



REKLAMA W CGD
tel. (56) 682 26 80

Złóż PIT w terminie

**Urząd Skarbowy wydłuża
godziny pracy**

str. 2

**Co z tymi
szkołami?**

Reforma w Radominie

str. 3

Zaczną budowę

**Blok RTBS powstanie
w Golubiu-Dobrzyniu i to
jeszcze w tym roku**

str. 4

REKLAMA

PRYWATNE ŚWIADCZENIE MEDYCZNE

- poradnie specjalistyczne
- pracownie diagnostyczne
- laboratorium
- chirurgia jednego dnia

rejestracja tel.:
56 658 44 22
www.citomed.pl

Lecznice Citomed Sp. z o.o.
Toruń, ul. M. Skłodowskiej-Curie 73



TYGODNIK REGIONU GOLUBSKO-DOBRZYŃSKIEGO

Rodzone

Działki budowlane i ośrodek rekreacyjny

Rodzone to wieś na skraju gminy Radomin. Położona jest w malowniczej dolinie Drwęcy. Przez rzekę graniczy z gminą Golub-Dobrzyń. W ciągu minionych kilku lat rośnie tam zainteresowanie kupnem ziemi. W tym roku w Rodzonym zostaną przekształcone tereny rolne na tereny pod zabudowę, w okolicy ma powstać także duży ośrodek rekreacyjny.

- Przewidujemy, że w roku 2012 wzrosną nam bardzo dochody z podatku od nieruchomości, a to dlatego, że w tym roku zostaną przekształcone tereny rolne na tereny pod zabudowę w okolicy, w której ma powstać nowy duży ośrodek rekreacyjny – zapowiada Marzena Pietrzak, skarbnik gminy Radomin. - Jest tam też bardzo dużo działek wykupionych przez osoby prywatne, które mieszkają na co dzień głównie w Warszawie. Jednak do tej pory nie wpływa na konto gminy żaden podatek, ponieważ ze względu na klasę bonitacji ziemi te tereny są zwolnione z podatków.

Gdy tereny w Rodzonym zamienią się z rolniczych na budowlane, to zmieni się sytuacja kupowanych tam działek.

- Rodzone jest położone kilka kilometrów od Golubia-Dobrzyń. To piękne miejsce, które nadaje się pod zabudowę mieszkalną i rekreacyjną – mówi Ewa Drawert, sekretarz gminy Radomin. - Dlatego przygotowaliśmy zmiany planu zagospodarowania przestrzennego, dzięki którym będzie można tam rozpocząć inwestycje



Ewa Drawert prezentuje plany budowy ośrodka wypoczynkowego w Rodzonym.

Ta inwestycja może całkowicie odmienić okolicę

inwestor, który chce tam wybudować duży ośrodek rekreacyjny. Ma być hotel, restauracja i basen. Samorządowcy liczą na nowe miejsca pracy dla mieszkańców gminy. Jeśli wszystko się powiedzie będą i miejsca pracy, i większe kwoty podatków wpływających do gminnej kasy.

Gminni urzędnicy nie liczą tylko na dochody z nowych podatków. Chcą po prostu rozwoju wsi, która może być zapleczem turystycznym i rekreacyjnym gminy. Dlatego poprowadzono tamtędy wodociąg i poprawiono stan dróg. Na decyzję regionalnego dyrektora Ochrony Środowiska czeka też

Diariusz Guzowski

Elgiszewo

Daleko nie zajechali

Z Osady Karbówko skradziono melexa. W kilkanaście godzin po zdarzeniu policjanci złapali sprawców kradzieży. Niestety pojazd został już zniszczony.

W zeszłym tygodniu dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Golubiu-Dobrzyniu otrzymał zgłoszenie o kradzieży nietypowego pojazdu – melexa. Został on skradziony z Osady Karbówko w Elgiszewie. Jeszcze tego samego dnia wieczorem pojazd odnaleziono w lesie. Niestety był już zdewastowany.

- Podjęte czynności, a przede wszystkim rozpoznanie prowadzone przez dzielnicowego z rewiru w Ciechocinie doprowadziły do ustalenia i zatrzymania sprawców już następnego dnia, kilkanaście godzin po zdarzeniu – opowiada komisarz Krzysztof Lewandowski z golubskiej policji.

Z szybkiej akcji policjantów zadowolony jest również właściciel Osady. - Chciałbym podziękować naszym policjantom, że w ciągu

kilku godzin od zdarzenia ujawnili sprawców i znaleźli nasz pojazd – dziękuje Witold Karbowski.

Sprawcami okazali się dwaj młodzi mężczyźni: 21-letni mieszkaniec gminy Golub-Dobrzyń oraz 15-latek z gminy Ciechocin. Młodzieńcy urządzili sobie przejażdżkę nietypowym pojazdem, po czym go podpalili. W czasie składania wyjaśnień nie potrafili podać powodu zniszczenia pojazdu.

Dorosły sprawca spędził noc w policyjnej izbie zatrzymań. Usłyszał zarzuty krótkotrwałego użycia cudzego pojazdu mechanicznego i zniszczenia go. Grozi mu osiem lat pozbawienia wolności. Nastolatek po przesłuchaniu został przekazany rodzicom. Stanie przed sądem rodzinnym i nieletnich.

Szymon Wiśniewski, fot. KPP



Złodzieje użyli cudzego pojazdu i zniszczyli go

Golub-Dobrzyń

Złóż PIT w terminie

Do końca kwietnia należy złożyć roczne zeznanie podatkowe. W związku z tym pracownicy urzędu skarbowego wydłużyli godziny swojej pracy. Podobnie jak w zeszłym roku PIT-y można składać również drogą elektroniczną.

- Rozpoczęła się kolejna akcja składania zeznań rocznych. Tradycyjnie, od początku roku, pracownicy Urzędu Skarbowego w Golubiu-Dobrzyniu dokładają wszelkich starań, by przebiegała ona sprawnie, profesjonalnie i w komfortowych warunkach – zapewnia naczelnik US w Golubiu-Dobrzyniu Bogumił Staniek.

Podatnicy, którzy otrzymali informację od pracodawców o uzyskanych dochodach za 2010 rok mogą już teraz, złożyć zeznanie podatkowe. Pracownicy urzędu skarbowego pracują od wtorku do piątku w godzinach od 7:15 do 15:15, a w poniedziałki od 7:15 do 18:00. Kadra urzędu, służąca pomocą i informacją, przyjmie zeznanie sprawdzając je pod względem formalnym.

- Przypominamy, że złożenie zeznania we wcześniejszym terminie może skutkować szybszym zwrotem nadpłaty. Warto również pamiętać, że złożenie rozliczenia podatkowego nie jest jednoznaczne z zapłatą podatku. PIT-36, PIT-36L, PIT-37, PIT-38 oraz PIT-39 możemy złożyć już teraz, a należny, wynikający z niego podatek musimy zapłacić do 2 maja – przypomina naczelnik.

W razie jakichkolwiek wątpliwości mieszkańcy naszego powiatu mogą skorzystać z informacji telefonicznej golubskiego urzędu, dzwoniąc pod numery telefonów: (56) 491 80 43; 56 491 80 26; 56 491 80 36 lub Krajowej Informacji Podatkowej - 0 801 055 055 oraz (22) 330 0330.

W dniach 28-29 kwietnia

i 2 maja zostanie wydłużony czas pracy urzędu do godziny 18:00. Ponadto zeznania będzie można złożyć w soboty 5 marca i 30 kwietnia w godzinach od 9:00 do 13:00.

Podobnie jak w zeszłym roku roczne rozliczenie podatkowe można złożyć drogą elektroniczną. Należy wejść na portal www.e-deklaracje.gov.pl. Tam dostępne są interaktywne formularze podatkowe oraz instrukcja dotycząca ich wypełniania i przesyłania. System e-Deklaracje umożliwia łatwe składanie deklaracji podatkowych drogą elektroniczną każdemu podatnikowi i płatnikowi. Logując się na stronie internetowej zaoszczędzimy czas.

Szymon Wiśniewski

Radomin

Dlaczego zakład budżetowy?

W Radominie działa Gminna Oczyszczalnia Ścieków. Do tej pory funkcjonowała jako jednostka gminna, w tym roku ma zacząć działać jako zakład budżetowy. Jej pracownicy będą mieli nowe obowiązki, a samorządowcy liczą, że rozwiązanie to przyniesie wymierne korzyści finansowe.

- W rozwiązaniu tym chodzi o lepsze gospodarowanie zapleczem technicznym gminy, chodzi też o jego rozbudowę i przygotowanie do nowych zadań – wyjaśnia wójt Piotr Wolski. – To rozwiązanie pozwoli na realizowanie większej liczby prac, bez zbyt wielkiego zwiększania zatrudnienia.

W oczyszczalni w Radominie zatrudnione są obecnie trzy osoby. Ich zadaniem jest dbanie o prawidłowe jej funkcjonowanie. Teraz do ich obowiązków ma dojść czuwanie nad sprawnością gminnych wodociągów. Obecnie zajmuje się nimi Zakład Usług Wodnych z Ostrowitego. Spółka ta dobrze wywiązuje się ze swojego zadania, jednak rezygnacja z jej usług ma przynieść korzyści finansowe gminie. Opłaty za wodę będą teraz wpływać do gminnej kasy, a nie do spółki z Ostrowitego.

- Eksploatacja naszych wodociągów nie jest obecnie zbyt kosztowna, ponieważ sieć jest stosunkowo nowa. Została zmodernizowana w 2004 roku, nie występują awarie, które przerywałyby dostarczanie wody - wyjaśnia wójt Wolski. – Rocznie do wodociągów dopłacamy około 40 tysięcy złotych, te pieniądze można zaoszczędzić.

Natomiast do funkcjonowania oczyszczalni gmina rocznie dokłada 100 tysięcy złotych. To

duża oczyszczalnia, która nie wykorzystuje pełni swoich możliwości. Aby pracowała na 100%, należałoby podłączyć do niej o 2/3 użytkowników więcej niż jest obecnie. Gmina musi więc budować kolejne nitki sieci kanalizacyjnej. Do tej pory wybudowano 281 przyłączy, skanalizowano Radomin, Piórkowo, Wilczewko, Wilczewo i Dulsk.

- W najbliższych planach mamy przygotowanie dokumentacji na budowę kanalizacji w Radominie, Bocheńcu, Płonem i Szafarni – zapowiada wójt Piotr Wolski. – To zadanie może być zrealizowane za trzy-cztery lata, a do tej pory zakład budżetowy może wykonywać inne zadania.

Te inne zadania to nie tylko obsługa sieci wodociągowej. Wójt planuje też stworzenie zaplecza technicznego dla gminnej ekipy remontowej, która działałaby w ramach nowego zakładu budżetowego.

Podobne rozwiązanie planuje wdrożyć wójt gminy Golub-Dobrzyń. Marek Ryłowicz ekipę remontową chce stworzyć przy Gminnym Składowisku Odpadów Komunalnych w Białkowie. To również ma działać jako zakład budżetowy. Własny sprzęt potrzebny najczęściej do remontów



Wójt z katalogiem sprzętu, niebawem zakupy – pierwsza będzie koparkoładowarka

dróg posiadają również gminy Zbójno i Ciechocin. Tak jest po prostu ekonomicznej.

- Kupujemy własny sprzęt, który będzie wykorzystywany do remontów na terenie naszej gminy – zapowiada wójt Piotr Wolski. – Na początek będzie to koparkoładowarka, po niej ciągnik i przyczepa. Myślę, że to rozwiązanie szybko przyniesie efekty, nie jest wykluczone, że w nowym zakładzie budżetowym zwiększymy nawet zatrudnienie.

Dariusz Guzowski

Ciechocin

Uderzył w radiowóz

Policyjne auto zostało uszkodzone w kolizji w Ciechocinie. Do zdarzenia doszło w poniedziałek. Na szczęście nikt nie został ranny.



Kierowca citroena na łuku drogi zderzył się z policyjnym radiowozem. Sprawca zdarzenia był trzeźwy. Tłumaczył się, że zjechał ze swojego pasa i nie widział nadjeżdżającego oznakowanego fiata.

Policyjne auto trafiło do re-

montu. Potrzebna będzie wymiana między innymi błotników, koła, lamp i chłodnicy. Na szczęście ani kierowca i pasażer citroena, ani policjanci nie zostali ranni.

Szyw, fot. KPP

Powiat

Pijani na drogach

W piątek policjanci zatrzymali dwóch pijanych kierowców. Jeden z nich stwierdził, że nie kierował pojazdem, ponieważ skradziono mu auto.

W piątek w Gałczewku policjanci zatrzymali do kontroli kierującego rowerem 25-letniego mężczyznę. W trakcie sprawdzenia dokumentów okazało się, że ma on orzeczoną przez sąd zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów. Za niestosowanie się do wyroku grozi mu dwa lata pozbawienia wolności.

Tego samego dnia do policyjnej izby zatrzymań trafił 43-letni

kierowca. W chwili zatrzymania mężczyzna był nietrzeźwy. Wcześniej jego samochód policjanci odnaleźli w Chełmoniu. Był uszkodzony w wyniku zdarzenia drogowego. Mężczyzna próbował zmylić policjantów twierdząc, że ktoś zabrał jego auto. Policjanci wyjaśniają okoliczności tego zdarzenia.

Szymon Wiśniewski

Redakcja
słucham

Czekamy na telefony pod numerem 56 682 26 80 i e-maile pod adresem: redakcja@wpr.info.pl.

- Chciałbym poprzez Wasze łamy zaapelować do kierowców przejeżdżających przez rondo na ul. Żeromskiego. Na rodzie, jak na każdym skrzyżowaniu obowiązują kierunkowskazy. Tymczasem notorycznie przez rondo przemykają auta, których kierowcy zachowują się niczym panowie wszechświata. Nie sygnalizują zjazdu z ronda, a niektórzy robią to nawet lewym kierunkowskazem. Panie i panowie, nie jesteście sami na drodze!

- Czy spółdzielnia mieszkaniowa w Golubiu-Dobrzyniu nie mogłaby założyć w każdym bloku zamków do drzwi piwnicznych? Piwnice stają się powoli melinami dla kłoszardów lub podchmielonej młodzieży. Odór moczu, porożbierane butelki i ogólny bałagan - tak wyglądają nasze piwnice.

TYGODNIK REGIONU
GOLUBSKO-DOBZYŃSKIEGO

CGD

www.cgd.com.pl

Redakcja:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20
tel. (56) 68 22 680
e-mail: redakcja@wpr.info.pl
Redaktor naczelny:
Karolina Rokitnicka

Dział reklamy:
tel. (56) 68 22 680
e-mail: reklamca@wpr.info.pl

Ogłoszenia drobne:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Dwarowa 4
tel. (56) 68 22 680

Wydawca:
Wydawnictwo Promocji Regionu Sp. z o.o.
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20

Druk:
EDYTOR Sp. z o.o.
10-364 Olsztyn, ul. Tracka 10

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

Oświata

Będą cięcia, ale szkoły zostają

Podczas kampanii wyborczej kandydat na wójta – Piotr Wolski zapowiadał, że w gminie Radomin nie zostanie zlikwidowana żadna szkoła. Teraz jako wójt robi wszystko, aby obietnicy dotrzymać. Nie jest lekko!

- Wszystkie szkoły w gminie zostają – zapowiada wójt Piotr Wolski. – Cały czas szukamy rozwiązań, które pozwolą utrzymać najmniejszą z podstawówek w gminie, czyli szkołę w Dulsku. Porównując wpływy poszczególnych subwencji w latach 2009-2011 trzeba powiedzieć, iż z roku na rok się one zmniejszają. Subwencja na jednego ucznia rośnie, jednakże uczniów jest coraz mniej. A to od ich liczby zależy globalna wysokość oświatowej subwencji, którą samorząd otrzymuje od państwa.

Gmina z własnych środków pokrywa jeszcze koszty dowozu uczniów do szkół, utrzymuje stołówki i prowadzi zerówki. Dlatego właśnie samorząd na utrzymanie oświaty dokłada z budżetu coraz więcej pieniędzy.

Koszt utrzymania szkoły w Dulsku wynosił w 2008 roku 573 tys. złotych, w 2009 – 627 tys., w 2010 – 631 tys. Natomiast w tym ma ponownie spaść i powinien wynieść 587 tys. złotych. W Płonnem koszty te wynosiły

odpowiednio: 853 tys. zł, 851 tys. zł, 880 tys. zł, w tym roku – 792 tys. zł, w Radomnie: 941 tys., 1,001 miliona, 1,086 miliona, a w tym roku 1,019 miliona. Do tych kosztów dochodzą jeszcze te związane z utrzymywaniem referatu obsługi szkół i gimnazjum. Jak widać na rozwiązaniu jednej z trzech podstawówek można sporo zaoszczędzić. Jednak wójt od pomysłu rozwiązania szkoły stanowczo się odżegnuje.

Zdaje sobie jednak sprawę z malejącej liczby uczniów. Dotyczy to każdej z placówek. W tym roku szkolnym w gimnazjum uczą się 174 uczniów, w podstawówce w Radomnie 148, w Płonnem 67, natomiast w Dulsku, licząc wspólnie przedszkole i podstawówkę, jest obecnie 51 dzieci.

- Rozwiązaniem problemu może być stworzenie jednego zespołu szkół, który skupiałby wszystkie podstawówki i przedszkola – mówi wójt Wolski. – Do tej pory jako zespół działa przedszkole i szkoła w Dulsku. Dzięki

dużemu zespołowi można będzie ograniczyć koszty osobowe, które są bardzo wysokie. Inne rozwiązanie to pozostawienie w Dulsku klas I-III, a dzieci z IV-VI dowożone byłyby do Radomina. To rozwiązanie też pozwala oszczędzać na etatach. Jest jeszcze inna możliwość – przekazanie szkoły stowarzyszeniu, które ją poprowadzi. Takie rozwiązanie wybrano kilka lat temu w Sokołowie w gminie Golub-Dobrzyń. Sprawdza się, gdyż szkoła działa tam do dzisiaj.

W tym roku są cięcia kosztów. Dyrektorzy mają niższe dodatki funkcyjne, a nauczyciele motywacyjne. Nagród na Dzień Nauczyciela też nie będzie. Będą likwidowane stanowiska związane z obsługą szkół, czyli etaty pracowników gospodarczych. Oszczędności dotkną też niebawem gimnazjum. Tam od września będzie mniej klas, będą za to liczniejsze. Zostaną po dwie w każdym roczniku. Znacznie mniejsze wydatki pochłoną też zakupy dla szkół.

Dariusz Guzowski

Golub-Dobrzyń

Pilnujemy audi

Złodzieje ukradli z jednego z parkingów w mieście audi A6. Policjanci apelują o czujność i przekazywanie wszelkich informacji o osobach podejrzanych zachowujących się przy samochodach.

W nocy z 26 na 27 lutego z parkingu przy ulicy Mickiewicza skradziono audi A6. To nie pierwsze tego typu zdarzenie. Właściciel samochodu wycenił jego wartość na 26 tysięcy złotych. Kilka miesięcy temu złodzieje próbowali ukraść inne audi na Osiedlu Leśnym.

Policjanci proszą o kontakt

wszystkie osoby mające jakiegokolwiek informacje o zdarzeniu z parkingu. Mundurowi apelują również do mieszkańców o przekazywanie wszelkich sygnałów dotyczących osób podejrzanych zachowujących się na parkingach i wokół samochodów.

Szymon Wiśniewski

OGŁOSZENIE PŁATNE

*Wszystkim Kobietom
w dniu Ich Święta
wielu dni upływających w zdrowiu,
szczęściu, pomyślności i radości*

składają

**Wójt Gminy Golub – Dobrzyń
Marek Ryłowicz**

Przewodniczący Rady Gminy
Sławomir Izajasz
oraz Radni

REKLAMA

PROJEKTY BUDOWLANE

GRUPA BUDOWLANA

JAGODZIŃSKI PROJEKT

Michał Jagodziński
ul. Cisowa 2; 87-213 Ryńsk
tel./fax 056 687 16 65
kom. 692 422 983; 668 475 328
www.jagodzinskiprojekt.pl
e-mail: mj@jagodzinskiprojekt.pl

- domy jednorodzinne, wielorodzinne
- hale magazynowe, przemysłowe
- obiekty budowlane dla rolnictwa
- nadzór budowlany, doradztwo
- budowa hal magazynowych (pod klucz)

PROMOCJA !!!

Na sprzedaż gotowych projektów domów jednorodzinnych.

REKLAMA

PANEL-METAL Sp. z o.o.

87-400 GOLUB-DOBRYŃ, BIAŁKOWO 29

EKO -GROSZEK

KONKURENCYJNE CENY
NAJWYŻSZA JAKOŚĆ

Tel. 56/6835593

**SPRZEDAŻ BLACHY
POWLEKANEJ POPRODUKCYJNEJ**

Wielka Łąka

Na parkingu nie byli bezpieczni

Brawura i brak doświadczenia były powodem kolizji drogowej. Uszkodzone zostały trzy samochody osobowe.

W poniedziałek w Wielkiej Łące około godziny 15.00 kierowca citroena C3 (18 lat) nie dostosował prędkości do warunków panujących na drodze i nie opanował auta. Wjechał w stojące na parkingu, przy sklepie dwa inne pojazdy (forda i fiata).

Policjanci ukarali młodego kierowcę mandatem. W akcji brali udział również druhowie z Ochotniczej Straży Pożarnej w Kowalewie Pomorskim.

Szyw

Golub-Dobrzyń

Uwaga na obcych

Ponownie na terenie naszego powiatu pojawiły się osoby, które handlują różnymi towarami okradając przy okazji domy i sklepy. Na terenie gminy Golub-Dobrzyń zgłoszono kilka takich zdarzeń.

W ciągu ostatnich kilkunastu dni policjanci otrzymali sygnały oraz zgłoszenia o nieznanych osobach, które pod pozorem sprzedaży okradają domy. Nieznani sprawcy oferują różne towary i natarczywie wchodzą do domów odwracając uwagę domowników. Wówczas jedna z osób wchodzi do pomieszczeń, szukając przede wszystkim pieniędzy i kosztowności. Mundurowi odnotowali kradzieże w trakcie takich niespodziewanych wizyt.

Złodzieje plądrują też sklepy. W piątek do komendy policji wpłynęło zgłoszenie o nieustalonych do chwili obecnej osobach

poruszających się dwoma samochodami, które ze sklepów na terenie gminy Golub-Dobrzyń skradły pieniądze.

- Prosimy, aby w przypadku pojawiających się obcych osób, wszelkich podejrzeń oraz tego rodzaju zdarzeń natychmiast informować dyżurnego golubskiej komendy. Wówczas policjanci niezwłocznie podejmą czynności. Pozwoli to uniknąć zdarzeń oraz uchronić własne mienie – apeluje komisarz Krzysztof Lewandowski z Komendy Powiatowej Policji w Golubiu-Dobrzyniu.

Szymon Wiśniewski

REKLAMA

**BIURO DORADZTWA I POŚREDNICTWA
W DOCHODZENIU ODSZKODOWAŃ PO WYPADKACH**

Tomasz Przybyszewski, 87-400 Golub-Dobrzyń, ul. Rynek 20, e-mail: biurotp@op.pl

DORADZTWO BEZPŁATNE!

PŁATNOŚĆ WYŁĄCZNIE PO UZYSKANIU ODSZKODOWANIA

POTRZEBUJESZ PROFESJONALNEJ POMOCY? DZWOŃ! tel. 608 380 227

Golub-Dobrzyń

Pamiętają o swoich początkach

W zeszłym tygodniu harcerze obchodzili Dzień Myśli Braterskiej. Z tej okazji odbyło się w Domu Kultury świeczkowisko, na którym po raz pierwszy obecni byli skauci z Gałczewa.

22 lutego 1857 roku urodził się Robert Baden-Powell. W 1908 roku napisał on książkę „Scouting for Boys” (Scouting dla chłopców). Dzięki niemu i wspomnianej książce narodził się scouting. Pierwsze drużyny harcerskie powstały w Polsce w 1910 roku.

Od kilkudziesięciu lat skauci z całego świata obchodzą 22 lutego Dzień Myśli Braterskiej. Tego dnia druhowie przesyłają sobie życzenia i organizują spotkania przy ognisku.

Golubsko-dobrzyńscy harcerze z okazji DMB przygotowali w Domu Kultury świeczkowisko. Wzięły w nim udział wszystkie działające w mieście drużyny harcerskie i gromada zuchowa. Po raz pierwszy na imprezie harcerskiej pojawili się także druhowie i drużyny z nowej drużyny, która powstała przy gimnazjum w Gałczewie. Harcerstwo odbudowuje się także w gimnazjum w Nowej Wsi w gminie Ciechocin.

tekst i fot. Szyw



Druhowie z 44 GDDH



Harcerki z 113 GDDH



Nowi harcerze z Gałczewa



Zuchy ze Szkoły Podstawowej nr 2

Gmina Radomin

Bez deficytu

Od ubiegłego tygodnia gmina Radomin ma już uchwalony budżet. Prace nad samorządowymi finansami trwały bardzo długo. Nowy wójt musi gospodarować gminą, która obciążona jest kredytami i pożyczkami rzędu 6,5 miliona złotych. Takie długi uniemożliwiły zaplanowanie jakiegokolwiek deficytu. Zarówno po stronie wpływów, jak i wydatków jest taka sama kwota, to 11,6 miliona złotych. Brak deficytu oznacza, że więcej pożyczać już nie można.

- Nie mogliśmy zaplanować żadnego deficytu, ponieważ zadłużenie gminy stanowi już 57% jej dochodów – wyjaśnia wójt Piotr Wolski. - Długi gminy nie mogą przekroczyć granicy 60%, jak widać jesteśmy na skraju możliwości. Dlatego w tym roku oszczędzamy na wszystkim. Nie znaczy to jednak, że w gminie nie będzie inwestycji. Część z nich będzie kontynuowana, część będzie możliwa dzięki pozyskaniu środków zewnętrznych.

Wójt zapowiada, że oszczędności dotyczą samej administracji, ale też oświaty i różnych gminnych jednostek. Dotyczą kosztów personalnych i kosztów rzeczowych.

- Ponad 3 miliony złotych stanowią kredyty, pożyczki to kolejne 2,7 miliona, natomiast 761 tysięcy to kredyty wyprzedzające otrzymanie dotacji – wylicza Marzena Pietrzak, skarbnik gminy Radomin. - To bardzo trudny budżet, bo trzeba szukać oszczędności. Jednym ze sposobów na poszukiwanie pieniędzy będzie stworzenie w gminie zakładu budżetowego, którym stanie się oczyszczalnia ścieków.

Na pewno nie będzie podwyżek płac w administracji. W Urzędzie

Gminy nie ma już ryczałtów na wyjazdy służbowe dla pracowników. Rozliczna jest każda delegacja. Niebawem wygaszony zostanie jeden etat, zajmowała go dotychczas osoba zatrudniona na czas określony. Obniżane kosztów to również racjonalizowanie zakupów materiałów biurowych. Rozpaczliwe szukanie oszczędności ma pozwolić przetrwać najtrudniejszy okres spłacania długów.

Jednak będą też inwestycje. Jedną z nich jest budowa ujęcia wody w Szczutowie, wraz z nią wykonana zostanie przebudowa sieci wodociągowej.

- Na tę inwestycję otrzymamy drugą ratę pożyczki w wysokości niemal 313 tysięcy złotych – mówi skarbnik Marzena Pietrzak. - Otrzymamy również dotację w wysokości ponad 923 tysięcy złotych, jednakże kwota 761 tysięcy wpłynie na konto do banku BGK, gdyż w 2010 roku udzielił nam kredytu na dotację, którą otrzymamy teraz. Tegoroczny plan wydatków na to zadanie opiewa na kwotę przekraczającą 484 tysiące zł.

Zaplanowano także budowę siedemdziesięciu przydomowych oczyszczalni ścieków. Zadanie pochłonie ponad 1,1 miliona złotych.



Marzena Pietrzak – Budżet udało się dopiąć, ale nie było łatwo

Kolejna inwestycja to przebudowa drogi gminnej Piórkowo-Dobre. Jej koszt to 995 tysięcy złotych, inwestycja dofinansowana zostanie kwotą ponad 492 tysięcy z Regionalnego Programu Operacyjnego. Planowany jest również remont drogi Płonno – Rętwiny. Ten może pochłonąć 110 tysięcy złotych

W planach są jeszcze modernizacje i naprawy w gminnych budynkach. Nowy piec centralnego ogrzewania trafi do Szkoły Podstawowej w Radominie. Remontowana i wyposażona będzie świetlica wiejska w Łubkach. Tu znowu znalazło się trochę dofinansowania z zewnątrz. Na tę inwestycję pozyskano wsparcie w wysokości 25 tysięcy złotych z PROW (dla małych projektów). W ramach tegorocznych inwestycji wykonana zostanie także rozbudowa świetlicy wiejskiej i budynku remizy OSP w Radominie.

- Przed nami bardzo trudny rok – zapowiada wójt Wolski. - Z zadłużenia, które sięga 6,5 miliona złotych, chcemy spłacić w tym roku niemal 2 miliony. Mimo tego inwestujemy, jest to możliwe dzięki pozyskiwaniu środków unijnych.

Dariusz Guzowski

Golub-Dobrzyń

Zaczną budowę

Blok Rypińskiego Towarzystwa Budownictwa Społecznego powstanie jeszcze w tym roku w Golubiu-Dobrzyniu. Zamieszka w nim 21 rodzin.

W zeszłym tygodniu uroczyste otwarto nowy blok Rypińskiego Towarzystwa Budownictwa Społecznego w Kowalewie Pomorskim. W ciągu kilku najbliższych tygodni ruszą natomiast prace budowlane przy budynku RTBS w Golubiu-Dobrzyniu.

Przypominamy, że blok stanie przy ulicy Miłej. Znajdzie się w nim 21 mieszkań. Aby otrzymać swoje włanse M należy wpłacić 50 procent jego wartości. Pozostałe 40 spłaca się w czynszu. 10 procent wartości mieszkania pozostaje w gestii towarzystwa. Dopiero po pięciu latach będzie można wykupić lokum na własność.

W Golubiu-Dobrzyniu chętnych nie brakowało. Zgłosiło się 40 osób. O tym, kto otrzyma dach nad głową zadecyduje kolejność zgłoszenia.

W najbliższym czasie w Golubiu-Dobrzyniu odbędzie się spotkanie zainteresowanych osób z przedstawicielem RTBS.

Najprawdopodobniej budynek w mieście pobuduje ta sama firma, która wykonała blok w Kowalewie Pomorskim. Co ciekawe tam przekazali kolejną dziłką pod budownictwo TBS.

Szymon Wiśniewski

REKLAMA

Kop Masz

WYKONUJEMY WSZELKIE PRACE ZIEMNE I MELIORACYJNE

tel. 56/ 678 98 42
kom. 728 149 424

REKLAMA

WĘGIEL

MIŁO EKO-GROSZEK

TM STEEL Golub-Dobrzyń
ul. PTTK 56
tel. (056) 682 16 61

NAJWYŻSZA JAKOŚĆ GOTÓWKA - RATY

Kowalewo Pomorskie

Ich nowe cztery kąty

W arktycznych chłódach, ale w gorącej atmosferze towarzyszącej wkraczaniu do nowego domu odbyła się uroczystość przekazania kluczy do mieszkań nowego bloku Rypińskiego Towarzystwa Budownictwa Społecznego w Kowalewie Pomorskim.

- Życzę nowym mieszkańcom naszego bloku miłych dni, dobrych sąsiadów i zadowolenia ze swoich mieszkań - mówił Lech Szalkowski, prezes RTBS-u podczas piątkowej uroczystości.

Oprócz niego przed budynkiem mieszkalnym zjawili się władze gmin i miast, które przystąpiły do RTBS-u. Obecny był burmistrz Rypina Paweł Grzybowski, zastępca burmistrza Golubia-Dobrzynia Izabela Lewandowska, wójt Ciechocina Jerzy Cieszyński i wiceburmistrz Lipna Ryszard Kapiściński.

Nie mogło zabraknąć przecięcia czerwonej wstęgi, poświęcenia budynku przez dziekana Ryszarda Kobierowskiego oraz chyba najmielszego dla przyszłych lokatorów wręczenia kluczy do ich nowych „m”.

Co ciekawe nowy blok w Kowalewie tylko w połowie zasiedlają mieszkańcy tego miasta. Wśród lokatorów są za to mieszkańcy gmin: Ciechocin, Golub-Dobrzyń czy powiatu toruńskiego.

Blok w Kowalewie Pomorskim jest 10. z kolei postawionym przez RTBS. W planach Towarzystwa jest oddanie w najbliższych latach następnych 200 mieszkań. Wśród nich znajdują się te w Golubiu-Dobrzyniu i Elgiszewie.

tekst i fot. Piotr Wołyński



REKLAMA

SPRZEDAŻ
SZLAKI
602 250 420

REKLAMA

Biuro Rachunkowe "EURO"
POŚREDNICTWO HANDLOWE
Profesjonalne biuro na licencji Ministra Finansów, ubezpieczone, oferuje:
- kompleksową obsługę księgowo-podatkową firm
- usługi kadrowo-płacowe
- rozliczenia podatkowe osób nie prowadzących działalności gospodarczej
CENY KONKURENCYJNE !!!
- 1 MIESIĄC GRATIS, 2 MIESIĄC 50%
MOŻLIWY ODBIÓR DOKUMENTÓW W SIEDZIBIE KLIENTA !
mgr Magdalena Bolewska, 87-400 Golub-Dobrzyń, ul. Brzozowa 15
kom. 502 77 40 91, tel./fax 56 682 02 09

Powiat

Kiedy remont?



Od Golubia-Dobrzynia do Bocheńca prowadzi wyremontowana już droga wojewódzka Grudziądz – Rypin. Jednak użytkownicy odcinka Bocheniec – Radomin – Dobrze muszą jeszcze pocierpieć. W sprawie uciążliwych dziur w Zarządzie Dróg Wojewódzkich interweniował samorząd Radomina. Gminni urzędnicy dowiedzieli się, że pozimowego łatania dziur nie będzie, bo dalszy ciąg kompleksowej modernizacji rozpocznie się już w połowie marca. Do tego czasu trzeba jakoś wytrzymać!

fot. DG

REKLAMA

REKLAMA
W TYGODNIKU

CGD

ZADZWOŃ !!!
tel. (56) 682 26 80

SPRZEDAŻ
WĘGLA, MIAŁU,
EKO GROSZKU
- PIEKLORZ
OSTROWITE 80B
(TRASA GOL.-DOB.-KOWALEWO POM.)
tel. (056) 683 28 28
tel. 606 148 049
WYSOKA JAKOŚĆ!
ATRAKCYJNE CENY!

REKLAMA

Zapraszamy do Oddziałów
AIG Bank Polska Finanse dla Domu.
U nas każdy znajdzie coś dla siebie!

- Jeśli cenisz wygodę podczas codziennych zakupów – wybierz bezpieczną **kartę kredytową**.
- Jeśli potrzebujesz pieniędzy na nieprzewidziane wydatki – weź szybką **pożyczkę gotówkową**.
- Jeśli zastanawiasz się, jak zainwestować swoje oszczędności – załóż korzystną **lokata**.
- Jeśli marzysz o spokoju i poczuciu bezpieczeństwa – wykup **ubezpieczenie „Ochrona Premium”**.
- A jeśli chcesz opłacić swoje rachunki – zapłacić za czynsz, wodę, US, ZUS itd. – **przyjdź do naszego oddziału.**

AIG Bank Polska Finanse dla Domu
Golub Dobrzyń, ul. Kościuszki 8
czynne: pon.-pt. 9.00 - 17.00

Od 8 czerwca 2010 r. właścicielem AIG Bank Polska SA jest Santander Consumer Bank SA. W okresie przejściowym możesz Państwo nadal otrzymywać materiały z nazwą lub logo American International Group, Inc. („AIG”), wykorzystywanymi za zgodą AIG, które jednak nie będą ponosić odpowiedzialności za treść takich materiałów i powiązane z nimi produkty. Po zakończeniu okresu przejściowego materiały będą opatrzone inną nazwą lub logo. / Effective June 8, 2010 AIG Bank Polska SA was sold to Santander Consumer Bank SA. During a transition period, you may continue to receive materials that bear the American International Group, Inc. („AIG”) name and/or logo, which are used with the permission of AIG. Neither AIG nor any of its subsidiaries will be liable to you for such materials or their associated products. Following the transition period, materials will reflect different name(s) and logo(s).

Szafarnia

„Kuba” jak wulkan gorący

Andrzej Kuba Kubacki wystąpił w ostatnią niedzielę z koncertem w Szafarni. Tenor na scenie wytrzymał pierwsze trzy utwory...by następnie zejść z estrady i śpiewać wśród publiczności i razem z nią.



Andrzej Kuba Kubacki koncertuje od 25 lat. W tym czasie był członkiem kilku zespołów, koncertował za oceanem...i na oceanie pływając transatlantykami na linii Europa-Ameryka. W niedzielę 27 lutego artysta zacumował w Szafarni. Na koncert przybył komplet publiczności. Od początku było jasne, że ten występ będzie zupełnie inny od pozostałych. Kuba Kubacki nawiązał dialog z publicznością. Urozmaicał również koncert wywołując do śpiewania wybrane osoby z widowni. Utwory wykonywane przez tenora tak spodobały się publiczności, że konieczne były podwójne bisy.

W programie koncertu znalazły się utwory m.in. Andrei Boccelliego, Mario Cavaradossiego, Johann Straussa i Jana Kiepury.

Kolejny koncert w Szafarni już 6 marca. Tym razem wystąpi grupa teatralna Afisz z kabaretem pt. „W oparach starego kina”. Będzie można usłyszeć piosenki takie jak: „Ada, to nie wypada”, „Już taki jestem zimny drań”, „Gdybym ja miał cztery nogi”, „Ach jak przyjemnie kołysać się wśród fal”, „Miłość ci wszystko wybaczy”, „Umówiłem się z nią na dziewiątą” itd.

tekst i fot.
PW



Radomin

70 przyzagrodówek

Ponad 1,1 miliona złotych pochłonie w tym roku wybudowanie siedemdziesięciu przydomowych oczyszczalni ścieków, które powstaną w gminie Radomin. Jest to drugi etap tworzenia systemu oczyszczalni, które budowane są tam, gdzie nigdy nie dotrze sieć kanalizacyjna.

- W związku z budową przydomowych oczyszczalni ścieków na terenie naszej gminy, planowana jest pożyczka z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu w wysokości 364 tysięcy złotych – zapowiada Marzena Pietrzak, skarbnik gminy. - Ze środków unijnych pozyskamy dotację w wysokości 684 tys. zł. Natomiast osoby, które będą miały budowane oczyszczalnie dopłacą po 1,5 tysiąca. Plan wydatków na to zadanie na 2011 rok to kwota 1,1 miliona zł.

W gminie Radomin nie budowano do tej pory zbyt wielu oczyszczalni przyzagrodowych. Inne samorządy daleko wyprzedzały Radomin, gdyż ten tylko raz, w 2008 roku, zdecydował się na siedemdziesiąt oczyszczalni. Jednak teraz w gminie pojawią się kolejne siedemdziesiąt cztery. Jest to bardzo dobre rozwiązanie dla

gospodarstw domowych, które znajdują się miejscach odległych od planowej sieci kanalizacyjnej. Docelowo w każdej gminie gospodarka ściekami opierać się będzie na zbiorczej kanalizacji lub przyzagrodowych oczyszczalniach ścieków.

- Są już gotowe projekty dla każdej inwestycji – mówi Łukasz Mazurkiewicz z Urzędu Gminy Radomin. - Przed nami przetarg na wykonawcę tej inwestycji. Obecnie podpisywane są umowy z mieszkańcami, u których w tym roku będą budowane oczyszczalnie. Teraz będzie to siedemdziesiąt osób. Natomiast na trzeci etap budowy oczyszczalni czeka jeszcze około



Łukasz Mazurkiewicz

sto gospodarstw.

Dariusz Guzowski

Powiat

Uczcili bohaterów nowego święta

W tym roku po raz pierwszy obchodziliśmy Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych. To nowe święto państwowe ustalono na 1 marca. Ideą jest uczczenie działaczy podziemia antykomunistycznego. Hołd złożyli im m.in. przedstawiciele Starostwa Powiatowego.



We wtorek delegacja powiatu złożyła kwiaty pod pomnikiem ku czci mieszkańców Golubia-Dobrzynia i okolic zamordowanych i prześladowanych przez totalitarystów hitlerowskich i stalinowskich w latach 1939-1956.

Data święta upamiętniającego walczących z narzuconym Polsce

reżimem komunistycznym związana jest z 60. rocznicą stracenia przez UB kierownictwa IV Komendy organizacji niepodległościowej „Wolność i Niezawisłość”. Nowe święto ma uczcić nie tylko żołnierzy, ale wszystkich, którzy przeciwstawiali się komunizmowi, a zarazem stanowić zadośćuczynienie za spotkane ich represje.

Jednym z pomysłodawców ustanowienia święta był prezes IPN Janusz Kurtyka. Projekt ustawy złożył prezydent Lech Kaczyński. Przyjął go parlament, a następnie podpisał następca Kaczyńskiego - Bronisław Komorowski.

(kr)

Golub-Dobrzyń/Powiat

Ratują mienie i ludzi

Strażacy z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej podsumowali miniony rok pracy. W ciągu ostatnich dwunastu miesięcy interweniowali ponad 700 razy. Ugasili 121 pożarów.



W odprawie wziął udział komendant wojewódzki PSP



Na odprawie byli obecni samorządowcy oraz działacze OSP



Komendant powiatowy PSP st. kapitan Paweł Warlikowski

W zeszłym tygodniu w Komendzie Powiatowej PSP odbyła się roczna narada. Do Golubia-Dobrzynia przyjechał zastępca komendanta wojewódzkiego PSP brygadier Krzysztof Michałowski. W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele wszystkich samorządów powiatu oraz Ochotniczych Straży Pożarnych i policji.

W minionym roku strażacy interweniowali aż 719 razy. Ugasili 121 pożarów. 580 razy brali udział w miejscowych zagrożeniach. W porównaniu do lat poprzednich w powiecie wybuchło mniej pożarów. Wzrosła natomiast liczba innych zdarzeń. Przykładowo w ciągu tylko dwóch dni sierpnia strażacy interweniowali 66 razy.

- 15 i 22 sierpnia przez nasz powiat przeszła silna wichura. Pierwszego dnia wyjechaliśmy 23 razy. W czasie kolejnej wichury, tydzień później strażacy interweniowali aż 53 razy – opowiada aspirant Zbigniew Gwarek. – Największe straty odnotowano wówczas w gminie Ciechocin. Można zauważyć, że w ciągu minionych lat wzrosła liczba miejscowych zagrożeń, a spadła liczba pożarów. W minionym roku mieliśmy tylko jeden duży pożar w Płachotach. Gasiło go 11 jednostek PSP i OSP. Ponadto paliło się jeszcze w Piątkowie, Jakubkowie, Gałczewie, Olszówce, Cieszytach i na ulicy toruńskiej w Golubiu-Dobrzyniu.

Na odprawie strażacy przedstawili również jakim sprzętem dysponuje komenda PSP oraz jak wygląda sytuacja w poszczególnych jednostkach OSP.

Komendant powiatowy straży pożarnej starszy kapitan Paweł Warlikowski przedstawił również plany i potrzeby komendy na ten rok.

- Ostatnie podtopienia w Wę-

giersku pokazały, że bardzo potrzebna jest nam duża pompa szlamowa. Te, które posiadamy są mało wydajne. Musieliśmy prosić o pomoc strażaków z Włocławka, którzy pomogli nam wypompuwać wodę z zalanych terenów – mówi komendant Warlikowski.

Nowa pompa, o której pozyskanie będą starać się strażacy kosztuje około 80 tysięcy złotych.

W minionym roku funkcjonariusze PSP otrzymali 95 tysięcy złotych wsparcia od samorządów, instytucji i firm. Za te pieniądze kupili między innymi aparaty tlenowe, pílarkę, silnik spalinowy oraz deskę lodową.

- Bardzo dobrze układa nam się współpraca ze wszystkimi samorządami w powiecie oraz instytucjami. Dzięki ich pomocy w minionym roku kupiliśmy potrzebny sprzęt – dziękuje strażacy kapitan.

Warto wspomnieć, że nasi strażacy nie tylko ratują mienie i ludzi na naszym terenie. W sierpniu dwie grupy mundurowych brały udział w akcji przeciwpowodziowej w Sandomierzu.

W tym roku strażacy planują zorganizować po raz trzeci w Golubiu-Dobrzyniu wojewódzkie mistrzostwa strażaków w biegach przełajowych na dystansie pięciu kilometrów. W mieście odbędą się także zawody pożarnicze drużyn OSP.

W tym roku strażacy chcą zacieśnić współpracę z Lotniczym Pogotowiem Ratunkowym oraz jednostkami działającymi w strukturach Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego. Z naszego powiatu w KRSRG działa osiem jednostek OSP. Ponadto 24 jednostki posiadają samochody różnych typów.

tekst i fot.

Szymon Wiśniewski



Strażacy podsumowali miniony rok pracy

Zamieść reklamę swojej firmy
w Tygodniku Regionu Golubsko-Dobrzyńskiego
ZADZWOŃ !!! tel. (56) 682 26 80

CGD TYGODNIK REGIONU
GOLUBSKO-DOBRYŃSKIEGO

Powiat

Witajcie!

Oto najmłodszy mieszkańcy regionu:



Kornelia Kopacz

Kornelia urodziła się w środę 23 lutego o godzinie 18:10. Tuż po urodzeniu ważyła 4100g i mierzyła 57 cm. Kornelka jest pierwszym dzieckiem Sylwii i Waldemara z Golubia-Dobrzynia.

Jakub Pęcherski

Kuba przyszedł na świat w środę 23 lutego o godzinie 15:15. Ważył 3200g i mierzył 58 cm. Jakub jest drugim dzieckiem Małgorzaty i Michała z Pasieki. W domu na brata czeka 10-letnia Dominika.



Grzegorz Zembrzycki

Grzesiu urodził się w środę 23 lutego. Tuż po urodzeniu ważył 2450g i mierzył 52 cm. Szczęśliwymi rodzicami są Iwona i Zdzisław z Pluskowęs.



Adrian Daniecki

Adrian urodził się w piątek 25 lutego. Jest pierwszym dzieckiem Kamili i Aureliusza z Lipna. Tuż po urodzeniu ważył 3200g i mierzył 53 cm.



Filip Tuchalski

Filip jest mieszkańcem Golubia-Dobrzynia. Przyszedł na świat w poniedziałek 15 lutego o godzinie 1.00. Ważył 3140g i mierzył 53 cm.



tekst i fot. Piotr Wołyński

Jeśli Wasze dziecko przyszło na świat poza powiatem golubsko-dobrzyńskim lub nie mieliście okazji spotkać naszego reportera w golubskim szpitalu, możecie przesłać zdjęcie malucha na adres: redakcja@wpr.info.pl lub zadzwonić pod numer 56 682 26 80. Nasz dziennikarz skontaktuje się z Państwem, by zrobić zdjęcie dziecku.

Powiat

Tym razem w Zbójnie

W rolnictwie sezon zimowy w pełni. W tym czasie warto dowiedzieć się więcej o tym, co czeka farmerów w najbliższym czasie. Takiemu celowi posłuży szkolenie organizowane przez Izbę Rolniczą w Golubiu-Dobrzyniu, które odbędzie się 9 i 10 marca w Zbójnie.

Zasady otrzymywania dopłat bezpośrednich a obowiązek spełnienia przez gospodarstwo zasad wzajemnej zgodności, ze szczególnym uwzględnieniem programów zwalczania chorób zakaźnych - tak brzmi pełna nazwa szkolenia, które rozpocznie się w środę 9 marca o godzinie 10 w sali urzędu gminy w Zbójnie.

- Podczas szkolenia rolnicy poszerzą swoją wiedzę o kilka ważnych zagadnień. Przede wszyst-

kim dowiedzą się o wymogach i celach zasad wzajemnej zgodności. Szkolenie przydać się może szczególnie hodowcom, ponieważ jednym z tematów będą obowiązki posiadacza stada w zakresie rejestracji i identyfikacji zwierząt oraz wymogi w odniesieniu do bydła, trzody chlewnej, owiec czy kóz. Przewidzieliśmy także temat związany z weterynarią, który dotyczył będzie najgroźniejszych chorób zakaźnych zwierząt gospodarskich

- mówi Dariusz Górski z golubsko-dobrzyńskiej Izby Rolniczej.

Uczestnicy szkolenia otrzymają zaświadczenie o ukończeniu szkolenia, materiały szkoleniowe oraz obiad. Zgłoszenia zainteresowanych rolników przyjmuje Biuro Powiatowe Kujawsko-Pomorskiej Izby Rolniczej w Golubiu-Dobrzyniu pod numerem tel. 56 682 03 03 lub kom. 601 679 926.

PW

PRAWNIK RADZI

Czy znaleźliście w swojej skrzynce informację z prośbą o pomoc w odzyskaniu pieniędzy z zablokowanego konta uchodźcy, zaproszenie do pomocy w inwestowaniu pieniędzy czy o spadku otrzymanym po nieznanym krewnym? Jeśli tak, to jest duże prawdopodobieństwo, że to coraz powszechniejszy rodzaj przestępstwa - tzw. oszustwo nigeryjskie (znane też jako „nigeryjski szwindel” lub „przestępstwo 419”).

Przestępstwo polega na wysłaniu drogą elektroniczną wiadomości, która najczęściej jest napisana w języku angielskim, w celu wciągnięcia odbiorcy w grę psychologiczną. Jej fabuła - oparta na fikcyjnym transferze dużej kwoty pieniężnej z jednego z krajów afrykańskich (choć coraz częściej w grę wchodzi także inne państwo, np. Wielka Brytania czy Hiszpania) - ma na celu wyłudzenie pieniędzy.

Wyróżnia się kilka rodzajów oszustw nigeryjskich:

„Na uchodźcę politycznego”.

W tym przypadku skontaktuje się z nami dziedzic ogromnej fortuny lub syn jednego z obalonych przywódców. Będzie prosił o wsparcie finansowe konieczne do założenia firmy czy przekupienia urzędników itp. Oferowane przez niego sumy często będą sięgać nawet 30 mln dolarów, przy czym osoba decydująca się na pomoc w załatwieniu spraw „uchodźcy” może liczyć na połowę tej kwoty. W rzeczywistości wpłacane pieniądze trafiają na konta oszustów.

„Na inwestora”. Tutaj oszust szuka chętnych do pomocy w zainwestowaniu ogromnego majątku swojego przyjaciela, ojca itp., którzy z różnych przyczyn nie mogą tego zrobić sami. Dalszy przebieg działań jest analogiczny jak w poprzednim modelu.

„Na wygraną na loterii”. Często może się zdarzyć, że otrzymamy wiadomość o wygranej dużej sumy pieniędzy na jednej z zagranicznych loterii (najczęściej odbywającej się w Hiszpanii, Wielkiej Brytanii czy Włoszech). Kwota wygranej jest jednak dużo niższa niż w klasycznym

oszustwie nigeryjskim, tak żeby bardziej odpowiadała realnym wygranym na loteriach. Standardowo już konieczne będzie wniesienie stosownych opłat, np. za wystawienie dokumentów, za pomoc prawnika, opłacenie podatku itp.

„Na konto w banku”. W tym przypadku oszust podszywa się pod pracownika banku, który informuje, że jeden z klientów zmarł pozostawiając ogromną kwotę na rachunku nie wskazując jednak spadkobierców. Otrzymamy też dokumenty potwierdzające wysokość zgromadzonych środków, a jedyne co, to musimy opłacić koszty bankowe, pomoc prawną itp. Oszuści, w celu uwiarygodnienia historii, często podawają będą nazwiska prawdziwych dyrektorów banków, jednak już telefony czy adresy mailowe do tych placówek będą różnić się od tych rzeczywistych.

„Na spadek”. Potencjalna ofiara otrzymuje wiadomość, że jest jedynym spadkobiercą po dalekim „krewnym”. Aby przejąć pieniądze pozostawione w spadku należy tradycyjnie dopełnić kilku formalności. Charakterystyczną cechą tego rodzaju oszustwa jest wyższy poziom j. angielskiego niż w pozostałych przypadkach.

„Na aukcję internetową”. Coraz powszechniejszym zjawiskiem jest nawiązywanie kontaktów z osobami wystawiającymi towary na portalach aukcyjnych. Oszustowi tak bardzo zależy na szybkim zakończeniu transakcji, że oferuje za to sumę nawet dwukrotnie wyższą od tej, jakiej żąda sprzedający. W wiadomości potwierdzającej dokonanie wpłaty

często pojawia się prośba o szybkie wysłanie rzeczy, która jako prezent musi dojść na czas do celu. Oszust zwykle grozi konsekwencjami finansowymi za zerwanie umowy lub zawiadomieniem odpowiednich organów ścigania w przypadku nie wysłania towaru we wskazanym czasie. W rzeczywistości żadna opłata za wysłany towar nie trafia na nasze konto.

Ofiarami oszustów mogą padać także firmy. Mogą one otrzymać bardzo korzystne oferty współpracy, najczęściej duże zamówienia handlowe od dopiero co poznanego kontrahenta. Tradycyjnie firma musi dokonać transferu dużej sumy pieniędzy lub przesłać określoną partię towaru.

Przestępstwo nigeryjskie jest ścigane przez polskie prawo. Jest to klasyczne oszustwo, o którym mowa w art. 286 kodeksu karnego: „Kto - w celu osiągnięcia korzyści majątkowej - doprowadza inną osobę do niekorzystnego rozporządzenia własnym lub cudzym mieniem za pomocą wprowadzenia jej w błąd albo wyzyskania błędu lub niezdolności do należytego pojmowania swojego działania, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do 8 lat”. Niestety, skuteczność ścigania takich przestępstw jest bardzo niska. Często samo dotarcie do oszustów jest niezwykle trudne, a odzyskanie wyłudzonych pieniędzy praktycznie niemożliwe. Problemy najczęściej pojawiają się już na etapie ustalenia skąd tak naprawdę wysyłane były wiadomości. Jedynym wyjściem jest zachowanie czujności w opisanych sytuacjach. Nie należy pod żadnym pozorem przysyłać swoich danych osobowych, numerów kont bankowych, druków firmowych. Nadal często odnaleźć można grupę osób chętnych na łatwy i szybki zarobek, którzy później padają ofiarami oszustów internetowych.

Na podstawie: www.e-pawnik.pl



Gałczewo

Kosmiczne urodziny

19 lutego przypadła 538 rocznica urodzin Mikołaja Kopernika. Najstojniejszy polski astronom jest patronem m.in. Gimnazjum w Gałczewie. 23 lutego uczniowie tej szkoły przenieśli widzów i zaproszonych gości w czasy renesansowej Polski i zarazem czasy Mikołaja Kopernika.

Przygotowania do uroczystości rozpoczęły się już w listopadzie ubiegłego roku. O całość imprezy zadbała klasa 2 e pod opieką Marzeny Gutmańskiej i Danuty Traczykowskiej. Klasa podzieliła się na pięć zespołów, z których jeden zajął się opracowaniem życiorysu Kopernika, drugi budową scenografii, trzeci układami tanecznymi, czwarty organizacją konkursu wiedzy o astronomie, a piąty napisał scenariusz uroczystości.

Efektom ich pracy był występ 23 lutego. Uczniowie wystąpili przed publicznością w strojach z epoki renesansu użyczonych przez golubski zamek. W przedstawieniu pt. „Mikołaj Kopernik - człowiek renesansu przybliżyli życie i dokonania astronoma”. Szczególną atrakcją dnia był taniec renesansowy zaprezentowany przez gimnazjalistów.

Po części artystycznej nagrodzono zwycięzców konkursu wiedzy o Koperniku. Tu najlepsza okazała się Dominika Świerad.

Zarówno środowa uroczystość, jak i wcześniejsze przygotowania były częścią projektu edukacyjnego, który od niedawna jest jednym z wymogów nowej podstawy programowej w szkołach.

PW



Liza Gregorowicz, Julia Jagielska, Szymon Jagielski, Waldemar Batolski, Kamil Topolewski i Mariusz Korzeniewski



Laureaci konkursu wiedzy o Koperniku, w tym najlepsza trójka Robert Łęgowski, Aleksandra Kopaczewska i Dominika Świerad



Zdjęcie klasowe w strojach z epoki renesansu

Węgiersk

Podsumowali miniony rok

Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Węgiersk i Macikowo we wtorek 22 lutego podsumowało miniony rok. Członkowie organizacji debatowali też nad planami na rok bieżący.



W 2010 roku Stowarzyszenie zrealizowało dwa projekty: „Ja i mój świat - zdrowie wokół nas” oraz „Śladami tradycji”. Koordynatorami tych zadań były odpowiednio: Jadwiga Kowalska i Barbara Martewicz. Poza tym członkowie stowarzyszenia brali udział w szkoleniach i konferencjach. W kwietniu z ich środków ufundowano tablicę pamiątkową, którą odsłonięto podczas obchodów 60. rocznicy mordu katyńskiego.

W ciągu minionego roku w Węgiersku i Macikowie odbyło się również kilka wizyt studyjnych. Goście przyjechali m. in. z podlaskich gmin Rutki i Klukowo oraz

podbrodniczej Świdziebni.

W tym roku Stowarzyszenie liczy na otrzymanie pieniędzy z projektu napisanego w ramach Federacji Inicjatyw Oświatowych. Na okres letni planowane są również zajęcia dla najmłodszych mieszkańców obu wsi. Poza tym podczas zebrania wstępnie ustalono datę zabawy, które ma zorganizować stowarzyszenie. Zabawa miałyby się odbyć w maju.

Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Węgiersk i Macikowo powstało w 2004 roku. Według stanu na 31 grudnia liczy 28 osób. Od 2007 roku jest członkiem Lokalnej Grupy Działania Dolna Drwęca.

PW

Węgiersk

Zjazdy, jubileusz i nowe władze



Strażacy-ochotnicy z Golubia-Dobrzynia spotkali się na corocznym spotkaniu sprawozdawczo-wyborczym. Dyskusję zdominował temat naboru młodzieży do OSP i orkiestry dętej, organizacja 125. rocznicy jednostki, którą wstępnie zaplanowano na maj oraz udział w zawodach sportowo-pożarniczych i konkursach wiedzy pożarniczej. Podczas spotkania udzielono zarządowi OSP absolutorium. Wybrano też nowe władze. Prezesem został Zdzisław Brzóska, naczelnikiem Mirosław Brzóska, zastępcą naczelnika Adam Wower, sekretarzem Witold Wiwatowski, skarbnikiem Władysław Marciniak, kronikarzem Zdzisław Brzóska, gospodarzem Henryk Skurzewski, członkiem zarządu Jan Kiliński. Wybrano także wiceprezesów. Zostali nimi: Paweł Warlikowski, Jacek Mizikowski oraz Mieczysław Gutmański. W skład komisji rewizyjnej weszli: Henryk Jeziorski (przewodniczący), Jan Wower i Marian Piotrowski. Na zjazd OSP zostali wydelegowani: Zdzisław Brzóska, Mirosław Brzóska, ks. Andrzej Zblewski, Witold Wiwatowski i Henryk Jeziorski.

oprac. (kr), fot. nadesłane

Aktywnie spędzam czas...

W NASZYM POWIECIE

- 6 marca o godz. 17.00 w Ośrodku Chopinowskim w Szafarni odbędzie się widowisko pn. „W oparach starego kina”. Wystąpi Teatr Afisz, opracowanie muzyczne: Michał Czaposki. Obsada: Magda Cysewska, Michał Hajduczenia, Michał Czaposki, Jacek Pietruski.

DOM KULTURY GOLUB-DOBRZYŃ

- Warsztaty tańca towarzyskiego - poniedziałki godz. 17.00
- Zajęcia plastyczne i origami, środa godz. 14.00
- Rytmika - poniedziałki godz. 15 (dla dzieci od 3 do 5 lat), godz. 16.00 (dla sześciolatków)
- Czytelnia internetowa Ikonka - od poniedziałku do piątku w godz. 10.00-18.00

OŚRODEK SPORTU I REKREACJI GOLUB-DOBRZYŃ

- siatkówka chłopców, poniedziałek 16.30-18.00, czwartek 16.00-18.00
- aerobik, poniedziałek i środa 19.00-20.00 (25 zł)
- siatkówka kobiet poniedziałek 20.00-22.00, czwartek 19.00-21.00
- karate, poniedziałek i czwartek 16.00-18.00 (25 zł)
- siatkówka dziewcząt, wtorek i piątek 16.00-17.30
- szachy, środa i piątek 18.00-20.00
- siłownia, poniedziałek-piątek 12.00-20.00, soboty 10.00-14.00 (wejście 5 zł, karnet bez ograniczenia 30 zł/miesiąc)

OSADA KARBÓWKO

ELGISZEWO K. CIECHOCINA

Oferta: chata solna - 16zł, karnet 5 wejść 50zł; jacuzzi 25zł/godzina/osoba, całe (max. 6 osób) 100zł/godzina; sauna na podczerwień 15zł/godzina/osoba; masaż Rolletic 15zł/godzina; siłownia 10 zł/wejście; całe mini SPA (max. 15 osób) 250zł/godzina; mini SPA (karnet 10 wejść) 100zł; kort tenisowy 15zł/godzina, karnet 5 wejść 50zł; tenis stołowy 15zł/stół/godzina; zwiedzanie mini ZOO gratis; wieża widokowa gratis; jazda konna 50zł/godzina; przejażdżka bryczką (max. 6 osób) 70zł/godzina; mini golf 20zł/godzina

OSADA KARBÓWKO

JAZDA KONNA

nauka jazdy na lonży 30 min - 25 zł
jazda na padoku 30 min - 15 zł
jazda na padoku 60 min - 30 zł
wyjazd w teren - 55 zł
oprowadzka na dużym lub małym koniu - 10 zł.
telefon 695-850-452

SZKOŁA RYCERSKA

GOLUB-DOBRZYŃ

tel 56 683 24 66
- nauka jazdy 30 min. - 35 zł
- jazda w ujeżdżalni 60 min. -

35 zł

LODOWISKA SEZONOWE

MOSiR TORUŃ

Centrum Tenisowe
ul. Przy Skarpie
Mini Aquapark ul. Hallera.
Bilety: 4 - 6 z/h
Wypożyczalnia łyżew: 5,50zł/h

PARK LINOWY TORUŃ

Barbarka, ul. Przysiecka 13
tel. 727 645 380
Park czynny w marcu: soboty, niedziele i święta 10.00-16.00
Bilet zwykły: 20 lub 25 zł
Bilet ulgowy: 15 lub 20 zł

TEATR IM. W. HORZYCY

TORUŃ

Plac Teatralny 1
tel. 56 622 50 22
Repertuar 4, 5, 6 i 8 marca - godz. 19.00 „Nowy Don Kichot”, 9 i 10 marca godz. 19.00 „Eine kleine Nachtmusik”
Bilety: zwykłe 25 zł, ulgowe 16 zł.

CENTRUM KULTURY

DWÓR ARTUSA TORUŃ

Rynek Staromiejski 6,
tel. 0 56 655 49 39 wew.22
Repertuar:
- 4 marca godz. 19.00 - 19.00 „Ekran w Mroku” - Pokaz filmu Metropolis z muzyką Marcina Pukaluka. wstęp 15 i 10 zł.

PLANETARIUM TORUŃ

ul. Franciszkańska 15-21,
Repertuar:
SEANSE ASTRONOMICZNE W PLANETARIUM
„Astropies Łajka” (dla dzieci) - wt 08.03. godz. 11:30
„Barwy kosmosu” (dla dzieci) - czw 03.03. godz. 9:00, sob 05.03. godz. 12:00
„Cudowna podróż” (dla dzieci) - pt 04.03. godz. 11:30, niedz 06.03. godz. 12:00, śr 09.03. godz. 10:15
„Wyprawa po ogień i lód” (dla dzieci) - śr 09.03. godz. 9:00
„Kosmiczne podróże” - sob 05.03. godz. 15:45
„Makrokosmos” - sob 05.03. godz. 17:00, wt 08.03. godz. 10:15, śr 09.03. godz. 15:15
„Operacja Saturn” - niedz 06.03. godz. 16:00
„Ośiem planet ?” - czw 03.03. godz. 11:30, pt 04.03. godz. 15:15, sob 05.03. godz. 13:15, wt 08.03. godz. 15:15
„Wehikuł czasu” - czw 03.03. godz. 15:15, sob 05.03. godz. 14:30, niedz 06.03. godz. 14:00, 08.03. godz. 12:45
SALA ORBITARIUM: godziny wejść:
wt - pt: 9:45, 11:00, 12:15, 13:30, 14:45
sob: 11:20, 12:45, 14:00, 15:15, 16:30
niedz: 11:20, 13:00, 15:00

Informacje o organizowanych imprezach można przesłać e-mailem na adres: redakcja@wpr.info.pl

CGD Obywatele

Delegat w Bydgoszczy

W sobotę, 19 lutego, w Bydgoszczy odbył się Zjazd Delegatów Kujawsko-Pomorskiej Organizacji Wojewódzkiej Ligi Obrony Kraju. Z delegatem z Klubu Strzeleckiego LOK „Strażak” Golub-Dobrzyń - prezesem Krzysztofem Michałowskim rozmawia Dariusz Guzowski.

Gratuluję wyboru do zarządu wojewódzkiego LOK. To już druga kadencja w strukturach wojewódzkiej ligi. Przy tej okazji przypomnijmy, jak działa Kujawsko-Pomorska Organizacja Wojewódzka LOK?

- K-POW LOK w Bydgoszczy swoją działalność opiera między innymi na realizacji zadań statutowych w jednostkach podstawowych, takimi są koła i kluby. Duży wpływ na organizację pracy kół i klubów, mają rejonowe, powiatowe i miejskie organizacje LOK. Na terenie województwa kujawsko-pomorskiego jest dziewięć takich jednostek. Rejony znajdują się w Bydgoszczy, Kruszwicy, Włocławku i Rypinie. Organizacje powiatowe to Brodnica, Świecie, Toruń i Żnin. Natomiast organizacja miejska działa w Grudziądzu.

Czy w Golubiu-Dobrzyniu też powinny działać struktury powiatowe LOK?

- Oczywiście, że mogłyby u nas powstać powiatowe lub regionalne, czyli szersze niż powiat, struktury LOK. Teraz działa tutaj tylko nasz klub strzelecki, jednak powiat golubsko-dobrzyński ma niemałe tradycje związane z działalnością ligi. Rozmawiałem już działaczami dawnych kół i klubów. Mamy piękne tradycje kół szkolnych oraz klubu krótkofalowców. Myślę, że z czasem będzie można do nich wrócić. Pierwsze kroki od kilku lat czyni nasz klub. Do udziału w corocznej lidze strzeleckiej zapraszamy reprezentantów firm, instytucji i młodzież szkolną. Jeśli wśród nich znajdą się chętni, będziemy tworzyć koła i kluby, a z tych z czasem można utworzyć organizację powiatową.

W jaki sposób chętni do podjęcia działania w LOK mogą się zorganizować?

- Ciekawą formą działania są Kluby Żołnierzy Rezerwy. Środowisko rezerwistów mogłoby być znakomitym uzupełnieniem dla strażackiego klubu strzeleckiego. W minionej kadencji KŻR LOK w Kujawsko-Pomorskiem działały w środowiskach miejskich i wiejskich. W roku 2007 liczba klubów ustabilizowała się na poziomie dziewięciu jednostek organizacyjnych. Stan liczby członków klubów do roku 2009 wykazywał zasadniczo tendencje wzrostowe. W roku 2010 nastąpił dalszy radykalny wzrost liczby członków z powodu przystąpienia do naszej organizacji motocyklistów z „Sokoła” w Nakle. Klub Żołnierzy Rezerwy LOK w Nakle nad Notecią należy



do wiodących. W sprawozdaniu statystycznym za rok 2010 wykazał ponad 100 osób. Podobny mógłby działać u nas.

Czy współczesna LOK jest organizacją masową?

- W ciągu minionych pięciu lat, bo tyle trwa kadencja władz wojewódzkich, w dziewięciu jednostkach terenowych zarejestrowanych było od 141 do 144 kół i klubów. Jakość zorganizowania w tych jednostkach była zróżnicowana. Zależała nie tylko od aktywności działaczy tychże kół i klubów, ale także od zaangażowania władz rejonowych, powiatowych i miejskich w działalność tych jednostek. Ich liczba wykazuje stałą tendencję wzrostową. Zmieniają się zainteresowania członków ligi. Drastyczny spadek w liczbie klubów specjalistycznych nastąpił w środowisku pletwonurków i łączności. Wzrost liczby klubów nastąpił w specjalności strzeleckiej i modelarskiej. W strzelectwie sportowym wzrost nastąpił poprzez tworzenie nowych klubów, natomiast liczba klubów modelarskich wzrosła w wyniku powrotu do szeregow lokowskich klubów z Torunia i Grudziądza.

Jak na tym tle wypada Golub-Dobrzyń?

- Strzelectwo sportowe oraz sporty obronne to najprężniejsze dziedziny działalności LOK. Za najlepszy w województwie uznawany jest Bydgoski Klub Strzelecki LOK. KS LOK „Strażak” w Golubiu-Dobrzyniu został sklasyfikowany na drugim miejscu. Po nim są: KS LOK „KOM ROL” Kobylniki, Piechciński Klub Strzelecki LOK, KS Kurkowe Bractwo Strzeleckie LOK w Toruniu, KS LOK z Więcborka. KS LOK w Sępólnie Krajeńskim.

Jakie plany mają władze wojewódzkie LOK na kolejną kadencję?

- W nadchodzącej kadencji czeka naszą organizację wojewódzką szereg zadań i prac do wykonania. W trybie natychmiastowym należy wykonać ogrodzenie terenu strzelniczy i generalnego remontu przysłonu na strzelniczy LOK w Bydgoszczy. W Golubiu-Dobrzyniu strzelnica sportowa LOK wymaga ogrodzenia terenu. Potrzebne są zakupy broni sportowej dla części klubów. W tej kadencji należy rozpocząć szkolenie kadry organizatorów i sędziów oraz organizowanie zawodów w krosie strzeleckim. Taka możliwość otwiera się wraz z przygotowaniem toru krosu strzeleckiego w Laskach Wielkich.

Jaki jest program na kolejne pięć lat?

- W latach 2011-2015 działając będziemy według programu, który zakłada umacnianie roli zarządów rejonowych, powiatowych, miejskich i gminnych LOK w rozwijaniu inicjatyw służących programowej działalności Ligi Obrony Kraju, wspieranie tych zarządów i utrzymanie na dotychczasowym poziomie, a w miarę możliwości zwiększanie liczby klubów specjalistycznych, kontynuowanie współpracy z Wojewódzkim Sztabem Wojskowym i Komendantami Wojskowych Komend Uzupełnień w zakresie pozyskiwania nowych rezerwistów, których będzie można włączyć w szerszym niż dotychczas zakresie w statutową działalność LOK. Jednocześnie kontynuować będziemy realizację działań związanych z rekomendacją członków KŻR do służby w Narodowych Siłach Rezerwowych. Główny wysiłek kierować będziemy na pracę z młodzieżą. Tę działalność realizować będziemy przez powołanie nowych kół i klubów specjalistycznych w placówkach oświatowych, w których nie ma jeszcze LOK-u.

Dziękuję za rozmowę.

Golub-Dobrzyń

Nierówna walka z chorobą

Kamil ma sześć lat i mieszka w Golubiu-Dobrzyniu. Jest energicznym dzieckiem zadającym bardzo dużo pytań. Uwielbia rysować, zwłaszcza komiksy. Od września poszedł do zerówki. Na pierwszy rzut oka niczym nie różni się od swoich rówieśników. Nie jest jednak zwykłym dzieckiem, bo jego życie pełne jest ograniczeń i nakazów. Kamil cierpi z powodu mukowiscydozy, nieuleczalnej wrodzonej choroby genetycznej, która systematycznie wyniszcza cały organizm.



Choroba ta u każdego chorego mimo ciągłego przyjmowania leków nieustannie postępuje. Życie osoby chorującej na mukowiscydozę to ciągły wyścig z czasem. Niestety, mimo postępów w medycynie nie wynaleziono takiego leku, który byłby w 100% skuteczny i wyleczył chorego. Leczenie mukowiscydozy jest wyłącznie objawowe. Leki i odpowiednie regularne zabiegi pozwalają jedynie na łagodzenie przebiegu choroby.

W Polsce żyją tysiące nieuleczalnie chorych dzieci. Każde z nich, bardziej niż ktokolwiek inny, ma świadomość upływającego czasu. Trudno określić, jak długo można żyć z mukowiscydozą. Każdy jest inny. Dawniej osoby chore żyły najwyżej 10 lat. Obecnie chorzy żyją nawet kilkanaście albo i w nielicznych przypadkach kilkadziesiąt lat. Średni czas życia chorego to w Polsce 18-24 lata.

Mukowiscydoza polega na zaburzeniu wydzielania przez gruczoły zewnątrzwydzielnicze. Objawia się tym, że organizm chorego produkuje nadmiernie lepki śluz. Schorzenie to najczęściej powoduje zmiany w układzie oddechowym oraz w przewodzie pokarmowym. Skutkiem zmian chorobowych są m.in. nawracające zakażenia, które prowadzą do niewydolności oddechowej i uszkodzenia płuc, przewlekły stan zapalny trzustki,

prowadzący do uszkodzenia tego narządu i jego niewydolności, zaburzenia trawienia i wchłaniania a niekiedy i wtórnej cukrzycy. Do późnych następstw choroby zaliczyć można również niepłodność (prawie wszyscy mężczyźni są niepłodni wskutek niedrożności nasieniowodów), niewydolność serca czy marskość wątroby.

Kamil jest wcześniakiem. Mukowiscydoza została zdiagnozowana u niego w drugim miesiącu życia. W szpitalu w Toruniu natychmiast zastosowano odpowiednie leczenie. Kolejne miesiące upływały na częstych pobytach w szpitalach: Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie, w Instytucie Matki i Dziecka w Warszawie i w Klinice Mukowiscydozy i Chorób Płuc w Rabce Zdrój. Łącznie w pierwszym roku życia Kamilek był hospitalizowany dwanaście razy. Ponadto wykryto u niego zaburzenia odporności, co wiąże się z tym, że dużo częściej u chłopca zwykle przeziębienie może szybko przejść w groźne zapalenie płuc.

Codziennosc z mukowiscydozą nie jest łatwa. Kiedy Kamil chodził do przedszkola jego dzień zaczynał się od pobudki o 5.00 rano i inhalacji. Następnie miał wykonywany drenaż oskrzeli, czyli oklepywanie klatki piersiowej i ćwiczenia oddechowe. Przed wyjściem z domu trzeba było jeszcze przyjąć leki i wypić specjalną

wysokokaloryczną odżywkę ze względu na niedobór masy ciała. Kamilek ponadto przed każdym posiłkiem musi przyjmować enzymy trawienne, bez których pokarm nie zostałby przyswojony. Posiłki muszą być wysokoenergetyczne i wysokobiałkowe. Kamil jest drobnym chłopcem i ma problemy z przybieraniem na wadze. Zdarza się, że trzeba wmuszać w niego jedzenie. Często jest tak, że po zjedzeniu jednej kanapki mówi, że boli go brzuch. A odpowiednia waga ciała jest niezmiernie ważna przy walce z mukowiscydozą.

Chłopiec w przedszkolu wśród innych dzieci czuł się bardzo dobrze, opieka ze strony personelu była również dobra. Niestety stan zdrowia się pogorszył i lekarze odradzają obecnie pobyt w zerówce, chociaż Kamil bardzo chciałby jak najszybciej tam wrócić. Zdiagnozowano jednak, że chłopiec jest bardzo osłabiony, musi mieć porządne inhalacje i drenaż, dużo wypoczynku, praktycznie non stop powinien jeść, aby przytyć. Poza tym, aby w końcu udało się zrobić zabieg, trzeba go chronić przed kolejnymi infekcjami. Kamil łapał bowiem infekcje, które spowodowały, że w grudniu trzy razy już był w szpitalu i zaplanowany wcześniej na jesień konieczny zabieg endoskopowy zatok przełożono, by chłopiec wyleczył nabyte zakażenia.

Do tego zastosowane zostały silne leki, typowe w leczeniu osób dorosłych.

Gdy Kamila dopada infekcja normalnością stają się duże ilości śluzu w płucach, częsty nocny kaszel, wymioty, ciągle niepokojące rzęzenie i ogólne osłabienie organizmu.

Niezbędna w życiu Kamila jest rehabilitacja. Doskonałym sprzętem jest specjalna kamizelka oscylacyjna, powodująca wibracje, które rozluźniają śluz zalegający w drogach oddechowych chorego, a poprzez to je oczyszczają. Dzięki wsparciu ludzi, np. poprzez wpłaty na specjalne subkonto Kamila, rodzice chłopca w 2009 roku mogli kupić taką kamizelkę. Koszt jej wyniósł 28 000 zł. Kamizelka nie zastąpiła jednak całkowicie ręcznego drenażu. Drenaż jak i inhalacja to zabiegi, które muszą być wykonywane minimum dwa razy dziennie. Zabiegi fizjoterapeutyczne proponowane przez państwowe lecznictwo to zaledwie kropla w morzu potrzeb.

Leczenie na mukowiscydozę musi być kompleksowe. To nie tylko konieczność stosowania leków również nier refundowanych przez fundusz zdrowia, takich jak np. Kreon, to także specjalne leki na wątrobę czy witaminy i drogie odżywki. W przypadku infekcji trzeba korzystać z drogich antybiotyków. Średni miesięczny koszt leków to ok. 1100 zł. Do tego dochodzi konieczność posiadania właściwego sprzętu w celu prowadzenia codziennej rehabilitacji, koszty wyjazdów i pobytów w szpitalach, nie tyle tych kontrolnych do Warszawy czy Rabki, ale takich, gdy coś się dzieje niedobrego i trzeba jechać natychmiast, tak jak to miało miejsce np. w grudniu ubiegłego roku. Zalecane dla Kamila są oczywiście wyjazdy na turnusy rehabilitacyjne. Częściową pomoc finansową do jednego turnusu w roku zaoferowało Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie. Kamilek był jak dotąd na jednym takim wyjeździe, w Ustroniu Morskim, do którego sfinansowania dołożyła się również Fundacja POLSAT. Takich wyjazdów dla dziecka chorego na mukowiscydozę powinno być jednak kilka w roku. Zalecane przez lekarzy są zwłaszcza wyjazdy nad morze.

Choroba Kamila i częste pobyty w szpitalach spowodowały, że chłopiec bardzo szybko dorasta i zaczyna zdawać sobie sprawę ze swojej inności. Zadaje coraz więcej konkretnych pytań o swoją chorobę. Ciągłe coś musi, ale i czegoś nie może...

Wysokie koszty leczenia i regularna rehabilitacja, nie licząc już czasu i poświęcenia rodziców oraz wspomagającej rodziny... Życie chorego na mukowiscydozę nie jest łatwe. Czasami potrzeba wsparcia także innych ludzi, którzy dają nadzieję na lepsze jutro.

- Chcielibyśmy serdecznie

podziękować wszystkim osobom, które w ubiegłych latach przekazały 1% swojego podatku na rzecz Kamila lub w jakikolwiek inny sposób pomogły w jego leczeniu. Dzięki Państwa pomocy wzrastają szanse na doczekanie leku, który uratuje życie naszego synka. Jesteśmy Wam bardzo wdzięczni – mówią Wioletta i Sebastian Brzóska.

I Ty, Drogi Czytelniku, możesz pomóc Kamilkowi przekazując swój 1% podatku na subkonto w Polskim Towarzystwie Walki z Mukowiscydozą. Tak przekazane pieniądze trafią na pewno do małego mieszkańca Golubia-Dobrzynia. Uzbierane środki pozwolą na dalsze leczenie oraz zakup drogich leków i sprzętu rehabilitacyjnego. Aby przekazać 1% podatku dla KAMILA BRZÓSKI należy wpisać w zeznaniu podatkowym w rubryce „Numer KRS”: 0000064892 oraz koniecznie w rubryce „Informacje uzupełniające”: 1% dla KAMILA BRZÓSKI.

Dowolne kwoty można także wpłacać na subkonto darowizn: POLSKIE TOWARZYSTWO WALKI Z MUKOWISCYDOZĄ PKO BP S.A. O/Rabka-Zdrój Nr 49 10203466 0000 9302 0002 3473 z dopiskiem „Kamil Brzóska”. Wpłaty dokonywane w PKO BP S.A. są wolne od opłaty!

Więcej o Kamilu i jego codziennych zmaganiach z chorobą można znaleźć na specjalnej stronie internetowej <http://www.kamilbrzoska.webd.pl>.

W tym roku wypada jubileuszowy, X Ogólnopolski Tydzień Mukowiscydozy. Obchodzi się go w dniach 28.02-06.03.2011 r. Inauguracją tego tygodnia będzie Dzień Chorób Rzadkich, który z racji kalendarza przypada na ostatni dzień lutego. Docelowo bowiem Dzień Chorób Rzadkich ustalony został na 29. Luty, z racji tego, że to najrzadziej występujący dzień. Ta wyjątkowa data ma pokazać jak nieliczne są osoby cierpiące na choroby rzadkie.

Choroby rzadkie dotyczą pacjentów w każdym wieku, bardzo często dzieci. Celem wydarzenia jest podkreślenie znaczenia Narodowego Programu dla Chorób Rzadkich w stworzeniu systemowych ram opieki nad pacjentami oraz wzbudzanie zainteresowania opinii publicznej problemami dotyczącymi osób z chorobami rzadkimi.

Punktem kulminacyjnym Dnia Chorób Rzadkich obchodzonego oficjalnie w Warszawie będzie wypuszczanie balonów z życzeniami pacjentów. Życzenia przyłączone do baloników z logo Dnia Chorób Rzadkich polecą do nieba. Kopie trafią do Minister Zdrowia – Ewy Kopacz.

Katarzyna
Piotrowska

Radomin

Dróg, melioracji i świetlic

Mieszkańcy poszczególnych sołectw gminy Radomin mają podobne bolączki. Podczas kończących się właśnie zebrań wiejskich najczęściej rozmawiali o stanie dróg. Były też problemy dotyczące remontów świetlic, melioracji czy budowy placów zabaw dla dzieci.

Tematyka stanu dróg zdominowała niemal wszystkie zebrania wiejskie. Mieszkańcy zwracali uwagę na stan dróg gminnych, powiatowych i wojewódzkich. Dla nich nie ma większej różnicy, kto drogami administruje, zależy im, aby były w jak najlepszym stanie.

Mieszkańcy Dulska chcą przebudowy drogi osiedlowej w kierunku szkoły oraz rozbudowy parkingu przy Wiejskim Domu Kultury. W Kamionce potrzebna jest interwencja w sprawie remontu drogi powiatowej. Remontu potrzebuje też trasa Wilczewo-Sokołowo. Mieszkańcy Wilczewka chcą remontu drogi Wilczewko – Dulsk – Frankowo. Bocheniec czeka na modernizację dróg gruntowych oraz budowę ścieżki rowerowej do Szafarni. W Radominie bardzo pilna jest interwencja w sprawie dziurawej drogi wojewódzkiej.

Mieszkańcy tej wsi apelują też o bezpieczne przejście między gimnazjum a szkołą podstawową. Poprawek drogowych chcą także mieszkańcy Szafarni, Piórkowa, Jakubkowa, Łubek, Płonka i Gaju.

To pole do popisu dla nowej Rady Gminy Radomin. W gminie

nie ma sołectwa, które nie oczekiwałoby poprawy stanu dróg. W tym roku w gminnym budżecie na wydatki drogowe zaplanowano 1,3 miliona złotych. Z tej kwoty na ich bieżące utrzymanie przeznaczone zostanie 340 tysięcy.

DG



Pluskowęsy

Poetycki jubileusz

Bartosz Małkiewicz z Kowalewa Pomorskiego został laureatem 10. Międzyszkolnego Konkursu Recytatorskiego w Pluskowęsach, który odbył się w poniedziałek 28 lutego.

- Kiedy w 2001 roku organizowałam pierwszy konkurs nie przychodziło mi do głowy to, że 10 lat później będziemy obchodzić tak piękny jubileusz - mówi Elżbieta Dęda, nauczycielka i organizatorka konkursu.

Co roku do Pluskowęs przybywają najlepsi reprezentanci szkół z terenu gminy Kowalewo oraz z miejscowości z sąsiednich gmin - Ostrowitego czy Ryńska. Konkurs powstał z myślą o najmłodszych, czyli uczniach klas pierwszych i drugich.

W jubileuszowej edycji najlepszym recytatorem okazał się Bartosz Małkiewicz. Jury przyznało dwa drugie miejsca - Damianowi Jaskulskiemu i Martynie Płochackiej. Na trzeciej pozycji również uplasowały się dwie osoby: Jakub Górny i Dorota Kalinowska.

- Nasz konkurs różni się od innych tym, że posiada on kameralny charakter. Drugą charakterystyczną cechą to brak sprzętu nagłaśniającego. Chodzi o to, by uczniowie zaprezentowali swoje naturalne zdolności recytatorskie - dodaje Elżbieta

Dęda.

Gośćmi honorowymi konkursu byli: ksiądz kanonik Bernard Kowalewski oraz przedstawiciel sponsora konkursu - jednego z wydawnictw.

PW



Wspólne zdjęcie nagrodzonych w konkursie



Jakub Midura w wierszu Pomidor



Interpretacja wiersza Marzenie komara

Golub-Dobrzyń

Czy padnie rekord?

Motocykliści zrzeszeni w Klubie Stalowe Tłoki przyłączyli się do akcji zbiórki krwi dla dzieci. Tym samym „Motoserce” odbędzie się w Golubiu-Dobrzyniu. Oprócz szczytnej idei, pomyślano też o rozrywce. Podczas finału będą koncerty, wystawy, pokazy. W zeszłym roku zbierając 80 litrów krwi znaleźliśmy się na 6 miejscu w kraju. Czy w tym roku padnie rekord?

Akcja „Motoserce” odbywa się w Polsce po raz trzeci. Organizuje ją Kongres Polskich Klubów Motocyklowych i Polski Czerwony Krzyż. Tylko kluby, grupy, czy też instytucje, które uzyskały aprobatę Kongresu, mogą organizować przedsięwzięcia w ramach tej akcji. W naszym województwie taką aprobatę posiada tylko pięć klubów - z Bydgoszczy, Torunia, Włocławka, Inowrocławia i Golubia-Dobrzynia. Grupy niezrzeszone w Kongresie, a chcące przyłączyć się do akcji, mogą nawiązać współpracę z grupą należącą do KPKM.

Choć z założenia zbiórka krwi planowana jest na jeden dzień - 16 kwietnia, w naszym mieście już się rozpoczęła.

- Gdy tylko zarejestrowaliśmy udział naszej grupy w tej akcji, rozpoczęliśmy działania. Co dwa tygodnie do naszego miasta przyjeżdża ambulans do poboru krwi. Podczas ostatniego udało nam się zaktywizować 43 osoby, które w ramach „Motoserca” oddały 18 litrów krwi - mówi Andrzej Bud-

ny ze „Stalowych Tłoków”.

Zbiórka cały czas trwa. Można do niej przystąpić - przychodząc 10 i 24 marca w godz. 12.00-16.30 na Plac Tysiąclecia, gdzie czekać będzie ambulans Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Bydgoszczy.

Finał zaplanowano na 16 marca, na terenie Szkoły Podstawowej nr 2. Początek o godz. 10.00. W programie: zbiórka krwi, koncerty, wystawa zabytkowych motocykli, traktorów, samochodów,

silników, pokazy ratownictwa medycznego. Będzie też losowanie nagród dla krwiodawców.

W zeszłym roku zbierając 80 litrów krwi znaleźliśmy się na 6 miejscu w kraju. Wyprzedziliśmy nawet Warszawę. Lepszy wynik zanotowano jedynie w Inowrocławiu, Ostrołęce, Bydgoszczy, Szczecinie i Chojnicach. Żeby w tym roku osiągnąć równie dobry wynik, potrzebne jest wsparcie mieszkańców powiatu.

tekst i fot. (kr)



W ubiegłym roku sporym zainteresowaniem cieszyła się wystawa zabytkowych motocykli. Można ją będzie zobaczyć także podczas tegorocznego finału

Program finału

godz. 10.00 - oficjalne rozpoczęcie

Przez cały czas trwania imprezy:

- wystawa zabytkowych motocykli oraz samochodów
- wystawa zabytkowych ciągników rolniczych - klub RETRO TRAKTOR, jako atrakcja odpalanie zabytkowego Ursusa
- dla osób oddających krew losowanie nagród - każdy oddający dostaje upominek
- dla dzieci konkurs rysunkowy

godz. 11.00 - zespół „Provokacja”

godz. 12.30 - zespół „Rock ‘ n flow”

godz. 14.00 - zespół „Off the Cuff”

godz. 15.00 - pokaz straży pożarnej - gaszenie i cięcie samochodu

godz. 15.30 - zespół „Horda”

godz. 16.30 - taniec z ogniem grupa „Cerber”

godz. 17.00 - zespół „Ananakofana”

godz. 18.00 - losowanie nagród głównych (2 rowery, tankbaga, elektronarzędzia)

godz. 18.15 - Podsumowanie i zakończenie akcji



Jak wygląda proces oddawania krwi?

Krok 1. - rejestracja.

Po przybyciu do punktu poboru krwi wypełniasz specjalny kwestionariusz (koniecznie musisz przedstawić aktualny dokument tożsamości ze zdjęciem, numerem PESEL oraz adresem zamieszkania). W kwestionariuszu będziesz musiał podać swoje dane osobowe, ale uwaga - są one potrzebne tylko pracownikom centrum krwiodawstwa. Podanie danych osobowych kompetentnym pracownikom RCKiK jest konieczne z uwagi na twoje bezpieczeństwo. W przypadku uzyskania wyników badań wskazujących na to, że jesteś np. zakażony jakimś wirusem, centrum jest zobowiązane do powiadomienia cię o tym i skierowania do lekarza (centrum nie prowadzi profilaktyki i leczenia).

Krok 2. - badanie poziomu hemoglobiny.

Zanim oddasz krew, trzeba zbadać w niej poziom hemoglobiny. Robi się to wyłącznie przy użyciu sprzętu jednorazowego użycia przez pobranie próbki krwi.

Krok 3. - skrócone badanie lekarskie.

Lekarz z centrum krwiodawstwa sprawdzi stan twojego zdrowia. W wywiadzie poprosi o wyjaśnienie ewentualnych wątpliwości, a jeśli wszystko będzie w porządku, zakwalifikuje cię do oddania krwi.

Krok 4. - oddanie krwi.

Pielęgniarka centrum krwiodawstwa włoży ci żyłę igłą połączoną drenami z zestawem pojemników na krew. W czasie jednego poboru możesz oddać 450 ml krwi. Ani mniej, ani więcej. Krew jest zbierana do jednorazowego plastikowego pojemnika z płynem konserwującym. Pobór krwi trwa od pięciu do ośmiu minut.

Krok 5. - krótka regeneracja sił.

Po oddaniu krwi pozostajesz - w zależności od samopoczucia - co najmniej 3 min na fotelu, a do pół godziny na terenie miejsca poboru, żeby odpocząć i upewnić się, że wszystko jest OK. Opuszczając punkt poboru krwi, otrzymasz posiłek regeneracyjny.

Ważne!

Możesz poprosić o wystawienie zaświadczenia usprawiedliwiającego twoją nieobecność w pracy (z zachowaniem prawa do wynagrodzenia), uczelni, szkole.

PAMIĘTAJMY ŻE:

- Oddawanie krwi jest bezbolesne
- Sprzęt do oddawania krwi jest jednorazowy, w warunkach sterylnych
- Każdy dawca jest badany laboratoryjnie przed pobraniem, by ustalić, czy spełnia wymagania zdrowotne
- Krew każdego dawcy jest także badana na obecność zarasków chorób wenerycznych, AIDS i żółtaczki zakaźnej.
- Ty też możesz oddać krew, wystarczy, że:**
 - Masz od 18 do 65 lat i ważysz co najmniej 50 kilogramów
 - W ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonano u ciebie tatuażu bądź przekłucia uszu lub innych części ciała
 - W ciągu ostatnich 6 miesięcy nie byłeś leczony krwią lub jej składnikami
 - Jeżeli w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie miałeś wykonanych diagnostycznych badań i zabiegów endoskopowych (gastroskopii, panendoskopii, arthroscopii, laparoskopii)
 - Aktualnie nie przyjmujesz antybiotyków, leków antykoncepcyjnych czy leków hormonalnych
 - Nie jesteś chory m.in. na cukrzycę, padaczkę, na choroby układu krążenia



Kolejka chętnych do oddawania krwi to rzadki widok. W zeszłym roku w ramach akcji „Motoserce” zebrano 80 litrów krwi, co dało naszemu miastu szóste miejsce w kraju

Obyczaje

Osiemnastki w remizach?

Osiemnaste urodziny, potocznie nazywane osiemnastkami, należą do najważniejszych w życiu każdego człowieka. Wiążą się z przejściem ze świata dziecka w świat dorosłych. Z ich okazji wyprawia się huczne imprezy, które niektórzy wspominają przez lata. Współcześnie te przyjęcia urodzinowe przypominają nawet małe wesela!



„Osiemnastka” młodym ludziom kojarzy się przede wszystkim z przywilejami i przyjemnościami. Osiągnięcie tego wieku to długo wyczekiwany moment w życiu każdego nastolatka. Młodzi ludzie myślą, że po skończeniu osiemnastu lat mogą sami o sobie decydować. Według polskiego prawa mogą głosować w wyborach, zdawać egzamin na prawo jazdy czy pić alkohol. Warto mieć skończoną osiemnastkę!

Pomysłów na świętowanie osiemnastych urodzin nie brakuje. Jedni swoją osiemnastkę obchodzą tak jak inne urodziny. Zapraszają kilkoro znajomych, może rodzinę, i tyle. Urodziny świętują w gronie najbliższych przyjaciół. Jest to mała, kameralna impreza, bez wielkich kosztów i udiwnień.

Jednak jest też grupa nastolatków, która swoje osiemnaste urodziny obchodzi bardzo hucznie. Dla nich osiemnastkowa impreza jest bardzo ważnym elementem tych urodzin. Młodym jest się tylko raz, tak jak tylko raz ma się osiemnaste urodziny. Dlatego też imprezy te wymagają wielu przygotowań i najczęściej łączą się z wysokimi kosztami. Imprezy organizowane w klubach, pubach i innych miejscach. Na pewno przez długi czas pozostaną w pa-

mięci uczestników. Popularne są także imprezy organizowane w remizach strażackich. Jednak imprezy te muszą być dobrze zorganizowane i zaplanowane. Ważne są także – jedzenie i muzyka.

- Osiemnastka jest to bardzo fajna impreza – mówi Kamil Kowalewski, licealista z „Wazówny”. - Ważna jest dobra zabawa ze znajomymi. Na osiemnastkach można tańczyć do białego rana, porozmawiać z przyjaciółmi. Główną atrakcją osiemnastek są „pachy”. Bez tego impreza nie może się odbyć.

„Pachy” to jeden z najbardziej znanych osiemnastkowych rytuałów. Jest to uderzanie jubilata osiemnaście razy pasem po tyłku. Najczęściej o północy. Jest to jak „kopniak na szczęście”. Młody człowiek, wkraczając w dorosłe życie, dostaje pasy, aby było mu łatwiej. Czasami przed tym rytuałem jubilat wypija osiemnaście kieliszków wódki, żeby znieczulić ból. Oczywiście pasy nie mogą być wymierzane z całej siły. W czasie „pasowania” nie można upokarzać osiemnastolatka. Popularne jest także podrzucanie go osiemnaście razy w górę. Mniej się słyszy o osiemnastu buziakach, pocałunkach kobiety w dłoń albo o bukietach z osiemnastu róż dla dziewcz-

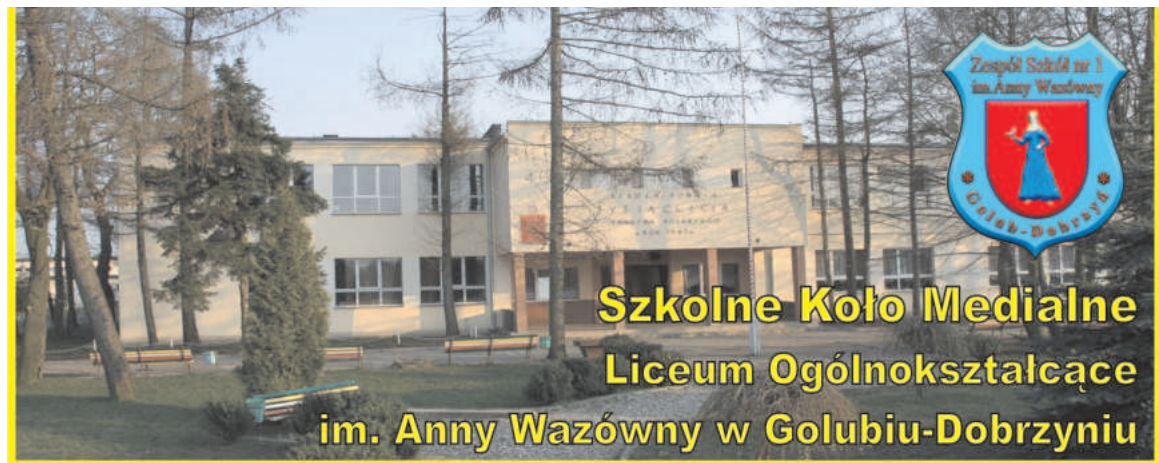
cząt.

- Bardzo lubię chodzić na osiemnastki, ponieważ jest to świetny czas, aby spotkać się ze znajomymi i poznać nowych ludzi – mówi Sara Ostrowska, licealistka z „Wazówny”. - Bardzo lubię tańczyć, dlatego chodzę na osiemnastkowe imprezy. Potrzeba tylko ludzi, którzy chcą się bawić, a takich osób jest dużo wśród moich znajomych. Jednak największym problemem jest prezent. Czasami nie wiadomo, co kto lubi. „Pasy” to fajny zwyczaj, gdy nie są za mocne, jednak wolałabym dostać osiemnaście buziaków.

Osiemnastkowe prezenty najczęściej są śmieszne. Nawiązują do osobowości obdarowywanej osoby. Czasem są to też prezenty bardziej użytkowe. Powinny być trwałe, służyć przez wiele lat i przypominać, z jakiej okazji się je dostało.

- Byłam na imprezie, podczas której obdarowany otrzymał kieliszki, kufle, pluszaki i inne mało przydatne gadżety – mówi Agnieszka Jabłońska z „Wazówny”. - Czasem jednak wśród prezentów są pamiątki. I te są chyba lepszą opcją.

Karolina
Wysakowska



**Szkolne Koło Medialne
Liceum Ogólnokształcące
im. Anny Wazówny w Golubiu-Dobrzyniu**



Ubiór

Bielizna dla ... turysty

W naszym poradniku pisaliśmy już o ubiorze, który dobrze chroni turystów, odbywających piesze wędrówki. Ubranie jest szczególnie istotne jesienią i zimą. Ostatnie tygodnie pokazały, że mróz wciąż atakuje, a temperatury rzędu -20 stopni Celsjusza mogą pojawić się wówczas, gdy wszyscy myślą, że idzie już wiosna. Wracamy do tematu ubioru. Dzisiejszy odcinek poradnika, poświęcamy bieliznie termoaktywnej.

W informatorach sklepów turystycznych można znaleźć sporo informacji o bieliznie termicznej. Jej podstawowym zadaniem jest odprowadzenie potu, jak najdalej od skóry i zagwarantowanie uczucia suchości. Materiały termoaktywne charakteryzują się też małą zdolnością do absorpcji wilgoci, dlatego szybko schną. Bielizna jest niestety najczęściej lekceważonym elementem ubioru turysty. Jeśli pod wysokiej klasy polar i membranową kurtkę założy się bawełniany podkoszulek, to i tak się go zapoci. Jeśli bielizna termoaktywna ma spełniać swoje zadanie, musi dobrze przylegać do ciała. Z tego powodu dobrze sprawdzają się materiały elastyczne. Ważne jest, by miały właściwości antybakteryjne, które zapobiegają rozkładowi potu i pojawieniu się nieprzyjemnego zapachu.

Ubrania termoaktywne najczęściej składają się z poliamidu, polipropylenu oraz elastanu. Najwyższej klasy bluza termoaktywna jednej z dobrych marek składa się z wewnętrznej warstwy polipropylenowej. Zewnętrzna zaś wełniana jest bardzo miękka w dotyku. W strefach wzmożonej potliwości zastosowano materiały typu siatka, zwiększające odprowadzanie wilgoci na zewnątrz. Strefy ze wzmocnieniami (riby) idealnie opinają ciało i dopasowują ubiór do sylwetki. Polecana może być na silne chłody lub jako jedyna warstwa pod kurtkę. Często spotykaną najgrubszą dwuwarstwową dzianiną termiczną jest Brubeck Wool Soft Bodyguard. Ta zalecana jest na ekstremalnie zimne warunki pogodowe. Wyjątkowe właściwości termiczne wełny zapewniają utrzymanie odpowiedniej temperatury ciała jednocześnie docieplając organizm.

Odzież termiczną stosuje się zazwyczaj w sporcie (narcciarstwo, wspinaczka, wyprawy zimowe, snowboard, turystyka górską, kolarstwo zimowe, nurkowanie, paralotniarstwo). Ubiór ten zalecany jest w sezonie zimowym, gdy na dworze panują niskie temperatury. Noszenie bielizny termoaktywnej podczas upałów jest bardzo niewygodne.

Bieliznę należy dobierać wyjątkowo starannie. Zbyt ciepła lub niewłaściwego rodzaju może doprowadzić do przegrzania oraz otarć, zaś zbyt lekka spowoduje wychłodzenie organizmu. Kupując taką bieliznę należy upewnić się, czy nie jest zbyt obcisła, gdyż może wpłynąć to negatywnie na przepływ krwi i utrudnić spełnianie podstawowych funkcji układu krążenia. Jej podstawowym zadaniem jest odpowiednia wentylacja, jak i transport wilgoci. Odzież termoaktywna jako dzianina hydrofilowa utrzymuje ciało osoby znajdującej się w aktywnym ruchu cały czas suche.

Ceny bluzy termicznej wahają się w granicach stu czterdziestu złotych, zaś spodni stu. Sklepy oferują szeroki zakres bielizny. Wybór zależy od firmy, jak i ceny.

Agata
Buczek





TYGODNIK REGIONU GOLUBSKO-DOBRZYŃSKIEGO PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

CZWARTEK 21:30 TVN - AMERYKAŃSKI GANGSTER

Kryminał, 190 min, USA (2007)

Frank Lucas (Denzel Washington) przez całe swoje życie był właściwie nikim. To, do czego ostatecznie doszedł, osiągnął dzięki swojej niezłomności i sprytowi. Przez piętnaście lat był szoferem gangstera imieniem Bumpy Johnson. To właśnie od niego przejął pewne nawyki, sposób działania i część własnej filozofii życiowej. Imponowało mu to, iż w głębi duszy jego szef był tak naprawdę dobrym człowiekiem, który z okazji Święta Dziękczynienia potrafił rozdawać ubogim indyki, aby wszyscy w ten dzień byli syci i szczęśliwi. Wszystko zmienia się w dniu, w którym Bumpy umiera. Dla Franka kończy się czas nauki od człowieka, którego traktował jak swojego mistrza i szanował na równi z własnym ojcem. Nie trudno się domyślić, że cały narkotykowy pół-światek nowojorskiego Harlemu ucieszyła śmierć osoby, której większość podrzędnych gangsterów była winna pieniądze. Nikt nie zwracał uwagi na Franka, który był nieodłącznym towarzyszem zmarłego i jego jedynym uczniem. W pewnym momencie w duszy Lucasa zaczyna kształtować się niezłomne postanowienie kontynuowania działalności Bumpy'ego, jednak już pod własnym "szyldem". Tymczasem rewir jego mistrza usiłuje zająć niezwykle pewny siebie handlarz narkotykami, który nie traktuje Franka zbyt poważnie, a już z całą pewnością nie uważa go za realne zagrożenie. Frank nie ma zbyt wiele czasu, aby ubiec konkurenta.

PIĄTEK 20:00 POLSAT - EPOKA LODOWCOWA

Animacja, 105 min, USA (2002)

Akcja tej animowanej komedii przygodowej rozgrywa się 20 000 lat temu, gdy świat staje w obliczu zagłady. A wszystko za sprawą Scrata - małego niepozornego zwierzątka będącego połączeniem wiewiórki i szczura, który próbując ukryć w lodzie z trudem zdobytego żołędzia wywołuje Epokę Lodowcową. Na tle tej epoki obserwujemy losy trzech niezwykle bohaterów. Olbrzymi obdarzony ironicznym poczuciem humoru mamut Manny przemierza bezkresne i ośnieżone równiny. Los chce, że spotyka na swej drodze Sida - gadatliwego leniwca bez przerwy pakującego się w kłopoty. Manny bardzo niechętnie przystaje na jego towarzystwo. Razem wędrując napotykają na dziecko. Czekają ich nowa misja - oddać dziecko rodzinie, która z pewnością go poszukuje. Wkrótce do tego osobliwego duetu dołącza Diego, przebiegły tygrys szablozęby. Wędrowcy nie wiedzą jednak, że nowy towarzysz podróży ma ukryte zamiary.

SOBOTA 23:30 TVP 2 - TRAFFIC

Akcja, 150 min, USA (2000)

"Traffic" filmem zwyczajnym nie jest. Co prawda głównym tematem, wokół którego snuje się kilka wątków, są narkotyki, jednak historie opowiedziane są w sposób niebanalny i nieszablonowy, a ogólne wrażenie podczas oglądania nie da się porównać z żadnym innym obrazem. Głównym bohaterem jednego ze splatających się ze sobą nitek akcji jest sędzia Wakefield (Michael Douglas), który właśnie został powołany przez Prezydenta USA na stanowisko Głównodowodzącego ds. Zwalczania Narkotyków. Pełni on swą służbę dla kraju w Waszyngtonie, z dala od żony i córki. Małżonka jest osobą, do której najlepiej pasuje określenie "niewyraźna", może trochę zagubiona z powodu utraty swego mężczyzny. Córka za to z pewnością wybija się z tłumu. Jedną z najlepszych uczennic swojej (prywatnej) szkoły, "trzecia w klasie", "większość ocen to szóstki".

PONIEDZIAŁEK 20:00 POLSAT - KOD DA VINCI

Akcja, 180 min, USA (2006)

Akcja filmu koncentruje się na niezwykle szybkim śledztwie o zabójstwo, które prowadzi główny bohater Robert Langdon profesor symboliki religijnej wraz z "przypadkowo" spotkaną Sophie Neveu. Już w pierwszych minutach filmu główny bohater staje się głównym podejrzanym. Postawiony jest w sytuacji bez wyjścia - albo trafi do aresztu jako podejrzany albo ucieknie.

Czwartek, 3 marca 2011

TVP 1

06:00 Kawa czy herbata?
08:20 Polityka przy kawie
08:35 Banda Rudego Pajaka (4) - serial
09:10 Domisie (204) - dla dzieci
09:40 Koszmarny Karolek (65) - serial
09:55 Psie opowieści, czyli ochy i fochy (1) - dla dzieci
10:15 Heidi (26) - serial
10:50 My, wy, oni
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:40 Siódme niebo (8) - serial
13:40 Plebania (1651) - serial
14:10 Klan (2040) - serial
14:40 Eurowizja 2011 na bis - muzyka
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:35 Plebania (1652) - serial
16:00 Klan (2041) - serial
16:30 Celownik
16:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
17:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
17:55 Teleexpress
18:05 Mistrzostwa Świata w Oslo
19:05 Księżycowy miś (7) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Ojciec Mateusz (57) - serial
21:25 Sprawa dla reportera - dokument
22:20 Hidalgo - Ocean ognia - film fabularny
00:45 Miłość - zawilość - film fabularny
02:40 Detoks (1) - serial
03:35 Notacje (345) - dokument
03:50 Zagadkowa Jedynka - rozrywka



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Prosto w serce (43) - serial
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Na Wspólnej (1405) - serial
11:35 Granie na ekranie - rozrywka
12:10 Mango - Telezakupy
12:40 W-11 wydział śledczy (772) - serial
13:20 Detektywi (783) - serial
13:55 Detektyw Monk (4) - serial
14:55 Między kuchnią a salonem
15:55 Rozmowy w toku - talk show
16:55 Sąd rodzinny (162) - serial
17:55 Prosto w serce (44) - serial
18:25 Detektywi (784) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1406) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (773) - serial
21:30 Amerykański gangster - film fabularny
00:40 Bez śladu (24) - serial
01:40 Multikino (538) - kultura
02:05 Mentalista (14) - serial
03:05 Arkana magii - rozrywka



08:00 Walet pikowy - film fabularny
09:40 Podejrzane tematy - dokument
10:45 Dyrektorzy (1) - serial
12:30 Gambit - film fabularny
14:30 Dróżnik - film fabularny
16:10 Truman Show - film fabularny
18:05 Szczęki II - film fabularny
20:10 Zatoichi - film fabularny

XIX w., Japonia. Do górskiego miasteczka przybywa ślepy tulacz Zatoichi, który zarabia na życie hazardem i usługami masażysty. Pod tą maską kryje się jednak jeden z największych mistrzów miecza.

22:30 Dziewczyna na urodziny - film fabularny
00:15 Wallander (10) - film fabularny
02:00 Olek - film fabularny
03:15 Wstyd - film fabularny

TVP 2

06:00 M.A.S.H. (190) - serial
06:35 Córki McLeoda (207) - serial
07:30 Na dobre i na złe (126) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie
10:50 Aleja gwiazd - rozrywka
11:15 Telezakupy
11:45 KSM, czyli Kabaretowa Siła Miłości (1) - rozrywka
12:55 Na wariackich papierach (2) - serial
13:50 Mistrzostwa Świata w Oslo
14:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
15:25 Barwy szczęścia (549) - serial
16:00 Panorama - świat
16:15 Gorący temat - publicystyka
16:20 Pogoda
16:35 A normalnie o tej porze
17:25 Gilotyna (81) - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Sport-telegram
18:30 Pogoda
18:40 Bitwa na głosy - z planu (9)
19:00 Licencja na wychowanie (78) - serial
19:40 Sąsiedzi (23) - serial
20:10 Barwy szczęścia (550) - serial
20:45 Dr House (113) - serial
21:45 Instynkt (1) - serial
22:40 Siostra Jackie (8) - serial
23:20 Punkt widzenia - talk show
00:15 Urodzony 4 lipca - film fabularny
02:45 Lekcja polskiego kina - dokument



06:25 Turecki dla początkujących (13) - serial
06:55 Turecki dla początkujących (14) - serial
07:30 Szymon Majewski Show
08:30 Majka (24) - serial
09:00 Majka (25) - serial
09:30 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze (11) - serial
10:30 Zaklinaczka duchów (3) - serial
11:30 Telezakupy
13:05 Apetyt na kasę - rozrywka
14:05 Marina (137) - serial
15:05 Szymon Majewski Show
16:05 Chuck (12) - serial
17:00 Majka (26) - serial
17:30 Majka (27) - serial
18:00 Zaklinaczka duchów (4) - serial
19:00 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze (12) - serial
20:00 Uznany za niewinnego - film fabularny
22:35 Ally McBeal (11) - serial
23:35 Ally McBeal (12) - serial
00:30 Dom na przeklętym wzgórzu - film fabularny
02:20 Arkana magii - rozrywka

CANAL+

06:00 Łąpu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:05 Minisport+
07:15 Łąpu capu
07:20 Nie przegap
07:30 Amerykański tata (4) - serial
08:00 Bociany znad rzeki Luangwa - dokument
09:00 Klub kawalerów - film fabularny
10:35 Wygraj randkę - film fabularny
12:15 Mumia - film fabularny
14:25 Śledztwo na cztery ręce - film fabularny
16:20 Miasto z morza - film fabularny
18:25 Ekstrakt - film fabularny
20:00 Łąpu capu
20:10 Amerykański tata (5) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łąpu capu
20:50 Minisport+
21:00 Magia kłamstwa (16) - serial
21:50 Caprica (8) - serial
22:40 Otcłan - film fabularny
01:30 General Nii - film fabularny
03:35 Aktualności filmowe
04:00 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:15 TV market
07:30 Kot w butach - film fabularny
09:00 Rodzina zastępcza plus (279) - serial
10:00 Daleko od noszy (4) - serial
10:30 Świat według Kiepskich (249) - serial
11:00 Malanowski i Partnerzy (250) - serial
11:30 I kto tu rządzi? (34) - serial
12:00 Dom nie do poznania (127)
13:00 Ostry dyżur (2) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1258) - serial
14:45 Trudne sprawy (4) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i Partnerzy (251) - serial
17:00 Dlaczego ja? (123) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1259) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (253) - serial
20:00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15) - serial
21:00 Hotel 52 (2) - serial
22:00 Szpilki na Giewoncie (2) - serial
23:00 Kobiety Klub Zbrodni (1) - serial
00:00 Rozdroża - Opowieść o przebaczeniu - film fabularny
02:00 Program interaktywny



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:15 Słoneczny patrol (130) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną
09:20 Morze miłości (123) - serial
10:20 Osaczona (112) - serial
11:20 Nie igraj z aniołem (133) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 Dekoratornia - film telewizyjny
14:00 Dziewczyny z fortuną
15:00 Galileo
16:00 Osaczona (113) - serial
17:00 Nie igraj z aniołem (134) - serial
18:00 Dennis rozrabiaka (4) - serial
18:30 Różowa pantera (4) - serial
19:00 Morze miłości (124) - serial
20:00 Zostań - film fabularny
22:05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5) - serial
23:05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6) - serial
00:05 Ogniste uczucia - film fabularny
02:00 Kłamczuch - rozrywka
03:05 Muzyczne listy - muzyka
03:55 Kinomaniak - kultura



08:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
09:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
10:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
11:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
12:15 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansysku
14:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
15:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
16:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
16:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
18:45 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansysku
20:00 Fight Club
21:50 Mistrzostwa Świata w Oslo
23:15 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansysku
00:30 Mistrzostwa Świata w Oslo

TVP 1

06:00 Kawa czy herbata?
 08:15 Polityka przy kawie
 08:30 Banda Rudego Pajaka (5) - serial
 09:20 Z Jedynką po drodze
 09:35 Operacja "Słoń" - film fabularny
 11:20 Telezakupy
 12:00 Wiadomości
 12:10 Agrobiznes
 12:40 Siódme niebo (9) - serial
 13:40 Plebania (1652) - serial
 14:05 Klan (2041) - serial
 14:40 Eurowizja 2011 na bis - muzyka
 15:00 Wiadomości
 15:10 Pogoda
 15:50 Moda na sukces (5362) - serial
 16:15 Moda na sukces (5363) - serial
 16:40 Celownik
 17:00 Teleexpress
 17:15 Pogoda
 17:25 Plebania (1653) - serial
 17:55 Klan (2042) - serial
 18:35 Jaka to melodia? - rozrywka
 19:05 Tomek i przyjaciele (21) - serial
 19:30 Wiadomości
 20:00 Sport
 20:10 Pogoda
 20:25 Wall-E - film fabularny
 22:20 Terminator: Kroniki Sary Connor (1) - serial
 23:10 Weekendowy magazyn filmowy - kultura
 23:40 Pokój na końcu korytarza - film fabularny
 01:20 Historia Wendella Bakera - film fabularny
 03:10 Pięć minut przed gwizdkiem - film fabularny

tvn

06:00 Mango - Telezakupy
 07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
 08:00 Prosto w serce (44) - serial
 08:30 Dzień dobry TVN
 11:00 Na Wspólnej (1406) - serial
 11:35 Granie na ekranie - rozrywka
 12:10 Mango - Telezakupy
 12:40 W-11 wydział śledczy (773) - serial
 13:20 Detektywi (784) - serial
 13:55 Detektyw Monk (5) - serial
 14:55 Między kuchnią a salonem - talk show
 15:55 Rozmowy w toku - talk show
 16:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (556) - serial
 17:55 Prosto w serce (45) - serial
 18:25 Detektywi (785) - serial
 19:00 Fakty
 19:30 Sport
 19:40 Pogoda
 19:50 Uwaga!
 20:00 Madagaskar II - film fabularny
 21:55 Krwawy diament - film fabularny
 00:45 Kuba Wojewódzki (16) - talk show
 01:45 Uwaga!
 02:05 Arkana magii - rozrywka
 03:25 Rozmowy w toku - talk show

kinor

08:00 Na czerwonym dywanie - dokument
 09:05 Kłątwa Doliny Węży - film fabularny
 11:00 Francuski łącznik - film fabularny
 12:55 Młody Frankenstein - film fabularny
 14:50 Scherzo - film krótkometrażowy
 15:10 Podejrzane tematy - dokument
 16:20 Razem i osobno - film fabularny
 18:25 Śmierć rewolwerowca - film fabularny
 20:10 Blask - film fabularny

Opowieść o życiu genialnego australijskiego pianisty, Davida Helfgotta, którego świetnie zapowiadającą się karierę przerwał długoletni pobyt w zakładzie psychiatryczny.

22:05 Imperium wilków - film fabularny
 00:25 Oko - film fabularny
 02:05 Sobowtór - film fabularny
 03:15 Jan z drzewa - film fabularny

TVP 2

06:05 M.A.S.H. (191) - serial
 06:40 Córki McLeoda (208) - serial
 07:30 Na dobre i na złe (127) - serial
 08:30 Pytanie na śniadanie
 10:45 Aleja gwiazd - rozrywka
 11:05 Pogotowie modowe
 11:25 Akcja - stylizacja
 11:50 Kabaretowy Klub Dwójki (29)
 12:50 Na wariackich papierach (3) - serial
 13:50 Licencja na wychowanie (78) - serial
 14:25 Barwy szczęścia (550) - serial
 15:00 Instyngt (1) - serial
 16:00 Panorama - świat
 16:15 Gorący temat - publicystyka
 16:20 Pogoda
 16:35 A normalnie o tej porze
 17:25 Gilotyna (82) - rozrywka
 18:00 Panorama
 18:25 Sport-telegram
 18:30 Pogoda
 18:45 Kabaretowy Klub Dwójki (1)
 19:05 Zaklinacz dusz (1) - serial
 19:55 Kocham Cię, Polsko! - rozrywka
 20:05 Na dobre i na złe (434) - serial
 21:10 Kocham Cię, Polsko! (52)
 22:40 Kocham Cię, Polsko! - rozrywka
 22:45 Spokojnie, tatuśku - film fabularny
 01:00 Był tu Willie Boy - film fabularny
 02:50 Traffic - film fabularny

tvn

06:25 Turecki dla początkujących (15) - serial
 06:55 Turecki dla początkujących (16) - serial
 07:30 Szymon Majewski Show
 08:30 Majka (26) - serial
 09:00 Majka (27) - serial
 09:30 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze (12) - serial
 10:30 Zaklinaczka duchów (4) - serial
 11:30 Telezakupy
 13:05 Apetyt na kasę - rozrywka
 14:05 Marina (138) - serial
 15:05 Szymon Majewski Show
 16:05 Chuck (13) - serial
 17:00 Majka (28) - serial
 17:30 Majka (29) - serial
 18:00 Zaklinaczka duchów (5) - serial
 19:00 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze (13) - serial
 20:00 Strzały nad Saber River - film fabularny
 22:00 Nie z tego świata (3) - serial
 23:00 Absolon - film fabularny
 00:55 Arkana magii - rozrywka

CANAL+

07:05 Minisport+
 07:15 Łapu capu
 07:20 Nie przegap
 07:30 Amerykański tata (5) - serial
 08:00 Pociąg - film fabularny
 09:35 Tydzień tu, tydzień tam - film fabularny
 11:15 Skarb - film fabularny
 12:40 Fanboys - film fabularny
 14:10 Kings of Leon - koncert w Londynie - muzyka
 16:00 Kocham cię, Beth Cooper - film fabularny
 17:45 Che. Rewolucja - film fabularny
 20:00 Łapu capu
 20:10 Amerykański tata (6) - serial
 20:35 Nie przegap
 20:45 Łapu capu
 20:50 Minisport+
 21:00 The Box. Pułapka - film fabularny
 23:00 Teoria zabijania - film fabularny
 00:30 Zwycięzca - film fabularny
 02:35 Cichy współnik - film fabularny

TVP 1

06:00 Nowy dzień z Polsat News
 07:15 TV market
 07:30 Scooby Doo i śnieżny stwór - film fabularny
 09:00 Rodzina zastępcza plus (280) - serial
 10:00 Daleko od noszy (5) - serial
 10:30 Świat według Kiepskich (250) - serial
 11:00 Malanowski i Partnerzy (251) - serial
 11:30 I kto tu rządzi? (35) - serial
 12:00 Dom nie do poznania (128)
 13:00 Ostry dyżur (3) - serial
 14:00 Pierwsza miłość (1259) - serial
 14:45 Trudne sprawy (5) - serial
 15:50 Wydarzenia
 16:10 Pogoda
 16:15 Interwencja
 16:30 Malanowski i Partnerzy (252) - serial
 17:00 Dlaczego ja? (124) - serial
 18:00 Pierwsza miłość (1260) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich (254) - serial
 20:00 Epoka lodowcowa - film fabularny
 21:45 Gothika - film fabularny
 23:50 Zabić prezydenta - film fabularny
 02:00 Program interaktywny

tvn

06:10 Muzyczne listy - muzyka
 07:15 Słoneczny patrol (131) - serial
 08:20 Dziewczyny z fortuną
 09:20 Morze miłości (124) - serial
 10:20 Osaczona (113) - serial
 11:20 Nie igraj z aniołem (134) - serial
 12:30 Muzyczne listy - muzyka
 13:30 AlleGra
 14:00 Dziewczyny z fortuną
 15:00 Galileo
 16:00 Osaczona (114) - serial
 17:00 Nie igraj z aniołem (135) - serial
 18:00 Dennis rozrabiaka (5) - serial
 18:30 Różowa pantera (5) - serial
 19:00 Galileo Extra
 20:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (5) - serial
 21:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6) - serial
 22:00 Ice Road Truckers: Drogi śmierci (1) - dokument
 23:05 Deviant Divas - film fabularny
 01:00 Krokodyl zabójca - film fabularny
 03:00 Galileo
 03:45 Muzyczne listy - muzyka

EUROSPORT

08:30 Turniej Masters w skoku o tyczce w Doniecku
 09:00 Halowe Mistrzostwa Europy w Paryżu
 11:30 Mistrzostwa Świata w Oslo - film fabularny
 12:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
 14:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
 15:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
 16:45 Halowe Mistrzostwa Europy w Paryżu
 19:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
 20:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
 21:00 Super Grand Prix w Göteborgu
 22:00 Mistrzostwa Świata w Austrii
 22:30 Mistrzostwa Świata w Austrii
 23:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
 23:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
 00:30 Freeride Spirit
 00:45 Watts
 01:00 Turniej Masters w skoku o tyczce w Doniecku

TVP 1

06:00 Dla przyszłości - publicystyka
 06:35 Klub przyjaciół Myszk Miki (48) - serial
 07:05 Hannah Montana (42) - serial
 07:30 Rok w ogrodzie
 08:00 Kawa czy herbata?
 10:35 Kudłaty zaprzęg - film fabularny
 12:05 Człowiek-orkiestra (8) - film krótkometrażowy
 12:10 Koszmarny Karolek (66) - serial
 12:25 Ziarno
 13:00 Wiadomości
 13:20 Komisarz Rex (3) - serial
 14:20 1920. Wojna i miłość (1) - serial
 15:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
 15:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
 17:40 Teleexpress
 17:50 Pogoda
 17:55 Jaka to melodia? - wydanie specjalne - rozrywka
 18:50 Jaka to melodia? - wydanie specjalne - rozrywka
 19:00 Śmierć (146) - serial
 19:30 Wiadomości
 19:50 Sport
 20:05 Pogoda
 20:20 Chichot losu (1) - serial
 21:20 Con-Air - Lot skazańców - film fabularny
 23:25 Narzędzia zbrodni - film fabularny
 01:05 Rodzinne sekrety - film fabularny
 02:45 W biały dzień - film fabularny

tvn

08:00 Pascal: po prostu gotuj
 08:30 Dzień dobry TVN
 10:50 Na Wspólnej (1403) - serial
 11:15 Na Wspólnej (1404) - serial
 11:40 Na Wspólnej (1405) - serial
 12:05 Na Wspólnej (1406) - serial
 12:35 Przepis na życie - kulisy serialu - dokument
 12:55 Madagaskar II - film fabularny
 14:40 You can dance - Po prostu tańcz! (1) - rozrywka
 15:45 Prosto w serce (41) - serial
 16:10 Prosto w serce (42) - serial
 16:35 Prosto w serce (43) - serial
 17:05 Prosto w serce (44) - serial
 17:30 Prosto w serce (45) - serial
 18:00 Kuchenne rewolucje (4)
 19:00 Fakty
 19:25 Sport
 19:35 Pogoda
 19:45 Uwaga!
 20:00 Idealny facet dla mojej dziewczyny - film fabularny
 22:40 Ogłaszam was Chuckiem i Larrym - film fabularny
 01:00 Brudna wojna - film fabularny
 02:55 Arkana magii - rozrywka

kinor

08:00 Kierunek: Islandia - film krótkometrażowy
 08:35 Przed zachodem słońca - film fabularny
 10:05 Szarada - film fabularny
 12:10 Duma i uprzedzenie - film fabularny
 14:15 Portrety - dokument
 14:25 Gra o miłość - film fabularny
 16:20 Panna Marple: Uspione morderstwo - serial
 18:10 Szybcy i wściekli - film fabularny
 20:10 Solaris - film fabularny

Psycholog, dr Chris Kelvin, zostaje wysłany na stację kosmiczną, która utraciła kontakt z Ziemią. Na miejscu okazuje się, że jej dowódca nie żyje, a załoga zdradza objawy choroby psychicznej.

22:00 Drakula 2000 - film fabularny
 23:50 Nieznajoma - film fabularny
 01:50 Wstyd - film fabularny
 03:10 RajUstopy - film fabularny

TVP 2

06:00 Dla przyszłości - publicystyka
 06:35 Miłość jest silniejsza - dokument
 07:05 Flintstonowie (14) - serial
 07:40 Hrabia Monte Christo (7) - serial
 08:40 M jak miłość (813) - serial
 09:40 Barwy szczęścia (547) - serial
 10:10 Barwy szczęścia (548) - serial
 10:45 Licencja na wychowanie (75) - serial
 11:15 Licencja na wychowanie (76) - serial
 11:50 Mistrzostwa Świata w Oslo
 12:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
 14:00 Familiada - rozrywka
 14:40 Rodzinka.pl (1) - serial
 15:20 Kocham Cię, Polsko! (52)
 16:45 Słowo na niedzielę
 16:55 Berlusconi: gwiazdor polityki - dokument
 18:00 Panorama
 18:35 Sport-telegram
 18:45 Pogoda
 18:55 Postaw na milion - kulisy (1) - dokument
 19:05 Postaw na milion (1) - rozrywka
 19:55 Bitwa na głosy - prolog (1) - kultura
 20:05 Bitwa na głosy (1) - kultura
 20:50 Bitwa na głosy (2) - kultura
 21:50 Jak rozpiełem II wojnę światową (1) - film fabularny
 23:30 Traffic - film fabularny
 02:00 Markiza Pompadour (1) - film fabularny
 03:55 Moj pierwszy raz (40)

tvn

06:05 Misja Martyna - extra (5)
 06:35 Pascal: po prostu gotuj
 07:05 Telezakupy
 09:10 Tajemnice Smallville (7) - serial
 10:05 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (3) - serial
 10:35 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (4) - serial
 11:05 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (5) - serial
 11:35 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (6) - serial
 12:05 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (7) - serial
 12:35 Cztorej pancerni i pies (1) - serial
 13:50 Jak nie urządzać domu
 14:55 Jak nie urządzać domu
 16:00 Uwaga, faceci! (17) - serial
 17:00 Dwóch i pół (1) - serial
 17:30 Dwóch i pół (2) - serial
 18:00 Dwóch i pół (3) - serial
 18:30 Dwóch i pół (4) - serial
 19:00 Dwóch i pół (5) - serial
 19:30 Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski - film fabularny
 21:15 Diukowie Hazzardu: Początek - film fabularny
 23:20 Kostka przeznaczenia - film fabularny
 01:05 Arkana magii - rozrywka

CANAL+

07:00 Minisport+
 07:10 Łapu capu
 07:25 Wszyscy święci - film fabularny
 08:50 Wilk - film fabularny
 10:40 Poirot - Morderstwo w Orient Expressie - film fabularny
 12:20 Aktualności filmowe
 12:30 Aktualności filmowe
 13:05 O'Galop - rysownik i malarz - dokument
 14:00 Bohaterowie futbolu - dokument
 14:30 Kot - film fabularny
 15:55 Alvin i wiewiórki II - film fabularny
 17:30 The Event - Zdarzenie (6) - serial
 18:20 Przeblysk geniuszu - film fabularny
 20:20 Avatar - jak powstał świat Pandory? - dokument
 20:45 Juventus Turyn - AC Milan
 22:50 The Limits of Control - film fabularny
 00:50 Poranek kojota - film fabularny
 02:25 Battlestar Galactica - Wielki plan - film fabularny
 03:55 Diabelskie igraszki - film fabularny

TVP 1

06:00 Nowy dzień z Polsat News
 07:15 Przygody Animków (1) - serial
 07:45 Przygody Animków (2) - serial
 08:15 New Scooby-Doo Mysteries (1) - serial
 08:45 Miś Yogi (1) - serial
 08:55 Miś Yogi (2) - serial
 09:05 Miś Yogi (3) - serial
 09:15 Sylwester i Tweety na tropie (1) - serial
 09:45 Magazyn UEFA Champions League
 10:15 Ewa gotuje
 10:45 I kto tu rządzi? (40) - serial
 11:15 Oblędny rycerz - film fabularny
 14:00 Dom nie do poznania (204)
 15:00 Się kręci (212) - rozrywka
 16:00 Epoka lodowcowa - film fabularny
 17:45 Przygody Merlina (1) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport
 19:25 Pogoda
 19:30 Daleko od noszy (26) - serial
 20:00 Tylko muzyka. Must be the music (1) - rozrywka
 21:25 KSW 15 News
 21:30 American Pie - film fabularny
 23:30 Paweł Kołodziej - Felix Cora jr
 00:30 Krwawa uczta - film fabularny
 02:30 Program interaktywny

tvn

06:25 Kłaczuch - rozrywka
 07:30 Kinomaniak - kultura
 08:00 Galileo
 09:00 Dennis rozrabiaka (1) - serial
 09:30 Dennis rozrabiaka (2) - serial
 10:00 Różowa pantera (1) - serial
 10:30 Różowa pantera (2) - serial
 11:00 Galileo Extra
 12:00 Mała czarna (266) - talk show
 13:00 Kinomaniak - kultura
 13:30 VIP - kultura
 14:00 Orlen Australia Tour - rozrywka
 14:30 Sport
 16:55 Dennis rozrabiaka (3) - serial
 17:25 Różowa pantera (3) - serial
 17:55 Z lodów północy na pustynię - dokument
 19:00 Galileo
 20:00 Zemsta gangstera - film fabularny
 22:00 Spadkobiercy - rozrywka
 23:00 Bellator Fighting Championships
 01:05 Ogniste uczucia - film fabularny
 02:55 Galileo
 03:45 Kinomaniak - kultura

EUROSPORT

08:30 Freeride Spirit
 08:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
 09:45 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansyjsku
 11:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
 11:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
 13:30 Puchar Świata w Tarvisio
 13:45 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansyjsku
 15:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
 17:10 Wintersports
 17:15 Halowe Mistrzostwa Europy w Paryżu
 19:00 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansyjsku
 20:00 Fight Club
 22:00 Halowe Mistrzostwa Europy w Paryżu
 23:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
 00:45 Mistrzostwa Świata w Chanty - Mansyjsku



06:00 Dla przyszłości - publicystyka
06:30 Małgosia i bućki (16) - serial
07:00 Transmisja mszy św.
z Sanktuarium Bożego
Miłosierdzia w Krakowie
Łagiewnikach
08:00 Kawa czy herbata?
10:40 Smerfy (146) - serial
11:05 Opowiedz nam coś, Milu (25)
- serial
11:15 Tydzień
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
13:00 Wiadomości
13:20 Crusoe (3) - serial
14:20 Crusoe (4) - serial
15:15 Halowe Mistrzostwa Europy
w Paryżu
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Ojciec Mateusz (57) - serial
18:25 Jaka to melodia? - rozrywka
19:00 Moi przyjaciele: Tygrys
i Kubuś (37) - serial
19:30 Wiadomości
19:50 Sport
20:05 Pogoda
20:20 Ranczo (53) - serial
21:25 Wesele - film fabularny
23:20 Królowie mambo
- film fabularny
01:15 Czas Cyganów - film fabularny
03:45 Coś za coś - film fabularny



08:00 Maja w ogrodzie
08:25 Akademia ogrodnika
08:30 Dzień dobry TVN
10:55 Kuchenne rewolucje (4)
- rozrywka
11:55 Co za tydzień
12:30 Usta usta (1) - serial
13:30 Top Model. Zostań modelką
(13) - rozrywka
15:10 Mam talent (13) - rozrywka
17:25 Cofnij zegar (1) - rozrywka
18:00 Wipeout - Wymiatacze (4)
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 X Factor (1) - rozrywka
21:25 Przepis na życie (1) - serial
22:25 Partnerki (1) - serial
23:25 Ocalić Jessicę Lynch
- film fabularny
01:20 Uwaga!
01:40 Arkana magii - rozrywka
03:00 Nic straconego



08:00 The Luv Race
- film krótkometrażowy
08:15 Grek Zorba - film fabularny
10:45 Dyrektorzy (1) - serial
12:30 Historie z Izraela
- film krótkometrażowy
13:15 Blask - film fabularny
15:10 Solaris - film fabularny
17:00 Eroica - film fabularny
19:05 Za drzwiami Actors Studio
- dokument
20:10 Panna Marple:
Dom niespokojnej starości
- serial
22:00 Zatoichi - film fabularny
00:20 Kręgosłup diabła
- film fabularny
02:10 Kamienne tablice
- film fabularny



06:30 Natura się o(d)placa (5)
- dokument
06:55 M jak miłość (814) - serial
07:55 Barwy szczęścia (549) - serial
08:30 Barwy szczęścia (550) - serial
09:00 Strefa gwiazd
09:25 Wajrak na tropie - dokument
10:00 W 80 ogrodów dookoła świata
(6) - dokument
11:05 Wojciech Cejrowski - boso
przez świat (107) - dokument
11:40 Makłowicz w podróży
12:20 Bitwa na głosy (1) - kultura
14:00 Familiada - rozrywka
14:35 Rodzinka.pl (2) - serial
15:10 Szansa na sukces - rozrywka
16:15 Na dobre i na złe (434) - serial
17:15 Halowe Mistrzostwa Europy
w Paryżu
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:35 Pogoda
18:45 Tak to leciało! - kulisy
- dokument
18:55 Tak to leciało! (89) - rozrywka
20:05 Kabaretowy Klub Dwójki (35)
21:05 Indiana Jones i Królestwo
Kryształowej Czaszki
- film fabularny
23:15 Magazyn Ekstraklasy
- Szybka piłka
23:45 Kocham kino - kultura
00:25 Efekt Chopina - dokument
01:25 Strefa gwiazd
01:50 Jak rozpętałem II wojnę
światową (1) - film fabularny
03:25 Wrota Europy - film fabularny



06:15 Misja Martyna - extra (6)
06:45 Pascal: po prostu gotuj
07:15 Telezakupy
09:20 Happy Hour (1) - serial
09:50 Happy hour (2) - serial
10:20 Tajemnice Smallville (8) - serial
11:20 Czary mary - film fabularny
13:15 Strzały nad Saber River
- film fabularny
15:15 Akademia policyjna IV: Patrol
obywatelski - film fabularny
17:00 Agenci NCIS (24) - serial
18:00 Kobra - oddział specjalny (1)
- serial
19:05 Uwaga, faceci! (17) - serial
20:05 W jak wendeta - film fabularny
22:45 Krok od domu (21) - serial
23:45 Amerykański ninja
- film fabularny
01:40 Arkana magii - rozrywka



06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:00 Japonia - opowieść o miłości
i nienawiści - dokument
08:00 Bohaterowie futbolu
- dokument
08:35 Otchłań - film fabularny
11:30 Było sobie kłamstwo
- film fabularny
13:15 Logorama
- film krótkometrażowy
13:40 Raj dla par - film fabularny
15:40 Kobieta na Marsie, mężczyzna
na Wenus - film fabularny
17:20 Łapu capu
17:30 Caprica (8) - serial
18:20 Magia kłamstwa (16) - serial
19:10 Aktualności filmowe
19:20 Aktualności filmowe
19:50 Nie przegap
20:00 Zaginiony łąd - film fabularny
21:45 W cywilu II - film fabularny
23:25 Millennium - Mężczyźni,
którzy nienawidzą kobiet
- film fabularny
02:00 Zabójcze ciało - film fabularny
03:40 Moje pieczone kurczaki
- film fabularny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:15 Scooby Doo, gdzie jesteś? (1)
- serial
07:45 Kaczor Donald przedstawia
(13) - dla dzieci
08:15 Kaczor Donald przedstawia
(14) - dla dzieci
08:45 Tom i Jerry (1) - serial
09:15 Scooby Doo (4) - serial
09:45 Gumisie (10) - serial
10:15 Gumisie (11) - serial
10:45 Niejaki Joe - film fabularny
12:45 Moja macocha jest kosmitką
- film fabularny
15:00 Stary, gdzie moja bryka?
- film fabularny
16:45 Szpilki na Giewoncie (2) - serial
17:45 Hotel 52 (2) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (353)
- serial
20:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami
(14) - serial
21:00 Kości (14) - serial
21:55 KSW 15 News
22:00 Kości (15) - serial
23:00 Instykt mordercy (13) - serial
00:00 Dzikie żądze II - film fabularny
02:00 Magazyn sportowy
04:00 Program interaktywny



06:20 Klamczuch - rozrywka
07:20 Dekoratornia - film telewizyjny
07:50 Galileo
08:50 Upiór w kampusie
- film fabularny
11:00 Galileo
12:00 Mała czarna (267) - talk show
13:00 Dekoratornia - film telewizyjny
13:30 Spadkobiercy - rozrywka
14:30 Różowa pantera (5) - serial
15:00 Galileo
16:00 STOP Drogówka
17:00 Dennis rozrabiaka (4) - serial
17:30 Dennis rozrabiaka (5) - serial
18:00 Różowa pantera (4) - serial
18:30 KS Vive Targi Kielce
- THW Kiel
20:30 STOP Drogówka
21:00 Dragons' Den - jak zostać
milionerem (1) - rozrywka
22:00 Spadkobiercy (40) - rozrywka
23:00 Zwycięzcy i grzesznicy
- film fabularny
01:20 Wszyscy twoi święci
- film fabularny
03:20 Galileo



08:30 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
09:45 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
10:45 Puchar Świata w Tarvisio
12:15 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
13:15 Mistrzostwa Świata w Oslo
15:25 Wintersports
15:30 Halowe Mistrzostwa Europy
w Paryżu
18:00 Paryż-Nicea
19:00 Mistrzostwa Świata w Oslo
20:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
20:45 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
21:30 Halowe Mistrzostwa Europy
w Paryżu
23:00 Paryż-Nicea
00:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
00:30 Mistrzostwa Świata w Oslo



06:00 Kawa czy herbata?
08:15 Polityka przy kawie
08:30 Przygody psa Cywila (1) - serial
09:15 Kudłaty zaprzęg - film fabularny
10:50 Wściekle gary
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:45 Siódme niebo (10) - serial
13:40 Plebania (1653) - serial
14:10 Klan (2042) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Jaka to melodia? - rozrywka
15:50 Moda na sukces (5364) - serial
16:15 Moda na sukces (5365) - serial
16:35 Celownik
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Plebania (1654) - serial
17:55 Klan (2043) - serial
18:35 Jaka to melodia? - rozrywka
19:10 Przygody rozbójnika Rumcajsa
(25) - serial
19:15 Bajki z mchu i paproci (17)
- serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Pogoda
20:20 El Dorado (2) - serial
22:05 Rosyjskie konfitury - teatr
23:35 Łowca jeleni - film fabularny
02:40 Faceci na topie (1) - serial
03:30 Notacje (524) - dokument
03:50 Zagadkowa Jedyńka - rozrywka



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Prosto w serce (45) - serial
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Co za tydzień
11:35 Granie na ekranie - rozrywka
12:15 Mango - Telezakupy
12:50 Wipeout - Wymiatacze (3)
13:55 Detektywi Monk (6) - serial
14:55 Między kuchnią a salonem
15:55 Rozmowy w toku - talk show
16:55 Sędzia Anna Maria
Wesołowska (557) - serial
17:55 Prosto w serce (46) - serial
18:25 Detektywi (786) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1407) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (774)
- serial
21:30 Szymon Majewski Show (10)
22:35 Mentalista (15) - serial
23:35 Superwizjer
00:10 Tajemnice Smallville (4) - serial
01:10 Co za tydzień
01:35 Uwaga!
01:55 Arkana magii - rozrywka
03:15 Rozmowy w toku - talk show



08:00 Kraina zabawek
- film krótkometrażowy
08:30 Porwanie - film fabularny
10:20 Złote lata muzyki filmowej
- dokument
11:30 Portrety - dokument
11:40 Dowód - film fabularny
13:30 W pogoni za sławą
- film fabularny
15:30 Dom z klocków
- film krótkometrażowy
15:55 Kłątwa Doliny Węży
- film fabularny
17:50 Z planu "Powrotu
do przyszłości III" - dokument
18:00 Powrót do przyszłości III
- film fabularny
20:10 Bonnie i Clyde - film fabularny
22:25 Podejrane tematy - dokument
23:35 Pianistka - film fabularny
01:55 Dyrektorzy (1) - serial
03:25 RajUstopy - film fabularny



06:00 NSP 2011 - Dla przyszłości
06:30 Pytając o Boga (22) - dokument
07:00 Gdy Bóg nawiedza duszę
07:30 Na dobre i na złe (128) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie
10:55 Aleja gwiazd - rozrywka
11:20 Telezakupy
11:55 Potrzebna od zaraz
12:20 Anna Dymna - spotkajmy się
12:55 Pytając o Boga (25) - dokument
13:25 Postaw na milion (1) - rozrywka
14:20 Święta wojna (260) - serial
14:55 Na dobre i na złe (434) - serial
16:00 Panorama - świat
16:15 Gorący temat - publicystyka
16:23 Pogoda
16:35 A normalnie o tej porze
17:20 Kocham Cię, Polsko!
17:25 Jeden z dziesięciu - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Sport-telegram
18:30 Pogoda
18:40 Bitwa na głosy - z planu (10)
19:00 Licencja na wychowanie (79)
- serial
19:35 Sąsiedzi (24) - serial
20:10 Barwy szczęścia (551) - serial
20:45 M jak miłość (815) - serial
21:40 Kulisy serialu "M jak miłość"
- dokument
21:50 Tomasz Lis na żywo
22:55 Polskie Nagrody Filmowe
"Orły 2011" - kultura
00:10 Tajniak - film fabularny
01:50 Wielkie wyprawy - dokument
02:55 Zespół adwokacki (5) - serial
03:55 Pokuszenie - film fabularny



06:25 Turecki dla początkujących
(17) - serial
06:55 Turecki dla początkujących
(18) - serial
07:30 Szymon Majewski Show
08:30 Majka (28) - serial
09:00 Majka (29) - serial
09:30 J.A.G. - Wojskowe Biuro
Śledcze (13) - serial
10:30 Zaklinaczka duchów (5) - serial
11:30 Telezakupy
13:05 Apetyt na kasę - rozrywka
14:05 Marina (139) - serial
15:05 Szymon Majewski Show
16:05 Chuck (14) - serial
17:00 Majka (30) - serial
17:30 Majka (31) - serial
18:00 Zaklinaczka duchów (6) - serial
19:00 J.A.G. - Wojskowe Biuro
Śledcze (14) - serial
20:00 Oszukane serce - film fabularny
22:00 Pamiętniki wampirów (12)
- serial
22:55 Słoneczny wojownik
- film fabularny
01:05 Arkana magii - rozrywka



06:00 Łapu capu extra - rozrywka
07:10 Łapu capu
07:20 Nie przegap
07:30 Amerykański tata (6) - serial
08:00 Agnieszka 46 - film fabularny
09:35 Avatar - jak powstał świat
Pandory? - dokument
10:00 Nine - Dziewięć - film fabularny
12:00 The Event - Zdarzenie (6)
- serial
12:50 Tydzień tu, tydzień tam
- film fabularny
14:35 Ekstrakt - film fabularny
16:15 Oliviero Toscani - Feeria
obrazów - dokument
17:15 Avatar - film fabularny
20:00 Łapu capu
20:10 Amerykański tata (7) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łapu capu
20:50 Minisport+
21:00 Poranek kojota - film fabularny
22:40 Powrót na ojczystą Rurutu
- dokument
23:40 Filary Ziemi (2) - serial
01:25 Swoimi słowami - film fabularny
02:05 Przerwane objęcia
- film fabularny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:15 TV market
07:30 Przygody Animków (1) - serial
08:00 Przygody Animków (3) - serial
08:30 Scooby Doo, gdzie jesteś? (1)
- serial
09:00 Rodzina zastępcza plus (281)
- serial
10:00 Daleko od noszy (6) - serial
10:30 Świat według Kiepskich (251)
- serial
11:00 Malanowski i Partnerzy (252)
- serial
11:30 I kto tu rządzi? (36) - serial
12:00 Dom nie do poznania (129)
13:00 Ostry dyżur (4) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1260) - serial
14:45 Trudne sprawy (6) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i Partnerzy (253)
- serial
17:00 Dlaczego ja? (125) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1261) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Linia życia (1) - serial
20:00 Kod da Vinci - film fabularny
23:00 KSW 15 News
23:05 Drapieżnik - film fabularny
01:15 Na każde wezwanie (10) - serial
02:20 Program interaktywny



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:15 Słoneczny patrol (132) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną
09:20 Mała czarna - talk show
10:20 Osaczona (114) - serial
11:20 Nie igraj z aniołem (135) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 Orlen Australia Tour - rozrywka
14:00 Dziewczyny z fortuną
15:00 Galileo
16:00 Osaczona (115) - serial
17:00 Nie igraj z aniołem (136) - serial
18:00 Dennis rozrabiaka (6) - serial
18:30 Różowa pantera (6) - serial
19:00 Morze miłości (125) - serial
20:00 STOP Drogówka
21:00 Z lodów północy na pustynię
22:10 Galileo
23:10 Galileo
00:10 Mała czarna - talk show
01:10 Bellator Fighting
Championships
03:05 Muzyczne listy - muzyka
04:00 Kinomaniak - kultura



08:30 Paryż-Nicea
09:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
10:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
12:00 Halowe Mistrzostwa Europy
w Paryżu
14:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
14:30 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
15:00 Paryż-Nicea
15:45 Paryż-Nicea
17:15 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
18:00 Eurogole
18:30 Champions Club
19:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
20:45 Clash Time - Spotkanie
z gwiazdami
20:50 Watts
21:00 Tydzień z World Wrestling
Entertainment
21:30 Clash Time - Spotkanie
z gwiazdami
21:35 Vintage Collection
22:30 Eurogole
23:00 Champions Club
00:15 Paryż-Nicea



06:00 Kawa czy herbata?
08:15 Polityka przy kawie
08:30 Przygody psa Cywila (2) - serial
09:10 Jedyńkowe przedszkole (75)
- dla dzieci
09:40 Dlaczego? Po co? Jak?
09:55 Kuchcikowo - gotowanie
na ekranie (21) - dla dzieci
10:20 Vipo i przyjaciele (7) - serial
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:40 Siódme niebo (11) - serial
13:40 Plebania (1654) - serial
14:10 Klan (2043) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Jaka to melodia? - rozrywka
15:50 Moda na sukces (5366) - serial
16:10 Moda na sukces (5367) - serial
16:40 Celownik
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Plebania (1655) - serial
17:55 Klan (2044) - serial
18:35 Jaka to melodia? - rozrywka
19:10 Hallo, tu Hania! (11) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Ostatni legion - film fabularny
22:15 Mam inne zdanie - publicystyka
23:15 Andromeda znaczący śmierć (2)
- serial
00:50 Nędznicy (2) - film fabularny
02:30 Dziewczyny do wzięcia
- film fabularny
03:30 Notacje (382) - dokument
03:40 Zagadkowa Jedyńka - rozrywka



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Prosto w serce (46) - serial
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Na Wspólnej (1407) - serial
11:35 Granie na ekranie - rozrywka
12:10 Mango - Telezakupy
12:40 W-11 wydział śledczy (774)
- serial
13:20 Detektywi (786) - serial
13:55 Detektyw Monk (7) - serial
14:55 Między kuchnią a salonem
15:55 Rozmowy w toku - talk show
16:55 Sąd rodzinny (163) - serial
17:55 Prosto w serce (47) - serial
18:25 Detektywi (787) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1408) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (775)
- serial
21:30 Usta usta (2) - serial
22:30 Kuba Wojewódzki (17)
23:30 Goście (2) - serial
00:30 Superwizjer
01:05 Sala samobójców - kulisy filmu
- dokument
01:30 Uwaga!
01:50 Arkana magii - rozrywka
03:10 Rozmowy w toku - talk show



08:00 Dom wesolej starości
- film krótkometrażowy
08:25 Podejrzane tematy - dokument
09:30 Gambit - film fabularny
11:30 Darek - film krótkometrażowy
12:00 Na boso - film fabularny
13:25 Podejrzane tematy - dokument
14:35 Przed zachodem słońca
- film fabularny
16:05 Panna Marple: strzały
w Stonyates - serial
17:55 Na zawsze - film fabularny
20:10 Dyrektorzy (2) - serial
21:55 Factotum - film fabularny

Los Angeles. Henry Chinaski żyje z
dnia na dzień, nie przejmując się
polityką ani tym, za co przeżyje
następny miesiąc. Jest jednak coś, co
traktuje śmiertelnie poważnie - pisanie.

23:40 Matka - film fabularny
02:00 Wstyd - film fabularny
03:20 Kamienne tablice
- film fabularny



06:05 M.A.S.H. (192) - serial
06:35 Corki McLeoda (209) - serial
07:30 Na dobre i na złe (129) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka
11:05 Telezakupy
11:40 Tak to leciało! (88) - rozrywka
12:40 Skarby australijskich parków
narodowych (2) - dokument
13:50 Licencja na wychowanie (79)
- serial
14:25 Barwy szczęścia (551) - serial
15:00 M jak miłość (815) - serial
16:00 Panorama - świat
16:15 Gorący temat - publicystyka
16:23 Pogoda
16:35 A normalnie o tej porze
17:20 Kocham Cię, Polsko!
17:25 Jeden z dziesięciu - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Sport-telegram
18:30 Pogoda
18:40 Bitwa na głosy - z planu (1)
19:00 Licencja na wychowanie (80)
- serial
19:35 Sąsiedzi (25) - serial
20:10 Barwy szczęścia (552) - serial
20:45 M jak miłość (816) - serial
21:40 Kulisy serialu "M jak miłość"
- dokument
21:50 Magazyn Ekspresu Reporterów
22:55 Carnaval. Największe party
świata - dokument
00:00 Zapach kobiety - film fabularny
02:45 Rzym (3) - serial
03:55 Taxi III - film fabularny



06:25 Turecki dla początkujących
(19) - serial
06:55 Turecki dla początkujących
(20) - serial
07:30 Szymon Majewski Show
08:30 Majka (30) - serial
09:00 Majka (31) - serial
09:30 J.A.G. - Wojskowe Biuro
Śledcze (14) - serial
10:30 Zaklinaczka duchów (6) - serial
11:30 Telezakupy
13:05 Apetyt na kasę - rozrywka
14:05 Marina (140) - serial
15:05 Szymon Majewski Show
16:05 Chuck (15) - serial
17:00 Majka (32) - serial
17:30 Majka (33) - serial
18:00 Zaklinaczka duchów (7) - serial
19:00 J.A.G. - Wojskowe Biuro
Śledcze (15) - serial
20:00 Słoneczny wojownik
- film fabularny
22:10 Agenci NCIS (1) - serial
23:10 Amerykański ninja
- film fabularny
01:05 Arkana magii - rozrywka



06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:05 Minisport+
07:15 Łapu capu
07:20 Nie przegap
07:30 Amerykański tata (7) - serial
08:00 Aktualności filmowe
08:10 Aktualności filmowe
08:40 Caprica (8) - serial
09:30 Powrót na ojczystą Rurutu
- dokument
10:25 Pianista - film fabularny
12:55 Kobieta na Marsie, mężczyzna
na Wenus - film fabularny
14:30 Aktorki - film fabularny
16:25 Wygraj randkę - film fabularny
18:10 Nigdy nie mów nigdy
- film fabularny
20:00 Łapu capu
20:10 Amerykański tata (8) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łapu capu
20:50 Minisport+
21:00 To przez mamę - film fabularny
22:45 Zaginiony łód - film fabularny
00:35 Dagny - film fabularny
02:05 Kobieta w Berlinie
- film fabularny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:15 TV market
07:30 Przygody Animków (2) - serial
08:00 Pies Huckleberry (1) - serial
08:10 Pies Huckleberry (2) - serial
08:20 Pies Huckleberry (3) - serial
08:30 Scooby Doo (4) - serial
09:00 Rodzina zastępcza plus (282)
- serial
10:00 Daleko od noszy (7) - serial
10:30 Świat według Kiepskich (252)
- serial
11:00 Malanowski i Partnerzy (253)
- serial
11:30 Linia życia (1) - serial
12:00 Dom nie do poznania (130)
13:00 Ostry dyżur (5) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1261) - serial
14:45 Trudne sprawy (7) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i Partnerzy (254)
- serial
17:00 Dlaczego ja? (126) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1262) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Linia życia (2) - serial
20:00 Strzelec wyborowy
- film fabularny
22:00 KSW 15 News
22:05 CSI: Kryminalne zagadki
Nowego Jorku (15) - serial
23:05 Get Rich or Die Tryin: Historia
50 Centa - film fabularny
01:45 Program interaktywny



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:15 Słoneczny patrol (133) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną
09:20 Morze miłości (125) - serial
10:20 Osaczona (115) - serial
11:20 Nie igraj z aniołem (136) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 VIP - kultura
14:00 Dziewczyny z fortuną
15:00 Galileo
16:00 Osaczona (116) - serial
17:00 Nie igraj z aniołem (137) - serial
18:00 Dennis rozrabiaka (7) - serial
18:30 Różowa pantera (7) - serial
19:00 Morze miłości (126) - serial
20:00 Galileo Extra
21:00 Dragons' Den - jak zostać
milionerem (1) - rozrywka
22:05 Oligarcha - film fabularny
00:45 Mała czarna - talk show
01:45 Zemsta gangstera
- film fabularny
03:35 Muzyczne listy - muzyka



08:30 Eurogole
09:00 Champions Club
10:15 Halowe Mistrzostwa Europy
w Paryżu
11:15 Watts
12:15 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
13:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
14:45 Paryż-Nicea
15:45 Paryż-Nicea
17:15 Eurogole
17:45 Mistrzostwa Świata w Oslo
19:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
20:00 Odlanier Solis - Ray Austin
21:00 Evander Holyfield
- Sherman Williams
23:00 Freeride Spirit
23:30 Test Drive w Genewie
00:30 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku



06:00 Kawa czy herbata?
08:20 Polityka przy kawie
08:35 Przygody psa Cywila (3) - serial
09:05 Budzik (332) - dla dzieci
09:40 Moliki książkowe
09:55 I kudłate, i łaciate (2) - dla dzieci
10:20 Sindbad (6) - serial
10:50 Raj
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:40 Wojt roku 2010 - finał
13:05 Siódme niebo (12) - serial
14:00 Plebania (1655) - serial
14:30 Klan (2044) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Jaka to melodia? - rozrywka
15:50 Moda na sukces (5368) - serial
16:15 Moda na sukces (5369) - serial
16:35 Celownik
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Plebania (1656) - serial
17:55 Klan (2045) - serial
18:35 Jaka to melodia? - rozrywka
19:10 Noddy w krainie zabawek (6) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:25 1920. Wojna i miłość (2) - serial
21:25 Operacja "Życie" (2) - dokument
22:05 Profesor od serca - Zbigniew Religa
- dokument
23:10 Fałszywe szczęście - film fabularny
00:55 Podwodna szarża - film fabularny
02:30 Śmierć na telefon (1) - serial
03:30 Notacje (425) - dokument
03:45 Zagadkowa Jedyńka - rozrywka



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Prosto w serce (47) - serial
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Na Wspólnej (1408) - serial
11:35 Granie na ekranie - rozrywka
12:10 Mango - Telezakupy
12:40 W-11 wydział śledczy (775)
- serial
13:20 Detektywi (787) - serial
13:55 Detektyw Monk (8) - serial
14:55 Między kuchnią a salonem
- talk show
15:55 Rozmowy w toku - talk show
16:55 Sędzia Anna Maria
Wesołowska (558) - serial
17:55 Prosto w serce (48) - serial
18:25 Detektywi (788) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1409) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (776)
- serial
21:30 You can dance - Po prostu
tańcz! (2) - rozrywka
22:30 Kill Bil II - film fabularny
01:20 Szymon Majewski Show (1)
02:25 Arkana magii - rozrywka
03:45 Uwaga!



08:00 Kierunek: Islandia
- film krótkometrażowy
08:35 Długie, gorące lato
- film fabularny
10:40 Spotkanie na Atlantyku
- film fabularny
12:40 Hollywood: czas seriali
- dokument
13:50 Francuski łącznik
- film fabularny
15:45 Portrety - dokument
15:55 Romeo i Julia - film fabularny
18:05 Eroica - film fabularny
20:10 Bombon - El Perro
- film fabularny
22:00 Zatoichi - film fabularny
00:20 Historie z Izraela
- film krótkometrażowy
01:05 Olek - film fabularny
02:20 Mężczyzna niepotrzebny!
- film fabularny
04:00 Jan z drzewa - film fabularny



06:05 M.A.S.H. (193) - serial
06:35 Corki McLeoda (210) - serial
07:30 Na dobre i na złe (130) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie
10:50 Aleja gwiazd - rozrywka
11:15 Telezakupy
11:45 Szansa na sukces (152)
12:50 Na wariackich papierach (4)
- serial
13:50 Licencja na wychowanie (80)
- serial
14:25 Barwy szczęścia (552) - serial
15:00 M jak miłość (816) - serial
16:00 Panorama - świat
16:15 Gorący temat - publicystyka
16:23 Pogoda
16:35 A normalnie o tej porze
17:20 Kocham Cię, Polsko!
17:25 Jeden z dziesięciu - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Sport-telegram
18:30 Pogoda
18:40 Bitwa na głosy - z planu (12)
19:00 Licencja na wychowanie (81)
- serial
19:35 Sąsiedzi (26) - serial
20:10 Barwy szczęścia (553) - serial
20:45 Rodzinka.pl (3) - serial
21:10 Rodzinka.pl (4) - serial
21:50 Taxi III - film fabularny
23:30 Kryminalne zagadki Las Vegas
(2) - serial
00:25 Dr House (114) - serial
01:20 W 80 ogrodów dookoła świata
(6) - dokument
02:30 Gorycz tropików (2) - serial
03:35 Port lotniczy - film fabularny



06:25 Turecki dla początkujących
(21) - serial
06:55 Turecki dla początkujących
(22) - serial
07:30 Szymon Majewski Show
08:30 Majka (32) - serial
09:00 Majka (33) - serial
09:30 J.A.G. - Wojskowe Biuro
Śledcze (15) - serial
10:30 Zaklinaczka duchów (7) - serial
11:30 Telezakupy
13:05 Apetyt na kasę - rozrywka
14:05 Marina (141) - serial
15:05 Świat według dziecka
15:35 Świat według dziecka
16:05 Chuck (16) - serial
17:00 Majka (34) - serial
17:30 Majka (35) - serial
18:00 Zaklinaczka duchów (8) - serial
19:00 J.A.G. - Wojskowe Biuro
Śledcze (16) - serial
20:00 Monachium - film fabularny
23:20 Kobra - oddział specjalny (2)
- serial
00:25 Rok Yao - dokument
02:00 Arkana magii - rozrywka



06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:05 Minisport+
07:15 Łapu capu
07:20 Nie przegap
07:30 Amerykański tata (8) - serial
08:00 Brylanty pani Zuzy
- film fabularny
09:20 Szczęśliwy powrót
- film fabularny
11:15 Green Day - muzyka
12:15 Kolysanka - film fabularny
14:00 Życie mniej zwyczajne
- film fabularny
15:50 Caprica (8) - serial
16:40 Magia kłamstwa (16) - serial
17:30 The Event - Zdarzenie (6)
- serial
18:20 Poirot - Morderstwo w Orient
Expressie - film fabularny
20:00 Łapu capu
20:10 Amerykański tata (9) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łapu capu
20:50 Minisport+
21:00 Gospel Hill - film fabularny
22:50 Sengoku basara (7) - serial
23:20 Kovak Box - film fabularny
01:15 American Pie - Księga miłości
- film fabularny
02:45 Konsumenci - film fabularny
04:00 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat news
07:15 TV market
07:30 Przygody animków
08:00 Sylwester i Tweety na tropie
08:30 Scooby-doo, gdzie jesteś?
09:00 Rodzina zastępcza plus:
policyjna trauma
10:00 Daleko od noszy: modne ucho
10:30 Świat według kiepskich:
salomon baba
11:00 Malanowski i partnerzy
11:30 Linia życia
12:00 Dom nie do poznania
13:00 Ostry dyżur
14:00 Pierwsza miłość
14:45 Trudne sprawy
15:50 Wydarzenia
16:10 Prognoza pogody
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i partnerzy
17:00 Dlaczego ja?
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Prognoza pogody
19:30 Linia życia
20:00 Świat według kiepskich
20:25 Liga mistrzów
20:45 Liga mistrzów
22:45 Liga mistrzów
22:55 KSW 15 news
23:00 Liga mistrzów
23:45 Skradziony notes
01:30 Teraz ty
02:00 Teraz ty
02:30 Program interaktywny
05:00 Wstawaj! gramy!



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:15 Słoneczny patrol (134) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną
09:20 Morze miłości (126) - serial
10:20 Osaczona (116) - serial
11:20 Nie igraj z aniołem (137) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 Kinomaniak - kultura
14:00 Dziewczyny z fortuną
15:00 Galileo
16:00 Osaczona (117) - serial
17:00 Nie igraj z aniołem (138) - serial
18:00 Dennis rozrabiaka (8) - serial
18:30 Różowa pantera (8) - serial
19:00 Morze miłości (127) - serial
20:00 Legionista - film fabularny
22:10 Bestia z mokrądeł
- film fabularny
00:10 Liga Mistrzów
02:15 Muzyczne listy - muzyka
03:20 Kinomaniak - kultura
03:45 VIP - kultura



08:30 Test Drive w Genewie
09:30 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
10:30 Mistrzostwa Świata w Oslo
12:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
13:00 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
14:45 Paryż-Nicea
15:45 Paryż-Nicea
17:15 Tirreno-Adriatico
18:15 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
19:30 Eurogole Flesz
19:40 Watts
20:50 Wednesday Selection
20:55 Riders Club
21:00 Gość Wednesday Selection
21:10 Turniej z cyklu US PGA
- Honda Classic w Palm Beach
22:10 Golf Club
22:15 Yacht Club
22:20 Wednesday Selection
22:30 Mistrzostwa Świata w Chanty
- Mansyjsku
23:45 Paryż-Nicea
00:45 Tirreno-Adriatico

Golub-Dobrzyń

Przyjechali z całej Polski

W restauracji „Kaprys” odbył się V Ogólnopolski Bal Traktorzysty. Jego organizatorem był Klub Miłośników Starych Ciągników i Maszyn Rolniczych „Retro-Traktor” z Golubia-Dobrzynia oraz Klub „Traktor i Maszyna” z Lipna w województwie wielkopolskim.

Od kilku lat stowarzyszenia, które zajmują się kolekcjonowaniem i odtwarzaniem starych maszyn rolniczych organizują bal traktorzysty. W tym roku imprezę przygotowywał golubski Klub Miłośników Starych Ciągników i Maszyn Rolniczych „Retro-Traktor” oraz wielkopolski Klub „Traktor i Maszyna” z Lipna.

W balu wzięło udział 120 osób z całej Polski. Byli fani starych ciągników z Warszawy, Warki, Poznania, Gniezna, Lipna Wielkopolskiego, Bydgoszczy, Koszalina, Kalisza, Brodnicy oraz nasi miejscowi kolekcjonerzy i sympatycy klubu.

- Najbardziej zasłużonych członków klubu, firmy i instytucje wspierające naszą działalność nagrodziliśmy pamiątkowymi statuetkami – mówi Michał Piotrowski, prezes golubskiego klubu. - Nasz bal zaszczylił swoją obecnością burmistrz Roman Tasarz, który wręczył materiały promocyjne z naszego miasta gościom spoza Golubia-Dobrzynia. Inne samorządy także przekazały gadżety związane z powiatem i gminą Golub-Dobrzyń.

Wyróżnienia otrzymali: Grzegorz Przystalski, Wojciech Wróblewski oraz Klub „Traktor i Maszyna” z Lipna Wielkopolskiego. Wyróżniono także zakłady i instytucje, które wspierają działalność klubu. W tym gronie znalazły się firmy: Polman S.A. z Warszawy, Hetman Olszówka, Istrail z Golubia-Dobrzynia, Żwir-Bud Elgiszewo i instytucje - Starostwo Powiatowe w Golubiu-Dobrzyniu, Urząd Miasta i Dom Kultury w Golubiu-Dobrzyniu.

tekst i fot.
Szymon Wiśniewski



REKLAMA

KONKURS
KONKURS
KONKURS
KONKURS

KONTO
ZAKŁADASZ
NA ROWER
WSIADASZ

Szczegóły w oddziale przy ul. Konopnickiej 3B, 87-400 Golub-Dobrzyń



Bank **BGZ**
Pieniądze są dla ludzi

Wielkie Rychnowo

Zadanie - wytańczyć wycieczkę

W jaki sposób pomóc szkole w organizacji wycieczki dla uczniów opuszczających podstawówkę? Rodzice uczniów szkoły w Wielkim Rychnowie postanowili zorganizować bal karnawałowy.

Doroczny bal rady rodziców odbył się w sobotę 19 lutego. Nie było problemu z wypełnieniem listy gości. Bilety rozeszły się w mgnieniu oka. Wiejski Dom Kultury był pięknie przygotowany i przystrojony. Do tańca przygrywał zespół „Radmuz”.

Gości balu przywitała przewodnicząca rady rodziców Tatiana Midura.

Impreza była bogata w atrakcje. Był taniec kotyilionowy i liczne zabawy taneczne.

Pozyskane fundusze wzbogaciły konto Rady Rodziców, a tym

samym zmniejszyła koszty planowanej wycieczki szóstoklasistów.

- Wszystkim uczestnikom zabawy serdecznie dziękujemy i zapraszamy na kolejną - zgodnie podkreślają członkowie rady rodziców.

PW



OGŁOSZENIE PŁATNE

KUPIĘ

od 2 do 5 ha ziemi

przy trasie

Golub-Kowalewo

tel. 600 394 655

Golub-Dobrzyń/Rypin

Zostali rycerzami



Grupa uczniów Zespołu Szkół im. Anny Wazówny wzięła udział w nietypowej lekcji historii i języka polskiego. Młodzież z koła historyczno-fotograficznego oraz polonistycznego odwiedziła Muzeum Ziemi Dobrzyńskiej w Rypinie. Temat żywej lekcji historii brzmiał „Rycerstwo – stan feudalnego społeczeństwa średniowiecznego”. Pracownicy muzeum opowiadali o kształtowaniu się rycerstwa. Uczniowie mogli zobaczyć, w co ubrani byli ludzie w średniowieczu oraz jak wyglądało pasowanie na rycerza. Na koniec lekcji wszyscy malowali odlewy figurek rycerzy Bożogrobców, którzy niegdyś przebywali na terenie ziemi dobrzyńskiej.

tekst i fot.
Szyw

OGŁOSZENIE PŁATNE

Burmistrz Miasta Golubia-Dobrzynia

ogłasza I przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż działki niezabudowanej położonej w Golubiu-Dobrzyniu

Położenie działki: Golub-Dobrzyń ul. Piękna
Oznaczenie: KW Nr 11620

Opis nieruchomości: działka położona jest w obrębie VII, oznaczona numerem geodezyjnym 45 o powierzchni 172 m².
Nieruchomość stanowiąca przedmiot przetargu nie jest obciążona ograniczonymi prawami rzeczowymi ani hipoteką i nie ma przeszkód prawnych w rozporządzaniu nią.

Przeznaczenie nieruchomości: w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego (Dz.Urz.Woj.Kujawsko - Pomorskiego z 23 czerwca 2006r. Nr 78 poz.1306) działka położona jest w terenie oznaczonym symbolem MNU - zabudowa jednorodzinna z usługami.

Forma przekazania: sprzedaż w drodze przetargu ustnego nieograniczonego.

Cena wywoławcza netto: 19.000 zł netto
Do ceny osiągniętej w przetargu zostanie doliczony 23% podatek VAT.

O wysokości postąpienia decydują uczestnicy przetargu, z tym że postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątek złotych.

Przetarg odbędzie się dnia **04.04.2011r. o godz. 10⁰⁰ w sali nr 1-** parter Urzędu Miasta Golubia-Dobrzynia ul. Plac Tysiąclecia 25.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w gotówce, w wysokości **2.000,00 zł** (słownie: dwa tys. zł) na konto Urzędu Miasta PKO BP SA o/Golub-Dobrzyń nr 10 1020 5024 0000 1002 0010 1105 najpóźniej do dnia 29.03.2011r.

Wadium wpłacone przez uczestnika, który przetarg wygrał, zalicza się na poczet ceny nabycia nieruchomości. Wadium ulega przepadkowi na rzecz organizatora przetargu, jeżeli uczestnik wygrywający przetarg uchyli się od zawarcia umowy.

Pozostałym uczestnikom przetargu wpłacone wadium zostanie zwrócone najpóźniej do dnia 05.04.2011r.

Warunkiem udziału w przetargu jest przedłożenie Komisji Przetargowej:

- dowodu wpłaty wadium
- w przypadku osób fizycznych dowodu tożsamości lub paszportu a w przypadku reprezentowania innej osoby również pełnomocnictwa notarialnego, zawierającego górną granicę oferowanej ceny.

O terminie i miejscu zawarcia umowy przeniesienia własności, nabywca zostanie powiadomiony w ciągu 21 dni od daty rozstrzygnięcia przetargu.

Wartość nabytej nieruchomości pomniejszonej o wpłacone wadium płatna jest na konto tutejszego Urzędu najpóźniej do dnia zawarcia umowy notarialnej.

Nabywca przyjmuje nieruchomość w stanie istniejącym.

Nabywca zobowiązany jest do zwrotu kosztów:

- wykonania operatu szacunkowego
- opublikowania ogłoszenia o przetargu w gazecie

płatnych najpóźniej do dnia zawarcia umowy.

Nabywca w całości pokryje koszty związane z zawarciem umowy notarialnej.

Szczegółowe informacje o przetargu lub o zapisach w planie dotyczących zabudowy działki udzielone będą w pok. 9 - I piętro Urzędu Miasta Golubia-Dobrzynia lub telefonicznie nr tel.683-54-10 do 12 wew.13 w godzinach urzędowania.

Uwaga: zastrzega się prawo odstąpienia od przetargu lub jego unieważnienia z ważnych przyczyn.

Golub-Dobrzyń

Dzień języka polskiego

W Zespole Szkół nr 3 odbył się Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego. Z tej okazji uczniowie odegrali scenki z życia współczesnej młodzieży, które ukazały w przejaśkrawionym świetle rozmowy młodych ludzi. Przedstawienie miało nie tylko humorystyczny, ale również dydaktyczny charakter. Uczniowie poznali historię tego święta oraz wzięli udział w konkursie ortograficznym, ubiegając się o tytuł Mistrza Ortografii.



OGŁOSZENIE PŁATNE

Ogłoszenie Burmistrza Miasta Golubia-Dobrzynia

„Burmistrz Miasta Golubia-Dobrzynia informuje, że od dnia 23.02.2011r. na okres 21 dni na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Golubia-Dobrzynia został wywieszony wykaz nieruchomości położonej w Golubiu-Dobrzyniu przy ul.Konopnickiej stanowiącej własność Gminy Miasto Golub-Dobrzyń – „sprzedaż w drodze bezprzetargowej”.

OGŁOSZENIE PŁATNE

Ogłoszenie Burmistrza Miasta Golubia-Dobrzynia

„Burmistrz Miasta Golubia-Dobrzynia informuje, że od dnia 23.02.2011r. na okres 21 dni na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Golubia-Dobrzynia został wywieszony wykaz nieruchomości położonych w Golubiu-Dobrzyniu stanowiących własność Gminy Miasto Golub-Dobrzyń– „dzierżawa gruntu pod „ogródki letnie”.

REKLAMA

Kowalstwo Artystyczne
„KUŹNIA-GOLUB”
BRAMY - BALUSTRADY - OGRODZENIA
- KRATY- MEBLE STALOWE
- OGRODZENIA I BRAMY PRZEMYSŁOWE
- AUTOMATYKA
www.kuzniagolub.pl
87-400 Golub-Dobrzyń, ul. PTTK 38, tel. 056 683 37 63, 0 601 62 74 87

Szkodniki

Rolnicy i łabędzie głośno nie mają

Do długiej listy gatunków zwierząt, które przez swoje bytowanie szkodzą rolnikom, dołączył łabędź niemy. Szczególnie upodobał sobie pola rzepaku, na razie w okolicach Chełmna.

Łabędzie na polach żerują stadami liczącymi nawet do 300 osobników. Nie można do nich strzelać, ponieważ są pod ochroną. Dwa lata temu Generalny Dyrektor Ochrony Środowiska wyraził zgodę na dwumiesięczne odstraszenie ptaków za pomocą odgłosów tych samych łabędzi niemych, które ostrzegają przed zbliżającym się niebezpieczeństwem. Warunek jest jeden – podczas płoszenia tych ptaków na polu może być ich mniej niż sto. Gospodarze żalili się, że mieli problemy ze znalezieniem odpowiednich odgłosów łabędzia niemego. Można je ściągnąć ze specjalnej strony internetowej lub kupić w sklepach. Wszystko po to, by pozbyć się uciążliwych gości zgodnie z prawem.

Do odstraszenia łabędzi najlepiej stosować metodę kombinowaną, raz armatki, raz odgłosy, bo te ptaki – podobnie jak szpaki – szybko przyzwyczajają się do



różnych dźwięków. Na dodatek nie mają naturalnego wroga, są często dokarmiane przez ludzi i część z nich jest oswojona.

Rolnicy uważają, że najwyższy czas na zmianę przepisów. Według ustawy o ochronie środowiska, Skarb Państwa odpowiada za szko-

dy wywołane przez żubry, bobry, niedźwiedzie i rysie. Odszkodowania za szkody spowodowane przez ptaki rolnikom się nie należą. Łabędzie nieme, póki co, pozostają więc pod ochroną, a rolnikom pozostaje wymowne milczenie.

Piotr Wołyński

Unijne dopłaty

Statystyka a rzeczywistość

W Polsce w ostatnim roku zarobki statystycznego rolnika wzrosły o 18,4 proc. – podaje Eurostat. Statystyka piękna, gdyby nie kolejne dane, które mówią, że dopłaty unijne odpowiadają za 59 proc. dochodów polskich gospodarstw.

Ze wstępnych szacunków wynika, że statystyczny polski rolnik zarobił netto w ubiegłym roku ok. 15,3 tys. zł. Dla porównania średnia płaca netto w gospodarstwie narodowej wyniosła ok. 25,3 tys. zł. Gdyby nie było dopłat unijnych, nasi rolnicy zarobiliby jeszcze mniej – tylko ok. 9 tys. zł.

Podsumowanie ostatnich pięciu lat w unijnej polityce rolnej wypada zdecydowanie lepiej w Polsce niż w większości krajów Unii Europejskiej. Dochody osiągnięte przez przeciętnego polskiego gospodarza wzrosły między 2005



REKLAMA

**PUNKT
KOPULACYJNY
OGIERA**
SOKOŁOWO
OGIER ZIMNOKRWISTY
662 105 867

a 2010 rokiem o 53,6 proc. – wynika z danych Eurostatu. Lepszy wynik – wzrost o 54,2 proc. – ma tylko Bułgaria. Dane Eurostatu pokazują, że przekazywane do rolnictwa pieniądze z unijnego budżetu są transferowane w dużej mierze na zewnątrz. Rolnicy płacą bowiem coraz więcej za materiały i usługi do produkcji: pasze, maszyny, nawozy czy energię.

Dopłaty unijne odpowiadają za 59 proc. dochodów polskich

gospodarstw. Początkowo, w 2004 r., polscy rolnicy otrzymywali tylko 55 proc. pełnej stawki unijnych dopłat. Co roku kwota ta wzrastała, dlatego w latach 2005 - 2010 wartość dopłat bezpośrednich zwiększyła się o 108,5 proc. Pieniądze te odgrywają największą rolę w tworzeniu dochodów gospodarstw najsłabszych, które nie inwestują, bo nie mogą, w drogie środki produkcji.

(pw)

Rynek rolny

Powalczą o indeksy

Trzeci Ogólnopolski Konkurs Wiedzy o Ergonomii i Bezpieczeństwie Pracy w Rolnictwie ogłoszony. Organizatorami są „AGROmechanika” i Wydział Inżynierii Produkcji SGGW w Warszawie. Patronat sprawują Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi i Rektor SGGW.

Partner strategiczny konkursu, prezes KRUS Henryk Smolarz, zapewnia nagrody specjalne dla nauczycieli, których uczniowie zdobędą zwycięstwo nagradzane w tej edycji pięcioma indeksami SGGW.

Uczniowie szkół ponadgimnazjalnych o profilu rolniczym i leśnym przechodzą w dwustopniowych eliminacjach sprawdzian wiedzy o zagrożeniach w pracy rolniczej i ze znajomości zasad bezpieczeństwa pracy w gospodarstwie rolnym. W przygotowaniach do eliminacji szkolnych i ocenie testów uczestniczą pracownicy ogółu terenowych jedno-

stek KRUS-u. Testy na eliminacje centralne współtworzą specjaliści Biura Prewencji i Rehabilitacji Centrali KRUS w Warszawie.

W 2010 roku w I etapie konkursu rywalizowało 4500 uczniów z 213 szkół rolniczych. Do centralnych eliminacji zakwalifikowało się 147 zawodników. Spośród nich dziesięciu zdobyło cenne nagrody finałowe. Trzy pierwsze miejsca gwarantowały wstęp wolny na studia – na Wydziale Inżynierii Produkcji, Wydziale Techniki Rolniczej i Leśnej lub Wydziale Technologii Energii Odnawialnej.

Piotr Wołyński

Energia

Zielone góra

W minionym roku produkcja zielonej energii wzrosła o blisko 18 proc. Jest ona droższa, dlatego Urząd Regulacji Energetyki zgodził się na 6-procentową podwyżkę cen energii elektrycznej. Prąd elektryczny z odnawialnych źródeł energii (OZE) stanowi dziś ok. 7 proc. całej zużywanej w Polsce energii. Średnia unijna to 14 proc.

Najwięcej nowych instalacji wiatrowych w ubiegłym roku oddano do użytku w Hiszpanii (1,51 GW), Niemczech (1,49 GW), Francji (962 MW), Wielkiej Brytanii (962 GW), Włoszech (948 MW), Szwecji (604 MW) i Rumunii (448 MW). W Polsce w 2010 roku powstało 382 MW farm wiatrowych (wobec 180 MW w 2009 r.) – o kilkadziesiąt megawatów więcej niż w Belgii, Portugalii czy Danii. Całkowita moc farm wiatrowych w Polsce na koniec ubiegłego roku wyniosła 1,107 GW – najwięcej

spośród krajów Europy Środkowo-Wschodniej. Energetyka wiatrowa praktycznie nie istnieje na Słowacji, której potencjał w tym zakresie to jedynie 3 MW, a w 2010 roku nie powstała tam żadna elektrownia wiatrowa.

Ostatniej podwyżki cen nie należy tłumaczyć wzrostem udziału droższego prądu z OZE. Polska ma jedno z najwyższych cen energii elektrycznej w Europie, mimo że źródłem 92 proc. ogólnej jej ilości jest najtańszy surowiec energetyczny – węgiel.

Piotr Wołyński



Najnowszy pomysł – turbiny wiatrowe na autostradach

Klonowo

Taniec, zabawa i rytm

W sobotę w Szkole Podstawowej w Klonowie odbył się bal karnawałowy dla dzieci z przedszkola oraz uczniów klas 0-VI.

Na parkiecie można było spotkać wróżki, królowy, rycerzy, duchy, czarownice i wiele innych bajkowych postaci. Do tańca porwały gorące rytmy, które wygrywał Sylwester Poczwadowski i Eryk Kołodziej.

Zabawie towarzyszyły różne konkursy, w których każdy starał się jak tylko mógł zaprezentować swoje umiejętności. Był taniec na gazecie, z balonami i wokół krzeseł.

Rozstrzygnięto też konkurs na „Najpiękniejszy strój karnawałowy”. Dzieci z poszczególnych klas, przy dźwiękach muzyki, prezentowały swoje kreacje. Komisja oceniała pomysłowość wykonania i ogólne wrażenie estetyczne. Wybrano Króla i Królową balu. Tytuły te otrzymali: Jakub Kubik z klasy II i Kinga Berger z zerówki. Zwycięzcy oraz uczestnicy konkursów dostali słodkie nagrody, drobne upominki oraz dyplomy.

Organizatorzy przygotowali też poczęstunek. Pączki upiekła jedna z mam P. Ostrycharz. W trakcie balu można było również wziąć udział w loterii fantowej przygotowanej przez Joannę Kmitę. Dochód zostanie przeznaczony na potrzeby szkoły.

Imprezę przygotował Samorząd Uczniowski, pod kierunkiem Wandy Gutmańskiej.

oprac. (kr), fot. nadesłane



Prasa

Pismo z tradycjami

Wśród wielu czasopism katolickich znaleźć można „Głos Karmelu”. Jest to dwumiesięcznik o charakterze formacyjnym, czasopismo dla wszystkich podążających ścieżkami życia duchowego. Na jego łamach spotkać można wielkich mistrzów modlitwy - św. Teresę od Jezusa, św. Jana od Krzyża, św. Teresę od Dzieciątka Jezus i innych doświadczonych przewodników po szlakach świętości. Są też rady i wskazówki, dotyczące życia duchowego.

Historia czasopisma

„Głos Karmelu” jest jednym z najstarszych czasopism katolickich w Polsce, które poświęcone zostały życiu duchowemu. W latach największego rozkwitu, w okresie międzywojennym (1929-1932) jego nakład osiągał 12 000 egzemplarzy.

Dwumiesięcznik starał się „pobudzać czytelników do postępu w modlitwie, cnocie i świętości oraz jednoczyć ich węzłem braterstwa w jednej rodzinie karmelitańskiej pod opieką Matki Bożej Szkaplerznej”. Jego celem było również ukazywanie tego, co składa się na obraz „wewnętrznego i zewnętrznego życia Zakonu oraz Stowarzyszeń Karmelitańskich”.

Na stronie o historii czasopisma można przeczytać: „Do każdego numeru był dołączony specjalny formularz, na którym prenumeratorzy zapisywali pozyskiwanych nowych i potencjalnych czytelników. Ciekawostką jest fakt, że zamawiający wpisywali nie tylko swoje dane osobowe i kwotę prenumeraty, ale również wykonywany zawód, np. lekarz, ślusarz. Świadczy to o bardzo dużej popularności czasopisma oraz o szerokim gronie odbiorców z różnych środowisk”.

Przed wojną „Głos Karmelu” docierał do wielu regionów Polski, a także do Ameryki Północnej i Niemiec. Obecnie jest dostępny na terenie całego kraju.

W roku 1927 Rada Prowincjalna Karmelitów Bosych jednogłośnie przyjęła projekt wydawania miesięcznika pt. „Głos Karmelu”, powołując na urząd redaktora i dyrektora wydawnictwa ojca Józefa od Matki Bożej z Góry Karmel (Jana Prusa). W tym samym roku ojciec Wilhelm od św. Alberta (Lechner), generał zakonu, za twierdził powstanie miesięcznika i jego redakcję. W uroczystość św. Eliasza ukazał się drukiem pierwszy zeszyt „Głosu Karmelu”, wydany z okazji koronacji obrazu Matki Bożej Ostrobramskiej w Wilnie.

W czasie wojny czasopismo ukazywało się do 1941 roku. W 1945 pismo otrzymało zezwolenie Centralnego Biura Kontroli Prasy, Publikacji i Widowisk w Warszawie na druk w nakładzie 3000 egzemplarzy. Po wojnie pierwszy numer ukazał się w lutym 1946 roku. W 1952 władze komunistyczne zlikwidowały miesięcznik.

Od 2005 roku

W styczniu 2005 roku, po 52 latach przerwy, wznowiono wydawanie „Głosu Karmelu”. Redakcję stanowią: Andrzej Cekiera OCD, Krzysztof Górski OCD (redaktor naczelny), Krzysztof Kosiec, Bartłomiej Kucharski OCD, Danuta Piekarz, Artur Rychta OCD, Dorota Zabrzaska, Jerzy Zieliński OCD.

Obecnie ukazuje się jako dwumiesięcznik. Nadal realizuje cele wyznaczone przez swoich założycieli. Na stronie pisma można przeczytać: „Zachował charakter ewangeliczny i formacyjny, głęboko zakorzeniony w mistycznej tradycji Kościoła i duchowości Karmelu. Jest zaproszeniem do poznawania i kontemplacji Jezusa Chrystusa oraz do „wzięcia do siebie Maryi” i oddania się pod Jej macierzyńską opiekę. Przybliży życie i nauczanie świętych, aby przez ich przykład ukazywać, że świętość jest najgłębszym i osiągalnym wymiarem życia ludzkiego”.

Każdy numer „Głosu Karmelu” zawiera następujące działy:

„Z Biblią w dzień i w noc”, „Duchowa tradycja Karmelu”, „Spotkanie”, „Poradnik św. Teresy”, „Życie liturgiczne Kościoła”, „Karmel i młodzi”, „W sercu Kościoła”, „Szkola modlitwy”, „Lektura”, „Ikony”, „Raptularz mistyczny, czyli okrucy ocalone”.

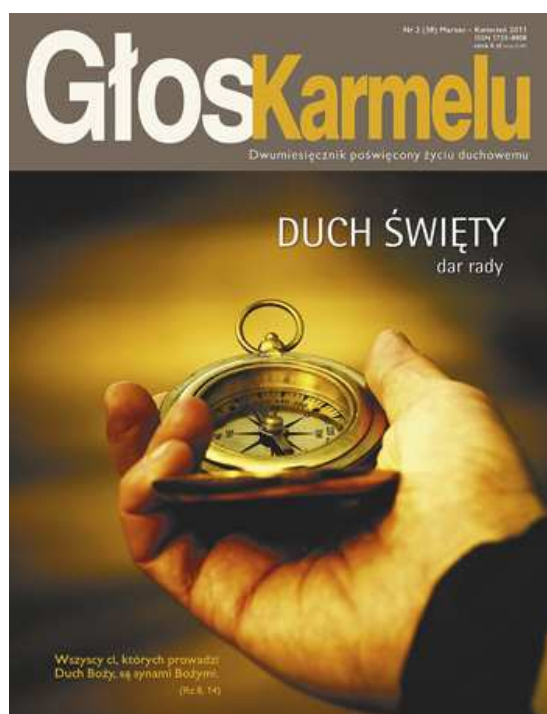
Dar rady

„Duch Święty - Dar rady” to hasło przewodnie ostatniego - 38 numeru czasopisma, które da-

rowane jest na marzec-kwiecień 2011. Redakcja zaprasza do lektury, wskazując na chaos współczesnego świata. Dzisiejszy człowiek, żyjący w hałasie świata, potrzebuje prawdziwego przewodnika. Autorzy pisma podpowiadają, kto nim jest: „Tymczasem Duch Święty, Boży Doradca, wewnętrzny Głos naszego serca, szepcze dyskretnie. Działając od wewnątrz budzi także wolność tych, którzy się w Niego włączają. Oni - jak mówi św. Paweł w Liście do Rzymian - prowadzeni przez Ducha stają się synami Bożymi. Zatem bycie kierowanym nie wyklucza prawdziwej wolności”.

Autorzy artykułów tego numeru szukają odpowiedzi na pytania o Ducha Świętego: „W jaki sposób radzi? Jak nas prowadzi? Przecież nie jesteśmy w stanie zobaczyć Go oczami lub usłyszeć uszami. Najczęściej mówi przez Pismo Święte i naszą głęboką wolę poszukiwania prawdy”.

Dariusz Guzowski



OGŁOSZENIE PŁATNE

Wszystkim, którzy w tak bolesnych dla nas chwilach dzielili z nami smutek i żal, okazali wiele serca i życzliwości oraz uczestniczyli we mszy św. i ceremonii pogrzebowej

S.P. Pawła Kowalskiego

Rodzinie, Przyjaciółom, Sąsiadom, Znajomym

Serdeczne podziękowania składa

Żona z Rodziną



MIRAGE STYLE
www.miragestyle.pl

Salon i Wypożyczalnia Sukien Ślubnych

* Studio Fotograficzne
* Wynajem Samochodów
* Studio Makijażu

Pod Arkadami 11
87-400 Golub-Dobrzyn
nr tel. 515 031 074
515 031 073

REKLAMA

-25%
(do końca marca)

Dom Mody
ZAPRASZA!!!

Garnitury
już od **235 zł**

- Garnitury
- Spodnie
- Kurtki
- Swetry
- Paski
- Koszule

Pod Arkadami 11
(wejście od strony Lidla)

REKLAMA

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE "ORZECZOWSCY"

Biuro 56 683 52 15
Dom 56 683 23 53
Kom. 0 602 291 118
0 692 949 959

ŚWIADCZYMY USŁUGI CAŁODOBOWO

ul. Nowa 17a 87-400 Golub Dobrzyń
Podzamek Golubski ul. Szosa Wąbrzeska 39 87-400 Golub Dobrzyń

REKLAMA

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

Zakład i Dom Pogrzebowy Bożena Stahnke

ul. Sportowa 3, 87-400 Golub-Dobrzyń
tel. (056) 683-37-56, kom. 509-333-146

- zabieranie ciał z domów i kaplic
- duży wybór trumien
- odzież żałobna, kwiaty, wieńce
- transport zwłok w kraju i za granicą
- toaleta pośmiertna
- posiadamy własną kaplicę i chłodnię

informator

Pogotowie
numer alarmowy 999
lub 112 z telefonów kom.

Szpital Powiatowy
ul. Koppa 1e
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 22 91

Przychodnie prywatne
Gol-Med - NZOZ
ul. Szosa Rypińska 30c
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 54 88

Nasz-Medyk - NZOZ
ul. Wojska Polskiego 3c
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 28 81

Straż Pożarna
numer alarmowy 998
lub 112 z telefonów kom.

Komenda Powiatowa
Państwowej Straży Pożarnej
ul. Lipnowska 9
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 22 44 lub 45

Policja
numer alarmowy 997
lub 112 z telefonów kom.

Komenda Powiatowa Policji
ul. Piłsudskiego 19
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 682 32 00
tel. 056 682 32 21

Posterunek Policji
w Kowalewie Pomorskim
ul. Plac Wolności 6
87-410 Kowalewo Pomorskie
tel. 056 684 10 07
tel. 056 682 32 41

Straż miejska 986
Pogotowie energetyczne 991
Pogotowie gazowe 992
Pogotowie ciepłownicze 993
Pogotowie wodno-kanalizacyjne 994

Dyżury nocne aptek w Golubiu-Dobrzyniu
ul. Nowa 10a
7-12 każdego m-ca

ul. Kilińskiego 4
13-18 każdego m-ca

ul. Rynek 5
19-25 każdego m-ca

ul. Szosa Rypińska 30a
1-6 i 26-31 każdego m-ca

Administracja
Urząd Miejski
w Golubiu-Dobrzyniu
ul. Plac 1000-lecia 25
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 54 10

Urząd Miejski
w Kowalewie Pomorskim
ul. Plac Wolności 1
87-410 Kowalewo Pomorskie
tel. 056 684 10 24

Starostwo Powiatowe
w Golubiu-Dobrzyniu
ul. Plac 1000-lecia 25
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 53 80 lub 81

Agencja Restrukturyzacji
i Modernizacji Rolnictwa
ul. J.G Koppa 1B
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 682 21 30

Urząd Skarbowy
w Golubiu-Dobrzyniu
ul. Koppa 1A
tel. 056 683 55 90

Powiatowy Urząd Pracy
ul. Szosa Rypińska 26
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 52 31

Urząd Gminy Golub-Dobrzyń
pl. 1000-lecia 25
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 54 01

Urząd Gminy Cielchocin
87-408 Cielchocin
tel. 056 683 77 81

Urząd Gminy Zbójno
Zbójno 35a
87 - 645 Zbójno
tel. 054 280 19 21

Urząd Gminy Radomin
87-404 Radomin
tel. 056 683 75 22

Urząd Gminy Wąpielsk
87-337 Wąpielsk
powiat rypiński
tel. 056 493 83 21

Urząd Gminy Dębowa Łąka
87-207 Dębowa Łąka
powiat wąbrzeski
tel. 056 688 91 53

PKS
Dworzec Autobusowy
ul. Sokółowska 11
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 056 683 28 19

Horoskop 3 – 9 marca

Koziorożec (22.12.-20.01.)



Gwiazdy będą sprzyjać samotnym. Dla nich to dobry czas na odnalezienie miłości, która pojawi się zupełnie niespodziewanie. Okazji do flirtów nie zabraknie. Pamiętaj, że aby poznać dobrze drugiego człowieka potrzeba czasu. Możesz teraz czarować, podbijać i romansować do woli bez żadnych niemiłych konsekwencji. Zadbaj też o aktywny wypoczynek.

Byk (21.04.-21.05.)



To najlepszy okres dla samotnych na randki i nowe znajomości. Koniec karnawału zachęca do flirtów. Bądź wyluzowany, odprężony i myśl pozytywnie a miłość niespodziewanie zapuka do Twego serca. W pracy pełna stabilizacja. Bardzo dobre samopoczucie i zadowolenie z siebie sprawią, że nowe pomysły związane z pracą zawodową szybciej zaczną się realizować.

Panna (24.08.-23.09.)



Jeśli jesteś samotny, to najlepszy moment na podjęcie życiowej decyzji i zrobienie kroku naprzód. Od dawna szukasz tego właściwego partnera i teraz właśnie go znajdziesz. Nie lekceważ więc sygnałów, które będzie przysyłać Ci ktoś bardzo Tobą zainteresowany. Osoby w stałych związkach ulepszą więź z partnerem. Weekend we dwoje pozwoli Wam na nowo zbliżyć się do siebie.

Wodnik (21.01.-19.02.)



W stałych związkach małe nieporozumienia. Pozwól czasem partnerowi na jego własne decyzje. W pracy wszystko ułoży się po Twojej myśli. Warto pomyśleć o jakiejś dobrej inwestycji. To najlepszy czas, by spokojnie rozkręcić nowe interesy i założyć własną firmę. Małymi krokami do wielkiego celu. W tym tygodniu czas wreszcie zmienić przyzwyczajenia, które nie wychodzą Ci na zdrowie.

Bliznięta (22.05.-22.06.)



W tym tygodniu nie grozi Ci nuda ani samotność. Będziesz mile widzianym gościem na prywatkach i przyjęciach u znajomych. Odnowienie starych znajomości może zaowocować interesującą propozycją. W pracy czeka Cię wytężony czas. Wiele spraw nagromadziło się i ciężko będzie wam wszystkiemu podołać. Pozytywna sytuacja finansowa.

Waga (23.09.-22.10.)



Samotne Wagi mają w tym tygodniu okazję poznać kogoś niezwykłego. Ten czas sprzyja dobrym relacjom w związkach stałych jak i takich, które stoją na początku drogi. Zadbaj również o aktywny wypoczynek, który poprawi Twoją sylwetkę i zdrowie. Weź parę dni wolnego i wybierz się z ukochaną osobą na wycieczkę do SPA lub centrum rekreacyjno-wypoczynkowego.

Ryby (20.02.-20.03.)



W uczuciach na horyzoncie nie widać żadnych wielkich zmian. Wszystko w Twoim życiu uczuciowym wspaniale ze sobą współgra. Ci, którzy są w stałych związkach mogą liczyć na bardzo namiętny okres. Będziecie rozumieli się jak nigdy dotąd. W życiu zawodowym przyda Ci się sporo zdrowego rozsądku. Nie rób nic na siłę, a problemy w pracy same się rozwiążą.

Rak (22.06.-22.07.)



W tym tygodniu będziesz tryskał zdrowiem, a energia będzie Cię rozsądzała. Wszystko wskazuje na to, że czeka Cię poważne uczucie i miłość na całe życie. Nie przejmuj się ludzkimi opiniami, a słuchaj własnego serca i własnej intuicji. Nie szastaj pieniędzmi, będą one Ci bardzo potrzebne w najbliższym czasie. Z rozumą wydawaj każdą ciężko zarobioną złotówkę.

Skorpion (24.10.-22.11.)



W najbliższym tygodniu będziesz mieć sporo szczęścia do pieniędzy, możliwa jakaś wygrana. W pracy nie dawaj się stresowi. Zapomnij czasem o sprawach zawodowych i pomyśl o sobie. Jeden wieczór w weekend zaplanuj tylko dla siebie i podaruj sobie odrobinę samotności – oglądając filmy, objadając się słodyczami na kanapie lub czytając ulubione książki.

Baran (21.03.-21.04.)



Dla samotnych ten tydzień będzie obfitował w nawiązywanie nowych ciekawych znajomości. W pracy możliwe trudności. Przez cały czas będzie towarzyszył Ci stres i nerwy związane z pracą zawodową. Liczne niedomówienia doprowadzą do konfliktu nie tylko z kolegami z pracy, ale także z szefem. Nieprzewidziane wydatki mocno naruszają budżet domowy.

Lew (23.07.-23.08.)



Tym, którzy są w stałych związkach towarzyszyć będzie pełna harmonia. Dużo ciepłych uczuć, wzajemnej fascynacji i dużo dobrego. Ukochana osoba dostarczy Ci wiele wrażeń i radości. Nie przejmuj się sprawami zawodowymi. W Twojej firmie zająd zmiany personalne, które nie będą Ciebie dotyczyć. W tym tygodniu postaw na owoce cytrusowe.

Strzelec (23.11.-21.12.)



W tym tygodniu Twoje życie zawodowe będzie, niestety, bardzo nerwowe, cały czas będziesz żył w pośpiechu. Wiele będzie się działo w pracy, a Ty przyłożysz się solidnie do wszystkich powierzonych Ci zadań i obowiązków. Twoje zaangażowanie w sferę zawodową przyniesie Ci wiele korzyści. Szef to doceni. Spodziewaj się poprawy warunków finansowych.

wróżka Adelajda

Pogoda	Czwartek 3.03.2011		temperatura	ciśnienie	wiatr	śnieg
	dzień 7:00 - 19:00		minimalna/odczuwalna/maksymalna			
			-7/-4/-3	1026 hPa	6 km/h	0 mm
	noc 19:00 - 7:00		-4/-2/-1	1021 hPa	7 km/h	0 mm
	Piątek 4.03.2011					
	dzień 7:00 - 19:00		-4/3/4/	1016 hPa	14 km/h	0 mm
	noc 19:00 - 7:00		-1/1/2	1005 hPa	26 km/h	0,5 mm
	Sobota 5.03.2011					
	dzień 7:00 - 19:00		-2/4/4	1000 hPa	27 km/h	0,9 mm
	noc 19:00 - 7:00		-4/-1/0	1004 hPa	23 km/h	0,2 mm
	Niedziela 6.03.2011					
	dzień 7:00 - 19:00		-3/3/2	1014 hPa	29 km/h	0,6 mm
	noc 19:00 - 7:00		-6/-2/-1	1021 hPa	11 km/h	0 mm

Zagadki Profesora

ZAGADKI CHINSKIE

Jeśli patrzysz z dala - altanka,
Z bliska zaś - laska,
Na wierzchu woda ciecze,
A dołem człowiek idzie.

Owsem się nie odżywia, batem się go nie pogania,
Bardzo silny, jak powiadają. Kto to?

Kiedy z niej korzystają - rzucają ją,
Kiedy zaś nie korzystają - noszą na plecach.

W kącie pokoju stoi krowa,
Codziennie żre słomę ryżową, a nie cieli się.

Rozwiązanie zagadki z poprzedniego numeru:

Jeden z bliźniaków podał konduktorowi odliczone pieniądze na dwa bilety.



HUMOR

Do pewnego kapitana statku, będącego już prawie na emeryturze, dorwała się pewna dziennikarka. Przeprowadzając z nim wywiad, zadała pytanie:

– Kiedy pan przeżył największą burzę?
Kapitan zamilkł, ale widać po oczach, że rozpamiętuje swoje życie wilka morskiego. W końcu rzecze:
– To było zaraz po ślubie. Jak splunąłem w domu na dywan.

Pani pyta Jasia:
– Która rzeka jest dłuższa: Ren czy Missisipi?
– Missisipi.
– Dobrze, Jasiu. A o ile jest dłuższa?
– O sześć liter.

Lek w kształcie kulki		Dowód niewinności	Występuje sam	Cząstka energii		Kibic zespołu		Złota moneta wenecka		Podobny do motoroweru	Stoi w garażu
Atrybut marszałka sejmu			15			Porozumienie, kompromis				8	
	5							Malarz i grafik hiszpański	13	Woda, ciecz	9
Ciągnie barkę					Potocznie o szczęśliwej parze	Praktykant					
Wpada do łuzu					Słona w morzu	Ogród owocowy					
	19										4
Kamień ozdobny w boazerii			20			Jednostka długości		Fiedler, pisarz	22		Nawierzchnia szosy
Hotel przy drodze		Trucizna w zębie żmii		Wersja, wariant	Knowanie						
	21		3	11		Imię Londona	18	Arabski książę		"Cicha" rzeka Szolochowa	
Strawa, pokarm	Rumunski samochód terenowy		Marynarz								
			Stalowy pret								
					Wielka flota wojenna						
	7										
Kondycja fizyczna		Jabłko lub pomarańcza				Uwielbiany przez tłumy	1		2		
					Miasto w Grecji						12
			6								

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie -
- fraszkę Jana Sztaudyngera pt. "Uprzykrzony sublokator".

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22

SUDOKU

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

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

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

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

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

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



PĄCZKI HISZPAŃSKIE

Składniki:
1 szklanka wody
szczypta soli
4-6 jajek
sok z cytryny

125 g masła
200 g mąki
olej do smażenia
cukier puder

Sposób przyrządzenia:

Zagotować wodę z masłem i solą, a gdy zacznie wrzeć, dodać za jednym razem całą mąkę. Wymieszać dobrze drewnianą łyżką i gdy już utworzy się kula, zostawić jeszcze moment, żeby odparowała resztką wody. Zostawić do przestygnięcia. Następnie, ubijając mikserem lub mieszając drewnianą łyżką, dodawać po jednym jajku. Jajek należy dodać tyle, ile potrzeba, żeby powstało bardzo gęste, lśniące ciasto. Z papieru do pieczenia wyciąć kółka dowolnej wielkości. Ciasto przełożyć do rękawa cukierniczego i wyciskać podwójne (tzn. jedno na drugim) kółka. Smażyć na dobrze rozgrzanym oleju, z obu stron, aż będą złote (papier sam odejdzie). Z soku cytrynowego i cukru pudru przygotować lukier o wybranej gęstości i posmarować nim jeszcze ciepłe pączki.

PĄCZKI Z DŻEMEM

Składniki:
ok. 3,5 szkl. mąki
pół łyżeczki cynamonu
1/3 szkl. cukru
pół łyżeczki soli
pół łyżeczki ekstraktu waniliowego
drobny cukier lub cukier puder do obtaczania

2 opakowania (po 7 g każde) suszonych drożdży
1 szkl. wody (połowę można zastąpić mlekiem)
2 łyżki oleju
1 duże jajko
dżem lub galaretka malinowa
olej do smażenia

Sposób przyrządzenia:

Drożdże rozpuścić w połowie szklanki wody. Resztę wody wymieszać z cukrem, solą, olejem i podgrzać do ok. 50 st. C. Następnie wlać do 1 i 1/4 szkl. mąki wymieszanej z cynamonem, dodać rozpuszczone drożdże, jajko i wanilię. Ubijać mikserem 30 sekund na średnich obrotach, często oskrobując brzegi miski, a potem 3 minuty na wysokich obrotach. Następnie, używając drewnianej łyżki, domieszać resztę mąki (należy robić to z wyczuciem, żeby ciasto nie wyszło zbyt gęste), wyłożyć na blat i wyrabiać jeszcze 3 - 5 minut, dosypując mąkę w razie potrzeby. Ciasto ma być średnio gęste, gładkie i elastyczne. Włożyć do natłuszczonej miski, obrócić, żeby całe ciasto pokryło się tłuszczem, przykryć i zostawić do wyrośnięcia na ok. 1 godzinę (do podwojenia objętości). Ciasto odgazować, uderzając z góry, wyłożyć na lekko posypany mąką blat, przykryć i zostawić na 10 minut. Następnie rozwałkować (nie za cienko), wycinać kółka, na środek każdego kłaść po 1 łyżeczce dżemu, brzegi zawiązać i łączyć ze sobą, formując pączki. Można też nieco cieniej wałkować ciasto, na połowę wyciętych kółeczek nakładać dżem, brzegi zwilżać (wodą, mlekiem lub roztrzepanym jajkiem), przykrywać drugim kółeczkiem i dociskać na brzegach. Gotowe pączki układać na ściereczce posypanej mąką i zostawić do wyrośnięcia. W międzyczasie rozgrzać olej do temp. 185 st.C. Smażyć pączki po minucie z każdej strony na rumiano - sprawdzić patyczkiem czy nie są surowe w środku. Odcedzić, wyłożyć na papierowy ręcznik i ostudzić. Obtoczyć w drobnym cukrze lub cukrze pudrze.

Pamiętamy

Osoby interesujące się historią naszego regionu oraz dziejami II wojny światowej i holokaustu powinny przeczytać najnowszą książkę Muzeum Ziemi Dobrzyńskiej w Rypinie poświęconą wydarzeniom z lat 1939-1945.

Nakładem Muzeum Ziemi Dobrzyńskiej w Rypinie ukazała się ostatnio książka pod tytułem „Katalog zbrodni – ziemia dobrzyńska”. Jej redaktorem jest dyrektor muzeum Andrzej Szalkowski.

Książka składa się z trzech części. Pierwsza to słownik biograficzny osób – mieszkańców ziemi dobrzyńskiej zamordowanych przez Niemców w latach II wojny. Jego autorem jest Roman Piotrowski. W tej części zamieszczono kilkaset nazwisk mieszkańców Rypina, Lipna i Dobrzynia nad Drwęcą oraz okolicznych miejscowości. Ponadto można tu również znaleźć opis genezy zbrodni jaką dokonali Niemcy.

Druga część książki to praca Antoniego Witkowskiego – „Gehenna rypińska”. Jak pisze na wstępie redaktor Szalkowski ten fragment katalogu jest to ponowne wydanie książki z lat 80. XX wieku „Mordercy z Selbstschutzu”.

Trzecia część opracowania to dokumenty pochodzące z działalności Komisji Badania Zbrodni Hitlerowskich z sesji naukowej „Oskarżamy” w 1976 roku. Materiały przekazał Jan Malec.

W książce znajduje się 46 nazwisk mieszkańców naszego powiatu, którzy ponieśli śmierć w latach 1939-1945. Nie jest to z pewnością zamknięta liczba ofiar II wojny światowej z Dobrzynia nad Drwęcą i okolic. Do tego grona należy doliczyć kilkaset czy nawet kilka tysięcy osób pochodzenia żydowskiego, które zostały zabite przez Niemców.



W słowniku możemy znaleźć kilka nazwisk Żydów dobrzyńskich. W tej grupie są między innymi: Adolf Reinfeld, aptekarz, który został aresztowany w październiku 1939 roku, czy rodzina Nusbaumów i Lipkow.

Z polskich nazwisk w słowniku możemy znaleźć takie osoby jak Aleksander Płoski – właściciel Sokołowa, Tadeusz Łempicki – ziemianin z Płonego. Wśród biografów są również informacje między innymi o duchownych z Obór i księdzu Ignacym Charszewskim z Dobrzynia. Ponadto Roman Piotrowski przedstawił krótkie notatki o innych mieszkańcach powiatu np. Stanisławie Cichocim, który został zamordowany w obozie koncentracyjnym w Buchenwaldzie, Władysławie Ciechanowskim z Nowogrodu oraz Antonim Jarzębskim z Łubek, który poniósł śmierć w Domu Kaźni w Rypinie.

Wkrótce książka będzie dostępna w Miejskiej i Powiatowej Bibliotece Publicznej w Golubiu-Dobrzyniu.

Szymon Wiśniewski

Polska dynastia

Pierwsi polscy książęta i królowie wywodzili się z dynastii piastowskiej. Zapoczątkował ją legendarny Piast. Ostatnim z rodu, który zasiadał na polskim tronie był Kazimierz III Wielki, który zmarł w 1370 roku. Trzysta lat później zmarł ostatni z Piastów, który rządził jednym z księstw na Śląsku – Jerzy Wilhelm.

Kronikarz Gall Anonim, pierwszy opisał początki powstania naszego państwa. W swej kronice przedstawił historię polskiej dynastii – Piastów, z której wywodził się pierwszy polski władca – książę Mieszko I.

Według kronikarza za proto-



plastę rodu należy uznać legendarnego Piasta. Według niego był on synem Chościska i ubogim oraczem spod Gniezna. Miał żonę Rzepichę i syna. W czasie postrzyżyn siedmioletniego syna miał ugościć tajemniczych przybyszów wypędzonych z dworu Popiela.

Jak przekazuje Gall podczas skromnej uczty nastąpiło cudowne rozmnożenie jadła, a ostatecznie zaproszono na nią i samego Popiela. Nieznajomi postrzygli syna Piasta i nadali mu imię Siemowit. Gdy Siemowit dorósł, wypędził Popiela i został księciem. Według innych późniejszych przekazów to Piast wypędził Popiela.

Syn Siemowita – Lestek oraz jego wnuk Siemomysł kolejno rządzili plemieniem Polan. Za twórcę polskiej państwowości i pierwszego władcę Polski z dynastii Piastów uważa się Mieszka I, syna Siemomysła.

Mieszko przyjął w 966 roku chrzest. Jego syn Bolesław Chrobry został pierwszym władcą Polski, który dostał koronację w 1025 roku. Prestiż dynastii na arenie międzynarodowej podnio-



sło małżeństwo Mieszka II Lambert - syna i następcy Bolesława, z Rychezą, po kądzieli wnuczką cesarza Ottona II.

Po Mieszku II, władcą Polski został jego syn Kazimierz I Odnowiciel. Stracił on jednak koronę. Odzyskał ją dopiero jego syn Bolesław II Szczodry, który został trzecim koronowym władcą w 1076 roku. Po jego śmierci władzę przejął brat Władysław I Herman, który odesłał insygnia koronacyjne do cesarza.

Herman pozostawił dwóch synów Zbigniewa i Bolesława III Krzywoustego. W walce o władzę między braćmi wygrał ten drugi. Gdy umarł w 1138 roku podzielił kraj między swoich synów, zapoczątkowując tym samym okres rozbięcia dzielnicowego.

Krzywousty posiadał pięciu synów. Najstarszy Władysław II Wygnaniec został seniorem i otrzymał Śląsk oraz dzielnicę senioralną z Krakowem, Gnieznem i częścią Pomorza. Drugi syn Bolesław IV Kędzierzawy rządził na Mazowszu. Trzeci z potomków - Mieszko III Stary panował w Wielkopolsce. Najmłodszy synowie Henryk Sandomierski i Kazimierz II Sprawiedliwy otrzymali ziemię sandomierską.

W wyniku rozbięcia dzielnicowego dynastia Piastów uległa także podziałowi na kilka gałęzi.

Powstały w ten sposób między innymi linie: śląska, mazowiecka, wielkopolska, małopolska i kujawska, które również ulegały podziałom.

Czwartym królem z dynastii piastowskiej został Przemysł II z linii wielkopolskiej (wywodzącej się od Mieszka III starego). Jako król rządził tylko dwa lata od 1295 do 1296 roku, kiedy zmarł.

Dopiero Władysław III Łokietek - prawnuk Kazimierza II Sprawiedliwego zjednoczył Polskę i koronował się na króla w 1320 roku. Jego syn Kazimierz III Sprawiedliwy był ostatnim królem Polski z dynastii Piastów. Zmarł w 1370 roku. Po nim na tron wstąpił Ludwik I Węgierski z dynastii Andegawenów.

Mimo śmierci ostatniego króla - Piasta, dynastia przetrwała dzięki rządowi kilku książąt na Śląsku i Mazowszu.

Za ostatniego męskiego przedstawiciela dynastii Piastów uchodzi Jerzy Wilhelm książę brzesko-legnicki, który zmarł w 1675 roku w Brzegu. Ostatnią Piastówną była zaś Karolina - księżniczka legnicka (zmarła w 1707 roku).

Jerzego Wilhelma przeżył jego stryj August hrabia Legnicki (August von Liegnitz), zmarły cztery lata później w swym majątku Kantorowice w ks. brzeskim. Pochodził on jednak z małżeństwa morganatycznego i nie miał prawa do nazwiska i spadku. Innym sugerowanym ostatnim męskim przedstawicielem dynastii Piastów, jednak również bez prawa do tronu czy nazwiska, był baron von und zu Hohenstein Feryndand II, który zmarł w 1706 roku. Był on wnukiem Wacława Gotfryda naturalnego syna przedostatniego księcia cieszyńskiego Adama Wacława z jego pozamałżeńskiego związku z ochmistrzą Małgorzatą Kostłachówną.

Szymon Wiśniewski



PIZZERIA "Da noi"
Dorota Ćwik

ul. Fosa Jagiellońska 5, 87-410 Kowalewo Pom.
tel. 056 684 11 75 www.danoi.pl

**POLECAMY: KUCHNIĘ POLSKĄ I ORIENTALNĄ WŁOSKĄ
ORGANIZUJEMY IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE**

REKLAMA

**USŁUGI SPAWALNICZO - ŚLUSARSKIE
SPAW - MAG** Sławomir Zarębski

- spawanie aluminium i stali kwasoodpornej
- remont przyczep i naczep
- podnośnik TUZ
- pługi ciągnikowe (śnieżne do kiszzonek i ziemi)
- chwytaaki podnośniki bel słomy i sianokiszzonek

tel. 795 578 615

REKLAMA

Poznaj swój metabolizm

Co 10 lat życia przemiana materii zmniejsza się o około 2 proc. Dlatego też z upływem lat, mimo spożywania takich samych porcji pokarmów, przybywa fałdek tłuszczu.

Co jest metabolizm?

Pod tym wyrazem kryje się wiele skomplikowanych definicji. Metabolizmem nazywamy szereg procesów chemicznych, zachodzących w komórkach i tkankach. Najprościej rzecz ujmując, metabolizm to tempo, w którym organizm spala kalorie w celu podtrzymywania życia ustroju. Ciało ludzkie spala kalorie nieustannie, przez całą dobę. Tempo owego spalania waha się i uzależnione jest od kilku czynników.

Analizując proces przemiany materii, jaki zachodzi w naszym ustroju, należy zwrócić uwagę na dwa pojęcia: podstawowa przemiana materii (PPM) oraz całkowita przemiana materii (CPM). PPM mówi o tym, ile energii wydatkuje ustrój na podstawowe czynności fizjologiczne, takie jak: bicie serca, krążenie krwi, oddychanie, ruchy jelit. Mówiąc o CPM, bierzemy pod uwagę zarówno PPM jak i wydatek energetyczny na czynności dodatkowe.

PPM – czyli podstawowa przemiana materii

Na PPM wpływa masa ciała, wzrost, wiek i płeć. Jest ona najwyższa w pierwszych dwóch latach życia, gdy rozwój organizmu jest intensywny. Wraz z kolejnymi latami maleje po to, aby w okresie dojrzewania znowu wzrosnąć. Niestety, po przekroczeniu 21 roku życia obserwuje się spadek podstawowej przemiany materii o 2% na każde kolejne 10 lat życia. Najbardziej zauważalny spadek pojawia się po ukończeniu 60 lat.

CPM – czyli całkowita przemiana materii

Na nią składa się PPM oraz ponadpodstawowa przemiana materii. Do tej drugiej zalicza się takie czynności organizmu jak: ciepłotwórcze działanie pokarmu (termogeneza poposiłkowa), aktywność fizyczną, utrzymanie stałej ciepłoty ciała.

Warto tutaj zwrócić uwagę zwłaszcza na ciepłotwórcze działanie pokarmu, inaczej mówiąc na dynamiczne działanie pokarmu. Fakt spożywania pokarmów powoduje okresowy wzrost przemiany materii. Ustrój bowiem wydatkuje energię na takie czynności jak: przyjmowanie pokarmu, trawienie, wchłanianie, transport składników odżywczych. Przy czym spożycie białka zwiększa przemianę materii o około 25-40%, tłuszczu o 14%, a węglowodanów o około 6%. Szacuje się, że w zbilansowanej, zrównoważonej diecie wzrost wydatku energii jest rzędu 10%. CPM może wahać się w ciągu dnia, i w głównej mierze zależy od ilości ruchu, warunków pracy. Im większa aktywność fizyczna, tym zapotrzebowanie energetyczne, a więc CPM, wyższe.

Co ma wpływ na tempo metabolizmu?

Co ma wpływ na tempo metabolizmu?

Istnieje wiele czynników, które mają większy lub mniejszy wpływ na metabolizm. Oto one:

- ilość tkanki mięśniowej – im więcej jej mamy, tym metabolizm szybszy, tym więcej kalorii spala nasze ciało. Mięśnie to żywa tkanka, która najsukuteczniej „pożera” kalorie

- poziom aktywności
- rodzaj spożywanej żywności

- częstotliwość spożywania posiłków

- produkcja i funkcjonowanie hormonów (np. cukrzyca, problemy z tarczycą znacząco oddziałują na tempo przemiany materii)

- stres (spowalnia metabolizm przez wprowadzenie dodatkowych naprężeń i zaburzeń wielu układów fizjologicznych; powoduje również produkcję niechcianych substancji, wpływających na tempo przemiany materii, np. kortyzolu)

- nawodnienie ciała (im wyższe nawodnienie, tym wyższy metabolizm)

- genetyka

Do najczęściej popełnianych w czasie odchudzania błędów, powodujących obniżenie tempa metabolizmu, należy zaliczyć zmniejszenie ilości tkanki mięśniowej. Poprzez nagminne pomijanie posiłków, przeróżne diety redukcyjne, organizm „zjada” swoje mięśnie. Spadek aktywności ruchowej związany jest najczęściej z procesem starzenia się lub zwyczajnym lenistwem.

Co warto wiedzieć: im mamy wyższy metabolizm, tym łatwiej nam jest cieszyć się smukłą sylwetką. Co ważne, stosownie kuracji odchudzającej przyniesie pożądany efekty tylko wtedy, gdy zapewni ona metabolizm na stałym poziomie lub spowoduje jego wzrost. 4-dniowa głodówka obniża go o 33 proc. Fakt ten zatem świadczy o bezsensownym stosowaniu diet cud.

Co możemy zrobić, by podkręcić metabolizm?

Zwiększ aktywność fizyczną

Złotym środkiem jest zwiększenie ilości ruchu. Ćwiczenia siłowe zwiększają wydzielanie testosteronu oraz hormonu wzrostu i rozwijają mięśnie, w których następuje spalanie tłuszczu. Aktywność typu cardio sprzyja wykorzystywaniu zapasów energii z tkanki tłuszczowej. Warunkiem jednak jest, aby przebiegała w spokojnym tempie i trwała



przynajmniej 20-30 minut. Na pocieszenie warto wspomnieć, że kalorie spalane są zarówno podczas ćwiczeń, jak też do 48 godzin po nich. Dodatkowa aktywność fizyczna trzy razy w tygodniu przyniesie poprawę tempa przemiany materii. Poza tym po intensywnym wysiłku, w nagrodę, organizm zalewa nas strumieniem endorfin – wprawiających w błogi nastrój.

Zaczynij dzień od śniadania i jedz o regularnych porach

Najlepiej spożywaj śniadanie do 30-60 minut po przebudzeniu. Jeśli pominiesz ten posiłek, będziesz mieć niski poziom glukozy we krwi, co zaowocuje mniejszą energią, uczuciem ospałości i przemęczenia. Niejedzenie śniadań sprzyja również wieczornej nadkonsumpcji. Zasada mówi o takim ustaleniu pór posiłków, aby spożywać je co 3-4 godziny. Regularne dostawy składników odżywczych pozwalają organizmowi lepiej je wykorzystać. Jeśli natomiast spożywa się mniej posiłków, zazwyczaj są one bardziej obfite i organizm nie może sobie z nimi poradzić. Zaczyna je więc gromadzić. Bardzo ważna jest też pora ostatniego posiłku. Kolacja powinna być spożywana nie później niż 3 godziny przed snem. Jest to istotne, gdyż tempo metabolizmu spada w ciągu dnia i pod jego koniec jest najsłabsze.

Doprawiaj swoje potrawy

Przyprawy nie tylko wzbogacają smak potraw, ale mogą także przyspieszyć metabolizm. Takie działanie wykazują szczególnie przyprawy korzenne oraz ostre, ponieważ zwiększają one produkcję ciepła w organizmie. Mowa tutaj w szczególności o pieprzu, chili, cynamonie i imbirze.

Unikaj diet cud

Diety obiecujące szybką utratę zbędnych kilogramów są kuszące. Niestety, nie są najzdrowsze. Jeśli stosujesz dietę, która bardziej przypomina głodówkę niż racjonalne

odżywianie, przyczynia się to spowolnienia tempa przemiany materii. Twój organizm przestawia się na oszczędny tryb, który ma go chronić przed wyniszczeniem. Dodatkowo nastawia się on na gromadzenie zapasów, tak jakby chciał się uchronić przed gorszymi dla niego czasami. Jeśli ilość dostarczanych kalorii jest zbyt mała, organizm w pewnym momencie zaczyna też zużywać mięśnie, co dodatkowo obniża tempo metabolizmu. Po takiej diecie zazwyczaj występuje efekt jo-jo, a organizm jest wyniszczony. Im więcej takich prób odchudzania, tym coraz trudniej osiągnąć efekt.

Zadbaj o sen – wysypiaj się

Jeśli nie poświęcasz wystarczającej ilości czasu na sen (7-8 godzin), narażasz się na wystąpienie nadwagi lub też otyłości. Stwierdzono, że krótki sen negatywnie wpływa na gospodarkę hormonalną organizmu i przyczynia się m. in. do wzrostu stężenia greliny, czyli hormonu nasilającego uczucie głodu. Zbyt krótki sen wiąże się także z pogorszeniem tolerancji glukozy, co stanowi czynnik ryzyka wystąpienia cukrzycy typu 2. Wzrasta też poziom kortyzolu we krwi, co przekłada się na pogorszenie wykorzystania glukozy i zaburzenia kontroli łaknienia. Ponadto, kiedy mniej śpisz, w ciągu dnia jesteś ospały i na nic nie masz energii. Efektem tego jest nieprawi-

dłowe funkcjonowanie organizmu i spowolnienie metabolizmu.

Dbaj o relaks, ogranicz stres

W sytuacjach napięcia nerwowego powstaje kortyzol, czyli hormon stresu. Powoduje on obniżenie przemiany materii, w szczególności zwiększa rozkład białek oraz magazynowanie tłuszczu w adipocytach, hamując lipolizę, co sprzyja tyciu. Produkcję kortyzolu hamują produkty bogate w węglowodany, tym faktem więc można wyjaśnić chęć na słodkie w stresujących momentach. Nie oznacza to jednak, iż jest to dobre posunięcie, lepiej wybrać warzywa, również bogate w węglowodany złożone.

Ciekawostka

Zaparcia = wolna przemiana materii?

Nie należy mylić ze sobą tych dwóch pojęć. Oczywiście, do przemiany materii zalicza się wydatek na wydalanie, pracę jelit. Jednak nawet jeśli rzeczywiście nasza przemiana materii nie jest zbyt wysoka, nie jest to równoznaczne z pojawieniem się zaparcia i na odwrót: zaparcia nie muszą świadczyć o wolnym metabolizmie. Przyczyną zaparcia są najczęściej błędy dietetyczne: mała ilość błonnika, płynów, ruchu, ale również choroby, przyjmowane leki, dysfunkcje anatomiczne jelit.

specjalista ds. żywienia
Karolina Słupczewska

TEL. 56 682 26 80

Masz kłopoty z wymyśleniem ciekawego prezentu dla najbliższych?

Umieść życzenia w naszym tygodniku!!!

**Zaskocz znajomych i rodzinę
Zafunduj im oryginalną pamiątkę na:
urodziny, imieniny, rocznice, śluby itd...**



REKLAMA

**GARAŻE BLASZANE
BRAMY GARAŻOWE**

✓ **Zapewniamy transport i montaż GRATIS**

✓ **Sprzedaż RATALNA**

✓ **Działamy na terenie całego kraju**

tel.: 56 649 44 30
tel.: 54 233 81 41
tel.: 52 388 22 73
tel.: 24 368 32 17
kom.: 509-574-644
www.konstal-garaze.pl

REKLAMA

TANIO I SZYBKO RATY

PRODUCENT GARAŻY BLASZANYCH

tel. 56/ 659-06-43
668-307-725

TYPOWE I NA ZAMÓWIENIE
www.blaszaczki.pl

Wielkie Rychnowo

Sokół w locie wznoszącym

Starty w dziesiątkach wyścigów o randze regionalnej i ogólnopolskiej, organizacja własnych wyścigów i przede wszystkim szkolenie najmłodszych - to najważniejsze wydarzenia ostatnich dwóch lat w klubie Sokół Wielkie Rychnowo.



28 lutego w Wielkim Rychnowie członkowie Sokola podsumowali ostatnie dwulecie oraz dokonali wyboru nowych władz klubu.

- Po dwóch latach działalności spotykamy się na zebraniu sprawozdawczo-wyborczym. To okazja by pochwalić się dokonaniem oraz przedyskutować plany na najbliższe miesiące - mówi prezes klubu Marian Krych.

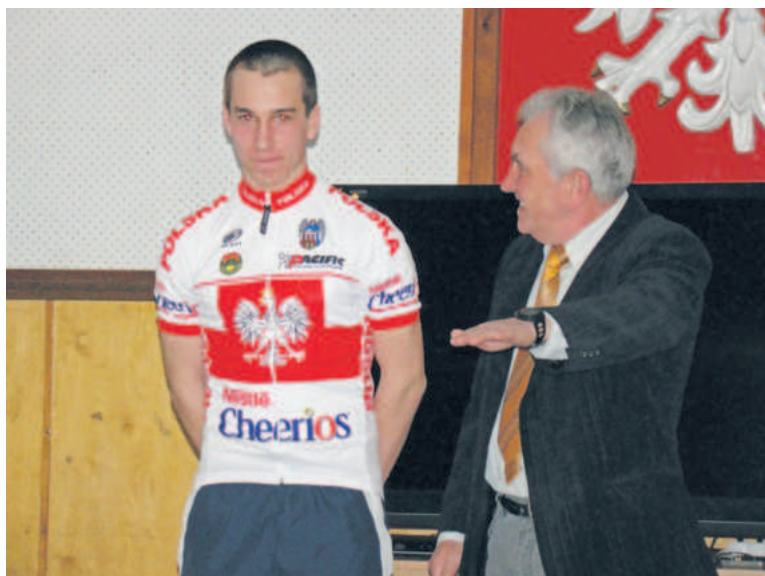
A dokonań Sokół posiada na swoim koncie bardzo dużo. Jego zawodnicy w kategoriach żak i młodzik zajmowali czołowe lokaty w klasyfikacjach drużynowych wojewódzkiej ligi UKS-ów. Klub był współorganizatorem Mistrzostw Polski Juniorów w 2009 roku oraz organizatorem swoich wyścigów. W minionym roku zawodnicy z gminy Kowalewo Pomorskie z powodzeniem ścigali się na trasie Mini Tour de Pologne.

Podczas poniedziałkowego ze-

brania dokonano wyboru nowych władz klubu. Na najważniejszej pozycji, czyli prezesa nie zaszła zmiana i pozostanie nim Marian Krych. Na zebraniu nowy-stary prezes przedstawił również plan działania na najbliższe miesiące:

- Wciąż będziemy opierać naszą pracę na szkoleniu młodzieży i startowaniu w wyścigach wojewódzkich i o szerszym zasięgu. W sierpniu w Wielkim Rychnowie rozegrana zostanie jedna z eliminacji tegorocznej ligi UKS. W przeciwieństwie do ubiegłego roku będzie to wyścig ze startu wspólnego, a nie czasówka. Poza tym klub wystąpi do władz samorządowych, sołectw i szkół z propozycją zorganizowania integracyjnego rajdu rowerowego dookoła Kowalewa - wymienia Marian Krych.

tekst i fot. PW



Piłka nożna

Pierwsze derby

Drużyny z naszego powiatu rozegrały kolejne sparingi. W sobotę 26 lutego w Kowalewie Pomorskim doszło do pierwszych w tym roku derbów. Promień Kowalewo pokonał Iskrę Ciechocin 5:0.



Do spotkania obie drużyny przystąpiły w niepełnych składach. W Promieniu nie wystąpili m.in. Puklajski, Kwiatkowski czy Dębowski. W Iskrze zabrakło dwóch „podstawowych” defensorów. Mecz toczył się na zmrożonej płycie boiska, co nie ułatwiało gry. W pierwszej połowie przewagę posiadał Promień. Po pierwszych 30 minutach mógł prowadzić 2:0, jednak w dogodnych sytuacjach

graczom zabrakło zimnej krwi. Dopiero w 35 minucie gospodarzy na prowadzenie wyprowadził Kazanowski strzałem z dystansu.

W 46 minucie było już 2:0, po tym jak Orłowski ładnym łobem pokonał bramkarza Iskry. Na kolejne gole przyszło czekać do 79 minuty. Wówczas to na listę strzelców wpisał się Marski. Trzy minuty potem akcję ze skrzydła wykończył Jagielski nie dając szans stojącemu

między słupkami Żurawskiemu. W 89 minucie wynik ustalili Jagielski, który przebiegł z piłką ok. 30 metrów i posłał ją tuż obok wybiegającego bramkarza Iskry.

Należy dodać, że mecz przebiegał w spokojnej atmosferze. Nie było drastycznych fauli i sędzia nie miał wiele pracy.

tekst i fot.
Piotr Wołyński



Piłka nożna

Pozostał tylko brąz

Do zakończenia zimowej ligi halowej piłki nożnej gminy Golub-Dobrzyń została jeszcze jedna kolejka. Jednak wiadomo już, że mistrzem ligi zostanie Nowogród, a drugie miejsce zajmie drużyna Zrywu Wrocki U-18.

Czwarta, przedostatnia kolejka ligi została rozegrana w niedzielę 27 lutego na hali we Wrocławach. Zdaniem organizatorów i zawodników była to najciekawsza jak dotąd runda rozgrywek. Na turniej przybyły wszystkie ekipy licząc na podreperowanie pozycji w tabeli. Już wiadomo, że mistrzem gminy zostanie Nowo-

gród, a wicemistrzem Zryw Wrocki U-18. O trzecią lokatę powalczy Saturn Ostrowite U-18, Białkowo i Gałczewko. Nie mniej zacięta walka toczy się na przeciwnym biegunie tabeli. Tu o to, by nie zostać czerwoną latarnią ligi rywalizują Pusta Dąbrówka, Węgiersk, Karczewo i Sokołowo.

O tytuł króla strzelców ubiega

się przynajmniej dwóch piłkarzy. I tu rywalizacja opłaca się, ponieważ pierwsza trójka strzelców zostanie nagrodzona.

Arbitrem 4 kolejki ligi był Paweł Pelpliński. Kolejna, zarazem ostatnia runda ligi zaplanowana jest na koniec marca.

PW

4 kolejka halowej ligi piłki nożnej

Tabela

SATURN OSTROWITE U-18 – LZS BIAŁKOWO	2 - 2	1. Nowogród	9	27	61:12
ZRYW WROCKI U-18 – LZS SOKOŁOWO	6 - 5	2. Zryw Wrocki U-18	9	23	52:17
NOWOGRÓD – SATURN OSTROWITE U-18	5 - 1	3. Saturn Ostrowite U-18	8	16	28:21
BIAŁKOWO – ZRYW WROCKI U-18	2 - 2	4. Białkowo	9	14	28:22
SOKOŁOWO – PUSTA DĄBRÓWKA	14 - 4	5. Gałczewko	9	14	26:25
NOWOGRÓD – GAŁCZEWO	3 - 1	6. Owieczkowo	8	10	21:45
KARCZEWO – ZRYW WROCKI U-18	2 - 6	7. Konstancjewo	9	8	23:45
PUSTA DĄBRÓWKA – GAŁCZEWO	5 - 7	8. Sokołowo	9	7	29:32
OWIECZKOWO – WĘGIERSK	5 - 4	9. Karczewo	9	7	12:26
KONSTANCJEWÓ – KARCZEWO	2 - 2	10. Węgiersk	8	6	22:32
GAŁCZEWO – OWIECZKOWO	4 - 4	11. Pusta Dąbrówka	9	6	30:59
WĘGIERSK – KONSTANCJEWÓ	4 - 5				

Strzelcy

20 bramek Grzegorz Piskorski i Leszek Mączyński 16 bramek - Mateusz Klonowski, Sebastian Dziankowski, Jakub Gajtkowski 12 bramek - Radosław Dulczewski 9 bramek - Stanisław Furmański 8 bramek Damian Pieniążkowski

Piłka nożna

Mecz na dochodzenie

19 lutego piłkarze Iskry udali się na mecz sparingowy z wiceliderem wrocławskiej B-klasy Skrwą Skrwilno. Mecz toczył się w hokejowych warunkach i zakończył się takowym wynikiem.



Gruba warstwa śniegu uniemożliwiła szybką techniczną grę, a zawodnicy obu ekip musieli skupić się na grze typowo fizycznej.

W 11 minucie po strzale Jenczewskiego Iskra wyszła na prowadzenie. Na odpowiedź gospodarzy ze Skrwilna wystarczyło poczekać 7 minut. W 33 minucie Skrwa wyszła na prowadzenie. Wynik pierwszej połowy na 2:2 ustalili w 38 minucie Bochuciński

Po pauzie w 52 minucie Wiczyński wyprowadził Iskry na prowadzenie 3:2. W 59 minucie Skrwa ponownie zdobyła bramkę wyrównującą.

W 71 minucie Skrwa podwyższyła na 4:3 i to na ich stronę przechyliła się szala zwycięstwa w mroźnym meczu. Radość gospodarzy trwała bardzo krótko, bo w 79 minucie Iskra po bramce Wróblewskiego doprowadziła do remisu 4:4.

Skład „Iskry”: Marcinkowski M., Bochuciński, Ciećkiewicz, Ciechacki, Falkowski, Jenczewski, Kruczyński P., Kruczyński W., Marcinkowski B., Mikucki, Wesołowski, Wiczyński, Wróblewski, Ziętarski.

PW

TERMINARZ ROZGRYWEK B-KLASY

Kolejka 10 2/3 kwietnia

Iskra Ciechocin - Zryw Wrocki
LZS Zbiczno - Zryw Książki
Victoria Czernikowo - Cukrownik Mełno
LZS Świdziebnia - Legia Osiek
LZS Steklin - Pojezierze Brzuze

Kolejka 11 9/10 kwietnia

Iskra Ciechocin - LZS Zbiczno
Zryw Wrocki - LZS Steklin
Pojezierze Brzuze - LZS Świdziebnia
Legia Osiek - Victoria Czernikowo
Cukrownik Mełno - Zryw Książki

Kolejka 12 16/17 kwietnia

LZS Świdziebnia - Zryw Wrocki
LZS Steklin - Iskra Ciechocin
LZS Zbiczno - Cukrownik Mełno
Zryw Książki - Legia Osiek
Victoria Czernikowo - Pojezierze Brzuze

Kolejka 13 30 kwietnia/1 maja

Iskra Ciechocin - LZS Świdziebnia
Zryw Wrocki - Victoria Czernikowo
Pojezierze Brzuze - Zryw Książki
Legia Osiek - Cukrownik Mełno
LZS Steklin - LZS Zbiczno

Kolejka 14 7/8 maja

Zryw Książki - Zryw Wrocki
Victoria Czernikowo - Iskra Ciechocin
LZS Zbiczno - Legia Osiek
Cukrownik Mełno - Pojezierze Brzuze
LZS Świdziebnia - LZS Steklin

Kolejka 15 14/15 maja

Iskra Ciechocin - Zryw Książki
Zryw Wrocki - Cukrownik Mełno
LZS Świdziebnia - LZS Zbiczno
LZS Steklin - Victoria Czernikowo
Pojezierze Brzuze - Legia Osiek

Kolejka 16 21/22 maja

Legia Osiek - Zryw Wrocki
Cukrownik Mełno - Iskra Ciechocin
LZS Zbiczno - Pojezierze Brzuze
Zryw Książki - LZS Steklin
Victoria Czernikowo - LZS Świdziebnia

Kolejka 17 29 maja

Iskra Ciechocin - Legia Osiek
Zryw Wrocki - Pojezierze Brzuze
Victoria Czernikowo - LZS Zbiczno
LZS Świdziebnia - Zryw Książki
LZS Steklin - Cukrownik Mełno

Kolejka 18 5 czerwca

LZS Zbiczno - Zryw Wrocki
Pojezierze Brzuze - Iskra Ciechocin
Legia Osiek - LZS Steklin
Cukrownik Mełno - LZS Świdziebnia
Zryw Książki - Victoria Czernikowo

Iskra
CIECHOCIN



ZRYW
WROCKI

Golub-Dobrzyń

Bezpiecznie wśród dzieci

W ostatnim czasie policjanci przeprowadzili akcję prewencyjną w Szkole Podstawowej nr 2 im. Orła Białego.

- Nasi policjanci systematycznie realizują działania profilaktyczne z udziałem dzieci i młodzieży. Rozpoczęliśmy właśnie kolejny cykl spotkań i prelekcji dotyczących bezpiecznych zachowań oraz bezpiecznego korzystania z drogi - mówi komisarz Krzysztof Lewandowski, naczelnik wydziału prewencji i ruchu drogowego w Komendzie Powiatowej Policji

w Golubiu-Dobrzyniu.

Tym samym funkcjonariusze spotkali się z grupą najmłodszych uczniów w Szkole Podstawowej nr 2 w Golubiu-Dobrzyniu. Z dziećmi rozmawiali podkomisarz Zbigniew Blonkowski i aspirant Dariusz Sokołowski.

Policjanci opowiadali o tym jak bezpiecznie korzystać z drogi idąc do szkoły lub wracając z niej

do domu. Dzieci dowiedziały się także jak należy bezpiecznie zachowywać się w szkole i domu. Ponadto mundurowi przekazali uczniom podstawowe informacje i przepisy w zakresie korzystania z drogi. Zwrócili szczególną uwagę na stosowanie przez niechronionych uczestników ruchu drogowego zasady szczególnej ostrożności w czasie poruszania się po drodze.



Uczniowie otrzymali również prezenty - kolorowanki i odbłaskowe opaski, mające służyć ich bezpieczeństwu oraz przypominać o podstawowych zasadach w ruchu drogowym.

- Działania profilaktyczne, szczególnie w środowisku naj-

młodszych, to niezwykle istotny element działań policji. W wielu przypadkach informacje i wiedza przekazana przez policjantów pozwalają uniknąć tragicznych zdarzeń - podsumowuje komisarz.

Szymon Wiśniewski
fot. KPP

Ciechocin

Greczynka w Nowej Wsi

Jej rodzina popierająca ruch antymonarchistyczny w Grecji musiała uciekać z tego kraju w 1949 roku. Przez dwa lata tułała się po świecie, aż dotarli do Polski. Tu w 1956 roku przyszła na świat. Mowa o Eleni, piosenkarcie, która w sobotę 5 marca wystąpi w Nowej Wsi (gmina Ciechocin).



- Liczę na wysoką frekwencję na koncercie Eleni. Myślę, że przyjadą jej posłuchać również mieszkańcy sąsiednich gmin czy Golubia-Dobrzynia. Gorąco zapraszam ich na koncert - mówi wójt Jerzy Cieszyński.

Eleni w Nowej Wsi uświetni obchody Dnia Kobiet. Początek już w sobotę o godzinie 16. Areną występu będzie hala gimnazjum w Nowej Wsi, która pomieści kilkadziesiąt osób.

Eleni zadebiutowała albumem „Ty - jak niebo, ja - jak obłok” nagrany w 1980 roku. Płyta okazała się sukcesem piosenkarki i doczekała się również wersji anglojęzycznej „Lovers”. Od tej pory kariera potoczyła się pomyślnie i owocnie. Eleni nagrała kilkana-

ście płyt, zaśpiewała ponad 200 piosenek. W swoim repertuarze posiada także wiele światowych standardów. Brała także udział w koncertach festiwalu opolskiego w 1984, 1990 i 1991 roku.

Rok 1994 był dla Eleni zwrotem w jej karierze. To właśnie w tym roku została zamordowana jej córka - Afrodyta. Mordu dokonał zazdrosny chłopak Piotr. Po tym tragicznym przeżyciu i otrząśnięciu się z szoku religia zaczęła odgrywać w jej życiu bardzo ważną rolę, a ona sama nieco zmieniła styl - dołączając do swego repertuaru utwory o tematyce religijnej i często występując na imprezach kościelnych, religijnych i parafialnych.

PW

Golub-Dobrzyń

Bal najmłodszych uczniów



Dzieci klas „0” ze Szkoły Podstawowej nr 2 im. Orła Białego uczestniczyły w balu karnawałowym. Szkolna stołówka zamieniła się w salę z zabawami, konkursami i pląsami. Do zabawy przyłączyli się także rodzice i opiekunowie uczniów.

Szyw
REKLAMA



OŚRODEK SPORTU I REKREACJI

OGŁASZA

ZAPISY CHŁOPCÓW Z ROCZNIKA 2001, 2002, 2003 DO SEKCJI NABOROWEJ PIŁKI NOŻNEJ

(OD WRZEŚNIA DRUŻYNA BĘDZIE WYSTĘPOWAĆ
W ROZGRYWKACH LIGI „ORLIKA”).

ROZPOCZĘCIE TRENINGÓW NASTĄPI W MIESIĄCU MARCU.
ZAPISY I BLIŻSZE INFORMACJE W BIURZE OSiR-u (stadion)
LUB POD NUMER TELEFONU 600 223 527