w pokazach, w sesjach fotograficznych, w zgrupowaniu w atrakcyjnym miejscu. W kolejnej edycji finalistki będą miały aż dwa zgrupowania. Pierwsze w Opolu, a tuż przed samym finałem na Zamku Golubskim. Udział w konkursie z pewnością może zmienić życie dziewczyn.

Regulamin konkursu znajduje się pod adresem: www.misskujawskopomorskie.pl/regulamin Gala finałowa odbędzie się 8 kwietnia w Centrum Kultury Browar B. we Włocławku.

Tomasz Błaszkiwicz

CASTING

MISS REGIONU
KUJAWSKO-POMORSKIEGO

Zapraszamy wszystkie panny w wieku od 18 do 27 lat
Hotel Mercure Toruń Centrum,
Toruń, ul. Kraszewskiego 1/3

Sobota - 28.01.2017 r.
godz. 10.00 - 17.00

Niedziela - 29.01.2017 r.
godz. 10.00 - 17.00

Warunki udziału i formularz zgłoszeniowy na www.misskujawskopomorskie.pl/zgloszenia
Zgłoszenia należy wysłać do 15.01.2017 r.

/misskujawskopomorskie
 /miss_kujawskopomorskie

Sprawdź również nasze portale internetowe !

 **GOLUB-CGD.PL**

**DODAWANIE
OGŁOSZEŃ
DROBNYCH**

 **WABRZEZNO-CWA.PL**

**UMIESZCZENIE
SWOJEJ REKLAMY**

 **BRODNICA-CBR.PL**

**KOMENTOWANIE
ZAMIESZCZONYCH
MATERIAŁÓW**

 **LIPNO-CL I . PL**

UTWORZENIE BLOGA

 **RYPIN-CRY.PL**

**TYGODNIOWO
NOTUJEMY 70 Tys.
ODSŁON**

**TO TU ZNAJDZIEJSZ NAJLEPSZE
INFORMACJE Z TWOJEGO
REGIONU !!!**



Kolorowanki dla dzieci



Wyślij z komórki ogłoszenie do naszych tygodników

1. Wpisz w telefonie komórkowym dowolnej sieci SMS z treścią ogłoszenia. Zaczniij od podania prefiksu AF.CBR (ogłoszenie do Tygodnika Regionu Brodnickiego CBR), 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 lub CBR).
 6. Na ogłoszenia do wydania czwartkowego czekamy do poniedziałku do godz. 24.00.
 7. Jeden SMS oznacza jednorazową emisję ogłoszenia.
- Szczegółowy regulamin wysyłania i publikowania ogłoszeń przez SMS dostępny jest na stronie internetowej www.GOLUB-CGD.PL

Postaw na lekkość

PORADY ▶ Przed nami szaleństwo sylwestrowej nocy. Oprócz wyjątkowego stroju konieczna jest wystrzałowa fryzura. Co możemy zrobić, gdy okaże się, że wszystkie fryzjerki są już zajęte?

Sylwestrowa zabawa to jedyna taka noc w roku. Każda z pań chce wyglądać odświętnie, nie-tuzinkowo, szalowo. Większość z nas oddaje się w ręce fryzjera, a ci w tym okresie przeżywają prawdziwe obłożenie. Zdarza się, że obdzwonimy wszystkie zakłady w okolicy i, niestety, kłops. Nikt nie ma już wolnego terminu, a my zostajemy z wystrzałową kreacją i bałaganem na głowie. Jak sobie poradzić w takiej sytuacji?

– W tym sezonie modna jest lekkość, zwiewność i naturalność – mówi Michalina Pawlik z salonu fryzjerskiego „U Misi” w Brodnicy. – Fale są na topie. Modne są lekkie upięcia, nie jakieś mocne stylizacje, ale z odrobiną szaleństwa. Chyba że będzie to impreza tematyczna, wtedy wpinamy we włosy dodatkowe ozdoby.

Co zatem możemy zrobić same? Jak radzi fryzjerka, im bardziej naturalnie tym lepiej. Unikajmy przesadnej stylizacji z dużą ilością żelu lub lakieru do włosów.

– Owszem te kosmetyki są wskazane, ale w małych ilościach

– mówi Michalina Pawlik. – Używamy ich tylko tyle, by utrwalić fryzurę, jej upięcie. Jak je wykonać? Polecam zajrzeć do internetu. Teraz jest bardzo dużo filmików na You Tube, więc śmiało z nich korzystajmy. Są tam różne, krótkie rozwiązania, czasem bardzo pomysłowe sposoby, jak efektownie upiąć fryzurę. Najważniejsze, żeby włosy były czyste i wypiełgnowane. To będzie zawsze wygrywało w takich sytuacjach awaryjnych.

Zatem prostota, zwiewność, lekkość i klasyka. A gdzie szaleństwo? Przecież to jedyna taka noc w roku.

– Polecam brokat, delikatnie, nie róbmy pasm, a jedynie lekką poświatę, tak by włos się mienił ale nie był przeciążony – radzi fryzjerka. – Oczywiście Sylwester to szaleństwo, więc nie bójmy się tego. Może być odważnie, ale fryzura musi też pasować do całej stylizacji. Ja polecam tzw. efekt motyla. Jeśli mamy np. chabrową sukienkę, zakupmy zmywalną piankę w tym kolorze i na grzywe lub jednym paśmie włosów zaszalejmy z tą barwą. Odważniejsze

panie mogą zmienić kolor całych włosów. Ale wtedy tym bardziej postawmy na prostotę fryzury.

A panowie? Czy oni mogą i czy też szaleją? Okazuje się, że tak.

– Panowie robią różne wzorki i przedziałki. Zaczęli o siebie dbać, ale oni muszą skorzystać z wizyty u fryzjera. Chyba że ich druga połowa ma talent fryzjerski i zajmie się tym co mają na głowie – mówi fryzjerka.

O włosy trzeba dbać, zwłaszcza zimą i po nocnych zabawach.

– Po sylwestrowej nocy zazwyczaj kładziemy się w takiej fryzurze spać, a to nie służy naszemu włosom. – mówi fryzjerka. – Wtedy zalecam po dokładnym ich umyciu, nałożenie na pół godziny maski. Świetne są profesjonalne ponieważ, mają wszystkie niezbędne składniki. My w zakładzie wykonujemy zabiegi i można z nich skorzystać. Najlepiej przyjść do salonu na diagnostykę. Po karnawałowych szaleństwach, po zimie zapraszamy do nas.

Celina Nałęcz
Fot. (nał), internet



W DROGERIACH DOSTANIEMY ZMYWALNE PIANKI DO WŁOSÓW Z RÓŻNYCH FIRM W SZEROKIEJ GAMIE KOLORÓW



DO WYKONANIA EFEKTOWNEGO UPIĘCIA PRZYPADAJĄ SIĘ SPECJALNE GĄBKIE I SPINKI, KTÓRE MOŻEMY KUPIĆ W DROGERII



PROSTOTA, LEKKOŚĆ, LOKI I EFEKT MOTYLA W JEDNYM



ODWAŻNIEJSZE PANIE MOGĄ POSTAWIĆ NA CZERWIEN



DEKORACYJNA OPASKA POZWOLI UJARZMIĆ FRYZURĘ

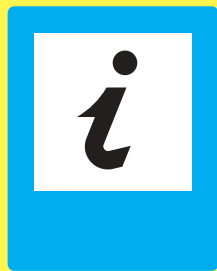


DO CHABROWEJ CZY NIEBIESKIEJ SUKNI IDEALNY BĘDZIE NIEBIESKI KOLOR WŁOSÓW



FALE I LOKI MOŻEMY WYKONAĆ SAME LOKÓWKĄ





INFORMATOR DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU GOLUBSKO-DOBZYŃSKIEGO



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

Agroturystyka
Agroturystyka U Lucyny, Handlowy Młyn 20, tel. 724 365 793
Agroturystyka na Pojezierzu Brodnickim, smażalnia Skarlanka, Gaj Grzmięca 45, tel. 721 181 247
Auto Moto
auto handel / komisy
F.H.U. Nowatek auto-handel skup, stan dowolny sprzedaż zamiana Szychowo 35, tel. 514 342 906
DAMAR - auta sprowadzane z Niemiec - komisy, transport, ul. Sikorskiego 4, Brodnica, tel. 660 466 986
Auto Handel-Komisy skup i zamiana, Marek Wiśniewski, ul. Lidzbarska 10B, Brodnica, tel. 603 858 933
części i akcesoria
Części i akcesoria sam. U Małgosi, Małgorzata Salach, Golub-Dobrzyń, ul. Kościuszki 31, 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
W.Wróblewski Sklep motoryzacyjny, lakiery samochod., akc. lakiernicze, tel. 505 042 177
Radmat Sklep motoryzacyjny, części i naprawa rowerów, tel. 726 235 076
FUH Belczyński Spraye, lakiery, kosmetyki, samochodowe, farby śnieżka, emulsje, tel. 516 123 663
U Adama Sklep motoryzacyjny ul. Świerkowa 8, tel. 566 833 784
Auto części AiR ul. Tulipanowa 14, tel. 664 490 951
Sklep motoryzacyjny, wymiana oleju MOTO-OIL Diag. komputer, wymiana opon, klimatyzacja, naprawy bieżące, tel. 602 199 314, ul. Dziewanowskiego 22
AUTO-ZARĘBSKI Części i akcesoria samochodowe ul. Szosa Rypińska 32A, 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, 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 Wrocki, tel. 601 656 616
Wulkanizacja kompleksowo – GABAR Wrocki, 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 – PŁACIMY NAJWIĘCEJ – Odbiór gratis, gotówka! 54 280 2990
K. Bieganowski Skup aut gotówka, tel. 601 917 253
stacje kontroli pojazdów
J. Stuczynski; ul. Szosa Rypińska 30A, tel. 603 606 489, Golub-Dobrzyń.

J. Stuczynski; ul. Brodnicka 23, tel. 603 606 489, Kowalewo Pom.
Okręgowa stacja kontroli pojazdów AUTO-ZARĘBSKI, ul. Szosa Rypińska 32A, tel. 56 683 50 57
Okręgowa stacja kontroli pojazdów ul. Sokołowska 23 (naprzeciwko targowiska) tel. 887 508 100, 666 879 762
stacje paliw
Stacja paliw LOTOS – GABAR Wrocki, tel. 56 683 69 66
Stacja Paliw Orlen - Frydrychowo 56, tel. 56 684 18 62
usługi
Pomoc drogowa – autoholowanie – GABAR Wrocki, tel. 663 007 096
Transport, usługi ładowarką – GABAR Wrocki, 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,
Gawrońscy - legalizacja tachografów cyfrowych, ul. Młeczarska 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, tel. 695 912 114, facebook.com/karkongd
Usługi hydrauliczno - 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, sucho 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, tel. 693 481 013

Firanex pomiar wystrój i aranżacja okien w domu klienta, G-D, Plac 1000 lecia 13b, tel. 516 126 855
Firanex pomiar wystrój i aranżacja okien w domu klienta, Kowalewo Pom., ul. Chopina 7, tel. 504 700 913
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, tel. 532 524 082, 532 524 099
Dom weselny KARDAMON - wesela, imprezy okolicznościowe, Małe Pułkowo 36, tel. 884 885 090
Zajazd Złota Podkowa Wrocki - 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 Czarnołucka-Krzemińska, projektowanie, nadzorowanie, doradztwo inwestycyjne, 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 „Wróblek” - , 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), 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, 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, 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, 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 Wrocki - hotel, restauracja, tel. 601 913 928
Motel Przy Stacji - Frydrychow 56, tel. 56 684 18 62
Półwysep Wądzyn - Hotel, restauracja, tel. 667 652 205
Komputery / IT
serwisy
Komputery, sprzedaż, serwis, kasy fiskalne, terminale płatnicze, programy insert, 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
JK Centrum Serwisowe, telefony, komputery, nawigacje, konsole, Kowalewo Pom., pl. 700-lecia 2, tel. 537 811 711

**POLE
REKLAMOWE
EXTRA**

**ZADZWOŃ
608 688 587**

**POLE
REKLAMOWE
EXTRA**

**ZADZWOŃ
608 688 587**

**POLE
REKLAMOWE
EXTRA**

**ZADZWOŃ
608 688 587**

**POLE
REKLAMOWE
EXTRA**

**ZADZWOŃ
608 688 587**

**POLE
REKLAMOWE
EXTRA**

**ZADZWOŃ
608 688 587**

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

Osrodki szkolenia kierowców

Paradziński OSK, ul. Mostowa 1A, 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, mały przemo- we, ruszta betonowe dla trzody i bydła, Dulsk. tel. 501 291 755

Marcinkowscy gospodarstwo szkółkarskie. 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, 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 karpioatych, 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. 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 OLKOPU) 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 tel. 606 148 049

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

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

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

Agromax - Autoryzowany sprzedawca kato- wickiego holdingu węglowego, Brodnica, tel. 56 498 23 39

Węglopol, skład węgla, Kamionka 17, tel. 609 092 360

Sport i rekreacja

aktywny wypoczynek

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

fitness / aerobic

Klub X-Fitness - idealne miejsce dla kobiet, zadba- 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. 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. tel. 608 516 205

STELA-MAR Sklepy rowerowo-sportowe. Rowery, części, akcesoria serwis. Artykuły sportowe, Wąbrzeźno, ul. Gen. Sikorskiego 8. 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, tel. 600 261 092

usługi

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

Surowce / skupy

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

Olej opałow 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, tel. 730 015 103

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

Usługi

inne

Zakład usług pożarniczych Adam Suliński. tel. 788 888 622

Dorabianie kluczy, ostrzenie noży, nożyczek, maszynek. ul. Mieckiewicza 2. tel. 502 683 025

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

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

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

kamieniarstwo

Kamieniarstwo Witold Feitek, nagrobki, pomi- ki, grobowce, ul. Brodnicka 21 Kowalewo Pom. 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 zawo- dowi, kat C, C+E, D - kierowcy prowadzący pod wpływem alkoholu, przekroczenie punktów kar- nych - operator wózków i maszyn budowlanych. Poradnictwo i konsultacje psychologiczne.

Sklep medyczny Adam-Med artykuły ref. przez NFZ, sprzęt ortopedyczny i rehabilita- cyjny, środki pomocnicze, ul. Równinna 5, tel. 514 696 255

SZKOŁY DLA DOROSŁYCH

NABÓR ZIMOWY DO:

NIEPUBLICZNEGO LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE

po ZSZ, gimnazjum

lub 8-letniej szkole podstawowej

Informacje i zapisy do 30 stycznia 2017r.:

-sekretariat CKD (I piętro) pok.29

w budynku Gimnazjum

im. Ignacego Działyńskiego,

ul. Szkolna 37, 87-400 Golub-Dobrzyń

tel. 56 682-03-01, 513-188-802

SZKOŁY POSIADAJĄ UPRAWNIENIA SZKÓŁ PUBLICZNYCH

CZĘŚCI UŻYWANE Z AUT NIEMIECKICH FRANCUSKICH I WŁOSKICH



ul. Tulipanowa 14

87-400 Golub-Dobrzyń

tel. 664 490 951

Sprzedaż węgla

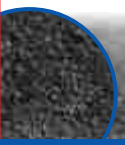
EKOGRosZEK

MIAŁ Węglowy

Niska spiekalność

Sprawdzona jakość w kotłach

"KARKON - ZAPOROWICZ"



695 912 114

883 673 400

ul. Szosa Rypińska 50

Rabaty dla klientów posiadających nasze kotły

SIEMIENIK

KLIMATYZACJA

WULKANIZACJA

SERWIS OPON

tel. 56 683 30 17

SPROSTOWANIE

„W związku z artykułem p. Celine Nałęcz, który ukazał się w czwartek, 24.11.2016r. w tygo- dniku CGD pt. „Jeszcze jest nadzieja”, na podstawie art. 31 a ust. 1 i art. 32 pkt 1 w związku z art. 12 pkt 1 ust. 1 ustawy z dnia 26.01.1984r. Prawo prasowe, żądam sprostowania niepraw- dziwych treści zawartych w tekście. Już w pierwszym zdaniu autorka zadając pytanie „Pani syn, który został pobity przez policję w 2015 roku”, podaje czytelnikom nieprawdziwą infor- mację, jednoznacznie stwierdzając fakt pobicia przez policjantów. Postępowanie prowadzone przez Prokuraturę Rejonową w Golubiu-Dobrzyniu wykazało, że funkcjonariusze w trakcie przeprowadzonej interwencji w sierpniu 2015 roku użyli środków przymusu bezpośredniego zgodnie z prawem. Prokuratorska ocena działań policjantów została zakończona, wydaniem prawomocnego postanowienia o umorzeniu postępowania. Postanowienie to uprawomocniło się w styczniu 2016 roku, a zażalenie przysługujące w tej sprawie nie zostało złożone. Pro- kurator ocenił, iż działania policji były zgodne z prawem. Niestety, fakt ten został pominięty przez autorkę artykułu, a tym samym nie został przekazany czytelnikom, co w istotny sposób wypacza stan faktyczny.

Komendant Powiatowej Policji w Golubiu-Dobrzyniu insp. Dariusz Borowiec

Zgodnie z prawem prasowym do powyższego sprostowania autorka odniesie się w kolejnym numerze

Centrum Kształcenia Dorosłych

Zaprasza:

Dzieci, młodzież oraz osoby dorosłe

na naukę języka angielskiego i języka niemieckiego.

Planowany termin rozpoczęcia 23 stycznia 2017r.

Zajęcia odbywać się będą w budynku Gimnazjum im. Ignacego Działyńskiego w G-D

Informacje i zapisy sekretariat

Centrum Kształcenia Dorosłych

ul. Szkolna 37 (I piętro) pok.29

ckd@gog.pl, www.ckd.drl.pl

tel. 56 682 03 01, 513-188-802

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

ORZECHEWSCY

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



KamPio

FPHU „KamPio”

mgr Kamila Krzemińska

Działyń 58, 87-645 Zbójno

tel. kom. 661 054 084

e-mail: krzemkam@poczta.fm

Przygotowujemy:

wesela, przyjęcia, stypy,

imprezy okolicznościowe,

ciasta i torty na zamówienie

Dekoracja sal weselnych, catering



DAMPOL

SKŁAD OPAŁU

508 173 746

MAŁKI 71

WĘGIEL WYKOPANY POLSKI I ZAGRANICZNY

GROSZEK

MIAŁ

ORZECHEK

EKOGRosZEK

KOSTKA

WĘGIEL BRUNATNY

DUŻO CIEPŁA ZA PRZYSTĘPNĄ CENĘ dampol-malki.pl



Reklama w informatorze

zadzwoń

662 061 331

Mikołaj z prezentami

SZAFARNIA ▶ Stowarzyszenie Szansa dla Szafarni i okolic zaprosiło dzieci do miejscowej świetlicy na spotkanie z mikołajem

Świetlica wypełniona była po brzegi milusińskimi i ich rodzicami. Na dzieci czekało wiele atrakcji, które poprowadziły elfy – między innymi strojenie choinki własnoręcznie przygotowanymi ozdobami, konkursy i tańce. Imprezę uświetnił występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Płonnem pod opieką Dawida Stachowskiego. Przygotowane przez nich jasełka przypominały wszystkim tematykę świąt.

Organizatorzy przygotowali również niespodziankę dla dzieci, jaką było wizyta ulubionej postaci z bajki – Elzy. Ci najgrzeczniejsi wyczekiwali przybycia mikołaja z prezentami.

– W tym roku imprezie towarzyszył cel charytatywny – opowiada Dorota Blumkowska. – Wszystkie dzieci przyłączyły się do zbierania plastikowych nakrętek, aby wesprzeć rehabilitację Krystianka, który wraz z bratem i rodzicami uczestniczył w zabawie.

(szyw)
fot. nadesłane



JASEŁKA PRZYGOTOWALI UCZNIOWIE ZE SZKOŁY PODSTAWOWEJ W PŁONNEM



IMPREZĘ ZORGANIZOWAŁO STOWARZYSZENIE SZANSA DLA SZAFARNI I OKOLIC



WĘGIERSK ▶ Spotkanie świąteczne strażaków

W sobotę 17 grudnia w świetlicy w Węgiersku odbyło się do-
roczne spotkanie wigilijne strażaków OSP z miasta i gminy Golub-
Dobrzyń. Druhowie obejrzeni jasełka w wykonaniu uczniów Szkoły
Podstawowej w Węgiersku, podzielili się opłatkiem oraz rozmawiali
o minionym roku i planach na najbliższy czas. Gośćmi uroczystości
byli samorządowcy – starosta Andrzej Okrucński, wójt Marek Rył-
owicz oraz burmistrz Mariusz Piątkowski i Danuta Malecka wicebur-
mistrz Golubia-Dobrzynia.

Tekst i fot. (pw)

REKLAMA

POŻYCZKA GOTÓWKOWA



NOWA FORMUŁA
TANIEJ POŻYCZKI
WYSTARCZY
DOWÓD OSOBISTY

Zapraszamy:
Golub-Dobrzyń
ul. Pod Arkadami 16
☎ 56 491 91 71



Partner

RRSO 9,5%

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 9,5%, całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów): 14 000 zł, całkowita kwota do zapłaty: 16 047,78 zł, oprocentowanie nominalne: 4,9%, całkowity koszt kredytu: 2047,78 zł (w tym: prowizja: 893,62 zł (6%), odsetki: 1154,16 zł), 36 równych, miesięcznych rat w wysokości 445,71 zł. Kalkulacja została dokonana na 11.11.2016 r. na reprezentatywnym przykładzie. Ostateczne warunki kredytowania zależą od wiarygodności kredytowej Klienta, daty wypłaty kredytu oraz daty płatności pierwszej raty. Oprocentowanie 4,9% w skali roku dotyczy kwoty Pożyczki do 15 000 zł. W przypadku Pożyczki na kwotę wyższą niż 15 000 zł środki powyżej 15 000 zł oferowane są na warunkach standardowych. Z promocyjnej oferty cenowej mogą skorzystać osoby, które nie mają Pożyczki w Alior Banku. Pożyczkę na dowód mogą otrzymać osoby uzyskujące dochody m.in. z umowy o pracę, umowy-zlecenia lub umowy o dzieło. Maksymalna kwota Pożyczki na dowód wynosi 200 000 zł. Szczegóły promocji w regulaminie dostępnym w placówkach i na www.aliorbank.pl.

Marzą o wydaniu książki

KOWALEWO POMORSKIE ➤ Grupa uczniów z Zespołu Szkół im. Lecha Wałęsy bierze udział w konkursie „Misja książka!”, którego stawką jest możliwość wydania własnej, drukowanej książki. Pomóżmy im oddając głos na stronie organizatorów

– Nasza książka opowiada historię sześciorga uczniów, którzy zostają wytypowani do uratowania ich magicznego świata – mówi Ilona Dec. – Zaczęłam ją pisać jeszcze jako uczennica gimnazjum w Golubiu-Dobrzyń. Był to sposób na odreagowanie kontuzji, której doznałam podczas zajęć sportowych. Wszystkie swoje myśli, przeżycia opisywałam w tej właśnie opowieści, dodawałam im trochę magii i tak znajdowały swoje miejsce. Kiedy zaczęłam naukę w technikum w Kowalewie, poznałam przyjaciół, którzy teraz pomogli mi dokończyć tę powieść. Mieli świetne pomysły, dzięki nim dopracowałam i ulepszyłam książkę. W trakcie jednej z burzy mózgów wpadłam na pomysł, że narysuję bohaterów. I tak w trakcie pisania odkryłam w sobie nową pasję. Mam nadzieję, że książka wzbudzi zainteresowanie. Bardzo nam zależy, aby chociaż dostać się do Top 50. Wówczas nasza powieść zostałaby oceniona przez eksper-

tów.

Swoją udział w zmaganiach o wydanie własnej powieści zgłosiło pięcioro uczniów z kowalewskiej szkoły: Ilona Dec, Paweł Matczak, Bartosz Błaszczewicz, Michał Łęgowski i Dominik Dąbrowski. Organizatorami konkursu są portale Ridero, wolnelektury.pl oraz Fundacja Nowoczesna Polska, zaś honorowy patronat sprawuje Minister Edukacji Narodowej. Głosować można do 15 stycznia 2017 roku na stronie https://ridero.eu/pl/books/lux_pugnae-swiatlo-walki/. „Misja książka!” to ogólnopolski turniej literacki, w którym kilkusobowe zespoły uczniów szkół ponadpodstawowych współzawodniczą ze sobą w tworzeniu własnej książki. Młodzi autorzy, z pomocą i wsparciem nauczyciela – opiekuna drużyny, piszą opowiadania i projektują książkę od pierwszej do ostatniej strony w inteligentnym systemie wydawniczym Ridero. Jak podkreślają organizatorzy, konkurs ma na celu roz-

wijanie kreatywności i talentów literackich, wzbudzenie zainteresowania procesem powstawania książki oraz zachęcanie do pracy zespołowej.

Czym jest Ridero? To system wydawniczy dla niezależnych autorów. Platforma Ridero pozwala autorom w ciągu kilku minut bezpłatnie przekształcić tekst (np. plik Worda) w prawdziwą książkę w formacie elektronicznym lub książkę gotową do druku, z możliwością jej sprzedaży w księgarniach internetowych. Po włosku słowo „ridero” oznacza „będę się śmiać”. Jak akcentują twórcy platformy, pisanie książki może być dla autora ciężką pracą, lecz dzięki Ridero proces przekształcenia tekstu w gotową książkę i rozpowszechniania jej wśród czytelników staje się szybki, łatwy i przyjemny. Ridero umożliwia autorowi skupienie się na tym, co najważniejsze, tj. twórczym i starannym przygotowaniu tekstu.

Krzysztof Zaniewski

Gmina Golub-Dobrzyń

Warto się uczyć

W Szkole Podstawowej im. św. Jana Pawła II w Lisewie zakończyła się realizacja projektu pn. „Warto się uczyć”. Objął 40 uczniów, którzy poszerzyli swoją wiedzę i zainteresowania.



Projekt rozpoczął się w połowie sierpnia i trwał do 15 grudnia. W tym czasie 40 uczniów z klas IV-VI brało udział w zajęciach klubów edukacyjnych. Był to m.in. klub literata oraz klub logika. W październiku i listopadzie odbyły się również warsztaty plastyczne, na których uczestnicy przygotowali ozdoby na kiermasz świąteczny, zapoznając się z różnymi technikami plastycznymi. Na warsztatach

multimedialnych mogli podnieść swoje umiejętności informatyczne. Cel główny projektu, tj. poszerzenie wiedzy i zainteresowań dzieci, został osiągnięty. Milusińscy przyswoili nowe wiadomości, nabyli umiejętności oraz odkrywali i rozwijali swoje talenty. Projekt został dofinansowany z środków województwa kujawsko-pomorskiego.

(pw)

fot. nadesłane

REKLAMA

PÓŁNOC NIERUCHOMOŚCI

Kupuj Sprzedawaj Wynajmuj z Profesjonalistami

Od stycznia kompleksowo także Kredyty mieszkaniowe i hipoteczne

W ofercie wszystkie banki

Północ Nieruchomości o/Rypin

ul. Mławska 29

87-500 Rypin

www.polnoc.pl/rypin

Tel : 575 655 290 : 291

PÓŁNOC FINANS

REKLAMA

Już dziś zarezerwuj sobie miejsce na najlepsze zajęcia w powiecie....TRAMPOLINY

SPARTAN CROSS

KLUB DOBREJ FORMY

UL. LIPNOWSKA 21

TEL. 575 644 421

Tydzień Uśmiechu i Tolerancji

CIECHOCIN ▶ 16 grudnia społeczność Szkoły Podstawowej w Ciechocinie wraz z zaprzyjaźnionymi szkołami świętowała finał Tygodnia Uśmiechu i Tolerancji pod hasłem „Życie nie po to jest, by brać...”



Od 1 września do grudnia Szkoła Podstawowa im. Oskara Kolberga w Ciechocinie realizuje projekt w ramach Rządowego programu wspomagania w latach 2015-2018 organów prowadzących szkoły w zapewnieniu bezpiecznych warunków nauki, wychowania i opieki w szkołach. Jego celem jest wzmacnianie pożądanych zachowań, postaw wśród uczniów, uściślenie działań na rzecz profilaktyki, kształtowanie otwartości i budowanie pozytywnego klimatu szkoły oraz zakup wyposażenia niezbędnego do prowadzenia tych działań.

Dzięki projektowi, szkoła została wyposażona m.in. w radiowęzeł, który został wykorzystany nie tylko do realizacji działań projektu, ale także na potrzeby codziennego funkcjonowania szkoły. Odbyły się działania związane z edukacją dzieci w zakresie szeroko pojętego bezpieczeństwa, m.in. przeciwpożarowego, na drodze do i ze szkoły, korzy-

stania z internetu oraz z udzielania pierwszej pomocy. Dzieci spotkały się z przedstawicielami PSP, komendy powiatowej policji, ratownikami medycznymi oraz lekarzem. Spotkania z psychologiem, konsultantami z Kujawsko-Pomorskiego Centrum Edukacji Nauczycieli z Torunia odbyli również rodzice i nauczyciele. Projektowi towarzyszyły działania związane ze zrozumieniem emocji i kształceniem pożądanych zachowań. Opracowano Kodeksy Klasowe, Szkolną Kartę Zasad Dobrego Zachowania, był Tydzień Bez Przemocy, wybrano Królową i Króla Uprzejmości.

Jednym działań w ramach realizacji projektu był Tydzień Uśmiechu i Tolerancji, który został zapoczątkowany Dniem Uśmiechu. Była to śmiechoterapia podczas wszystkich przerw z udziałem czerwonych nosków klauna. Dzieci z projektu „ERASMUS+” i innowacji pedagogicznej przygotowały stoisko z ko-

lorowymi bączkami, a jedna z przerw wzbogacona była dodatkową taneczną atrakcją przygotowaną przez rodzica. Wtorek był Dniem Życzliwości, podczas którego uczniowie wręczali sobie identyfikatory z serduszkami i pozytywnymi komunikatami. „Rozśpiewana Środa” była Dniem Przyjaźni. Na przerwach uczniowie prezentowali najpiękniejsze piosenki. W czwartek było kolorowo i folkowo. Szkoła mieniła się od kolorowych spódnic, serdaczków, koralików i chust. Podczas przerw można było dać upust swoim emocjom w trakcie tańców ludowych pod okiem nauczyciela. W piątek 16 grudnia miał miejsce uroczysty Finał Tygodnia Uśmiechu i Tolerancji pod hasłem „Życie nie po to jest, by brać...”, będący zarazem dniem kończącym projekt. Uczestniczyli w nim uczniowie, nauczyciele, rodzice szkoły oraz dzieci niepełnosprawne ze Szkoły Podstawowej im. Bohaterów Września ze Świątosła-

wia, Szkoły Podstawowej im. Tadeusza Kościuszki w Nowogrodzie, ze Szkoły Podstawowej im. mjr Henryka Sucharskiego w Mazowszu oraz Iwona Wieczorkowska, mieszkanka naszej gminy. Dzień rozpoczęło od warsztatów plastycznych na terenie szkoły. Każda klasa wraz z gośćmi przygotowała fragment koła tolerancji, w którym zamieściła skojarzenia za pomocą symboli i słów poznanych podczas Tygodnia Uśmiechu i Tolerancji. Dalsza część uroczystości odbyła się w świetlicy wiejskiej w Kujawach. Po przemówieniu dyrektora szkoły, klasa IV zaprezentowała scenkę rodzajową „Etykietę zostaw sprzedawcy”, którą wprowadziła widzów do koła wartości składających się na tolerancję. Przedstawiciele klas z wychowawcami prezentowali efekty plastyczne koła tolerancji. Pojawiło się wiele symboli i słów, wartości, które powinny nam w życiu towarzyszyć, m.in.: serce jako symbol zgody, dobro-

ci, miłości, uśmiech, życzliwość, szacunek, akceptacja, wyrozumiałość, pomocna dłoń dla potrzebujących. Uczniowie klasy VI przedstawili scenkę „Tolerancja w naszej szkole”, klasa V „Tolerancja wobec osób starszych”. Po czym widzowie wysłuchali piosenek o przyjaźni śpiewanych przez dzieci z najmłodszych klas. Wiele emocji dostarczył taniec związany z odrzuceniem przez społeczeństwo osoby chorej, niepełnosprawnej. „Wózek to nie koniec świata” mówiła Iwona Wieczorkowska, w trakcie rozmowy z uczniami. Pani Iwona jest częstym gościem szkoły, daje swoją osobą świadectwo jak można pięknie żyć, mimo przeciwności losu. Jej pasją jest wykonywanie zaproszeń, kartek okolicznościowych. Emanuje z nich niezwykle kunszt artystyczny. Konkursami, zabawą przy muzyce dzieci zakończyły Tydzień Uśmiechu i Tolerancji.

oprac. (pw)
fot. nadesłane

Golub-Dobrzyń

Wigilia w świetlicy

W środę 21 grudnia swoje spotkanie wigilijne miały dzieci ze Świetlicy Socjoterapeutycznej w Golubiu-Dobrzyniu.

Spółeczność świetlicy zaprosiła na wigilię władze miasta, Miejskiego Ośrodka Polityki Społecznej, członków komisji do spraw zwalczania problemów alkoholowych oraz rodziców. Dzieci wystąpiły z jasełkami pt. „i: o dla nieba”. Otrzymały także paczki świąteczne. Dodatkowo świetlica dostała od sponsorów tysiąc złotych, które zostaną przeznaczone na cele statutowe placówki. Po jasełkach dzieci i goście zasiedli do wigilijnego stołu i spożywali tradycyjne świąteczne potrawy.

(pw), fot. nadesłane



Kolarskie prezenty

KOLARSTWO ➤ Mimo zimowej pory kolarze Sokoła Wielkie Rychnowo ćwiczą i 19 grudnia odbyli wyjątkowy, bo mi-kołajkowy trening

Trening poprowadził Dariusz Osmański, któremu towarzyszyło 20 członków miejscowej szkółki kolarskiej. Nie zabrakło także wychowanka klubu Piotra Klimkowskiego, który jest członkiem narodowej kadry juniorów w kolarstwie i wręczył młodszym koleżankom i kolegom nowe koszulki. Otrzymali je: Julia Kolasa, Jakub Mikołajczyk i Aleksander Lipiński z SP w Wielkiej Łące; Katarzyna Kurzyńska z SP Pluskowęsy oraz Wojciech Kowalski, Kinga Marzec, Jakub Piróg, Małgorzata Romanowska, Weronika Rysiewska, Kacper Pruski i Jonasz Śliwka z SP Wielkie Rychnowo. Nie był to jedyny upominek tego wieczoru. Słodkie prezenty wręczył trener Marian Krych, a życzenia złożyli członkowie zarządu Sokoła oraz rodzice.

Tekst i fot. (pw)



Wielgie

O puchar dyrektora

W internacie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Wielgiem odbyły się Międzygrupowe Zawody Sportowe o puchar dyrektora placówki. Jest to impreza, która jest organizowana jesienią w każdym roku szkolnym.

– Zmagania sportowe zostały poprzedzone pogadanką profilaktyczną dotyczącą dbałości o higienę jamy ustnej – opowiada Grzegorz Marcinkowski z SOSW w Wielgiem. – Wychowankowie dowiedzieli się jak prawidłowo dbać o swoje zęby. Zapoznali się również z powikłaniami jakie mogą wystąpić w organizmie

w przypadku zaawansowanej próchnicy zębów.

Wychowankowie ośrodka rywalizowali w pięciu grupach. Najwięcej emocji, tak jak każdego roku, dostarczyły dzieciom biegi sztafetowe z przekazywaniem pałeczki, z przekładaniem szarfy, z woreczkiem na głowie. Po przeprowadzeniu dziesięciu kon-

kurencji zwyciężyła grupa IV. Jest to grupa dziewcząt, która o jeden punkt pokonała grupę I (chłopców), zdobywając tym samym puchar dyrektora ośrodka. Wszyscy uczestnicy zawodów otrzymali pamiątkowe dyplomy oraz nagrody rzeczowe.

(szyw)

fot. nadesłane



W TURNIEJU NALEŻAŁO M. IN. WZIĄĆ UDZIAŁ W BIEGU SZTAFETOWYM



TEGOROCZNE ZAWODY WYGRAŁA REPREZENTACJA DZIEWCZĄT



W ZMAGANIACH BRALI UDZIAŁ PODOPIECZNI SPECJALNEGO OŚRODKA SZKOLNO-WYCHOWAWCZEGO W WIELGIEM

Piłka nożna

Zagraли turniej dla Edwarda Szczota

17 grudnia turniejem oldboyów uczczono pamięć Edwarda Szczota, który przez wiele lat był jednym z symboli Drwęcy Golub-Dobrzyń.



Tegoroczna edycja turnieju była drugą w historii. W zeszłym roku wygrała ekipa Mohito Lipno. Tym razem do rywalizacji przystąpiło pięć ekip oldboyów. Zagrały mecze systemem każdy z każdym. Oto wyniki szczegółowe: Lech Rypin – Mustang Ostaszewo 4:2, Legia Chełmża – Lipno 6:1, Drwęca – Lech Rypin 4:1, Mustang – Legia 0:3, Drwęca – Lip-

no 2:0, Legia – Lech 3:0, Mustang – Lipno 0:1, Legia – Drwęca 1:1, Lipno – Lech 4:1, Drwęca – Mustang 8:0.

Turniej wygrała Drwęca Golub-Dobrzyń uzyskując 10 punktów i pokonując różnicą bramek Legię Chełmża. Na trzecim miejscu uplasowało się Lipno, a kolejne lokaty zajęły Lech i Mustang.

Tekst i fot. (pw)



PIŁKA NOŻNA ➤ Szkolna liga piłki nożnej

W Zespole Szkół nr 2 w Golubiu-Dobrzyniu rozgrywana jest szkolna liga piłki nożnej chłopców. Biorą w niej udział reprezentacje poszczególnych klas i roczników: technikum ekonomicznego, technikum rolniczego, technikum architektury krajobrazu oraz technikum organizacji reklamy. Po trzech kolejkach prowadzi klasa pierwsza technikum organizacji reklamy. Królem strzelców jest Kamil Saletra z klasy drugiej połączonego technikum rolniczego i architektury krajobrazu. Koordynatorem ligi jest nauczyciel wychowania fizycznego Jakub Piotrkowski.

Tekst i fot. (szyw)