



REKLAMA W CLI
tel. (56) 682 26 80

LIPNO
Agresywne dzieciaki
pobiły rówieśnika

str. 2

TŁUCHOWO
KGW „Jagna” faćką
podbiło Polskę

str. 3

SKĘPE
Siła naszej Wioski:
o nietypowym
partnerstwie

str. 20

POWIAT
Młodzież kontra
substancje
odurzające

str. 6-7

CZWARTEK

10 października
2013

nakład 3200 egz.
ISSN: 1689-8664

1,49zł

w tym 5% VAT

nr 41/2013 (242)

CLI



TYGODNIK REGIONU LIPNOWSKIEGO

Lipno

Poszukiwane dowody kradzieży

Z Miejskiego Centrum Kulturalnego zniknęły cenne plakaty, dyrektor Arkadiusz Bejger zawiadomił o tym fakcie śledczych. Prokuratura nie znalazła podstaw do postawienia komukolwiek zarzutów. Śledztwo może zostać ponownie podjęte tylko wówczas, kiedy znajdą się dowody.

Lipnowskie Miejskie Centrum Kulturalne jest właścicielem wielu cennych eksponatów. Wśród nich były wartościowe plakaty. Były, bo od jakiegoś czasu w centrum ich nie ma. Kiedy dokładnie zniknęły i kto mógł je ukraść, nie wiadomo. Brak przedmiotów odkrył dyrektor jednostki Arkadiusz Bejger i o swoich spostrzeżeniach zawiadomił śledczych.

– Wniosek został oddalony z powodu braku dowodów – wyjaśnia dyrektor Bejger. – Oczywiście przyszło zapewnienie, że jeżeli te dowody lub nowe fakty pojawią się, śledztwo zostanie wznowione. Na razie jest zawieszono.

W tle sprawy pojawia się nazwisko byłej dyrektorki MCK Katarzyny Wesołowskiej-Karasiewicz. Jesienią minionego roku Karasiewicz została odwołana ze stanowiska przez burmistrza Dorotę Łańcucką bez obowiązku świadczenia pracy w okresie wypowiedzenia. A więc faktycznie ze skutkiem natychmiastowym. Dyrektorem centrum został Arkadiusz Bejger. Nie wiadomo czy plakaty zostały skradzione za czasów rządów dyrektora Karasiewicz, czy już dyrektora Bejgera.

– Mamy dowód przekazania do jednostki plakatów, mamy dowód ich funkcjonowania w Miejskim Centrum Kulturalnym, bo jakieś tam zdjęcia z wystaw są i w pewnym momencie te plakaty znikają i nie wiemy, kto je wziął i co się z nim stało – mówi prawnik Dariusz Galek.

Zdaniem Pawła Banasika, radnego miejskiego, powodem takiej sytuacji jest brak przejęcia majątku przez nowego dyrektora od poprzedniego szefa jednostki.

– Jeżeli jeden dyrektor przekazałby drugiemu majątek instytucji inwentaryzacyjnie, dzisiaj nie byłoby problemu – zauważa przewodnicząca Rady Miejskiej w Lipnie Maria Turska. – Ale jeśli ktoś ma opuścić budynek natychmiast, to kiedy ma przekazać majątek? Poza tym, jeśli ktoś jest traktowany jak persona non grata, to nie ma fizycznej możliwości, żeby to zrobić.

Zdaniem prawnika ratusza Dariusza Galka, odpowiedzialność dyrektora jednostki nie kończy się z chwilą odwołania i nawet to, że nie jest on mile widziany w placówce nie pozbawia go prawa do żądania przejęcia od niego majątku. To sam zwolniony szef powinien nalegać na oficjalne przejęcie od niego majątku. Wtedy tylko nikt nie może później zarzucać osobie zwolnionej zawłaszczeń czy innych uchybień. Poza tym inwentaryzacja odbyła się, prawnik widział nawet protokoły z wykonania tej czynności. Ale szczegółów już nie zna. Wszystko wskazuje na to, że czynność odbyła się bez udziału Katarzyny Wesołowskiej-Karasiewicz.

– Jak to było dokładnie nie wiem, ale wyjścia są dwa: albo plakaty zginęły pod rządami starej pani dyrektora, albo nowy pan dyrektor je zawłaszczył – podsumowuje Galek. – Ustalenia są takie, że brak jest dowodów, czyli świadków,

którzy potwierdziliby, kto je wyniósł. Jeżeli plakaty te pojawią się gdzieś w Polsce czy w środowisku, śledztwo zostanie podjęte.

Katarzyna Wesołowska-Karasiewicz czuje się w tej sprawie najbardziej poszkodowana. Bo chociaż prokuratura nie znalazła podstaw do prowadzenia śledztwa przeciwko jej osobie, to niesmak moralny pozostaje. Tym bardziej, że działania ratusza dotyczyły nie tylko samej dyrektorki, ale także jej rodziny.

– Oświadczam, że nie jestem w posiadaniu plakatów. Chcę stwierdzić oficjalnie, że liczba plakatów to nie 40, 103, ale 200-300, które były w trakcie inwentaryzacji – wyjaśnia Katarzyna Wesołowska-Karasiewicz. – Co się z nimi stało? Zinwentaryzowano 103 sztuki, ale bez opisów i pieczęci, bo nie zdążono. Należało ciągnąć ten proces inwentaryzacji dalej. Co pan dyrektor zrobił w tej kwestii? Czy zapytał o cokolwiek zwalnianych pracowników? Czy znowu zdali tylko aparat telefoniczny i klucz do piwnicy?

Była dyrektorka twierdzi, że zobowiązano ją tylko do oddania telefonu komórkowego. Na terenie dwóch nieruchomości, będących własnością byłej szefowej MCK i jej męża, przeprowadzone zostały natomiast rewizje. Jest pewna, że w chwili opuszczania przez nią murów MCK, plakaty jeszcze tam były.

dokończenie na str. 7

Tłuchowo

Dynia w roli głównej



We wtorek w Gminnym Ośrodku Kultury w Tłuchowie zgromadzili się fani okragłości. Wszystko za sprawą II Festiwalu Smaków Dyniowych. Na stołach znalazły się 34 potrawy i napoje, do przyrządzenia których użyto tego jesiennego warzywa.

W kulinarnej rywalizacji, ocenianej przez komisję konkursową (zdjęcie wyżej), startowało 11 kół gospodyń wiejskich z całego powiatu i osoby indywidualne (na zdjęciu niżej Ewa Matera wnosi zupę dyniową).

W kategorii dania mięsne zwyciężyła Wioletta Krzysztofska za dyniowy gratin, w kategorii zupy i przekąski Agnieszka Bedyk z Trzebiegoszcza za zupę krem z dyni, w kategorii surówki, sałaty, marynaty, przetwory Grażyna Frelichowska z KGW Trutowo za surówkę z dyni, w kategorii pieczywo, ciasta, desery Małgorzata Wierchowaska z KGW Trutowo za sernik z glazurą, w kategorii napoje, nalewki Aleksandra Piasecka za likier z dyni i kwiatu czarnego bzu. Nagrodę za najokazalszą dynię odebrał Czesław Żuchowski z Suminka.

Obszerna relacja z imprezy i przepisy na niektóre smakowitości w najbliższym numerze CLI.

fort. Adrianna Błaszczewicz

Dobrzyń nad Wisłą, Kikół

Oddaj nietypowe śmieci

W gminach Dobrzyń nad Wisłą i Kikół utworzono Punkty Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych. Dzięki temu mieszkańcy mogą bezpłatnie pozbyć się m. in. mebli czy zużytych opon.

W Dobrzyniu nad Wisłą PSZOK działa w jednym miesiącu w roku. Władze gminy ustaliły, że będzie nim październik. W porozumieniu z firmą SITA z Płocka, opracowano szczegółowy harmonogram funkcjonowania PSZOK-ów.

9 i 10 października punkt działać będzie w remizie OSP w Krojczynie. W środę i czwartek odpady oddawać można w godzinach 8.00-16.00. Tydzień później PSZOK funkcjonować będzie w Dobrzyniu nad Wisłą, na terenie dworca autobusowego – w środę (16 października) od 10.00 do 18.00, w czwartek (17 października) od 8.00 do 16.00. Za dwa tygodnie, 23-24 października (środa-czwartek), zbędne rzeczy oddać można w Szkole Podstawowej w Chalinie (w godz. 8.00-16.00).

Gmina Kikół

W sobotę rozpoczęła się zbiórka odpadów komunalnych w PSZOK w Lubinie, przy oczyszczalni ścieków. Będzie on czynny w każdą pierwszą i trzecią sobotę miesiąca, od godz. 10.00 do 15.00.

– Na specjalnie do tego celu

przygotowanym placu zostały ustawione kontenery do zbiórki poszczególnych odpadów komunalnych. Jak dotąd, najczęściej dostarczono odpadów z tworzyw sztucznych oraz zużytych opon – mówi Artur Redmerski z kikołskiego urzędu.

Co można oddać?

W każdym PSZOK można bezpłatnie zostawić opakowania z papieru i tektury, gazety, katalogi, puste butelki i opakowania plastikowe, puszki, meble ogrodowe, duże zabawki, butelki szklane, słoiki, odpady po remontach budow-

lanych i rozbiórkowych (bez papy i styropianu), liście, trawę, pocięte gałęzie, zużyte opony, meble, zużyte urządzenia elektryczne i elektroniczne, opakowania zawierające resztki farb i lakierów, rozpuszczalników itp., baterie i akumulatory, przeterminowane leki, odzież. Wszystkie te śmieci muszą być posegregowane. PSZOK nie przyjmuje odpadów powstających w wyniku prowadzonej działalności gospodarczej oraz z nieruchomości niezamieszkałych.

(ak, aba),
fot. nadesłane



Tak wygląda PSZOK w Lubinie, mieszkańcy oddali już pierwsze śmieci

Skępe

Ruszyli na drogi

Trwa przebudowa odcinka ulicy Sierpeckiej. Prace ruszyły w miniony poniedziałek. Wykonawcą jest Przedsiębiorstwo Robót Drogowych w Lipnie.



W miniony poniedziałek rozpoczęły się prace na ul. Sierpeckiej. Kierowcy przemierzający ulicę Sierpecką w Skępem muszą liczyć się z utrudnieniami w ciągu najbliższych tygodni. Na pierwszym odcinku trasy ruszyły właśnie roboty drogowe związane z kompleksową przebudową nawierzchni.

– Koszt inwestycji to 150 tysięcy złotych – mówi wólarz Skępego Andrzej Gatyński. – Wykonawcą jest lipnowskie Przed-

siębiorstwo Robót Drogowych. Droga zostanie przebudowana na odcinku od skrzyżowania z ulicą Płocką do skwerku. Będzie to całkowita modernizacja tej trasy.

Kolejny odcinek ulicy Sierpeckiej będzie naprawiony w przyszłym roku. Na pozostałych drogach, jeszcze przed nadejściem zimy, zostaną załatane dziury.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska

Lipno

Agresywne dzieciaki

W niedzielne przedpołudnie przy ul. Włocławskiej w Lipnie trzech nastolatków bez powodu pobiło rówieśnika.

Jak wynika z ustaleń policjantów, idącego chodnikiem 15-latek zaczęło trzech nastolatków.

– Zaczęło się od docinek słownych, a następnie bez powodu zaatakowali i pobili chłopca – relacjonuje Anna Kozłowska.

Zdarzenie zgłosiła matka porrzywdzonego. Kryminalni na podstawie rysopisów ustalili napastników. Okazało się, że to uczniowie dwóch gimnazjów, w wieku 13, 14 i 16 lat. Najstarszego z nich policjanci zatrzymali w poniedziałek na jednej z ulic miasta. Próbował uciekać, bo miał przy sobie skradzione z jednego z marketów dwa dezodoranty. Został przesłuchany w charakterze

nieletniego sprawcy pobicia oraz kradzieży.

We wtorek wpadł najmłodszy

agresor, który też odpowie za pobicie. Policja szuka trzeciego chłopca.

(aba)

REKLAMA

KREDYT PROSTOLICZONY

Splacisz ot tak

15 zł kosztów miesięcznie za każdy pożyczony 1000 zł

LOTERIA
Codziennie splacamy jeden kredyt gotówkowy

ul. Mickiewicza 10 87-600 Lipno
tel. 54 2349764 czynne pn-pt 9:00-17:00

CREDIT AGRICOLE
prosto i z sensem

Credit Agricole Bank Polska S.A.

Loteria promocyjna „Splacisz Ten Kredyt 10” obejmuje umowy o kredyt gotówkowy zawarte przez osoby fizyczne od 10.08.2013 r. do 30.09.2013 r. ogłoszone do udziału w Loterii zgodnie z Regulaminem loterii, przy czym jeden los przypada na jedną zawartą umowę. Licencja na organizację gry została nadana w dniu 22.08.2013 r. do 03.08.2015 r. Warianty nagrody nie mogą przekroczyć 10 000 zł. Szczegółowe warunki uczestnictwa oraz zasady postępowania informacyjnego zawarte są w Regulaminie loterii „Splacisz Ten Kredyt 10” dostępny na stronie www.credit-agricole.pl i w ulotkach Credit Agricole Bank Polska S.A. Organizatorami oraz w placówkach bankowych. Zna kodziny w wydruku 3 900 01 (kodziny banku bankowy), splacasz w 24 miesięcznych ratach kapitałowych – odsetkowych z oprocentowaniem nominalnym 15,49% (stopa stała). RRSO wynosi 36,40%, całkowita kwota do zapłaty 1 004,00 zł (w tym: odsetki 763,21 zł, opłata za ochronę ubezpieczeniową w polisie podstawowy 126,79 zł, kwota raty miesięcznej 221,00 zł). Szczegółowe informacje o opłatach dotyczących kredytu gotówkowego oraz opłatach ubezpieczeniowych przez Bank dokumentów znajduj się na www.credit-agricole.pl i w placówkach bankowych, a także pod nr. telefonu 801 31 00 11. Prezentowane wyniki nie stanowią oferty w rozumieniu art. 68 KC.

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

ZAŚPIEWAJCIE NA NASZEJ PŁYTCIE!

Wydawnictwo Promocji Regionu realizuje projekt polegający na wydaniu płyty z kolędami i pastorałkami w wykonaniu dzieci i młodzieży z powiatów golubsko-dobrzyńskiego, lipnowskiego i wąbrzeskiego. Wspólny krążek zostanie dołączony do tygodników CGD, CWA i CLI 19 grudnia.

Prosimy o kontakt opiekunów zespołów szkolnych, chórów, grup przedszkolaków, które chciałyby zaśpiewać bożonarodzeniowe piosenki*. Nagrania będą rejestrowane w listopadzie. Jest to wydanie amatorskie, więc zapraszamy wszystkich do udziału w tym przedsięwzięciu. To niepowtarzalna okazja, by zarejestrować swój występ, a krążek podarować najbliższym.

Opiekę merytoryczną nad wydawnictwem sprawuje Państwowa Szkoła Muzyczna w Golubiu-Dobrzyniu. Szczegółowych informacji udziela dyrektor Tomasz Kurjata, tel. 609-260-435.

*w repertuarze mogą znaleźć się tylko utwory nieobjęte prawami autorskimi (autorskie prawa majątkowe trwają przez cały czas życia twórcy i 70 lat po jego śmierci); a jeśli twórca nie jest znany - 70 lat od daty pierwszego rozpowszechnienia utworu).

TYGODNIK REGIONU LIPNOWSKIEGO

CLI
www.cli.info.pl

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

Redaktor naczelny:
Adrianna Błaszkievicz
tel. 692 142 024
a.blaszkiewicz@wpr.info.pl

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

Ogłoszenia drobne:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Dworcowa 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.

Tłuchowo

Faćką podbiły Polskę

Panie z Koła Gospodyń Wiejskich „Jagna” w Tłuchowie najpierw podbiły żołądki smakoszami pączkami ziemniaczano-dyniowymi, z których są znane w całym województwie, a niedawno odebrały prestiżowe wyróżnienie za faćkę, czyli potrawę z lebiody.

– W moim domu przyrządzam faćkę każdego roku, podobnie jak robiły to mama i babcia – mówi Genowefa Grudnicka z KGW „Jagna”. – Na jednym ze spotkań naszego koła rozmawialiśmy o potrawach tradycyjnych i o tej też. Nasza koleżanka Grażyna Szplitejber przygotowała lebiodę z pęczakiem, spróbowałyśmy,

zasmakowało i ktoś nam podpowiedział, by zacząć ją promować. Krok po kroku i doszliśmy do nagrody „Perła 2013”, którą z rąk ministra rolnictwa odebrałam razem z Grażyną Jędrzejewską na targach Polagra Food w Poznaniu. Szkoda tylko, że Grażynka Szplitejber nie doczekała tej chwili. Zmarła w ub. roku.

Do Poznania pojechał z Tłuchowa cały autobus. Panie z KGW przygotowały nawet obiad na drogę i w przerwie podróży zaprosiły na piknik. O to, by wszystko poszło śpiewając zadbał zespół Tłuchowianie, który na targach wystąpił z piosenką promującą gminę, a dedykowaną wójtowi Krzysztofowi Dąbkowskiemu.



Panie z KGW „Jagna” z ostatnio zdobytymi nagrodami

„Perła 2013” to nagroda przyznawana w konkursie organizowanym przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego. Ma on dwa etapy. Podczas finałów regionalnych – w nas odbył się taki 12 maja w Minikowie – wyłaniają się laureaci w czterech kategoriach: produktów pochodzenia roślinnego, zwierzęcego, napojów i produktów mieszanych oraz najlepsze dania i potrawy regionalne i tradycyjne. Drugi etap konkursu to wybór dokonany przez krajową kapitułę konkursu – spośród produktów nominowanych w regionach – najlepszych produktów oraz potraw i dań do prestiżowej nagrody „Perła 2013”.

– Faćka została doceniona w konkursie ogólnopolskim, zachęcam teraz, by czynić starania o wpisanie jej na listę produktów tradycyjnych – mówi Elżbieta Sobolewska

z Urzędu Marszałkowskiego w Toruniu. – KGW „Jagna” prężnie działa, podobnie jak inne w tym regionie. Dotąd w naszym województwie najbardziej widoczne były gospodynie z powiatu radziejowskiego, ale panie z lipnowskiego depczą im po piętach.

Honorową nagrodę „Klucz do Polskiej Spizarni” odebrała też Joanna Sosińska z KGW „Jagna”. Jest ona przyznawana osobom najbardziej zasłużonym dla promocji i rozwoju rynku polskich produktów regionalnych.

Tekst i fot.
Adrianna Błaszczewicz



Gratulacje Od przedstawicielki ARR za „Perłę” odbiera Maria Niędzyńska (z prawej)

JAK ZROBIĆ FAĆKĘ?

Lebiodę (komosę) zbieramy w całości, gdy jest młoda (koniec wiosny, początek lata). Trzeba ją przelać wrzątkiem. Gdy roślina jest wyrosnięta, zrywamy same liście i obgotowujemy je, następnie podsmażamy. W osolonej wodzie gotujemy pęczak, kaszę jaglaną lub gryczaną – do wyboru. Na patelni podsmażamy skwarki z boczku. Wszystkie składniki potrawy łączymy.

Świeże liście komosy są bardzo odżywcze, ich spożywanie poleca się dzieciom i rekonwalescentom. Zawierają dużo łatwo przyswajalnego białka, witamin i żelaza.

REKLAMA

NOWY SKLEP Z ODZIEŻĄ MĘSKĄ

SUPER OFERTA - ZIMA 2013

Największy wybór kurtek, płaszczy jesiennych i zimowych. Modne pikówki, szaliki, rękawiczki, czapki



*199 zł

*399 zł

*249 zł



*199 zł

*199 zł

*349 zł

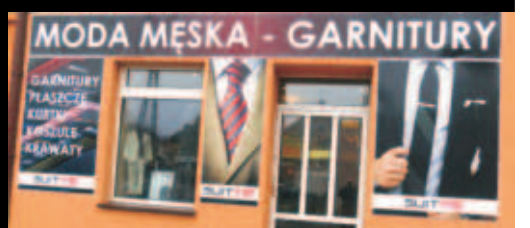
*399 zł

Do każdej kurtki lub płaszcza szalik w cenie **39 zł GRATIS!!!**

CENTRUM LIPNA

ul. Adama Mickiewicza 5/2

tel: 515 419 048



Garnitury Ponad 1000
od 190 zł koszul

W listopadzie zapraszamy maturzystów - Super Ceny - Super Garnitury

Dobrzyń nad Wisłą

Smaczne święto w Grochowsku

W sobotę w Grochowsku odbył się VIII Festiwal Smaku Dobrzyńskiego „Ziemniaki na wiele sposobów”.

Impreza zorganizowana została przez Miejsko-Gminną Radę Kobiet w Dobrzyniu nad Wisłą. Festiwal odbył się w remizie Ochotniczej Straży Pożarnej. Gości powitały przewodnicząca MGRK Bożena Wiatr oraz jej zastępczyni Barbara Dolińska. Na stole królowały pyszne potrawy przygotowane z ziemniaków. Nie zabrakło wyjątkowych okazów kartofli, które uprawiają państwo Jankowscy z Grochowska. Za przygotowa-

nie potraw gospodynie domowe otrzymały upominki ufundowane przez Miejsko-Gminną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Nagrody wręczał jej przewodniczący, wiceburmistrz Ryszard Bartoszewski.

– Festiwal Smaków na stałe wpisał się do kalendarza naszych imprez. Tym razem na stołach znalazło się ponad trzydzieści potraw z ziemniaków. Były m. in. kluchy ziemniaczane, bryndos, kotlety

z ziemniaków, pączki czy placki. Wszystko smakowało wybornie. Poza tym można było podziwiać prace rękodzielnicze Agnieszki Pawłowskiej ze Stróżewa – mówi Renata Chęcka z Dobrzyńskiego Domu Kultury „Żak”.

Kolejną imprezą organizowaną przez DDK „Żak” będą „Zaduszki z Żakiem”, które zaplanowano na 5 listopada.

(ak),

fot. DDK „Żak”



Upominki paniom, które przygotowały dania, wręczał Ryszard Bartoszewski, wiceburmistrz Dobrzynia nad Wisłą



Stoły były suto zastawione



Każdy mógł skosztować wyjątkowych smakołyków



Powitanie gości przez panie z M-GRK

Lipno

Babcie z pasją do pisania

3 października w księgarni miejskiej odbyło się wirtualne spotkanie z niezwykłą grupą seniorów, czyli „Latającymi babkami”. Hasłem przewodnim akcji była pasja i działanie na rzecz innych osób.

Biblioteczne czwartki wpisały się już na stałe do kalendarza lipnowskich seniorów. Od miesiąca co tydzień spotykają się w sympatycznym gronie w czytelnicy i rozmawiają ze osobami znanymi z pierwszych stron gazet. Poznają ich pasje, zainteresowania i spojrzenie na codzienne sprawy seniorów. Wszystkich uczestników akcji „Spotkania z pasjami” łączy wiek. Za pośrednictwem internetu lipnowianie mają okazję zadać pytanie gościowi i poznać go niemalże osobiście.

3 października, po kucharzach

oraz znanych z popularnych ról filmowych i teatralnych aktorkach, przyszedł czas na wyjątkowe babce, poświęcające swój talent i czas dla dzieci z całej Polski.

– Bohaterami czwartego wirtualnego „Spotkania z pasjami” w lipnowskiej bibliotece byli „Latające babce i dziadki” – opowiada bibliotekarka Iwona Kowalska. – Poznaliśmy kilka pań i jednego pana, którzy stworzyli zespół „Latające Babce”. Ich pasja, czyli pisanie sprawiła, że spełniają się tworząc dla dzieci bajki, wiersze i opowiadania,

a potem prezentują swoje utwory w formach bajkowych przedstawień w różnych placówkach oświatowych i wychowawczych. Podczas spotkania mieliśmy okazję wysłuchać kilku zabawnych wierszyków zaprezentowanych przez samych autorów.

Już 10 października w lipnowskiej księgarni miejskiej zagości 73-letnia DJ Wika. Początek spotkania o godzinie 11.00 w czytelnicy MBP w Lipnie przy ulicy Piłsudskiego.

Lidia Jagielska

Lipno

Jubileuszowa inauguracja

10 października kolejny rok akademicki uroczyste rozpoczęli studenci Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Lipnie oraz Kujawsko-Dobrzyńskiego UTW we Włocławku i oddziałów w Radziejowie, Rypinie, Aleksandrowie Kujawskim i Ciechocinku. Gala rozpocznie się w auli LO w Lipnie o godzinie 16.30.

– Nasze stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku działa już pięć lat – mówi prezes UTW w Lipnie Irena Retlikowska. Przez te wszystkie lata UTW cieszy się niesłabnącym powodzeniem wśród lipnowian i wciąż rozszerza swoją ofertę edukacyjną o kolejne interesujące zajęcia. 5-lecie działalności to powód do dumy. Dlatego też w czwartek w Lipnie w gali inauguracyjnej wezmą udział nie tylko lipnowscy słuchacze. Będzie to rozpoczęcie roku dla studentów UTW z Włocławka, Radziejowa, Rypina, Ciechocinka i Aleksandrowa Kujawskiego.

Organizatorami czwartkowej gali są zarząd Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Lipnie oraz prezes zarządu Kujawsko-Dobrzyńskiego UTW we Włocławku i rektor Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej we Włocławku. Imprezie patronuje starosta lipnowski Krzysztof Baranowski.

Uroczystość odbędzie się 10 października w auli Liceum Ogólnokształcącego w Lipnie przy ulicy Traugutta 1. Początek o godzinie 16.30. Swoją obecnością słuchaczy UTW zaszczyca między innymi: prezes Kujawsko-Dobrzyńskiego UTW we Włocławku Jerzy Nowacki, prezes UTW w Lipnie Irena Retlikowska, wiceprezes stowarzyszenia UTW Kazimierz Skarżyński oraz rektor WSHE we Włocławku prof. Stanisław Kunikowski.

Goście będą mieli okazję wysłuchać pierwszego w tym roku akademickim wykładu profesora Krzysztofa Mikulskiego z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu „Mikołaj Kopernik – pochodzenie, środowisko społeczne, młodość”. O oprawę artystyczną zadbają uczniowie LO w Lipnie, a nowi słuchacze UTW otrzymają indeksy.

Lidia Jagielska

Gmina Lipno

Sala jak nowa

Uczniowie Zespołu Szkół im. Marii Konopnickiej w Radomicach korzystają już z odnowionej sali gimnastycznej. To kolejny, po termomodernizacji budynku szkoły podstawowej i malowaniu obiektu gimnazjum, efekt tegorocznych inwestycji gminy.



Wyremontowana sala cieszy uczniów

Od 1 września uczniowie podstawówki i gimnazjaliści ćwiczą sprawność fizyczną w wyremontowanej sali gimnastycznej. Pachnące świeżością wnętrza zachęcają do aktywnego uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego. Wymalowane ściany, odnowione

podłogi to główne efekty wakacyjnego remontu.

Przypomnijmy, że w tym roku w Radomicach termomodernizacji doczekała się szkoła podstawowa, a budynek gimnazjum – malowania.

Tekst i fot. Lidia Jagielska

Lipno

Ślubowanie mundurowych

W czwartek w Publicznym Gimnazjum nr 1 odbyła się uroczystość ślubowania i pasowania uczniów. W tym roku szeregi gimnazjalnej braci zasililo 141 pierwszoklasistów.

Na czwartek uczniowie lipnowskiego Publicznego Gimnazjum im. Noblistów Polskich czekali z niecierpliwością. Bo to właśnie od 3 października 141 najmłodszych gimnazjalistów stało się pełnoprawnymi członkami społeczności szkolnej. Było ślubowanie na sztandar szkoły i symboliczne pasowanie pierwszoklasistów.

– 2 września po raz pierwszy przekroczyliście progi tej szkoły – mówiła dyrektor PG nr 1 Hanna Kułak. – Po miesięcznym pobycie poznaliście już zapewne nauczycieli i uczniów, a szkoła stała się waszym drugim domem. Ślubowanie to ważny moment i wielkie przeżycie. Cieszę się, że dzisiaj uczestniczą w nim również uczniowie pierwszej klasy mundurowej gimnazjum z Ciechanowa.

W tym roku uroczystość ślubowania w lipnowskim gimnazjum miała niecodzienny charakter. Dominowały mundury, była defilada i zabrzmiał marsz wojskowy. A to wszystko za sprawą poszerzenia oferty edukacyjnej PG nr 1 o profil mundurowy. Pierwsi adepci zawodu złożyli w czwartek ślubowanie razem z kolegami z Ciechanowa

w województwie mazowieckim.

– Słowa roty, które dzisiaj wypowiadacie, na zawsze pozostaną w waszej pamięci i z nich będziecie czerpali mądrość życiową – mówiła dyrektor Kułak. – Życzę wam, by zapal do nauki nie wygasł i zaowocował samymi sukcesami w dorosłym życiu.

W czwartkowej uroczystości uczestniczyła cała społeczność szkolna: uczniowie, nauczyciele oraz rodzice pierwszoklasistów. Obecni byli także uczniowie klas szóstych i dyrektorzy szkół podstawowych oraz zaproszeni goście: burmistrz Lipna Dorota Łańcucka, przewodnicząca Rady Miejskiej

Maria Turska, przedstawiciel Wojskowej Komendy Uzupełnień kapitan Wojciech Filiński, dyrektor Gimnazjum nr 1 w Ciechanowie Jacek Wiśniewski i wicedyrektor Marek Perzowski, przewodnicząca Rady Rodziców PG nr 1 w Lipnie Halina Suska.

– Z ogromną satysfakcją biorę udział w dzisiejszej uroczystości – mówiła burmistrz Lipna Dorota Łańcucka. – Gratuluję młodzieży wyboru i wiem, że jest to dobry wybór. Tu znajdziecie dobrą kadrę pedagogiczną i przyjazną atmosferę. Przez cały proces edukacji wszyscy będą was wspierać.

Tekst i fot. Lidia Jagielska



Świadkami uroczystości byli goście z Lipna i Ciechanowa



Kwiaty od pierwszoklasistów na dobry początek



Ślubowanie na sztandar szkoły...



Zamiast spódnic i garniturów – mundury

Powiat

Witajcie na świecie!

Rodzice, którzy chcą, by zdjęcie ich nowo narodzonego dziecka znalazło się na naszych łamach, mogą przesłać je mailem na adres redakcja@wpr.info.pl.



Lena Rudowska

Lenka urodziła się 30 września w lipnowskim szpitalu, ważyła 3,17 kg i mierzyła 54 cm. Jest pierwszym dzieckiem Sandry i Norberta z Płomian.

Julia Zuzanna Ryfińska

Julka przyszła na świat 19 września, ważyła 2,87 kg i mierzyła 52 cm. Jest córką Grażyny i Dariusza z Ciecierska, ma siostry: Paulinę, Karolinę i Klaudię oraz brata Adriana.



Natalia Szablewska

Natalka urodziła się 2 października w lipnowskim szpitalu, ważyła 4 kg i mierzyła 58 cm. Jest pierwszym dzieckiem Karoliny i Pawła z Rumiankowa.



Kacper Proćko

Kacperek urodził się 2 października w lipnowskim szpitalu, ważył 3,65 kg i mierzył 54 cm. Jest synem Renaty i Wojciecha z Ciepienia, ma siostrę Paulinę.



Oliwier Piwczyński

Oliwier urodził się 2 października w lipnowskim szpitalu, ważył 3,05 kg i mierzył 52 cm. Jest pierwszym dzieckiem Karoliny i Karola z Lipna.



Wiktor Waśkiewicz

Wiktorek urodził się 5 października w lipnowskim szpitalu, ważył 3,4 kg i mierzył 52 cm. Jest pierwszym dzieckiem Kasi i Radka z Bielicy.



Rodzicu, bądź czujny

Dzieci – i to już w gimnazjum – sięgają nie tylko po papierosy czy alkohol, ale i inne używki. Nawet jeśli dyrekcja szkoły dba, by w placówce nie rozprowadzano narkotyków, młodzieży mają swoje sposoby. Na przykład odwiedzają apteki i kupują leki bez recepty.



Mimo obowiązujących przepisów, które zakazują sprzedaży osobom niepełnoletnim papierosów i alkoholu w sklepach, młodzież ma do nich stosunkowo łatwy dostęp. Niektórzy próbują też sięgać po narkotyki. Inni, wyczuwając informacje na forach, odurzają się lekami dostępnymi bez recepty, których przedawkowanie może powodować odłot. Jedne z popularnych tabletek na kaszel zawierają substancje, będące pochodnymi morfiny. I choć używane zgodnie z zaleceniami lekarza wyłącznie pomagają, to przedawkowane mogą wywołać opłakane skutki.

Stawiają na profilaktykę

W szkołach w powiecie lipnowskim coraz większą wagę przywiązuje się do profilaktyki uzależnień. Nie brakuje zajęć i pogadanek, czuć mają pedagogów, którzy gdy tylko zauważą, że z danym uczniem dzieje się coś złego, alarmują dyrekcję. Tak jest m. in. w Publicznym Gimnazjum im. Adama Adamandego Kochańskiego w Dobrzyniu nad Wisłą. - Nasi nauczyciele tego typu lekcje mają wpisane w plany zajęć. Pedagog szkolny każdy niepokojący przypadek zgłasza do mnie. Współpracujemy z lipnowskim sanepidem, stawiamy na szeroko pojętą profilaktykę. Przyjeżdża do nas m. in. pan, który jest nosicielem wirusa HIV i na swoim przykładzie opowiada młodzieży o zagrożeniach. Jest wiarygodny, mówi prostym językiem, trafia do uczniów. Nie ma możliwości, by w cyklu trzyletnim jakkolwiek nasz gimnazjalista nie wysłuchał wykładu na temat uzależnień, w tym od alkoholu i narkotyków – opowiada dyrektor Dariusz Kłobukowski.

Jak zapewnia szef placówki, kłopotów z używkami w jego szkole nie ma. – Obiekt jest monitorowany. Nawet gdyby ktoś pró-

bował coś złego do szkoły wnieść, zauważylibyśmy. Sprawdzamy wszystko na bieżąco. Nie przypominam sobie incydentów związanych z używkami w naszej szkole ani w tym, ani w poprzednim roku – mówi Kłobukowski.

W gimnazjum w Wielgiem w ub. roku szkolnym podejrzewano, że w okolicy działa dealer narkotyków. – Sprawę szybko zgłosiliśmy policji i ta zajęła się tematem – opowiada Dorota Pączek-Bazela, dyrektor Zespołu Placówek Oświatowych w Wielgiem. – Wśród uczniów nie odnotowaliśmy przypadków zażywania.

– Odbывают się u nas zajęcia profilaktyczne. W tym roku szkolnym odchodzimy nieco od alkoholu, większą uwagę zwracając na tzw. pułapkę internetową, czyli uzależnienie od sieci. Są warsztaty poradni psychologiczno-pedagogicznych, uczymy naszych uczniów asertywności, sztuki odmawiania osobom, które chciałyby namawiać ich do złego – dodaje Sylwia Izdebska, pedagog z gimnazjum w Wielgiem.

– Nie przypominam sobie incydentów z narkotykami czy alkoholem na naszym terenie. Mamy pedagoga, współpracujemy z sanepidem, są pogadanki. Przykładamy do profilaktyki dużą wagę – mówi Katarzyna Piątkowska, dyrektor Zespołu Szkół im. Młodzieży Wiejskiej w Dobrzyniu nad Wisłą.

Rodzice nie zawsze współpracują

– O ile do większej liczby uczniów jest nam zdecydowanie łatwiej dotrzeć, bo prowadzimy działania profilaktyczne współpracując z placówkami szkolnymi, to z rodzicami jest już znacznie gorzej – mówi Anna Kozłowska, rzecznik lipnowskiej policji. – Wiem o jednym z gimnazjów, które zorganizowało spotkanie z za-

wodowym terapeutą uzależnień, na które zostali zaproszeni rodzice i frekwencja była opłakana. Dlatego rozmawiamy z rodzicami przy okazji wywiadówek szkolnych. Informujemy o występujących w tym zakresie zagrożeniach i odpowiedzialności, przyczynach sięgania po odurzające środki (także dopalacze, różne medykamenty), symptomach w zachowaniu i wyglądzie świadczących o tym, że nasze dziecko może mieć kontakt z tymi środkami. Wyjaśniamy na jakie akcesoria należy zwrócić uwagę (w pokoju, różnych zakamarkach, tornistrze czy w ubraniu). Radzimy jak wówczas „mądrze” reagować, gdzie szukać pomocy i wsparcia. Zawsze uczulamy, że nikt nigdy nie może z góry zakładać, że ten problem nie dotyczy jego dziecka.

Policjanci rozdają ulotki edukacyjne „Narkotyki – musisz o nich wiedzieć więcej!”. Są w nich zawarte proste i sprawdzone sposoby na skontrolowanie czy dziecko nie jest pod działaniem narkotyków (np. reakcja oczu).

Po leki do apteki

Zakładając, że szkoły dobrze sobie radzą z problemem używek wśród młodzieży, i tak nie można być zupełnie spokojnym o zdrowie dzieci. Te bardziej przedsiębiorcze szukają innych sposobów na odurzenie się. I tak coraz większą popularność zyskują lekarstwa, które dostępne są bez recepty, a które po przedawkowaniu działają jak narkotyki. Takim specyfikiem jest np. Acodin, lek przeciwkaszlowy. Zdarza się, że w lipnowskich aptekach pojawia się młodzież, która chce kupić większe jego ilości. – Widujemy młodych ludzi, którzy regularnie przychodzą po Acodin i zachodzi podejrzenie, że nie chodzi im bynajmniej o leczenie. Ale wtedy odmawiamy sprzedaży leku. Zwracamy uwagę na pochodne

morfiny. Zażycie ich w większej ilości grozi niewydolnością oddechową czy dużymi kłopotami z układem pokarmowym – wyjawia Barbara Szychulska z apteki „Nowa” w Lipnie.

Ale w mieście aptek jest kilka. Cierpliwi wreszcie znajdą pożądane tabletki. Problemem mogą być przepisy, bo omawiany Acodin bez recepty dostępny jest dopiero od kilku lat. Kiedyś można było go dostać tylko za poręczeniem lekarza. – Wytwarza się zamknięte koło. Przepisy są, jakie są. Jesteśmy wyczuleni na tego typu leki. Jeśli o Acodin zapyta młody człowiek, sprzedamy mu tylko jedno opakowanie – przyznaje pracownik innej lipnowskiej apteki.

Idąc tym tropem, nietrudno obejść nawet podejrzliwych farmaceutów. Jeśli gimnazjalista odwiedzi wszystkie apteki w Lipnie, może liczyć, że uzbiera kilka opakowań lekarstwa. A jeśli zażyje je w dużej dawce, trafić może na izbę przyjęć. Z informacji pracowników lipnowskiego szpitala

wynika, że sporadycznie zdarzają się przypadki młodych ludzi z objawami zatrucia lekami zawierającymi np. kodeinę.

Policyjne statystyki

W ostatnich latach przełomowy pod względem liczby przestępstw narkotykowych, popełnionych przez nieletnich, był 2011, kiedy odnotowano ich 63. Rok później było ich 26, a w pierwszym półroczu br. tylko 3. Sprawy dotyczyły przede wszystkim posiadania narkotyków, głównie marihuany i amfetaminy. Zamieszani w nie byli gimnazjaliści, 13-16-latkowie.

Każdy rodzic powinien zwracać uwagę na to czy jego dziecko nie zachowuje się dziwnie, czy nie jest nadpobudliwe i czy nie obraca się w podejrzanym towarzystwie. Nawet jeśli w szkolnych murach jest bezpiecznie, to już w drodze ze szkoły do domu czyhać może wiele zagrożeń.

**Andrzej Korpalski, (fuska),
fot. sxc.hu**

Lista sygnałów ostrzegawczych, których pojawienie się powinno zwrócić uwagę nie tylko rodziców ale też wszystkich tych, którzy mają częsty kontakt z młodzieżą:

1. zmiana przyjaciół
2. pogorszenie stopni w szkole (nie tylko radykalne ale także to stopniowe)
3. kłopoty z koncentracją
4. zmniejszenie motywacji do nauki
5. ospałość lub pobudzenie
6. spowolnienie funkcji intelektualnych
7. wagiary
8. oszukiwanie i kłamstwa
9. nadmierne reagowanie na krytykę lub drobne niepowodzenia
10. zaniebywanie obowiązków
11. zmiany nastroju
12. stałe zmęczenie
13. zmiany w nawykach związanych z jedzeniem - nagły apetyt lub utrata apetytu
14. zmiana w porach spania
15. pojawiające się lęki
16. zaczerwienione spojówki
17. źrenice nie reagujące na zmianę światła
18. nagłe zmiany w masie ciała - utrata wagi lub tycie
19. kłopoty z koordynacją
20. zmiany w życiu rodzinnym
21. bojkot obowiązków
22. kradzieże
23. agresja, częste awantury
24. późne powroty do domu
25. otrzymywanie dziwnych telefonów lub bardzo krótkie rozmowy.

Ważne jest by traktować te sygnały właśnie jako sygnały a nie dowody kłopotów dziecka z używaniem substancji psychoaktywnych ponieważ znaczna ich część może świadczyć o czymś niepokojącym lecz nie zawsze związanym a alkoholem czy narkotykami.

To, co może stanowić „dowody” na używanie substancji psychoaktywnych, to pojawienie się u dziecka (np. w jego pokoju) określonych akcesoriów.

Fajki - służą do spalania w nich narkotyku by odurzać się dymem. Mają bardzo różne rozmiary, bywają drewniane takie jak do palenia tytoniu, szklane fajki wodne a także miedziane i metalowe. Niektóre mają małe miseczki.

Podobną funkcję mogą spełniać przedmioty nie kojarzące się z narkotykami, takie jak puszki po napojach czy zwykła rolka papieru toaletowego czy specjalnie zwinięta folia aluminiowa. Dodatki do fajki - okrągłe sitka o średnicy około centymetra, które są wkładane na dno fajki. Używane są też długie druciki (10-20 cm) owinięte materiałem i służące do czyszczenia fajki. Dodatkami do fajki są też zapalniczki i zapalniczki.

Bibułki do skrętów - to takie same bibułki jakie służą do skręcania papierosów z tytoniu.

Spinki, spinacze, klipsy - służą do podtrzymywania skręta pod koniec palenia by uniknąć poparzenia palców. Mogą to być zwyczajne spinacze biurowe lub też specjalnie produkowane klipsy do skrętów, imitacje kluczyków rozwierających się jak nożyczki. Igły - obecność igieł wśród rzeczy dziecka to niemal niezbity dowód problemów z substancjami psychoaktywnymi (heroina, sterydy to substancje często przyjmowane przy pomocy iniekcji).

Szmaty i torby ze śladami po chemikaliach - kleje i rozpuszczalniki używane do odurzania się działają najsilniej w największym stężeniu. Często są one rozlewane na szmatę, do torebki czy jakiegokolwiek pojemnika. By zabić przykry zapach po substancjach chemicznych często stosowane są kadzidła, odświeżacze powietrza, perfumy.

Lekarstwa i środki sprzedawane bez recepty - używane są często do zatarcia śladów po używaniu substancji psychoaktywnych: środki przeciwbólowe na kaca po nadużyciu alkoholu, krople do oczu by złagodzić objawy podrażnienia, spraye do nosa.

Małgorzata Ziębińska,

„Co powinno wzbudzić niepokój rodzica czyli jak rozpoznać, że twoje dziecko używa substancji psychoaktywnych”, www.psychotekst.pl

Uzależnienia

Narkotyki to problem całej rodziny

Rozmowa z Jackiem Szczepkowskim, kierownikiem Całodobowego Młodzieżowego Oddziału Leczenia Uzależnień.

– Podejrzewamy, że nasze dziecko bierze narkotyki. Zachowuje się inaczej, widzimy, że coś jest nie tak. Jak się zachować? Zapytać nastolatka wprost czy bierze?

– Nie ma łatwej odpowiedzi na to pytanie. Jeśli rodzice mają podejrzenie, że dziecko stosuje takie używki, to jest już źle. To tak jak z górą lodową; widzimy tylko jej jedną trzecią, reszta pozostaje pod wodą. Można wnioskować, że problem z narkotykami dziecko ma od dawna. To kiedy zauważymy problem, zależy od tego, jak wychowujemy nasze dzieci i ile im poświęcamy czasu. Jeśli znamy je, szybciej zauważymy problem. Czynnikiem, który najlepiej chroni rodzinę, jest wspólny stół, czyli zwyczaj jedzenia przynajmniej jednego posiłku razem. A nastolatek bierze talerz i ucieka do swojego pokoju.

– A jeśli nastolatek woli jeść sam? Jak zachęcić do tego, żeby jednak posiłek spędził z rodziną?

– Na takie zwyczaj w tym wieku jest już za późno. Rodzice powinni o to zadbać znacznie wcześniej, gdy dziecko ma trzy, cztery lata. Wychowujemy latorośle do 15 roku życia, później zbieramy żniwo naszej pracy. Zwyczaj wspólnego posiłku powinien być takim spoiwem rodziny. Nieważne co się dzieje, powinniśmy zadbać o to, by nie jadać np. przed telewizorem, każdy osobno. To jest kwestia inwestycji i poświęcenia swojego czasu. W ośrodku, w kontekście naszych wychowanków, zauważamy, że nie ma tej tradycji. Stąd większa skłonność do patologicznych zachowań. I tu nie chodzi tylko o narkotyki. To także kradzieże, bójk i inne przestępstwa. Wspólny stół jest tylko jednym wskaźnikiem, ale ważne jest też zwyczajnie to czy znamy siebie, rozmawiamy, dbamy o bliskie relacje. Im są one bliższe, tym szybciej zauważymy problemy naszego dziecka i szybciej zareagujemy na nie. Zwykle jest tak, że jeśli dzieciaki sięgają po używki, to coś w rodzinie zaszwankowało.

– Ale wydaje się, że problem jest bardziej złożony. Przecież po narkotyki sięgają dzieci z tzw. dobrych domów, gdzie choćby ten wspólny stół istnieje.

– Nie wiem, co to znaczy dobry dom, bo z pewnością nie można mówić o rodzinie tylko w kontekście sytuacji materialnej. Zdarza się i do nas też trafiają tacy nastolatki, gdzie pozornie wydaje się, że rodzina ma się dobrze. Gdy się bliżej przyjrzymy, okazuje się, że w domu nie ma dobrych relacji, bliskości.

Przypuśćmy, że mimo wszystkich relacje są dobre, rodzice interesują się swoim dzieckiem, ale podejrzewają, że dziecko sięga po narkotyki.



Jacek Szczepkowski pracę z młodzieżą zajmuje się od wielu lat

Co wtedy? Jak rozmawiać o problemie?

To tak, jak byśmy zakładali, że rozmowa coś zmieni czy pomoże. Dzieci, które biorą narkotyki odczuwają z tego tytułu same korzyści, więc odwoływanie się do ich zdrowego rozsądku, apelowanie, wskazywanie skutków ubocznych mija się z celem. Tu już raczej jest czas na działanie, wychowywanie. Wychować to znaczy posługiwać się pewnymi umiejętnościami. W tym procesie z jednej strony jest miłość i szacunek, ale z drugiej trening stawiania granic i wymogów. A z moich obserwacji i doświadczenia wynika, że to właśnie ze stawianiem granic rodzice mają dziś problem. Jako rodzic muszę je stawiać, wymagać. Tylko że to działa w dwie strony. Jeśli wymagam, to i sam coś z siebie daję. Ciężko oczekiwać, że jeśli przez 15 lat ktoś tego nie robił, to nagle coś się zmieni.

– Więc narkotyki to problem całej rodziny? Pokazuje ją od środka?

– Tak. Problem wymaga całościowej zmiany, pracy nad relacjami. Nie możemy oczekiwać od dziecka, by to tylko ono zmieniło się. Przerzucamy wówczas odpowiedzialność na niego. Nawet pobyt w ośrodku dla uzależnionych niewiele zmieni, jeśli dziecko po wyjściu natrafi na te same problemy.

– Ale pobyt w ośrodku dla osób uzależnionych to już etap dalszy, gdy nie zadziałają wcześniejsze ustalenia?

– Generalnie tak. Ważne jest to, aby w momencie zauważenia problemu, podjąć szybkie działania. Pokazać, że nie zgadzamy się na to, ograniczyć swobodę działania. Trzeba później spojrzeć czy nasze ustalenia są respektowane. Dziecko może mówić, że nie bierze, ale tak naprawdę nic się nie zmienia. Trzeba

spojrzeć czy poprawiają się stopnie, czy dziecko lepiej się zachowuje. Jeśli ktoś podejmuje pewne działania zmierzające do naprawy sytuacji, ale nie przynoszą one skutku bądź łamane są zasady i ustalenia, to pobyt w ośrodku może okazać się potrzebny. W pierwszej kolejności potrzebna jest opieka ambulatoryjna, a więc udanie się do poradni. W poradni jednak ta pomoc bywa różna, czasami mało profesjonalna. W związku z tym bywa, że ośrodek jest jedynym dobrym rozwiązaniem. Aczkolwiek trzeba przyznać, że nie zawsze dobrym. Dlaczego? Bo odcina od środowiska, środków odurzających, ale jednocześnie przenosi ciężar odpowiedzialności za zmianę na młodego człowieka, bo to od niego oczekuje się, że się „naprawi”.

– Przyjmijmy jednak, że pracujemy z naszym dzieckiem, staramy się naprawić relacje, wyznaczamy granice, ale to nie działa. Dziecko bierze, zauważamy nawet, że z domu giną różne rzeczy. Jak wówczas rodzic powinien zareagować?

– Powinniśmy dać odczuć dziecku, że jego działania rodzą konkretne konsekwencje. Jeśli wcześniejsze ustalenia nie działają, odcinamy dziecko od pewnych przywilejów; od pieniędzy, od internetu. Kradzież, agresja także mają swoje konsekwencje. Gdy pojawia się przestępstwo, dziecko musi liczyć się z tym, że pojawi się policja. Oczywiście, każdy przypadek jest indywidualny i to nie oznacza, że tak musimy postąpić.

– Zapewne jest różnica w traktowaniu 13-latk i 19-latk. Na czym ona może polegać?

– To dość trudne pytanie. Na pewno to nie wiek jest granicą, ale sytuacja, w której się znajdujemy. Trzeba bardziej poznać jej kontekst, żeby móc rozpoznać, z jak poważ-

nym przypadkiem mamy do czynienia. Jest kilka takich obszarów, na tle których możemy rozpoznać stopień zaawansowania uzależnienia. Możemy w ten sposób określić np. czy osoba jest zaawansowana w braniu używek, czy eksperymentująca czy przypadkowo coś zażywa. Pierwsze to sfera fizyczna. Jeśli znamy swoje dziecko, to zmiana wagi ciała dosyć duża, brak lub nadmiar apetytu. A oprócz tego zmiana rytmu snu. Czy i ile ośpisia po imprezach, a może nie sypia nocami. To jest w zasięgu naszego wzroku i łatwo możemy to rozpoznać. Druga sfera to obszar zachowania psychicznego. Głównie są to wahania nastroju z niczym nie związane. Także napady agresji. No i trzecia sfera to zachowania społeczne. To czy dziecko coś robi, czy się uczy a także z kim utrzymuje kontakty. Jeśli nastolatek trzyma z osobami, co do których mamy pewność, że biorą, to nie łudźmy się: nasze dziecko też bierze. Pytanie tylko czy wiemy, z kim nasze dziecko się spotyka, czy znamy kolegów naszego dziecka, czy znamy ich rodziny.

– Często słyszy się przypadki, że rodzice zauważają uzależnienie

dziecka, gdy jest ono dorosłe. Ma np. 19 lat i chce już sam o sobie decydować. W jaki sposób wówczas możemy pomóc dziecku?

– Rzeczywiście to się często zdarza, że rodzice o nałogu dziecka dowiadują się po kilku latach. Pytanie jak walczyć? Na pewno, jako rodzic, mogę oferować swoją pomoc, kiedy podejmie leczenie, ale na pewno nie wtedy, gdy nic nie robi. Deklarować jasno swoje potrzeby i granice, mówiąc: na używki się nie godzę. Rodzice sami także mogą uzyskać pomoc. Są punkty konsultacyjne. W każdej gminie są też komisje do spraw uzależnień. Na pewno warto szukać porady u specjalistów, ale też i być przygotowanym na porażkę i przyznanie naszemu dziecku pewnej autonomii i wolnej woli.

– Po jakich używkach dzieci najczęściej dziś trafiają do pana ośrodka?

– Najbardziej rozpowszechnioną używką nadal jest alkohol, gdyż jest najłatwiej dostępny. Oprócz tego dzieciaki trafiają po marihuanie, haszyszu, amfetaminie i dopalaczach.

Rozmawiała Katarzyna Fus

Lipno

Poszukiwane dowody kradzieży

dokończenie ze str. 1

– Dlaczego tych rewizji nie miał pan dyrektor, pani sekretarz, pani burmistrz, osoby, którym zależało na tym, aby formalnego przejęcia majątku nie było? – zastanawia się Katarzyna Wesołowska-Karasiewicz. – Oświadczam, że do żadnego zdania majątku, pomimo mojej gotowości i wręcz roszczeń, nie byłam zaproszona. Proszono mnie tylko o pisemne oświadczenie czy jestem w posiadaniu plakatów.

Jak twierdzi była dyrektorka, zawsze bardzo zależało jej na dopełnieniu procedur zwolnienia z pracy, była gotowa świadczyć pracę w okresie wypowiedzenia, przekazania obowiązków, majątku. Nie kryje żalu, że została tego pozbawiona z dnia na dzień. O podejmowanych przez nowe władze miasta działaniach na bieżąco informowała związki zawodowe, media i społeczeństwo.

– Przygotowywałam się do tej procedury już od września, po wygranej pani Doroty Łanuckiej – wspomina Karasiewicz. – Było bowiem jasne, do czego prowadzi nękanie mnie i moich pracowników od pierwszego dnia objęcia funkcji pełniącej obowiązki burmistrza Lipna, czyli już od czerwca. Pomimo mojej trudnej sytuacji rodzinnej, nie uciekałam na zwolnienie lekarskie, ale codziennie rano, po nocy spędzonej

przy łóżku szpitalnym dziecka, wyruszałam do pracy. Jestem osobą honorową i chciałam na swoją pierś przyjąć szykowane dla mnie wypowiedzenie. Nie było to dla mnie zaskoczeniem, ale zaskoczeniem już było odmówienie mi procedury zdania majątku. Każde wypowiedzenie, a było ich kilka, odbywało się przy świadkach. Moje prośby o zdanie protokolarne majątku pozostawało bez echa. Może komuś na tym zależało, albo świadczy to tylko o niekompetencji władz. Najważniejsze było tylko zdanie telefonu komórkowego. Miałam przed tym okresem notoryczne kontrole i bezustanne żądania pani sekretarz i pani burmistrz dotyczące bezsensownych sprawozdań i rzekomego wynoszenia dokumentów z MCK. Nękanie był też mój syn komentarzami córki urzędniczki miasta (ze względu na dobro małoletnich szczegółowy opis zachowań pomijamy – red.)

Katarzyna Wesołowska-Karasiewicz wciąż otrzymuje od mieszkańców Lipna prośby o pomoc w wyjaśnieniu losów ich eksponatów. Chodzi między innymi o kolekcję papieską Alicji Żelechowskiej, obraz Piotra Góreckiego czy kolekcję obrazów Mikołaja Konczalskiego. Do sprawy wrócimy w rozmowie z dyrektorem Arkadiuszem Bejgerem.

Lidia Jagielska

Lipno, Kikół

Strażnica bez tajemnic

W miniony piątek uczniowie Szkoły Podstawowej w Woli uczestniczyli w praktycznej lekcji bezpieczeństwa. Tym razem poznali tajniki służby strażaków i zwiedzili koszary. Rola przewodnika przypadła Michałowi Deduńskiemu.

Dzieci z Woli w gminie Kikół rozpoczęły ten rok szkolny od zapoznania się z zasadami bezpieczeństwa i działaniem służb. Najpierw w klasach odbyły lekcje na ten temat, potem uczniowie z opiekunami wyruszyli w odwiedzinach do policjantów, aż wreszcie trafili do koszar lipnowskich strażaków.

– W wycieczce uczestniczą dzieci z zerówki i uczniowie klasy drugiej – mówi nauczycielka Iwona Kwaśniewska. – Dla wielu z nich to pierwsza wizyta w komendach. Radość jest ogromna. Mam nadzieję, że uczniowie wyniosą z tych praktycznych lekcji jak najwięcej przydatnych infor-

macji.

Uczestnicy wycieczki do koszar lipnowskich strażaków zawitali z głowami pełnymi wiadomości o bezpieczeństwie, ale także pytań do funkcjonariuszy. Chcieli wiedzieć, kto dowiaduje się pierwszy o pożarze, jak wygląda wyjazd na akcję, a nawet jak strażacy odpoczywają po ciężkiej służbie.

– Dla mnie najwspanialsze są samochody strażackie – mówi Darek. – Dzisiaj pierwszy raz jechałem jak do pożaru i myślę, że zostanę strażakiem. Oczywiście jak będę dorosły.

Do czasu objęcia odpowiedzialnych obowiązków w Państwowej Straży Pożarnej przez

dzisiejszych uczniów Szkoły Podstawowej w Woli minie jeszcze kilkanaście lat, ale mieszkańcy powiatu lipnowskiego o bezpieczeństwo pożarowe martwić się nie muszą. Mundurowi już rozbudzają pasję strażacką w młodych, a wśród zdeklarowanych kandydatów są nie tylko chłopcy.

– Taka łódź służy do ratowania ludzi – zauważa przyszła funkcjonariuszka Amelka.

Przewodnikiem wycieczki był Michał Deduński z PSP w Lipnie i Iwona Kwaśniewska ze SP w Woli.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska



– W samochodzie strażackim jest wspaniale – mówi Paulina po powrocie z pierwszej „służbowej” akcji



Pierwsze przymiarki wymagały pomocy



Zdjęcie z pierwszej wizyty w koszarach PSP w Lipnie na pamiątkę



W piątkowe południe dzieci z opiekunami zawitały w komendzie PSP w Lipnie



– Ja wybieram ten samochód, bo jest wszechstronny i pomocny nie tylko przy pożarze – mówi Bartek



Wybrane numery 112 i 998 właśnie w tym miejscu alarmują mundurowych o niebezpieczeństwie



Pierwsza przymiarka do kierowania pojazdem służbowym to powód do dumy



Strażacy nie tracą czasu na pokonywanie schodów...



...tylko zjeżdżają na dół



Strażacy cierpliwie odpowiadali na pytania

Gmina Lipno

Lipno

Uczniowie na językach Samorząd uczniowski wybrany

W miniony wtorek w Szkole Podstawowej w Maliszewie anglistka Magdalena Kucińska i uczniowie przygotowali obchody Światowego Dnia Języków Obcych.



Prezentacja Wielkiej Brytanii

Uczniowie klas IV-VI zaprezentowali publiczności krótkie scenki, w których przedstawili pożytki ze znajomości języków obcych, zwłaszcza angielskiego. Na drzwiach klas pojawiły się kartki z idiomami w języku angielskim, a korytarze szkolne zapełniły się stoiskami z przysmakami charakterystycznymi dla poszczególnych krajów. Dzieci obejrzały także film „Asterix i Obelix w służbie Jego Królewskiej Mości”.

Każdy mógł wziąć udział w konkursie plastycznym i zilu-

strować wybrany kraj. Najczęściej uczestnicy wybierali Wielką Brytanię, Stany Zjednoczone i Irlandię, ale były także Australia i Francja. Spośród prac uczniów klas I-III, najładniejszą wykonał Oskar Chojnicki, wyprzedzając Huberta Wolina i Oliwię Mamrzyńską. W kategorii „starszej” zwyciężyła Natalia Kałnin przed Julią Ostrowską i Oliwią Bartczak. Wyróżnienia trafiły do Klaudii Guzowskiej, Pauliny Pióreckiej i Natalii Chojnickiej.

opr. (aba), fot. nadesłane



Wesoła ekipa rodem z USA



Uczniowie zachęcali do nauki języków obcych

Znamy już wyniki wyborów do Samorządu Uczniowskiego w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Lipnie. Przewodniczącą została Natalia Laskowska.

Przygotowania do wyborów trwały od kilku tygodni. Walka wyborcza była zacięta. Opiekunka Samorządu Uczniowskiego Jolanta Banasik przygotowała przez czas trwania kampanii wyborczej młodych zarówno do roli wyborców, jak i samorządowców. Były spotkania z osobami doświadczonymi w działalności samorządowej, szkolne akcje, plakaty. Nie było w „piątce” nikogo, kto nie wiedziałby o wyborach.

Po podsumowaniu wyników wiemy już, że nową przewodniczącą SU jest Natalia Laskowska. Pierwszym zastępcą uczniowie wybrali Dawida Ciećwierza, drugim Miłosza Jędrzejczaka, a trzecim Alicję Kazimierzczak. Członkami SU zostali: Paulina Grabowska, Patrycja Bądkowska, Julita Jędrzejczak, Mateusz Wełna, Karolina Małkiewicz, Aleksandra Chojnowska, Julia Drzazga, Izabela Głowacz, Anna

Kaszlewicz, Karolina Rzepczyńska i Marta Szczepankowska.

– Wszyscy uczniowie kandydujący do Samorządu Uczniowskiego po wyborach zostali jego przedstawicielami – podsumowują opiekunki samorządu Anna Babis i Jolanta Banasik.

Teraz czas na zapoznanie się z obowiązkami, podział ról i odpowiedzialną pracę dla dobra społeczności SP nr 5.

Rozmowę z nową przewodniczącą zaprezentujemy w jednym z kolejnych numerów CLI.

Tekst i fot. Lidia Jagielska



Przedwyborcze konsultacje trwały do ostatniej chwili

Bobrowniki

Zbadaj się w październiku

W najbliższą środę, 16 października, mieszkanki gminy Bobrowniki będą mogły bezpłatnie zbadać piersi. Akcja skierowana jest do kobiet w wieku od 50 do 69 lat.

Październik jest miesiącem walki z rakiem piersi, a mammografia, czyli rentgenowskie badanie piersi, to wciąż najbardziej skuteczna metoda w diagnostyce objawów choroby. Wczesne wykrycie tego nowotworu daje niemal 100 procent pewności na wyleczenie choroby, dlatego więc warto się badać, tym bardziej, że jest to akcja bezpłatna. Co więcej, mammografia jest badaniem bezpiecznym i wykonywanym przy użyciu minimalnej dawki promie-

niowania rentgenowskiego.

Szansę na skorzystanie z bezpłatnego badania piersi mieszkanki Bobrownik i okolicznych wsi będą miały już 16 października. Jest to już kolejna edycja badań profilaktycznych, realizowanych w regionie w ramach Populacyjnego Programu Wczesnego Wykrywania Raka Piersi. Badania będą wykonywane w mammobusie ustawionym na Placu Wolności.

Program bezpłatnego badania piersi skierowany jest do kobiet

w wieku od 50 do 69 lat, które nie wykonywały mammografii przez co najmniej 24 miesiące. Pacjentki w innym przedziale wiekowym mają szansę na zbadanie się w najbliższy wtorek odpłatnie.

Zapisy już trwają. Rejestracja odbywa się pod numerem telefonu 58 666 24 44.

Badanie w mammobusie odbędzie się po okazaniu dowodu osobistego. Akcję finansuje Narodowy Fundusz Zdrowia.

Lidia Jagielska

Lipno

Lecą cenne kasztany

Jesień to tradycyjnie dla lipnowskich uczniów i przedszkolaków czas wielkiego kasztanobrania. Akcja już ruszyła i potrwa do 15 października, organizatorem jest Urząd Miejski. Pieniądze ze sprzedaży owoców zostaną przeznaczone na zakup szczepionek dla kasztanowców.

Przed uczniami lipnowskich szkół kolejne wyzwanie ekologiczne, ale także szansa na zdobycie nagród. Podobnie jak w latach ubiegłych, do jesiennego zbierania ruszyli z zapalem dzieci, młodzież i dorośli. Rywalizacja jest bardzo zacięta. Kto jeszcze nie wyruszył na poszukiwanie kasztanów, ma szansę do 15 października. Wtedy poznamy zwycięzców tegorocznej akcji. Pieniądze ze sprzedaży kasz-

tanów posłużą do zakupu szczepionek dla kasztanowców. Akcja zostanie wykonana wiosną przyszłego roku.

Urząd Miejski w Lipnie nie po raz pierwszy zorganizował konkurs zbierania kasztanów. Akcja skierowana jest przede wszystkim do uczniów miejscowych przedszkoli, szkół podstawowych i gimnazjalnych. Nic nie stoi jednak na przeszkodzie, aby do pożytecznej,

jesiennej działalności włączyli się dorośli mieszkańcy Lipna, którzy zebrane przez siebie dary jesieni przekażą na konto wybranej placówki edukacyjnej uczestniczącej w kasztanobranu. Tym bardziej, że zbieranie kasztanów to nie tylko wielka przyjemność, ruch na świeżym powietrzu, ale również wkład każdego zbieracza w ochronę lipnowskiej przyrody.

Lidia Jagielska

Skępe

Warzywne cudaki



Maluchy z Publicznego Przedszkola im. E. Szelburg-Zarembiny w Skępem wykonały na zajęciach różne postaci z warzyw. Takie zabawy pobudzają ciekawość, doskonalą sprawność manualną, uczą cierpliwości, a – co najważniejsze – można je powtórzyć w domu, z rodzicami.

fot. nadesłane

Skępe

Przedstaw jesień

Do 30 października uczniowie szkół podstawowych ze Skępego, Wólki, Łąkiego i Czermna mogą zgłaszać swój udział w Gminnym Konkursie Plastycznym „Barwy jesieni”. Organizatorem jest CKOR w Wólce.

Rusza jesienny konkurs plastyczny dla dzieci z gminy Skępe. Młodzi mogą w dowolnej formie artystycznej (rysunek, malarstwo, wycinanka, wydzieranka, forma przestrzenna, plastelina) przedstawić barwy jesieni. Prace będą oceniane w dwóch kategoriach wiekowych: klasy I-III i IV-VI. Komisja powołana przez organizatora zmagania, czyli Centrum Kulturalno-Oświatowo-Rekreacyjne w Wólce, zbierze się 4 listopada i oceni artystyczne dokonania uczniów. Liczyć się będzie nie tylko wyraz artystyczny i talent, ale także estetyka, pomysłowość i wkład pracy własnej oraz samodzielność.

Własnoręcznie wykonane prace należy składać lub przysyłać do sekretariatu skępskiego ratusza lub siedziby organizatora (Centrum Kulturalno-Oświatowo-Rekreacyjne w Wólce) do 30 października. Zwycięzcy zostaną uhonorowani dyplomami i nagrodami, a wielka gala zaplanowana jest na 15 listopada.

Inicjatorką plastycznych zmagania dla dzieci jest instruktorka Centrum w Wólce Małgorzata Matuszczak. Szczegółowe

informacje na temat konkursu oraz oferty CKOR-u w Wólce dostępne są w siedzibie w godzinach pracy, czyli między 12.00 a 20.00.

– Planujemy w nowym roku szkolnym wiele ciekawych spotkań, konkursy i akcje integracyjne dla uczniów w różnym wieku – mówi Małgorzata Matuszczak z CKOR-u w Wólce. – Dotychczas największym zainteresowaniem cieszy się sala komputerowa oraz sala gier. Mamy już stałych bywalców. Przychodzą zarówno uczniowie miejscowej szkoły podstawowej, jak i młodzież dojeżdżająca do szkół średnich. Zapraszam wszystkich zainteresowanych, czekam na propozycje zajęć. Zapewniam, że każdy znajdzie coś dla siebie.

Centra w Wólce i Skępem są wyposażone w sprzęt sportowy i komputerowy. Zajęcia odbywają się w dni powszednie oraz w soboty.

Tekst i fot. Lidia Jagielska



Uczestników spotkań nie brakuje



Klasa I a z Zespołu Placówek Oświatowych w Wielgiem

Uczniowie: Patryk Brzeczowski, Mikołaj Dąbrowski, Sandra Dynakowska, Róża Dziecielewska, Robert Gola, Marta Górecka, Karolina Jaworska, Patrycja Kraśnicka, Anna Mosakowska, Magdalena Nawrot, Wiktor Strupczewski, Brajan Świerki, Mateusz Tomaszewski, Daria Winnicka, Karol Winnicki, Łukasz Wysocki. Wychowawczyni Edyta Kwiecińska.



Klasa I b z Zespołu Placówek Oświatowych w Wielgiem

Uczniowie: Magdalena Augustyniak, Oskar Boniecki, Adam Dudziński, Szymon Gajewski, Adam Greśkiewicz, Hasmik Hovhannisyan, Łukasz Kalinowski, Martyna Kasińska, Kinga Krużyńska, Stanisław Krygier, Mateusz Kuchciński, Oliwia Kurowska, Maciej Kwiatkowski, Wiktor Sieciński, Damian Stępień, Filip Wenderlich, Adam Wyrzykowski, Maja Ziemińska. Wychowawczyni Jadwiga Trokowska.

fot. nadesłane

Za tydzień w CLI I c z ZPO w Wielgiem i pierwszaki z Karnkowa



05:55 Info poranek08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
09:00 Komisarz Alex (29) - serial
09:55 Zdumiewająca Arktyka (3) - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Przepis dnia
12:45 Zdumiewająca Arktyka (4) - dokument
13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5867) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Klan (2478) - serial
15:40 Bonanza (149) - serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2479) - serial
18:30 Świat się kręci
19:20 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:05 Droga do Rio - magazyn
20:09 IV Turniej Orlika - piłka nożna
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz (127) - serial
21:25 Sprawa dla reportera - dokument
22:25 Handlarz cudów - film psychologiczny
00:15 Świat się kręci
01:05 Bonanza (149) - serial
02:05 Underworld - thriller



05:20 Rozmowy w toku (2213) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1802) - serial
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (230) - serial
12:15 Szpital (104) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1073) - serial
14:00 Wawa non stop (28) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (231) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2214) - talk show
17:00 Szpital (105) - serial
18:00 Wawa non stop (29) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1803) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1074) - serial
21:30 Kuchenne rewolucje (6) - rozrywka
22:30 Komedia małżeńska - komedia;
Małżeństwo Marii i Wiktora przeżywa kryzys. Maria jest kobietą wykształconą, nie chce dłużej grać roli kury domowej. Pewnego dnia Wiktor bez uprzedzenia zaprasza do domu gości i zamiast pomóc w przygotowaniach miło gawędzi z kolegą i jego przyjaciółkami. Maria buntuje się i opuszcza dom. W pociągu zostaje okradziona przez Cyganki, a przyjaciele, których zamierzała odwiedzić w Warszawie, wyjechali za granicę. Kobieta nie zalamuje się jednak ani nie rozpacza. Zaprzysiężnia się z poznanym na dworcu kłoszardem, Remkiem, doktorem filozofii.
00:35 Superwizjer
01:10 Uwaga!
01:25 Arkana magii (1070) - rozrywka
02:45 Rozmowy w toku (2214) - talk show



06:00 Dyżur (18) - dokument
06:30 Menu na miarę
07:00 Tom i Jerry (105, 106, 107) - serial
07:25 Kacze opowieści (84) - serial
08:00 Zaklinacz psów (16) - dokument
09:00 Bankomat. Wyścig z czasem (3) - rozrywka
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (2) - dokument
10:30 Medicopter (73) - serial
11:30 Zaginiony świat (19) - serial
12:30 Kasia i Tomek (21) - serial
13:00 Kasia i Tomek (22) - serial
13:30 Mike i Molly (6) - serial
14:00 Mike i Molly (7) - serial
14:30 Kasia i Tomek (23) - serial
15:00 Kasia i Tomek (56) - serial
15:30 13. Posterunek (24) - serial
16:15 13. Posterunek (28) - serial
16:55 Mike i Molly (8) - serial
17:30 Mike i Molly (9) - serial
18:00 Zaginiony świat (20) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (31, 33) - serial
20:00 Ace Ventura: psi detektyw - komedia sensacyjna
21:50 W klatce - film sensacyjny
23:50 Krwawa masakra w Hollywood - horror
01:50 Zobacz to!02:20 JRG w akcji (6) - rozrywka
02:55 Dyżur (9) - dokument



05:55 Faceci do wzięcia (15) - serial
06:30 Lokatorzy (21) - serial
07:00 M jak miłość (355) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:40 Barwy szczęścia (983) - serial
11:20 Na dobre i na złe (152) - serial
12:15 Anna Dymna - spotkajmy się - dyskusja
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (80) - dokument
13:25 Szkoła życia (23) - serial
14:15 Postaw na milion - rozrywka
15:05 Rodzinka.pl (73) - serial
15:45 Panorama - kraj
16:05 Pogoda
16:15 Na dobre i na złe (532) - serial
17:15 Szkoła życia (24) - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (983) - serial
20:05 Barwy szczęścia (984) - serial
20:40 Agent XXL: Rodzinny Interes - komedia
22:35 Pachnidło: Historia mordercy - thriller; W XVIII-wiecznym Paryżu przychodzi na świat niesłubne dziecko handlarki ryb, Jean-Baptiste Grenouille. Wkrótce okazuje się, że chłopiec obdarzony jest genialnym węchem. Gdy dorasta, zostaje uczniem znanego perfumiarza Baldiniego i pod jego szydem tworzy zapachy, które podbijają serca paryskich dam. To mu jednak nie wystarcza. Grenouille chce skomponować perfumy, którego najbardziej wyjątkowym składnikiem jest woń dziewczęcego ciała.
01:15 Psy wojny na celowniku - dokument
02:45 Pachnidło: Historia mordercy - thriller



05:35 We dwoje (3) - rozrywka
06:50 Męski typ (8) - talk show
07:20 Sąd rodzinny (133) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (430) - serial
09:15 Detektyw Monk (7) - serial
10:15 Ostry dyżur (8) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (134) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (431) - serial
14:55 Dr House (10) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (17) - serial
17:05 Punkt krytyczny (16) - serial
18:00 Detektyw Monk (8) - serial
19:00 Dr House (11) - serial
20:00 Wakacje Jasia Fasoli - komedia; Jaś Fasola wygrywa główną nagrodę na loterii parafialnej - tygodniowe wakacje w Cannes i kamerę wideo. Pelen entuzjazmu wyrusza w podróż życia, ale szybko pojawiają się kłopoty. Gubi pieniądze, dokumenty i bilety, co sprawia, że droga na południe Francji zamienia się w pasmo przygód. Trafia m.in. na plan reklamy jogurtu, przegarnia 10-letniego Rosjanina, podróżuje autostopem z początkującą aktorką Sabine, aż wreszcie dociera do Cannes na początek festiwalu. Dostaje się na galę tylnym wejściem i prezentuje własny film - nagranie wideo.
21:55 Alcatraz (2) - serial
22:50 Supergwiazda - komedia
00:35 Arkana magii - rozrywka
02:40 W roli głównej (5) - rozmowa

08:00 Informacje kulturalne
08:25 Matka 24h - dokument
09:35 Sceny nocne - film historyczny
11:35 Ortalionowy dziadek - film krótkometrażowy
12:10 Festiwal Kultury Żydowskiej w Krakowie (1) - muzyka
13:10 Informacje kulturalne
13:30 Sceny nocne - film historyczny
15:25 Ortalionowy dziadek - film krótkometrażowy
16:00 Studio kultura – Rozmowy - publicystyka
16:40 Sztuka czytania
17:20 Matka 24h - dokument
18:15 O dwóch takich, co ukradli księżyc (2) - serial
18:50 Kiedy byliśmy mali - film obyczajowy
19:30 Pies, kot i... (7, 8, 9) - serial
20:20 Hała odłotów (40) - talk show
21:10 Mad Men (4) - serial
22:15 Żurek - dramat obyczajowy; Halina i jej 15-letnia córka Iwonka mieszkają w małym kolejańskim domku przy torach i doglądają dziecka. Matka próbuje zmusić dziewczynę do wyznania tożsamości ojca - złożyła uroczystą przysięgę na grobie męża, że ochrzci niemowlę w święta, ale przedtem trzeba odnaleźć ojca, aby nadać dziecku jego imię.
23:40 Hała odłotów (40) - talk show
00:40 Braterstwo - dramat obyczajowy



05:00 Wstawaj! Gramy! (2424) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (35) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (17) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (18) - serial
10:00 Trudne sprawy (31) - serial
11:00 Dlaczego ja? (328) - serial
12:00 Fat Killers - zabójcy tłuszczu (5) - rozrywka
13:00 Czyja wina? (29) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1754) - serial
14:45 Trudne sprawy (29) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (583) - serial
17:00 Dlaczego ja? (466) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1755) - serial
18:50 Wydarzenia19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (336) - serial
20:00 Zdrady (6) - serial
21:00 Hotel 52 (6) - serial
22:00 XXL (6) - serial
23:00 Fat Killers - zabójcy tłuszczu (5) - rozrywka
00:05 Daleko od siebie - dramat obyczajowy; Rodzina Landisów mieszka na farmie w Idaho. Stephen lubi wiejskie życie, ale jego żona, Angela, zamierza wrócić do zawodu prawnika. W końcu opuszcza męża i razem z córką wyjeżdża do Los Angeles. Mijają lata. Dorastająca Dulcie przysparza matce coraz więcej problemów. Angela postanawia wysłać 16-latkę na wakacje do ojca, licząc na dobroczynny wpływ obcowania z naturą na temperament dziewczyny.
02:00 Dziewczyny z fortuną (44) - rozrywka

04:55 4music - muzyka
06:00 Ukryta miłość (83) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:25 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:55 Komisarz Rex (3) - serial
09:55 Nieposkromiona miłość (28) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (83) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (45) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (46) - serial
12:30 Simba (23) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (29) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (3) - serial
15:30 Komisarz Rex (4) - serial
16:30 Hotel 52 (29) - serial
17:30 Nieposkromiona miłość (29) - serial
18:30 Scooby Doo, Where Are You? - serial
19:00 Scooby Doo, Where Are You? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 Rocky - dramat obyczajowy; Rocky Balboa jest nieznanym bokserem mieszkającym w Filadelfii. Na co dzień zajmuje się ściąganiem długów. Wciąż jednak marzy o prawdziwej karierze bokserkiej. Pewnego dnia do miasta przyjeżdża mistrz wagi ciężkiej Apollo Creed.
22:30 Szkoła wyrzutków - film sensacyjny
00:50 Łowcy wampirów - horror



07:30 Dziennik telewizyjny08:10 Okrasa łamie przepisy
08:40 Flesz historii09:00 Rodzina Kanderów (5) - serial
10:05 Szlakiem gwiazd (2) - rozrywka
10:35 Nie ma jak Polska
11:15 Ex libris
11:30 Małe ojczyzny (39) - dokument
12:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
12:35 Ex libris
12:50 Zdarzyło się tylko w Polsce
13:55 Ex libris
14:10 Fotograf partyzantów - dokument
14:50 Sensacje XX wieku (152, 87)
15:55 Święci i grzesznicy. Historia papieżstwa (6) - dokument
17:00 Rodzina Kanderów (6) - serial
18:10 Człowiek zwany Nikiforem
19:05 Dziennik telewizyjny
19:45 Gdy świat się wali (4) - dokument
20:50 Ex libris
21:05 Polska i świat z historią w tle (93)
21:30 Szerokie tory (87) - dokument
22:05 Spór o historię (28) - dokument
22:45 Sprint przez historię Przemysława Babiarza (6) - magazyn
23:15 Ex libris
23:25 Czarny serial (11, 12) - dokument
00:30 Nie ma jak Polska
01:05 Za kulisami PRL (21) - dokument

PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

PIĄTEK 20:00 TVN

Shrek II

Film animowany, 120 min., USA 2004

Shrek i jego żona, księżniczka Fiona z królestwa Zasiedmiogórogródu, otrzymują zaproszenie od rodziców panny młodej. Teściowie pragną poznać męża i wybawiciela córki, nie wiedzą jednak, że jest nim ogr. Shrek ma wątpliwości, czy ich widok ucieszy teściów, ale ulega prośbom Fiony i we troje - razem z osłem - wyruszają w podróż. Po przybyciu na miejsce spełniają się najgorsze obawy Shreka. W dodatku Wróżka Chrzestna, która przed laty zawarła z królem umowę, na mocy której Fiona miała poślubić jej syna, robi wszystko, by wyswatać syna z królewną.

SOBOTA 20:10 Polsat

Sezon na misia

Film animowany, 100 min, USA, 2006

Wychowany przez ludzi niedźwiadek grizzly o imieniu Boguś wie dzie sielskie życie w parku, gdzie jest główną atrakcją turystyczną. Wszystko się zmienia, gdy poznaje niesfornego jelonka Elliota, który namawia go na wspólną wyprawę do lasu. W sercu puszczy okazuje się, że miś zupełnie nie radzi sobie w dzikim i nieznanym środowisku, a co gorsza nie potrafi znaleźć powrotnej drogi do domu. Boguś i Elliot są w prawdziwym niebezpieczeństwie, bo rozpoczyna się sezon polowań i myśliwi ruszają na łowy.

PONIEDZIAŁEK 20:10 Polsat

Punisher

Film sensacyjny, 155 min, USA/Niemcy, 2004

Frank Castle jest tajnym agentem FBI i byłym członkiem sił specjalnych. Jako agent brał udział w wielu niebezpiecznych akcjach. Nadszedł czas, by popracować za biurkiem, z dala od groźnych przestępców. Wydaje się, że nareszcie będzie mógł nadrobić stracone lata i poświęcić się rodzinie. Nieoczekiwanie świat Franka wali się w gruzy. W wyniku gangsterskich porachunków zostają zamordowani jego żona i syn. On sam cudem uchodzi z życiem. Od tego momentu jego celem staje się zemsta. Pod pseudonimem Punisher rozpoczyna prywatną wojnę z bezprawiem.

WTOREK 20:00 Polsat

Negocjator

Film sensacyjny, 170 min, Niemcy/USA, 1998

Danny Roman jest najlepszym policyjnym negocjatorem w Chicago. W wyniku intrygi zostaje jednak oskarżony o zamordowanie kolegi i zdefraudowanie pieniędzy z policyjnego funduszu. Zdesperowany Danny, chcąc udowodnić, że jest niewinny, barykaduje się wraz z zakładnikami w budynku wydziału wewnętrznego policji. Jediną osobą, która może mu pomóc, jest inny negocjator, Chris Sabian.



05:55 Info poranek
07:45 Zus dla Ciebie
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
08:55 Komisarz Alex (35) - serial
09:55 Wulkaniczna odyseja - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:25 Przepis dnia
12:40 Telewizja szympansów - dokument
13:35 Jedna scena (17) - kultura
14:00 Jaka to melodia? - rozrywka
14:30 Masz prawo znać prawo (6)
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:15 Klan (2483) - serial
15:45 Sprawa dla reportera - dokument
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 34. Wieczory Humoru i Satyry - Lidzbark 2013 - Kaczmarek wiecznie żywy
18:30 Świat się kręci
19:15 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:10 Droga do Rio - magazyn
20:13 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski - Rajd Dolnośląski - sporty motorowe
20:15 Pogoda
20:30 Popieluszek. Wolność jest w nas (1)
21:35 Indiana Jones i Świątynia Zagłady
23:40 Doom - film sf
01:30 Świat się kręci
02:20 Weekendowy magazyn filmowy - kultura
02:45 Cwał - komedia



05:20 Rozmowy w toku (2219) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1807) - serial
08:00 Dzień dobry TVN 11:10 Ukryta prawda (236) - serial
12:15 Szpital (110) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1078) - serial
14:00 Wawa non stop (34) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (237) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2220) - talk show
17:00 Szpital (111) - serial
18:00 Wawa non stop (35) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:35 Rajd Maroka (6) - sporty motorowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:00 Kapitan Ameryka: Pierwsze starcie - film sf
22:40 Jonah Hex - film sensacyjny; Jonah Hex jest siejącym postrach na Dzikim Zachodzie łowcą nagród. Aby nie pójść do więzienia, podejmuje się trudnego zadania. Ma wytopić i zatrzećmak Quentina Turnbulla, niebezpiecznego wywrotowca, który zbiera armię i pragnie dokonać secesji. Sprawa ma też dla niego wymiar osobisty - Turnbull jest odpowiedzialny za śmierć jego rodziny. Jeźeli Hexowi uda się go zgładzić, będzie mógł rozpocząć spokojne życie z piękną Lilą u boku.
00:20 Prawo Agaty (7) - serial
01:25 Kuba Wojewódzki (7) - talk show
02:25 Rajd Maroka (6) - sporty motorowe
02:30 Uwaga!
02:45 Arkana magii (1078) - rozrywka



05:30 Z archiwum policji (3) - dokument
06:00 Dyżur (26) - dokument
06:30 No problem!
07:00 Tom i Jerry (8) - serial
07:05 Tom i Jerry (9) - serial
07:10 Tom i Jerry (10) - serial
07:25 Kacze opowieści (89) - serial
08:00 Taki jest świat
08:55 Menu na miarę
09:30 Kręcimy z gwiazdami (7) - rozrywka
10:30 Medicopter (79) - serial
11:30 Zaginiony świat (25) - serial
12:30 Kasia i Tomek (33) - serial
13:00 Kasia i Tomek (34) - serial
13:30 Mike i Molly (20) - serial
14:00 Mike i Molly (21) - serial
14:30 Niania (1) - serial
15:00 Niania (2) - serial
15:30 13. Posterunek (30) - serial
16:15 13. Posterunek (34) - serial
16:55 Strażnik pierścienia (10) - serial
18:00 Zaginiony świat (26) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (39) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (2) - serial
20:00 Obronca - film sensacyjny
21:55 Kontakt bezpośredni - film sensacyjny
23:55 Pora mroku - horror
02:00 Zobacz to!
02:25 Dyżur (17) - dokument



05:50 Faceci do wzięcia (21) - serial
06:25 Lokatorzy (24) - serial
07:00 M jak miłość (361) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:40 Barwy szczęścia (989) - serial
11:15 Na dobre i na złe (158) - serial
12:20 Banda pawianów (7) - dokument
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (86) - dokument
13:25 Szkoła życia (29) - serial
14:15 Pojedynek nie na żarty (8) - rozrywka
15:05 Rodzinka.pl (79) - serial
15:45 Panorama - kraj
16:10 Pogoda
16:25 U Pana Boga w ogródku (7) - serial
17:15 Szkoła życia (30) - serial
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (989) - serial
20:00 Boscy w sieci (7) - serial
20:05 Barwy szczęścia (990) - serial
20:45 Rodzinka.pl (117) - serial
21:15 Rodzinka.pl (118) - serial
21:50 Dzięki Bogu już weekend - rozrywka; Program rozrywkowy z udziałem gwiazd kabaretu. Wspólnymi elementami cyklu są m.in.: satyryczny komentarz do aktualnych wydarzeń, premierowe numery kabaretowe, występy gości, a także posiedzenie rządu i jego mutacje, np. posiedzenie opozycji, zebranie feministek i kolegium redakcyjne tabloidów.
23:05 Tylko dla dorosłych (19) - rozrywka
23:25 Piąty stadion (42) - serial
23:35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (7) - serial
00:30 Moja super eksdziewczyna - film sf
02:15 Nowa (2) - serial



05:35 We dwoje (9) - rozrywka
06:50 Męski typ (4) - talk show
07:20 Sąd rodzinny (139) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (436) - serial
09:15 Detektyw Monk (13) - serial
10:15 Ostry dyżur (14) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (140) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (437) - serial
14:55 Dr House (16) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (5) - serial
17:05 Punkt krytyczny (4) - serial
18:00 Detektyw Monk (14) - serial
19:00 Dr House (17) - serial
20:00 Dziewczyny z drużyny V: walcz do końca - komedia; Pewnie siebie kapitan szkolnej grupy cheerleaderek Linie Cruz wydaje się, że nic nie może zburzyć panującego w jej życiu ładu. Wszystko się zmienia, gdy owdowiała matka ponownie wychodzi za mąż, a po ślubie razem przeprowadzają się do nowego domu. Lina trafia więc na drugi koniec Los Angeles, do snobistycznego Malibu. W szkole czuje się wyobcowana, tęskni za przyjaciółmi, drużyną i treningami. Postanawia reaktywować ekipę cheerleaderek.
22:15 Szczęki II - thriller; Minęły cztery lata od chwili, gdy u wybrzeży miasteczka Amity grasował rekin. Teraz znów na morzu mają miejsce tajemnicze wypadki. Szeryf Martin Brody podejrzewa, że może to być kolejny olbrzymi biały rekin.
00:35 Mentalista (8) - serial
01:35 Za pięć dwunasta - dokument



08:00 Afisz kulturalny - kultura
08:15 Człowiek, który zjechał z Everestu - dokument
09:55 Tragarz puchu - film psychologiczny
11:30 Monolog trębacza - film krótkometrażowy
12:05 Gala z okazji 120-lecia otwarcia Carnegie Hall w Nowym Jorku - muzyka
13:45 Tragarz puchu - film psychologiczny
15:20 O dwóch takich, co ukradli księżyc (3) - serial
16:00 Księgarnie
16:45 Kulturanek
17:25 Człowiek, który zjechał z Everestu - dokument; Uchonorowany statuetką Oscara w 1976 roku za najlepszy film dokumentalny. Jest to zapis wyprawy zakończonęj zjazdem na nartach z Mont Everestu, którego jako pierwszy człowiek dokonał 37 letni Japończyk Yüichiro Miura. W 1970 roku, po kilkuletnich przygotowaniach zrealizował marzenie swojego życia i zjechał z najwyższej góry południową przełęczą.
19:00 Monolog trębacza
19:30 Wyprawa profesora Gąbki (2, 3)
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Melancholia - film sf
22:45 Tygodnik kulturalny - kultura
23:40 Mad Men (5) - serial
00:45 Zaraz jass (2) - muzyka
01:30 Informacje kulturalne
01:55 Melancholia - film sf



05:00 Wstawaj! Gramy! (2431) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (47) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (29) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (30) - serial
10:00 Trudne sprawy (37) - serial
11:00 Dlaczego ja? (334) - serial
12:00 Nasz nowy dom (3) - rozrywka
13:00 Czyja wina? (35) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1760) - serial
14:45 Trudne sprawy (35) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (589) - serial
17:00 Dlaczego ja? (472) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1761) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (343) - serial
20:00 Tylko taniec - Got to Dance (6) - rozrywka
22:00 Zdarzenia - thriller; Fala samobójstw ogarnia kolejne miejscowości w północno-wschodnich Stanach Zjednoczonych. Nikt nie potrafi wytłumaczyć przyczyn takiego zachowania ludzi. Pojawiają się informacje o atakach terrorystycznych, próbach z bronią chemiczną, ociepleniu klimatu, przybyszach z kosmosu. Ludzie uciekają z zagrożonych miejsc. Elliot Moore, fizyk zamieszkały w Filadelfii, jest przekonany, że wydarzenia mają związek ze zmianami w przyrodzie, które obserwuje od pewnego czasu. Postanawia ratować najbliższych. Wyrusza w drogę z żoną, przyjacielem i jego córką.
00:00 Straż dzienna - horror
02:50 Dziewczyny z fortuną (49) - rozrywka



06:00 Ukryta miłość (89) - serial
06:55 Jaś Fasola - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 What's New, Scooby Doo? - serial
08:25 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial, USA
08:55 Komisarz Rex (1) - serial
09:55 Nieposkromiona miłość (34) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (89) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (3) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (4) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (5) - serial
12:30 Simba (28) - serial
13:00 Dekoratoria
13:30 Tylko miłość (35) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (9) - serial
15:30 Komisarz Rex (2) - serial
16:30 Hotel 52 (35) - serial
17:30 Nieposkromiona miłość (35) - serial
18:30 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial
19:00 What's New, Scooby Doo? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 Wojna snajperów - film sensacyjny; Charlie Snow jest byłym snajperem oddziałów specjalnych. Dowiaduje się, że brat pewnego wschodnioeuropejskiego handlarza bronią, którego zabił, chce się na nim zemścić. Niebezpieczeństwo grozi także jego rodzinie.
21:55 STOP Drogówka
23:00 Zmysłowy duch - film erotyczny
01:00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15) - serial
01:55 To był dzień



07:20 Był taki dzień (322) - dokument
07:30 Dziennik telewizyjny
06:30 No problem!
08:40 Polska i świat z historią w tle (55)
09:00 Rodzina Kanderów (11) - serial
10:05 Peru (2) - dokument
10:50 Zaproszenie
11:15 Ex libris
11:30 Gdy świat się wali (5) - dokument
12:35 Polska i świat z historią w tle (103)
13:00 Szerokie tory (60) - dokument
13:40 Spór o historię - dokument
14:15 Sprint przez historię Przemysława Babiarza
14:45 Ex libris
15:00 Człowiek świętego imienia
15:35 Grabarze jezior - dokument
16:00 8 Kontynent (2) - dokument
17:05 Rodzina Kanderów (12) - serial
18:10 Encyklopedia II wojny światowej (19, 13) - dokument
19:05 Dziennik telewizyjny
19:50 Klamra - dokument
21:00 Cafe Historia (60) - publicystyka
21:15 Ex libris
21:30 Szerokie tory (73) - dokument
22:10 Sensacje XX wieku (32) - dokument
23:05 Królowie mórz
23:40 Za kulisami PRL (23) - dokument
00:15 Ballada o lekkim zabarwieniu erotycznym (3) - dokument
00:45 Zaproszenie



05:35 Moda na sukces (5868) - serial
06:00 Moda na sukces (5869) - serial
06:25 Cudowne miejsca
06:55 Pełnosprawni - magazyn
07:15 Las bliżej nas
07:30 Rok w ogrodzie
08:00 Naszaarmia.pl
08:30 Magazyn Ligi Mistrzów - magazyn
08:55 Dora poznaje świat (37) - serial
09:30 Pingwiny z Madagaskaru (12) - serial
10:00 iCarly (8) - serial
10:35 Jak to działa?
11:05 Szlakiem gwiazd (25) - rozrywka
11:30 Nie ma jak Polska
11:55 Weekendowy magazyn filmowy - kultura
12:25 Jaka to melodia? - rozrywka
13:00 Blondynka (20) - serial
13:55 Enklawy dzikiej przyrody (5) - dokument
14:35 Okrasa łamie przepisy
15:10 Alvin i wiewiórki - komedia
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Ojciec Mateusz (128) - serial
18:20 Sąsiad na widelcu (7) - rozrywka
19:10 Smerfy - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:05 GOL T-Mobile Ekstraklasa - magazyn
20:10 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski - Rajd Dolnośląski - sporty motorowe
20:15 Pogoda
20:25 Komisarz Alex (47) - serial
21:25 Robin Hood - film przygodowy
23:55 Żywe trupy (7) - serial
00:40 Popieluszek. Wolność jest w nas (1) - serial
01:35 Monte Carlo - komedia



05:50 Mango - Telezakupy
07:55 Kobieta na krańcu świata (6) - dokument
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Na Wspólnej (1804) - serial
11:25 Na Wspólnej (1805) - serial
11:50 Na Wspólnej (1806) - serial
12:10 Na Wspólnej (1807) - serial
12:50 Ugotowani (6) - rozrywka
13:50 Perfekcyjna pani domu (7) - rozrywka
14:50 MasterChef (7) - rozrywka
15:55 Przepis na życie (7) - serial
16:55 Bitwa o dom (7) - rozrywka
18:00 Kuchenne rewolucje (7) - rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport - wiadomości sportowe
19:30 Rajd Maroka (7) - sporty motorowe
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Mam talent (7) - rozrywka
21:40 Evan Wszechmogący - komedia; Bóg potrzebuje pomocnika, który mógłby zrealizować jego plan. Wybór pada na prezentera wiadomości w stacji telewizyjnej, Evana Baxtera, który został wybrany do Kongresu. Baxter na początku kariery naraża się ekologom i Stwórcy, popierając ustawę nieprzychylną środowisku. Wkrótce Evan zaczyna otrzymywać tajemnicze przesyłki, w których znajdują się antyczne narzędzia ciesielskie i drewno.
23:40 Carrie - horror
01:40 Rajd Maroka (7) - sporty motorowe
01:45 Uwaga!
02:00 Arkana magii (1079) - rozrywka



05:55 Tygrysy Europy (4) - serial
07:05 M jak miłość (1008) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
11:00 Sztuka życia
11:25 Barwy szczęścia (986) - serial
11:55 Barwy szczęścia (987) - serial
12:35 Barwy szczęścia (988) - serial
13:05 Kabaret Ani Mru Mru - urodzinowy strzał w dychę (1) - rozrywka
14:00 Familiada - rozrywka
14:40 Rodzinka.pl (117) - serial
15:10 Rodzinka.pl (118) - serial
15:40 Boscy w sieci (7) - serial
15:45 Słowo na niedzielę
15:55 Czas honoru (72) - serial
16:55 Dzięki Bogu już weekend (17) - rozrywka
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:40 Pogoda
18:55 Postaw na milion – kulisy - dokument
19:05 Postaw na milion - rozrywka
20:05 The Voice of Poland (13) - rozrywka
21:55 Kill Bill - film sensacyjny; Czarna Mamba, płatna zabójczyni, dowiaduje się, że jest w ciąży. Postanawia porzucić dotychczasowe zajęcie oraz szefa, ojca dziecka. Wyjeżdża do małego miasta, gdzie chce wyjść za mąż za poznanego tam mężczyznę. Bill nie zamierza puścić płazem nieślójności. W czasie ceremonii do kościoła wchodzi jego ludzie i mordują jej uczestników. Kobieta zostaje postrzelona i zapada w śpiączkę.
00:00 Tie Break - muzyka
01:00 Wirus - film sensacyjny
02:40 Błękitne góry (2) - film telewizyjny



05:40 Pascal: po prostu gotuj
06:20 Misja Martyna (9) - rozrywka
07:00 Mango - Telezakupy
09:05 Obcy w Ameryce (5) - serial
09:35 Człowiek – cel (2) - serial
10:35 Przyjaciele (1) - serial
11:05 Przyjaciele (2) - serial
11:40 Przyjaciele (3) - serial
12:10 Przyjaciele (4) - serial
12:40 Osobisty sierżant - film dla młodzieży
14:20 Usta usta (3) - serial
15:25 Kobra - oddział specjalny (7) - serial
16:30 Punkt krytyczny (18) - serial
17:30 Dr House (13) - serial
18:30 Pan i pani Bloom (13) - serial
19:30 Sposób na teściową - komedia romantyczna; Po latach poszukiwań Charlotte znajduje miłość życia. Wybrankiem jej serca jest uroczy lekarz Kevin Fields. Romans nabiera rumieńców i nic nie zapowiada nadchodzących kłopotów. Wszystko się zmienia, gdy w życie młodych zaczyna ingerować starzejąca się, chimeryczna matka Kevina, dziennikarka telewizyjna, która niedawno straciła pracę. Obawiając się, że straci też syna, Viola jest zdecydowana odstraszyć jego narzeczoną i staje się najgorzej teściową na świecie.
21:35 Coś nowego - komedia romantyczna; Kenya Denise McQueen jest kobietą sukcesu. Robi karierę w prestiżowej firmie księgowej, mieszka w pięknym domu. Walentynki spędza sama, pracując do późna, by nie patrzeć na całującą się na ulicy pary.
23:40 Szybcy i wściekli - Tokio Drift - film sensacyjny
01:50 Arkana magii - rozrywka



08:00 Informacje kulturalne
08:25 Braciszek - film biograficzny
10:10 Informacje kulturalne
10:30 Spotkania z Teatrem Wielkim (18) - dokument
11:00 Kulturanek
11:35 Odwrócona góra - film animowany
13:10 Od Supermana do Spidermana. Historia superbohaterów - dokument
15:00 Patricia Kaas na AVO Session - muzyka
16:10 Oczy uroczne - nowele filmowe
16:55 Kto by pomyślał? - film krótkometrażowy
17:15 Sztuka czytania
17:50 Rozmowy o literaturze i nie tylko
18:30 Program publicystyczny - dokument
19:15 Klasyczne albumy rocka (33) - dokument
20:20 Amadeusz - dramat historyczny; Dramat rozgrywa się pomiędzy Wolfgangiem Amadeuszem Mozartem, jednym z najsłynniejszych twórców muzyki, a Włochem Antoniem Salierim, nadwornym kompozytorem cesarza Austrii Józefa II. Długo oczekiwany przez Salierego sukces - zaszczytna funkcja nadwornego muzyka - zostaje przyćmiony.
23:25 Tomasz Stańko New York Quartet - "Wisława" - muzyka
01:15 Hała odłotów (41) - talk show
02:10 Złoty wiek - komediodramat



05:00 Wstawaj! Gramy! (2432) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków (6) - serial
08:15 Dawno temu w trawie - film animowany
10:15 Ewa gotuje
10:45 Scooby-Doo i król goblinów - film animowany
12:15 Jaś Fasola - rozrywka
12:45 Must be the music - tylko muzyka (7) - rozrywka
14:45 To nie koniec świata! (6) - serial
15:45 2XL (7) - serial
16:45 Ślubna gorączka (7) - serial
17:45 Fat Killers - zabójcy tuszczu (7) - rozrywka
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (344) - serial
20:05 Biblia (1) - serial; Serial prezentuje najpopularniejsze opowieści z najbardziej znanej księgi w historii ludzkości. Adam i Ewa zostają wypędzeni z raju. Arką Noego miotają fale potopu. Na wezwanie Boga Abraham i jego rodzina opuszczają Mezopotamię. Udają się przez pustynię w poszukiwaniu Ziemi Obiecanej. Kilka wieków później Mojżesz wyprowadza Izraelitów z niewoli egipskiej. Ich wiara zostaje nagrodzona i wody Morza Czerwonego rozsłupują się przed nimi, by mogli uciec pościgowi rydwanów faraona. Na górze Synaj Mojżesz zawiera przymierze z Bogiem.
22:00 Śniadanie do łóżka - komedia romantyczna
23:45 Krzysztof Zimnoch - Artur Binkowski - boks
01:00 Droga bez powrotu II - horror



05:45 Mega Chichot - rozrywka
06:10 Benny Hill - rozrywka
06:40 Zaklinacz psów (7) - dokument
07:40 Osobliwi ulubieńcy (2) - dokument
08:40 Inwazja obcych - dokument
09:50 Czysta chata (7) - rozrywka
10:50 Galileo
11:50 Frank i dżungla (7) - dokument
12:55 Spadkobiercy - rozrywka
14:00 STOP Drogówka
15:00 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (11) - rozrywka
15:30 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (13) - rozrywka
16:00 Jaś Fasola - rozrywka
16:35 Polowanie na piranie - film sensacyjny
19:05 Galileo
20:15 Atak meteorytów - film sf; Młoda pani astronom z zachwytem obserwuje komętę okrążającą Ziemię i wędrujący za nią rój meteorytów. Wkrótce zjawisko zmienia się w koszmara, gdyż rozgrzane kamienie spadają na San Francisco, siejąc zniszczenie.
22:05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15) - serial
23:00 Dynioglowy - horror; Ed Harley jako dziecko był świadkiem zabójstwa pewnego mężczyzny, dokonanego przez monstrum zwane Dynioglowym. Według starej legendy potwór morduje naznaczonych ludzi, dokonując na nich zemsty. Po latach Ed wie dzie spokojne życie, samotnie wychowując syna.
00:45 Kroniki facetów z klasą - rozrywka
01:45 Spadkobiercy - rozrywka
02:50 4music - muzyka



07:20 Był taki dzień (323) - dokument
07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Sonda
08:35 Flesz historii
09:00 Dom (12) - serial
10:25 Ex libris
10:40 Szlakiem gwiazd (4) - rozrywka
11:05 Szlakiem gwiazd (7) - rozrywka
11:35 Cafe Historia (60) - publicystyka
12:00 Klamra - dokument
13:10 Bitwy wojny secesyjnej (2) - dokument
14:20 Sensacje XX wieku (32) - dokument
15:20 Dzieje kultury polskiej (2) - dokument
16:25 Zagadki tamtych lat (9) - dokument
17:00 Dom (13) - serial
18:35 Duszpasterz (3) - dokument
19:10 Dziennik telewizyjny
19:55 Strachy - dramat obyczajowy
21:45 Zamojski Festiwal Filmowy (353) - dokument
22:20 Polska i świat z historią w tle (63) - dokument
22:40 Ex libris
22:50 Historia faszyzmu (7) - dokument
00:00 Ostatni Bej Bałkanów (1) - dokument
01:45 Bitwy wojny secesyjnej (2) - dokument

05:40 Moda na sukces (5866) - serial
 06:05 Moda na sukces (5867) - serial
 06:30 My, wy, oni
 07:00 Kardynał Wojtyła papieżem - dokument
 08:00 Tydzień
 08:25 Domisie (286) - dla dzieci
 08:55 Ziarno
 09:30 Biegajmy razem (19) - magazyn
 09:50 Msza św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie
 Łagiewnikach11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański
 12:10 Między ziemią a niebem
 12:50 Świat się kręci - The Best Of
 13:25 Sąsiad na widelcu (6) - rozrywka
 14:30 Afryka (2) - dokument
 15:15 Rejs dla serca - dokument
 15:50 "Jan Paweł II - Papież dialogu". Koncert Dnia Papieskiego - muzyka
 17:00 Teleexpress
 17:15 Pogoda
 17:30 Komisarz Alex (46) - serial
 18:20 Jaka to melodia? - rozrywka
 19:00 Przygody Myszki Miki i Kaczora Donalda (41) - serial
 19:30 Wiadomości
 19:50 Sport - wiadomości sportowe
 19:54 Droga do Rio - magazyn
 19:56 Kroniki maratonów świata (92) - magazyn
 20:00 Pogoda
 20:05 Blondynka (20) - serial
 20:55 Wybór Warszawy - dyskusja
 21:50 Całe szczęście - komedia romantyczna
 23:45 Święty interes - komedia
 01:25 Homeland (6) - serial
 02:25 Żywe trupy (6) - serial



05:50 Mango - Telezakupy
 07:55 Maja w ogrodzie
 08:25 Akademia ogrodnika
 08:30 Dzień dobry TVN
 11:00 Kobieta na krańcu świata (6) - dokument
 11:35 Co za tydzień
 12:15 Lekarze (6) - serial
 13:15 Prawo Agaty (6) - serial
 14:15 Mam talent (6) - rozrywka
 15:55 Shrek II - film animowany
 18:00 Ugotowani (6) - rozrywka
 19:00 Fakty
 19:25 Sport - wiadomości sportowe
 19:30 Raid Maroka (1) - sporty motorowe
 19:35 Pogoda
 19:45 Uwaga!
 20:00 MasterChef (7) - rozrywka
 21:00 Przepis na życie (7) - serial
 22:00 Na językach
 23:00 Droga bez powrotu - horror;
 Zachodnia Virginia. Student medycyny, spiesząc na spotkanie w sprawie pracy, skraca trasę, jadąc przez las. Wpada na kilkuosobową grupę, dyskutującą na środku drogi. Nieznajomi to Jessie Burlingame i trzy pary przyjaciół: Carly i Scott, Francine i Evan oraz Halley i Rich. Złapali gumę, wjechawszy na drut rozciągnięty w poprzek drogi. Część z nich, wyruszywszy na poszukiwanie telefonu, dociera do tajemniczej ruiny w lesie.
 00:50 Kobieta na krańcu świata (6) - dokument
 01:25 Raid Maroka (1) - sporty motorowe
 01:30 Uwaga!
 01:45 Arkana magii (1073) - rozrywka



05:35 Z archiwum policji (6) - dokument
 06:00 Dyżur (21) - dokument
 06:30 Menu na miarę
 07:00 Kręcimy z gwiazdami (6) - rozrywka
 07:55 Steve Irwin - łowca krokodyli (16) - dokument
 09:00 Bankomat. Wyścig z czasem (3) - rozrywka
 10:05 Frank - film przygodowy
 12:05 Kubuś i Hefalumpy - film animowany
 13:40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - film fantastyczny
 15:00 Czarodziejka Lili: smok i magiczna księga - film fantastyczny
 17:00 Ace Ventura: zew natury - komedia;
 Detektyw Ace Ventura ukrywa się w Tybecie po ostatniej nieudanej misji. Odnajduje go brytyjski konsul, który ma dla niego kolejne zadanie. Misja jest szansą na uratowanie kariery i przywrócenie detektywowi wiary w siebie.
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru (34) - serial
 19:30 Pingwiny z Madagaskaru (36) - serial
 20:00 Resident Evil: apokalipsa - horror
 22:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (10) - serial
 23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (11) - serial
 00:00 Grendel - film fantastyczny
 01:50 Zobacz to!

05:55 Słowo na niedzielę
 06:05 Bliskie i groźne spotkania Steve'a (6) - dokument
 06:45 Ostoja
 07:20 M jak miłość (1007) - serial
 08:15 Barwy szczęścia (984) - serial
 08:45 Barwy szczęścia (985) - serial
 09:20 Kultura, głupcze - kultura
 09:55 Prawo natury (2) - dokument
 11:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (43) - dokument
 11:35 Makłowicz w podróży
 12:15 Księga dżungli II - film animowany
 14:00 Familiada - rozrywka
 14:40 The Voice of Poland (12) - rozrywka
 16:20 Na dobre i na złe (532) - serial
 17:15 I kto to mówi? (5) - rozrywka
 18:00 Panorama
 18:30 Sport-telegram - wiadomości sportowe
 18:40 Pogoda
 18:55 Dzięki Bogu już weekend (17) - rozrywka
 20:05 XIX Festiwal Kabaretu w Koszalinie 2013 (1) - rozrywka
 21:10 Czas honoru (72) - serial;
 W obozie partyzantów Władka trwa spór, co zrobić z zakładniczką. Część żołnierzy uważa, że należy ją wykorzystać do walki z komunistami. Wóźniak usiłuje się dowiedzieć od pojmanego partyzanta Okonia, co się stało z plecakiem pełnym dolarów. Celina chce pomóc Bronkowi w ujęciu Karkowskiego.
 22:10 I kto to mówi? (6) - rozrywka
 22:45 Kocham kino - kultura
 23:20 WOK - wszystko o kulturze - kultura
 00:05 Wilkołak - horror
 02:10 Księga dżungli II - film przygodowy



04:35 W roli głównej (2) - rozmowa
 06:15 Misja Martyna (8) - rozrywka
 07:00 Mango - Telezakupy
 09:05 Reguły gry (11) - serial
 09:35 Reguły gry (12) - serial
 10:05 Przyjaciele (23) - serial
 10:35 Przyjaciele (24) - serial
 11:05 Pan i pani Bloom (13) - serial
 12:00 Kapitana Drake'a wyprawa po nieśmiertelność - film przygodowy
 13:50 Słońce i miłość - komedia romantyczna
 15:50 Godzina ognia - western
 17:55 Alcatraz (2) - serial
 18:55 Kobra - oddział specjalny (7) - serial
 20:00 Na własną rękę - film sensacyjny;
 Strażak z Los Angeles, Gordon Brewer, traci żonę i syna w wyniku ataku terrorystycznego. O spowodowanie eksplozji podejrzany jest Claudio Perrini, zwany "Wilkiem", przywódca kolumbijskiej partyzantki. Śledztwo nie przynosi żadnych wyników. Brewer nabiera przekonania, że sprawcy zamachu ujdą wymiarowi sprawiedliwości. W ślad za "Wilkiem" udaje się do Kolumbii, na tereny opławane przez partyzantów. Sprawa komplikuje się, gdy na jego drodze pojawia się samotna kobieta, Selena, i jej syn, Mauro. Brutalne reguły gry stawiają Brewera przed wyborem.
 22:15 Mentalista (8) - serial
 23:15 Dziewczyna mojego kumpla - komedia romantyczna
 01:25 Arkana magii - rozrywka



08:00 Informacje kulturalne
 08:25 Warszawa - film obyczajowy
 10:20 Informacje kulturalne
 10:40 Boccaccio '70 - film obyczajowy
 12:30 Docent H. - film obyczajowy
 13:00 Co Ty wiesz o nauce?
 13:20 Klasyczne albumy rocka (32) - dokument
 14:30 Hała odlotów (40) - talk show
 15:20 Jose Carreras - Pieśni z różnych stron świata - muzyka
 16:30 Tygodnik kulturalny - kultura
 17:25 Studio Kultura - Niedziela ze... - kultura
 18:45 Zbigniew Wodecki - kultura
 19:15 Zbigniew Wodecki '94 - kultura
 20:00 Trzy pogrzeby Melquiadesa Estrady - western; Teksas. Na pustyni zostaje znalezione niedbale pochowane ciało zastrzelonego mężczyzny. Okazuje się, że zmarły to nielegalny imigrant, Meksykanin Melquiades Estrada. Władze stanowe umarzają śledztwo w sprawie zabójstwa. Melquiades miał jednak przyjaciela i powiernika w osobie kowboja Pete'a, byłego pracodawcy.
 22:10 5 minut wolności - dokument
 23:15 Co Ty wiesz o nauce?
 23:35 Sekrety - dramat obyczajowy
 01:50 Awatary jako prostytutki - dokument
 02:55 Młoda Kultura (7) - muzyka



05:00 Wstawaj! Gramy! (2427) - rozrywka
 06:00 Nowy dzień z Polsat News
 07:15 Jeźdźcy smoków (6) - serial
 07:45 Studio F1 - sporty motorowe
 08:00 Grand Prix Japonii - sporty motorowe
 10:00 Jaś Fasola - rozrywka
 10:30 Sezon na misia - film animowany
 12:10 Tylko taniec - Got to Dance (5) - rozrywka
 14:10 Atrakcyjny pozna panią... - komedia;
 Wieś na Lubelszczyźnie. Stary kawaler Stasio Tuchała trudni się wyplataniem wiklinowych koszyków. Jego siostra wyjechała do Ameryki i być może nieprędko wróci. Mężczyzna początkowo cieszy się wolnością. Rychło jednak przekonuje się, że bez kobiety w domu nie ma co jeść i bałagan w obejściu coraz większy. Ponieważ Stasiowi marzy się panna młoda o urodzie modelki z kolorowych czasopism, jego przyjaciele postanawiają zamieścić w gazecie ofertę matrymonialną. Aby anons zwrócił uwagę, decydują się ubarwić rzeczywistość.
 16:15 Top chef (5) - rozrywka
 17:45 Nasz nowy dom (3) - rozrywka
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport - wiadomości sportowe
 19:25 Pogoda
 19:30 Państwo w państwie (81) - publicystyka
 20:00 Must be the music - tylko muzyka (7) - rozrywka
 22:00 To nie koniec świata! (6) - serial
 23:00 Kości (18) - serial
 00:00 Zostań - thriller
 02:05 Magazyn sportowy - magazyn



04:55 4music - muzyka
 06:00 Mega Chichot - rozrywka
 06:30 Benny Hill - rozrywka
 06:55 Tajemnice meteorytu z Czelabińska - dokument
 08:00 Dekoratornia
 08:30 Australijskie rekordy Guinnessa - dokument
 09:00 Przygody Mertina (13, 14) - serial
 11:00 Galileo
 12:00 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (11, 13) - rozrywka
 13:00 Dekoratornia
 13:30 Frank i dżungla (7) - dokument
 14:35 Zaklinacz psów (7) - dokument
 15:35 Ekstremalny ranking zwierząt (7) - dokument
 16:35 Mega Chichot - rozrywka
 17:05 Zakrecony - komedia
 19:00 Galileo
 20:00 Miś - komedia; Prezes klubu sportowego "Tęcza" Ryszard Ochódzki, zwany Misiem, ma wyjechać do Londynu. Zostaje jednak zatrzymany, ponieważ z jego paszportu wyrwano kilka kartek. Ochódzki podejrzewa żonę, Irenę, która chciała uniemożliwić, a przynajmniej opóźnić jego wyjazd i dotrzeć do Londynu przed nim. Małżonkowie założyli bowiem przed laty konto w jednym z londyńskich banków. Odejście Ireny zmusiło ich do podzielenia posiadanych dóbr.
 22:30 Ip Man II - film biograficzny
 00:45 Spadkobiercy - rozrywka
 01:50 Kroniki facetów z klasą - rozrywka
 02:50 Tydzień na świecie - publicystyka



07:30 Dziennik telewizyjny
 08:10 Kardynał Wojtyła papieżem - dokument
 10:20 Informacje kulturalne
 09:15 Dom (11) - serial
 11:00 Dzieje kultury polskiej (1) - dokument
 12:15 Historia faszyzmu (6) - dokument
 13:10 Wisła od źródła do ujścia (1) - dokument
 14:15 Wielka gra - rozrywka
 15:25 Piętro wyżej - komedia
 17:05 Dom (12) - serial
 18:35 Dwie bitwy - dokument
 19:05 Dziennik telewizyjny
 19:50 Atak Hitlera na Polskę - jak rozpoczęła się II wojna światowa
 21:00 Agent nr 1 - dramat wojenny;
 Wybuch wojny zastał Jerzego Szajnłowicza-Iwanowa w Grecji. Jednym z ostatnich statków opuścił kraj, zamierzając wstąpić do Brygady Karpackiej. Z powodów formalnych nie przyjęło go do polskiego wojska. Wówczas nawiązał kontakt z placówką wojskową wywiadu brytyjskiego. W 1941 r. został przerwany do Grecji. Jerzy wslawił się wieloma śmiałymi akcjami dywersyjnymi.
 22:50 Południowe Kuryle - wyspa zapomnianych - dokument
 00:00 Komandoria (8) - serial
 01:05 Z archiwum i pamięci (22) - kultura
 02:15 Wisła od źródła do ujścia (1) - dokument

05:55 Info poranek
 08:00 Wiadomości
 08:25 Telezakupy
 08:55 Komisarz Alex (31) - serial
 09:55 Afryka (2) - dokument
 11:00 Świat się kręci
 12:00 Wiadomości
 12:45 Wulkaniczna odyseja - dokument
 12:25 Klimaty i smaki
 12:35 Przepis dnia
 13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
 14:25 Moda na sukces (5868) - serial
 14:50 Przepis dnia
 15:00 Wiadomości
 15:15 Okrasa łamie przepis
 15:45 Bonanza (150) - serial
 16:40 Polska non stop
 17:00 Teleexpress
 17:15 Pogoda
 17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
 17:55 Klan (2480) - serial
 18:30 Świat się kręci
 19:20 Przepis dnia
 19:30 Wiadomości
 20:00 Sport - wiadomości sportowe
 20:05 Droga do Rio - magazyn
 20:10 Pogoda
 20:25 Kontrym - teatr; Bolesław Kontrym, "Żmudzin", był legendarną postacią - z jednej strony dowódcą w trakcie powstania warszawskiego, uczestnikiem bitwy o Narwik i walk w Francji; z drugiej - generałem w Armii Czerwonej, odznaczonym czerwonymi sztafardami, bohaterem rewolucji październikowej.
 21:55 Homeland (6) - serial
 23:00 Zabić albinosa - dokument
 00:15 Głina (13) - serial
 01:10 Świat się kręci



05:20 Rozmowy w toku (2215) - talk show
 06:20 Mango - Telezakupy
 07:25 Co za tydzień
 08:00 Dzień dobry TVN
 11:10 Ukryta prawda (232) - serial
 12:15 Szpital (106) - serial
 13:15 W-11 wydział śledczy (609) - serial
 14:00 Wawa non stop (30) - rozrywka
 15:00 Ukryta prawda (233) - serial
 16:00 Rozmowy w toku (2216) - talk show
 17:00 Szpital (107) - serial
 18:00 Wawa non stop (31) - rozrywka
 19:00 Fakty
 19:30 Sport - wiadomości sportowe
 19:35 Raid Maroka (2) - sporty motorowe
 19:40 Pogoda
 19:50 Uwaga!
 20:05 Na Wspólnej (1804) - serial
 20:45 W-11 wydział śledczy (1075) - serial
 21:30 Lekarze (7) - serial
 22:30 Perfekcyjna pani domu (7) - rozrywka
 23:30 Wybrani (19) - serial; Ekscentryczny multimilioner Harold Finch stworzył program komputerowy identyfikujący osoby, które w przyszłości popełnią przestępstwo. We współpracy z byłym funkcjonariuszem CIA, Johnem Reese'em, Finch próbuje zapobiec łamaniu prawa. Żeby zrealizować ten ambitny cel, trzeba poznać okoliczności przestępstwa, zanim zostanie ono dokonane.
 00:30 Dowody zbrodni (22) - serial
 01:30 Raid Maroka (2) - sporty motorowe
 01:35 Uwaga!
 01:50 Arkana magii (1074) - rozrywka



05:35 Z archiwum policji (8) - dokument
 06:00 Dyżur (22) - dokument
 06:30 Menu na miarę07:00 Tom i Jerry (111) - serial
 07:05 Tom i Jerry (112-116) - serial
 07:55 Zaklinacz psów (17) - dokument
 08:55 Steve Irwin - łowca krokodyli (15)
 10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (3) - dokument
 10:30 Medicopter (75) - serial
 11:30 Zaginiony świat (21) - serial
 12:30 Kasia i Tomek (25) - serial
 13:00 Kasia i Tomek (26) - serial
 13:30 Mike i Molly (10) - serial
 14:50 Mike i Molly (11) - serial
 14:30 Kasia i Tomek (27) - serial
 15:00 Kasia i Tomek (28) - serial
 15:30 13. Posterunek (26) - serial
 16:15 13. Posterunek (30) - serial
 16:55 Mike i Molly (12) - serial
 17:30 Mike i Molly (13) - serial
 18:00 Zaginiony świat (22) - serial
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru (35) - serial
 19:30 Pingwiny z Madagaskaru (37) - serial
 20:00 Grendel - film fantastyczny
 21:50 Pierwotna siła - film sf
 23:45 Laleczka Chucky: następne pokolenie - horror
 01:35 Zobacz to!02:35 Taki jest świat - pod lupą (12) - rozrywka

06:00 Faceci do wzięcia (17) - serial
 06:35 Coś dla Ciebie (47) - publicystyka
 07:05 M jak miłość (357) - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 10:35 Barwy szczęścia (985) - serial
 11:10 Na dobre i na złe (154) - serial
 12:10 Makłowicz w podróży
 12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (82) - dokument
 13:20 Szkoła życia (25) - serial
 14:15 Prawo natury (2) - dokument
 15:05 Rodzinka.pl (75) - serial
 15:45 Panorama - kraj
 16:05 Boscy w sieci (6) - serial
 16:10 Pogoda
 16:15 Rodzinka.pl (115, 116) - serial
 17:15 Szkoła życia (26) - serial
 18:00 Panorama
 18:35 Sport-telegram - wiadomości sportowe
 18:45 Pogoda
 18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
 19:30 Barwy szczęścia (985) - serial
 20:05 Barwy szczęścia (986) - serial
 20:45 M jak miłość (1008) - serial
 21:40 Kulisy serialu "M jak miłość"
 21:50 Tomasz Lis na żywo - publicystyka
 22:50 Głęboka woda (3) - serial
 23:50 Walka bez broni - dokument; Film pokazuje funkcjonowanie konspiracyjnej komórki - Biura Informacji i Propagandy Komendy Głównej AK, przypomina też ludzi, którzy ją tworzyli. Poprzez wspomnienia dwójga ostatnich żyjących pracowników BIP KG AK, prof. Marii Straszewskiej i Władysława Bartoszewskiego, autorka ukazuje zakres i formy działania tej struktury.
 01:00 Instykt (6) - serial
 01:55 Tomasz Lis na żywo - publicystyka
 02:55 Republika Doyle'ów (7) - serial



05:35 We dwoje (5) - rozrywka
 06:50 Męski typ (1) - talk show
 07:20 Sąd rodzinny (135) - serial
 08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (432) - serial
 09:15 Detektyw Monk (9) - serial
 10:15 Ostry dyżur (10) - serial
 11:20 Mango - Telezakupy
 12:55 Sąd rodzinny (136) - serial
 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (433) - serial
 14:55 Dr House (12) - serial
 15:55 Czerwony Orzeł (1) - serial
 17:05 Punkt krytyczny (18) - serial
 18:00 Detektyw Monk (10) - serial
 19:00 Dr House (13) - serial
 20:00 Rozpalić ogień - thriller; Afryka Południowa, lata 80 XX w. Patrick jest jednym z wielu czarnoskórych Afrykańczyków pracujących w rafinerii, ale należy do mniejszości, która stara się trzymać z daleka od polityki. Woli spędzać czas z ukochaną żoną, Precious, lub grając w piłkę. Pewnego dnia mężczyzna zostaje niesłusznie oskarżony o sabotaż i trafia do aresztu. Gdy wychodzi na wolność, okazuje się, że Precious była torturowana. Jego stosunek do lekceważonej polityki się zmienia. Patrick wstępuje do ANC i jako radykalny aktywista wypowiada walkę białym.
 22:10 Detektyw Monk (14) - serial
 23:10 Kolekcjoner - dramat kryminalny; W miasteczku uniwersyteckim w Durham dochodzi do serii napadów na studentki.
 01:35 Arkana magii - rozrywka



08:00 Afisz kulturalny - kultura
 08:10 KulturaneK
 08:50 Wynton Marsalis - dokument
 09:55 Miss mokrego podkoszulka - komedia
 11:05 Skrzydła - film obyczajowy
 12:00 43. KFPP Opole 2006 (18) - muzyka
 13:30 Zmartwychwstanie Jana Wióro - film obyczajowy
 14:50 Miss mokrego podkoszulka - komedia
 16:00 Hała odlotów (40) - talk show
 17:00 Wynton Marsalis - dokument
 18:10 Zmartwychwstanie Jana Wióro - film obyczajowy
 19:30 Pies, kot i... (12) - serial
 19:35 Pies, kot i... (13) - serial
 20:00 Informacje kulturalne
 20:20 Popioły (2) - dramat historyczny; Rafał Olbromski bierze udział w bitwie pod Raszynem. Krzysztof Cedro walczy pod Saragossą. Pod Sandomierzem młody Olbromski spotyka księcia Gintułta. Ratuje mu życie, ale książę wkrótce ginie w pożarze dworu Olbromskich.
 22:35 Nocne czytanie w wannie (27) - kultura
 22:50 Videofan
 23:00 Videogaleria (85) - kultura
 00:00 Informacje kulturalne
 00:20 Historia bluesa (7) - dokument
 02:00 Sztuka czytania



05:00 Wstawaj! Gramy! (2428) - rozrywka
 06:00 Nowy dzień z Polsat News
 08:15 Świat według Kiepskich (42) - serial
 09:00 Małanowski i Partnerzy (21) - serial
 09:30 Małanowski i Partnerzy (22) - serial
 10:00 Trudne sprawy (33) - serial
 11:00 Dlaczego ja? (330) - serial
 12:00 Pamiątniki z wakacji (45) - serial
 13:00 Czyja wina? (31) - serial
 14:00 Pierwsza miłość (1756) - serial
 14:45 Trudne sprawy (31) - serial
 15:50 Wydarzenia
 16:10 Pogoda
 16:15 Interwencja
 16:30 Małanowski i Partnerzy (585) - serial
 17:00 Dlaczego ja? (468) - serial
 18:00 Pierwsza miłość (1757) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport - wiadomości sportowe
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich (339) - serial
 20:10 Punisher - film sensacyjny
 22:45 Bohater z wyboru - film sensacyjny;
 Pewnego dnia śmieciarz Liam ratuje z płonącego samochodu dziewczynkę. Nieoczekiwanie staje się bohaterem, jednak sława szybko mija, a mężczyzna coraz częściej zagląda do kieliszka. Wkrótce Liam ulega zauroczeniu Kaylą, kasjerką bankową, która przypomina mu zmarłą żonę. By zwrócić na siebie jej uwagę, postanawia wcielić się w rolę bohatera. Aranżuje sfingowany napad na bank, w trakcie którego ma uratować klientów i obsłużyć przed napastnikami. Okazuje się jednak, że współnicy planują prawdziwy rabunek.
 00:45 Breaking Bad (3) - serial
 01:45 Dziupła Cezara (2) - serial
 02:30 Dziewczyny z fortuną (47) - rozrywka



04:55 4music - muzyka
 06:00 Ukryta miłość (85) - serial
 06:55 Mega Chichot - rozrywka
 07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
 07:55 Scooby Doo, Where Are You? - serial
 08:25 Scooby Doo, Where Are You? - serial
 08:55 Komisarz Rex (5) - serial
 09:55 Niepokromiona miłość (30) - serial
 10:50 Kiedy się zakocham (85) - serial
 11:50 Królowna Śnieżka (1) - serial
 12:30 Królowna Śnieżka (2) - serial
 13:00 Mega Chichot - rozrywka
 13:30 Tylko miłość (31) - serial
 14:30 Szpilki na Giewoncie (5) - serial
 15:30 Komisarz Rex (6) - serial
 16:30 Hotel 52 (31) - serial
 17:30 Niepokromiona miłość (31) - serial
 18:30 Scooby Doo, Where Are You? - serial
 19:00 Scooby Doo, Where Are You? - serial
 19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
 20:00 Zbrodnie, które wstrząsnęły światem (6) - dokument
 21:00 Galileo
 22:00 Galileo
 23:00 Śmierć na 1000 sposobów (11) - dokument
 23:30 Śmierć na 1000 sposobów (12) - dokument
 00:00 Ekstremalny ranking zwierząt (7) - dokument
 01:00 Kroniki facetów z klasą - rozrywka
 02:00 To był dzień



07:20 Był taki dzień (388) - dokument
 07:30 Dziennik telewizyjny
 08:10 Makłowicz w podróży
 08:40 Cafe Historia (59) - publicystyka
 09:00 Rodzina Kanderów (7) - serial
 10:10 Dziką Polską (153) - dokument
 10:40 Zaproszenie
 11:05 Poznań - historie osobliwe (15)
 11:25 Sensacje XX wieku (64, 66)
 12:25 Ex libris
 12:50 Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy - film obyczajowy
 14:00 Antek - nowele filmowe
 15:00 Zagadki tamtych lat (9) - dokument
 15:30 Album - dokument
 16:00 Poszukiwacz zagubionych cywilizacji (2) - dokument
 16:15 Byłem żołnierzem Wehrmachtu (2)
 17:00 Rodzina Kanderów (8) - serial
 18:05 Ocalony - dokument
 18:30 Z królestwa śmierci - dokument
 19:05 Dziennik telewizyjny
 19:40 Spór o historię (67) - dokument
 20:15 Ex libris
 20:25 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
 21:00 Flesz historii
 21:30 Jezioro Bodeńskie - dramat
 23:05 Polska i świat z historią w tle (7)
 23:25 Widziałam (13, 22) - dokument
 00:30 Zaproszenie
 01:10 Gdynia była pierwsza - dokument



05:55 Info poranek
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
08:55 Komisarz Alex (32) - serial
09:55 Wulkaniczna odyseja - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Apetyt na EURO-pę
12:40 Przepis dnia
12:50 Wulkaniczna odyseja - dokument
13:55 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5869) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Klan (2480) - serial
15:45 Bonanza (151) - serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2481) - serial
18:30 Świat się kręci
19:20 Przepis dnia
19:30 Wiadomości 20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:10 Droga do Rio - magazyn
20:15 Pogoda
20:25 Piąty stadion (40) - serial
20:30 Anglia - Polska - piłka nożna
20:55 Anglia - Polska - piłka nożna
23:20 Piąty stadion (41) - serial
23:30 Głina (14) - serial
00:30 Świat się kręci01:15 Bonanza (151) - serial
02:10 Sekta III - thriller



05:20 Rozmowy w toku (2216) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1804) - serial
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (233) - serial
12:15 Szpital (107) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1075) - serial
14:00 Wawa non stop (31) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (234) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2217) - talk show
17:00 Szpital (108) - serial
18:00 Wawa non stop (32) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:35 Rajd Maroka (3) - sporty motorowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1805) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1076) - serial
21:30 Prawo Agaty (7) - serial
22:30 Kuba Wojewódzki (7) - talk show;
Prowadzący bywa niegrzeczny, nieobliczalny, wulgarny. Jest kontrowersyjny i bardzo inteligentny. Nie każdy odważy się stawić mu czoła. Kuba Wojewódzki bowiem nie oszczędza nikogo i zadaje wprost trudne pytania. W programie pojawiają się jedna lub dwie zaproszone osoby, które zderzą się z osobowością prowadzącego. Nie zabraknie też debiutów młodych muzyków i licznych niespodzianek.
23:30 Superwizjer
00:05 Na językach
01:05 Gdzie pachną stokrotki (7) - serial
02:05 Rajd Maroka (3) - sporty motorowe
02:10 Uwaga!
02:25 Arkana magii (1075) - rozrywka



05:35 Z archiwum policji (10) - dokument
06:00 Dyżur (23) - dokument
06:30 No problem!
07:00 Tom i Jerry (117, 118) - serial
07:10 Tom i Jerry (1) - serial
07:25 Kacze opowieści (86) - serial
07:50 Zaklinacz psów (18) - dokument
08:55 Steve Irwin - łowca krokodyli (16) - dokument
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (4) - dokument
10:30 Medicopter (76) - serial
11:30 Zaginiony świat (22) - serial
12:30 Kasia i Tomek (27, 28) - serial
13:30 Mike i Molly (12, 13) - serial
14:30 Kasia i Tomek (29, 30) - serial
15:30 13. Posterunek (27, 31) - serial
16:55 Mike i Molly (14, 15) - serial
18:00 Zaginiony świat (23) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (36) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (38) - serial
20:00 D-War: Wojna smoków - film sensacyjny
22:00 Burza stulecia - film sf
23:55 Bankomat. Wyścig z czasem (3) - rozrywka
01:00 Zobacz to!
01:55 Do góry nogami! (11) - rozrywka
02:55 Muzyczne życzenia - muzyka



06:00 Faceci do wzięcia (18) - serial
06:35 Świat kobiety - dokument
07:05 M jak miłość (358) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:40 Barwy szczęścia (986) - serial
11:15 Na dobre i na złe (155) - serial
12:15 Makłowicz w podróży
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (83) - dokument
13:25 Szkoła życia (26) - serial
14:15 Kabaretowy Klub Dwójki (6) - rozrywka
15:10 Rodzinka.pl (76) - serial
15:45 Panorama - kraj
16:10 Pogoda
16:20 M jak miłość (1008) - serial
17:15 Szkoła życia (27) - serial
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (986) - serial
20:05 Barwy szczęścia (987) - serial
20:45 M jak miłość (1009) - serial
21:35 Kulisy serialu "M jak miłość" - dokument
21:45 Magazyn Ekspresu Reporterów
22:50 Afganistan. Cena zemsty - dokument; Ponad 10 lat temu, bez konsultacji z innymi państwami i bez żadnej debaty, Stany Zjednoczone podjęły decyzję o interwencji w Afganistanie. Wsparcia Ameryce udzielił cały zachodni świat. Bezpośrednią przyczyną interwencji był zamach na World Trade Center w Nowym Jorku.
00:30 Czas honoru (72) - serial
01:30 Republika Doyle'ów (7) - serial
02:25 Republika Doyle'ów (8) - serial



05:20 We dwoje (6) - rozrywka
06:35 W-11 wydział śledczy (1067) - serial
07:20 Sąd rodzinny (136) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (433) - serial
09:15 Detektyw Monk (10) - serial
10:15 Ostry dyżur (11) - serial
11:20 Mango - Telezakupy12:55 Sąd rodzinny (137) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (434) - serial
14:55 Dr House (13) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (2) - serial
17:05 Punkt krytyczny (1) - serial
18:00 Detektyw Monk (11) - serial
19:00 Dr House (14) - serial
20:00 Kolekcjoner - dramat kryminalny; W miasteczku uniwersyteckim w Durham dochodzi do serii napadów na studentki. Jedną z porwanych jest siostrzenica doktora Alexa Crossa, policyjnego specjalisty zajmującego się tworzeniem portretów psychologicznych zabójców. Obawiając się opieszałości policji, Cross postanawia rozpocząć własne dochodzenie. Niebawem do poszukiwań przyłącza się doktor Kate McTiernan, niedoszła ofiara psychopaty, której udało się uciec. Tylko ona zna jego głos i może go rozpoznać. Razem prowadzą żmudne i niebezpieczne śledztwo.
22:25 The Event: Zdarzenie (11) - serial
23:25 Bagno - horror
01:15 Arkana magii - rozrywka



08:00 Informacje kulturalne
08:25 MDM - Film Erica Bednarskiego o architekturze i ideologii - dokument
09:20 Daleko od okna - dramat obyczajowy
11:20 Ślepy tor - nowele filmowe
12:00 W. A. Mozart - Requiem - muzyka
13:00 Informacje kulturalne
13:20 Daleko od okna - dramat obyczajowy
15:25 Ślepy tor - nowele filmowe
16:00 Tygodnik kulturalny - kultura
17:00 MDM - Film Erica Bednarskiego o architekturze i ideologii - dokument
17:55 Zero życia - dramat obyczajowy
19:30 Pies, kot i... (14) - serial
19:35 Pies, kot i... (15) - serial
19:45 Pies, kot i... (16) - serial
20:20 Prezent - teatr
21:50 Życie za życie. Maksymilian Kolbe - dramat historyczny; Oświęcim, rok 1941. W obozowej żwirowni następuje zawal ziemi. Niespodziewane wydarzenie stwarza szansę ucieczki jednemu z więźniów, Janowi. Mężczyzna wykorzystuje ją i dzięki pomocy ludzi dobrej woli trafia do klasztoru w Alwerni. Znajduje w nim schronienie. Tutaj otrzymuje wiadomość, co stało się w obozie po jego ucieczce. Hitlerowcy skazali za to dziesięciu przypadkowo wybranych więźniów na śmierć głodową w bunkrze.
23:35 Portier z hotelu "Mewa" - film krótkometrażowy
00:20 Mleko - dramat obyczajowy



05:00 Wstawaj! Gramy! (2429) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (44) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (23) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (24) - serial
10:00 Trudne sprawy (34) - serial
11:00 Dlaczego ja? (331) - serial
12:00 Pamiętniki z wakacji (46) - serial
13:00 Czyja wina? (32) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1757) - serial
14:45 Trudne sprawy (32) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (586) - serial
17:00 Dlaczego ja? (469) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1758) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (340) - serial
20:10 Negocjator - film sensacyjny
23:00 Kości (19) - serial
00:00 Zdrady (6) - serial
01:00 Wielka bitwa potworów - film sf;
Godzilla zaatakowała Japonię po raz pierwszy około 50 lat temu. Od tej pory słuch o niej zagał. Jednak z całego świata dochodzą niepokojące raporty, mogące oznaczać powrót potwora. Niespodziewanie na niebie pojawia się wielki szerszeń. Następnie z głębin jednego z jezior wynurza się wielka gąsienica. Na dodatek w podziemnej grocie naukowcy odkrywają zagrzebanego w lodzie trójgłowego smoka. Gdzieś na morzu pojawia się jeszcze jeden potwór - liczący miliony lat dinozaur. Pewien starzec twierdzi, że przepowiedział wszystkie wydarzenia.



04:55 4music - muzyka
06:00 Ukryta miłość (86) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:25 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:55 Komisarz Rex (6) - serial
09:55 Nieposkromiona miłość (31) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (86) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (49) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (50) - serial
12:30 Simba (25) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (32) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (6) - serial
15:30 Komisarz Rex (7) - serial
16:30 Hotel 52 (32) - serial
17:30 Nieposkromiona miłość (32) - serial
18:30 Scooby Doo, Where Are You? - serial
19:00 Scooby Doo, Where Are You? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 STOP Drogówka
21:00 Śmierć na 1000 sposobów (11) - dokument
21:30 Śmierć na 1000 sposobów (12) - dokument
22:00 Zaginiony skarb Wielkiego Kanionu - film fantastyczny
23:55 Rocky II - dramat obyczajowy
02:25 To był dzień



07:20 Był taki dzień (319) - dokument
07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Podróże kulinarne Roberta Makłowicza
08:45 Ex libris
09:00 Rodzina Kanderów (8) - serial
10:05 Szlakiem gwiazd (3) - rozrywka
10:35 Nie ma jak Polska
11:05 Polska i świat z historią w tle (27)
11:30 Spór o historię (67) - dokument
12:05 Cafe Historia (59) - publicystyka
12:25 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
12:55 Flesz historii
13:20 Jezioro Bodeńskie
15:00 Duchy zamków polskich (1)
15:40 Cygan w drodze - dokument
16:05 Prawdani bogowie (3) - dokument
16:35 Nieobecny, poległ na polu chwały
17:00 Rodzina Kanderów (9) - serial
18:10 Dawno temu w Andaluzji
18:40 Cafe Historia (59) - publicystyka
19:05 Dziennik telewizyjny
19:45 Los żołnierza - dokument
20:15 Ex libris
20:30 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
21:00 Polska i świat z historią w tle
21:30 Mała Apokalipsa - dramat
23:30 Jego imię Polska. Tadeusz Kościuszko - dokument
00:35 Nie ma jak Polska



05:55 Info poranek
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
08:55 Komisarz Alex (33) - serial
09:55 Wulkaniczna odyseja - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Przepis dnia
12:45 Wulkaniczna odyseja - dokument
13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5870) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Klan (2481) - serial
15:45 Bonanza (152) - serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2482) - serial
18:25 Świat się kręci
19:15 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:05 Droga do Rio (12) - magazyn
20:10 Pogoda
20:15 Piąty stadion (42) - serial
20:25 Poza zasięgiem - film sensacyjny
22:00 Sekta III - thriller; Każdego roku studenci elitarnych uczelni amerykańskich wступują do tajnych stowarzyszeń. Najbardziej wpływowe z nich nosi nazwę Skulls.
23:55 Samowolka - dramat społeczny
01:05 Świat się kręci
02:00 Bonanza (152) - serial



05:20 Rozmowy w toku (2217) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1805) - serial
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (234) - serial
12:15 Szpital (108) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1076) - serial
14:00 Wawa non stop (32) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (235) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2218) - talk show
17:00 Szpital (109) - serial
18:00 Wawa non stop (33) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:35 Rajd Maroka (4) - sporty motorowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1806) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1077) - serial
21:30 Bitwa o dom (7) - rozrywka
22:30 Mroczny rycerz - film sensacyjny; W Gotham City wciąż jest niebezpiecznie. Mimo iż Batman z pomocą porucznika Jima Gordona i prokuratora okręgowego Harveya Denta zdołał rozbić najgroźniejsze organizacje przestępcze, na horyzoncie pojawia się nowy, szczególnie niebezpieczny wróg, znany mieszkańcom jako Joker. Ten przebiegły i bezwzględny psychopata zamierza doprowadzić miasto do anarchii, a Batmana zmusić do przejścia na ciemną stronę mocy i sprawić, by stał się złoczyńcą wszech czasów.
01:30 Ugotowani (6) - rozrywka
02:35 Rajd Maroka (4) - sporty motorowe
02:40 Uwaga!
02:55 Arkana magii (1076) - rozrywka



05:30 Z archiwum policji (12) - dokument
06:00 Dyżur (24) - dokument
06:30 W blasku fleszy
07:00 Tom i Jerry (2) - serial
07:05 Tom i Jerry (3) - serial
07:10 Tom i Jerry (4) - serial
07:25 Kacze opowieści (87) - serial
07:55 Zaklinacz psów (19) - dokument
09:00 Steve Irwin - łowca krokodyli (1) - dokument
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (5) - dokument
10:30 Medicopter (77) - serial
11:30 Zaginiony świat (23) - serial
12:30 Kasia i Tomek (29, 30) - serial
13:30 Mike i Molly (14) - serial
14:00 Mike i Molly (15) - serial
14:30 Kasia i Tomek (31, 32) - serial
15:30 13. Posterunek (28) - serial
16:15 13. Posterunek (32) - serial
16:55 Mike i Molly (16) - serial
17:30 Mike i Molly (17) - serial
18:00 Zaginiony świat (24) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (37, 39) - serial
20:00 Jack Hunter i grobowiec Akenatena - film przygodowy
22:00 Bankomat. Wyścig z czasem (4) - rozrywka
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (10, 11) - serial
01:00 Zobacz to!02:00 W blasku fleszy
02:30 Dyżur (14) - dokument



04:55 Dłonie - dokument
06:00 Faceci do wzięcia (19) - serial
06:35 Wędrowne rozmowy rabina i księdza07:05 M jak miłość (359) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:35 Barwy szczęścia (987) - serial
11:15 Na dobre i na złe (156) - serial
12:15 Nieznane życie Jana Pawła II - dokument
13:05 Ja to mam szczęście! - ulubione skecze (30) - rozrywka
13:20 Szkoła życia (27) - serial
14:15 Wczasy z Kabaretem - Szczecin 2013 - rozrywka
15:05 Rodzinka.pl (77) - serial
15:45 Panorama - kraj
16:10 Pogoda
16:20 M jak miłość (1009) - serial
17:15 Szkoła życia (28) - serial
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:45 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (987) - serial
20:05 Barwy szczęścia (988) - serial
20:40 Na dobre i na złe (533) - serial
21:45 Pewnego razu w Rzymie - komedia romantyczna; Beth Harper to odnosząca sukcesy kuratorka sztuki z Nowego Jorku. Jednak jej życie osobiste nie układa się równie dobrze. Pewnego dnia Beth wyjeżdża do Rzymu na ślub siostry. Tam zakochuje się w jednym z gości weselnych, uroczym reporterze Nicku.
23:25 Reporter Polski
00:00 Zabójcze umysły (29) - serial
00:50 Prowokator - film sensacyjny
02:30 Reporter Polski



05:35 We dwoje (7) - rozrywka
06:50 Męski typ (2) - talk show
07:20 Sąd rodzinny (137) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (434) - serial
09:15 Detektyw Monk (11) - serial
10:15 Ostry dyżur (12) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (138) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (435) - serial
14:55 Dr House (14) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (3) - serial
17:05 Punkt krytyczny (2) - serial
18:00 Detektyw Monk (12) - serial
19:00 Dr House (15) - serial
20:00 Droga do szczęścia - film obyczajowy; USA, lata 50. XX w. April i Frank Wheelerowie są z pozoru szczęśliwym małżeństwem mieszkającym z dwójką dzieci na przedmieściach w stanie Connecticut. Oboje nie mogą pogodzić się z faktem, że zostali wtłoczeni w bezbarwną małomiasteczkową społeczność. April często wraca wspomnieniami do dni, kiedy mogła wybrać karierę aktorską. Frank ma dobrze płatną, lecz nudną pracę. Przeciwność rodzi w nich frustrację i zaczyna niszczyć wzajemne uczucie. Zdeterminowana April proponuje mężowi przeprowadzkę do Paryża.
22:30 Bezimienni (10) - serial
23:30 Grudniowi chłopcy - dramat obyczajowy
01:40 Arkana magii - rozrywka



08:00 Afisz kulturalny - kultura
08:15 Simone Weil - dokument
09:40 Bar pod młynkiem - film obyczajowy
11:05 Ballada o ścinaniu drzewa - komedia
11:45 Młoda kultura (16) - muzyka
13:40 Ballada o ścinaniu drzewa - komedia
14:25 Bar pod młynkiem - film obyczajowy
16:00 Spotkania z Teatrem Wielkim (17) - dokument
16:30 Co Ty wiesz o nauce?
17:00 Simone Weil - dokument
18:25 Party przy świecach - komedia
19:30 Pies, kot i... (17) - serial
19:35 Pies, kot i... (18) - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Wino truskawkowe - komediodramat; Andrzej, 30-letni policjant z Warszawy, po rodzinnym dramacie przeprowadza się do Żłobisk nieopodal Dukli w Beskidzie Niskim. Miejscowość rządzi się własnymi prawami. Komendant policji nie zmienił się od lat, mężczyźni przesiadują w barze nad kuflem piwa lub szklanką wina truskawkowego, w niedzielę wszyscy idą na mszę.
22:15 Studio Kultura - kultura
22:20 Kraj urodzenia - dokument
23:00 Animator (5) - kultura
23:40 Informacje kulturalne
00:10 Studio Kultura - kultura
00:15 Fando i Lis - film psychologiczny
02:10 WOK - wszystko o kulturze (121) - kultura



05:00 Wstawaj! Gramy! (2430) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (45) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (25) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (26) - serial
10:00 Trudne sprawy (35) - serial
11:00 Dlaczego ja? (332) - serial
12:00 Ślubna gorączka (6) - serial
13:00 Czyja wina? (33) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1758) - serial
14:50 Trudne sprawy (33) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (587) - serial
17:00 Dlaczego ja? (470) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1759) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (341) - serial
20:00 Świat według Kiepskich (425) - serial
20:35 Top chef (6) - rozrywka
22:05 Kto pierwszy, ten lepszy - komedia romantyczna; Joe Tyler był niegdyś wziętym adwokatem. Obecnie zajmuje się dostarczaniem dokumentów procesowych osobom, które nie spieszą się z ich odebraniem. Szef zleca mu zawiezenie papierów rozwodowych Sarze Moore, żonie i współniczce teksaskiego bogacza. Operacja przebiega pomyślnie. Choć piękna pani Moore dokumenty odbiera, nie zamierza dzielić się z "przyszłym byłym" wspólnie zarobiona fortuna.
00:20 Sposób na bezsenność - komedia romantyczna
02:15 Dziewczyny z fortuną (48) - rozrywka



04:55 4music - muzyka
06:00 Ukryta miłość (87) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:25 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:55 Komisarz Rex (7) - serial
09:55 Nieposkromiona miłość (32) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (87) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (51) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (52) - serial
12:30 Simba (26) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (33) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (7) - serial
15:30 Komisarz Rex (8) - serial
16:30 Hotel 52 (33) - serial
17:30 Nieposkromiona miłość (33) - serial
18:30 Scooby Doo, Where Are You? - serial
19:00 What's New, Scooby Doo? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 Śmiertelna pogoń - film sensacyjny
21:50 Miś - komedia; Prezes klubu sportowego "Tęcza" Ryszard Ochódzki, zwany Misiem, ma wyjechać do Londynu. Zostaje jednak zatrzymany, ponieważ z jego paszportu wyrwano kilka kartek. Ochódzki podejrzewa żonę, Irenę, która chciała uniemożliwić, a przynajmniej opóźnić jego wyjazd i dotrzeć do Londynu przed nim.
00:15 Soldier - thriller
02:15 To był dzień



07:20 Był taki dzień (320) - dokument
07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Makłowicz w podróży
08:40 Flesz historii
09:00 Rodzina Kanderów (9) - serial
10:10 Namibia (4) - dokument
10:40 Zaproszenie
11:05 Miejsce z historią (4) - dokument
11:20 Los żołnierza - dokument
11:55 Ex libris
12:10 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
12:40 Polska i świat z historią w tle (52)
13:05 Wezwanie - dramat obyczajowy
14:20 Katarynka - nowele filmowe
15:00 Tajemnice początków Polski (1)
16:00 Gwiazdor - Aleksander Wolszczan
17:55 Rodzina Kanderów (10) - serial
18:15 Habemus papam - dokument
19:10 Dziennik telewizyjny
19:45 Pamięć o tych niewielu - 60 lat bitwy o Anglię - dokument
20:15 Ex libris
20:30 Ocalił od zapomnienia (6)
21:05 Ex libris
21:25 Jestem synem ludobójcy
23:25 Cały pogrzyb na nic - dokument
23:15 Z archiwum Filmoteki Narodowej (9) - dokument
23:35 Sensacje XX wieku (81) - dokument
00:35 Zaproszenie

Angina – nie lekceważ jej

Angina jest ostrą chorobą zakaźną. Podobnie jak grypa, rozprzestrzenia się drogą kropelkową, a źródłem zakażenia jest chory człowiek. Najwięcej zachorowań obserwuje się w okresie jesienno-zimowym oraz latem, a to ze względu na zbytne wysuszenie (od klimatyzacji czy przegrzewanych pomieszczeń) lub nadmierne wychłodzenie błon śluzowych, które są naturalną barierą dla wielu bakterii.

W migdałkach wytwarzane są substancje, które służą do produkcji przeciwciał walczących z drobnoustrojami. Swoją rolę obronną migdałki pełnią w największym stopniu u niemowląt i małych dzieci. Później ich wpływ na zwiększanie odporności stopniowo maleje.

Migdałki podniebienne i migdałek gardłowy, zlokalizowane na tylnej ścianie jamy nosowej, pełnią rolę pierwszej linii obrony organizmu przed infekcjami zarówno bakteryjnymi, jak i wirusowymi. Zakażone migdałki podniebienne puchną i ulegają zapaleniu. Powiększone mogą powodować także nawroty infekcji ucha środkowego, a nawet jego zapalenie.

Alergia – najczęściej na domowe roztocza i pleśnie – może być przyczyną stałego powiększenia migdałków.

Ze względu na rodzaj czynnika zakaźnego, anginę możemy podzielić na:

- ropną – wywołują ją paciorkowce, które wchodzą w skład tzw. bakteryjnej flory fizjologicznej i normalnie bytują na powierzchni naszej skóry. W warunkach osłabienia układu odpornościowego dochodzi do nadmiernego namnożenia tych bakterii i zakażenia.

- wirusową – określamy tak anginę, która rozwija się na skutek zakażenia górnych dróg oddechowych, wywołanego przez wirusy.

Angina u dzieci

Wzmógł się okres zachorowań



Jacek Klemens

przypada pomiędzy 4 a 7 rokiem życia. U dzieci do 2 lat najczęściej powodują je wirusy. Rodzaj anginy, jak i sposób jej leczenia, zawsze powinien ustalić i określić lekarz.

Objawy i przebieg

Pierwsze objawy pojawiają się od jednego do trzech dni od zakażenia. Początkowo dotyczy ono błony śluzowej gardła, która staje się czerwona i bolesna. W krótkim czasie dochodzi też do powiększenia migdałków podniebniennych, na których może pojawić się biały nalot. Często stan zapalny jest tak nasilony, że powoduje trudności w połykaniu lub mówieniu. W dalszym etapie choremu dokucza wysoka gorączka, a zakażenie obejmuje węzły chłonne położone w obrębie szyi oraz za uszami. Jeśli dojdzie do zakażenia ogólnoustrojowego, do opisanych objawów może dołączyć ból brzucha oraz wymioty.

Objawy u dzieci to między innymi nagła gorączka połączona ze złym samopoczuciem. U maluchów mogą występować także wymioty, brak apetytu, obniżona aktywność. Dzieci starsze skarżą się najczęściej na problemy z przełykaniem i ból gardła.

Rozpoznanie i leczenie anginy

Przy podejrzeniu choroby powinniśmy niezwłocznie skonsultować się z lekarzem. Doświadczony medyk już na podstawie wywiadu i badania będzie w stanie stwierdzić anginę.

- Angina wywołana przez bakterie (paciorkowce)

Często niezbędne jest wykonanie testów diagnostycznych, które potwierdzą rozpoznanie i określą rodzaj drobnoustrojów, które wywołały zakażenie. Z gardła chorego pobiera się wymaz, który następnie nanosi się na specjalne płytki z pożywką i hoduje w warunkach laboratoryjnych. Po określeniu rodzaju drobnoustroju, który nas zaatakował, lekarz dobiera odpowiedni lek. W przypadku zakażenia bakteryjnego wskazany jest antybiotyk, na który dane bakterie są najbardziej wrażliwe. Dzięki temu możemy szybko i skutecznie pozbyć się infekcji.

Warto pamiętać, że: antybiotyki nie działają na wirusy, a jedynie na bakterie. Nie powinno się ich zażywać w infekcjach wirusowych, które muszą same przejść. Nie wolno stosować antybiotyków na własną rękę, bez konsultacji z lekarzem!

Zazwyczaj antybiotyk stosuje się przez 10 dni, zachowując regularne odstępy czasowe pomiędzy kolejnymi dawkami leku. Bardzo ważne jest, aby zażywać antybiotyki zgodnie z zaleceniami i pod kontrolą lekarza, co pozwoli uniknąć lub ograniczyć występowanie skutków ubocznych. W pierwszych dniach choroby najlepiej pozostać w łóżku, później - gdy nasz stan ulegnie poprawie - możemy normalnie funkcjonować. - Należy pamiętać, żeby w czasie powrotu do zdrowia unikać nadmiernego wysiłku fizycznego, przegrzania lub wyziębienia organizmu, bo może to spowodować nawrót objawów choroby - radzi Jacek Klemens, farmaceuta w Mediq Aptece. Podobnie jak przy przeziębieniu i grypie, w celu złagodzenia objawów zaleca się przyjmowanie leków przeciwgorączkowych oraz łagodzących stan zapalny i ból gardła. Przy problemach z połykaniem zrezygnujemy z pokarmów twardych, zbyt



zimnych lub gorących oraz silnie przyprawionych. Lepsze będą półpłynne letnie posiłki bez ostrych przypraw, które mogłyby dodatkowo podrażnić gardło. Pamiętajmy także o dostarczaniu organizmowi odpowiednio dużej ilości płynów.

Pamiętaj! Przy terapii antybiotykami stosuj preparaty osłonowe i odbudowujące naturalną florę fizjologiczną organizmu, tzw. probiotyki.

Probiotyki zawierają naturalne bakterie przewodu pokarmowego, tzw. bakterie jelitowe lub specjalne drożdże z rodzaju *Saccharomyces*. Ich celem jest nie tylko zmniejszenie prawdopodobieństwa biegunki czy grzybicy, ale także zwiększenie naszej odporności. Mogą one występować w postaci płynnej, w saszetkach czy kapsułkach dla dorosłych. - Probiotyków nie należy przyjmować razem z antybiotykiem, tak by nie ucierpiała na tym dostarczana z nimi dobra flora bakteryjna - przypomina ekspert Mediq. - Zalecany jest najczęściej 1-2-godzinny odstęp pomiędzy zażyciem antybiotyku a probiotyku - dodaje.

Niektórzy lekarze zalecają także stosowanie probiotyku przez kilka dni po zakończeniu antybiotykoterapii. Żywe kultury bakterii znajdziemy także w większości jogurtów czy kefirów.

Pamiętaj! Jeżeli lekarz przepisał Ci antybiotyk, skonsultuj z nim stosowanie jakichkolwiek witamin i minerałów, w tym witaminy C. Poinformuj go o wszystkich zażywanych lekach!

Angina wirusowa

Zapalenie gardła i migdałków leczy się objawowo, tzn. poprzez stosowanie leków przeciwgorączkowych, spożywanie odpowiednio dużej ilości płynów i dietę lekkostrawną, odpoczynek. A przy bólu gardła można stosować tabletki czy aerozole zmniejszające ból.

Powikłania

Powikłania nieleczonej lub źle leczonej anginy mogą wystąpić nawet miesiąc lub później po przebytej chorobie. Należą do nich:

- zapalenie mięśnia sercowego,

wego,

- zapalenie nerek,
- stany zapalne stawów,
- przewlekłe zapalenie migdałków,
- przerośnięcie migdałków,
- ropień w okolicy migdałka,
- zapalenie ucha.

Jeżeli stosowany był antybiotyk, to przez około 2 tygodnie nasza odporność będzie obniżona, co sprzyja nawrotom infekcji. Należy więc zwracać szczególną uwagę na profilaktykę, nie przegrzewać się i zbyt nie męczyć. Lepiej unikać zbyt dużych skupisk ludzi, a także zrezygnować na ten czas z picia zimnych napojów.

Przy nawracających anginach lekarz może zlecić tzw. testy krwi, dokładniejsze od wymazu z gardła i pozwalające na określenie przyczyny choroby.

Warto wiedzieć, że po przebyciu anginy należy zgłosić się do lekarza w celu sprawdzenia stanu zdrowia. Może on wówczas zlecić wybrane badania serca, krwi czy moczu, by wykluczyć powikłania m. in. ze strony nerek.

Jak chronić się przed anginą?

Tak naprawdę nie ma idealnego sposobu na to, by nie zachorować na anginę, ale warto zastosować się do poniższych wskazówek:

- dbajmy o higienę jamy ustnej i zębów – na płytce nazębnej gromadzi się ogromna liczba bakterii,
- spożywajmy jak najwięcej warzyw i owoców, dostarczających nam cennych witamin i minerałów,
- wysypiajmy się – śpijmy minimum 7-8 godzin,
- unikajmy sytuacji stresowych i walczmy ze stresem, zdrowie jest ważniejsze,
- uprawiajmy sport, przez co zahartujemy i wzmocnimy nasz organizm,
- rzucmy palenie, które obniża naszą odporność,
- unikajmy nadmiernego spożycia alkoholu.

OPIEKUNEM MERYTORYCZNYM STRONY POŚWIĘCONEJ ZDROWIU JEST MEDIQ POLSKA SP. Z O.O.



Statystyki

Wieś bez rolnictwa

Coraz więcej mieszkańców wsi nie ma nic wspólnego z rolnictwem.

Tylko jedna trzecia mieszkańców wsi żyje głównie lub wyłącznie z rolnictwa, a i ta zbiorowość szybko się kurczy. W rolnictwie nadal mamy relatywnie wysokie zatrudnienie (12,8 proc. ogółu zatrudnionych w gospodarce), co w połączeniu z innymi cechami sprawia, że produktywność pracy w tym

dziale gospodarki wynosi zaledwie 30 proc. średniej produktywności w rolnictwie Unii Europejskiej. Od 2000 r. liczba mieszkańców wsi nieustannie wzrasta.

Dość szybko zmienia się struktura polskiego rolnictwa. Maleje liczba gospodarstw rolnych, zwłaszcza najmniejszych (do 2 ha),

ale kurczy się także zbiorowość gospodarstw, które do niedawna uchodziły za średnie, a nawet duże, a więc tych o powierzchni do 30 ha. Około 60 proc. ludności wiejskiej nie ma już żadnego związku z produkcją rolniczą i użytkowaniem ziemi rolniczej.

(pw)

Finanse

Nic się nie zmienia

Niedługo zima, a wraz z nią powróci problem szkód łowieckich. Mimo zapowiedzi zmiany prawa, najprawdopodobniej szacowanie szkód wyrządzonych przez dziką zwierzynę nie zmieni się.

Pomysł ministerstwa środowiska opierał się na niezależnych audytorach, którzy mieliby wyceniać straty na polach. Zważywszy jednak na to, że przeciętna szkoda wynosi kilkaset złotych, rzadko przekracza tysiące, koszt podróży i usługi audytora stanowiłyby znacz-

ną część odszkodowania. Dziś straty wyceniają myśliwi i jest to darmowe, chociaż rolnicy przeważnie nie zgadzają się z ich wyliczeniami, uważając je za zbyt niskie.

Niezależnie od tego, jaki system będzie wprowadzony, jeśli rolnik stwierdzi, że wycena jest

nieadekwatna do wyrządzonych szkód, może dociekać swego przed sądem.

Obecnie resort rolnictwa i ministerstwo ochrony środowiska wymieniają między sobą dokumenty.

(pw)



Szkody spowodowane przez dziki w polu kukurydzy

Uprawy

Zielony odpoczynek dla roli

Zasianie na polu mieszanki traw i roślin motylkowych może być dla niego sporym wyznacznikiem. Krótkotrwałe użytki zielone to ważny element zmianowania.

Mieszanki traw z roślinami motylkowatymi, obsiewane na gruntach ornych przez 2-4 lata, pozwalają uzupełnić bilans pasz w gospodarstwie, ułatwiają organizację żywienia letniego i zmniejszają jego koszty. Do obsiewu gruntów przeznaczonych na użytki przemienne stosuje się mieszanki uproszczone (1-2 gatunki traw i gatunek rośliny motylkowatej) lub złożone (3-4 gatunki traw i gatunek rośliny

motylkowatej). Należy pamiętać, że w warunkach intensywnej produkcji pasz wykorzystuje się tylko kilka gatunków traw (kostrzewa łąkowa, kostrzewa trzcinowa, kupkówka pospolita, tymotka łąkowa, życica trwała, życica wielokwiatowa) i trzy gatunki motylkowatych (koniczyna czerwona, koniczyna biała, lucerna). W doborze traw do mieszanek z roślinami motylkowatymi uwzględnia się takie cechy jak

zbieżność tempa rozwoju roślin (obu komponentów) i podobne wymagania siedliskowe, tworzenie optymalnej struktury ładu, małą konkurencyjność w stosunku do rośliny motylkowatej – zwłaszcza w odniesieniu do dostępu do światła, wody i składników pokarmowych. Ocenia się również przydatność odmian określonego gatunku.

(pw)

Hodowla

Mięso za mleko

Wielu rolników zmienia specjalizację gospodarstwa z produkcji mlecznej na hodowlę bydła mięsnego.

W latach 1995-2012 pogłowie bydła mlecznego w Polsce zmniejszyło się o około 1,3 mln sztuk. W ślad za tym spadkiem nie poszło jednak zwiększenie pogłowia bydła mięsnego. W Polsce historia hodowli bydła wyłącznie na cele mięsne jest niedługa. Dotychczas do sklepów najczęściej trafiała wołowina z ras mlecznych lub krzyżówek.

Polski Związek Hodowców i Producentów Bydła Mięsnego walczy obecnie o zwiększenie opłacalności produkcji mięsa wołowego. Nie jest to postulat na wyrost. We Francji dopłaty do bydła mięsnego funkcjonują od 1966 roku. Dzięki temu, mimo wprowadzenia tam w połowie lat 80. limitów mlecznych, większość hodowców obroniła opłacalność

swoich gospodarstw, rozpoczynając produkcję wołowiny kulinarnej. Zamiast mleka, produkowano wysokiej jakości mięso. Wprowadzenie w Polsce dopłat stosowanych w innych krajach wpłynie na zwiększenie produkcji i eksportu, a w konsekwencji rozwój całej branży przetwórczej. Unia Europejska importuje rocznie około 300 tysięcy ton wołowiny.

Polski Związek Hodowców i Producentów Bydła Mięsnego złożył również wnioski do ministra rolnictwa o wprowadzenie w latach 2014-2020 dopłat do mamek dla hodowców rasowego bydła mięsnego i ich krzyżówek. Ma to ułatwić przetrwanie najtrudniejszych, pierwszych lat produkcji.

(pw)

Hodowla

Kolejne ogniska ASF

Do rolników trafiają ulotki dotyczące Afrykańskiego Pomoru Świń. Ryzyko wystąpienia tej choroby w Polsce jest wciąż wysokie.

Afrykański Pomór Świń (w skrócie ASF) od 2007 r. jest w Rosji, w 2012 r. pojawił się na Ukrainie, a w tym roku oficjalnie odnotowano dwa ogniska na Białorusi. Jedno z nich wykryto 160 km od naszej granicy i 40 km od litewskiej. Najbardziej zagrożone są województwa wschodnie, głównie lubelskie i podlaskie oraz – częściowo – mazowieckie. Pod koniec września białoruscy weterynarze wykryli kolejne ognisko choroby w obwodzie grodzieńskim, czyli niedaleko polskiej granicy. Lo-

kalne władze zaostryły kontrole weterynaryjne, wiele gospodarstw hodowlanych w tym obwodzie zostanie zamkniętych, a stada świń przewencyjnie wybite.

ASF jest bardzo groźny, więc całe zarażone stada idą pod noż. Zwierzęta są utylizowane na koszt państwa.

Choroba ta po raz pierwszy została zaobserwowana w Kenii w 1910 roku u świń, które miały kontakt z dzikimi afrykańskimi świniami.

(pw)

Wieś

By nie dzieliły sąsiadów

Kiedy drzewko rosnące na granicy działek jest małe, nikomu nie przeszkadza, ale gdy urośnie, może stać się dokuczliwe dla sąsiada. Co zrobić, by uniknąć konfliktu?

Prawo wprowadziło zezwolenie właścicielowi sąsiedzkiego gruntu na obcięcie gałęzi zwisających nad jego działką, a także na pozbycie się korzeni przechodzących z sąsiedniej posesji. Powinien on jednak uprzednio wyznaczyć sąsiadowi odpowiedni termin na ich usunięcie.

Najlepiej sadzić drzewa czy krzewy w takiej odległości, by rozrośnięte gałęzie nie wykraczały poza teren działki. Pamiętać trzeba także, że drzewa mogą po pewnym

czasie zacieniać dom lub ogród sąsiada. Załóżmy, że koniecznie chcemy zasadzić na naszej działce czy podwórku drzewko owocowe. Jak daleko od ogrodzenia powinno stać? Sądy często podczas procesów posiłkują się regulacjami Regulaminu Rodzinnych Ogrodów Działkowych. Drzewa owocowe należy sadzić co najmniej 2 metry od granicy (w przypadku np. orzechów odległość wzrasta do 5 metrów).

(pw)

A to ciekawe

Historia widziana od szczęki

Strach przed dentystami towarzyszy ludzkości od niemal samego jej początku. Kiedy jednak przeczytamy w jaki sposób leczono zęby w przeszłości, dziś do stomatologa pójdziemy bez obaw.

Stomatologia to bardzo stara nauka. Pierwsze zabiegi na zębach archeolodzy odkryli na szkieletach sprzed 9 tysięcy lat. Od zawsze powszechna była próchnica. Wierzą, że wywołują ją... robaki. Pogląd ten utrzymywał się bardzo długo. W starożytności leczono dziąsła i stosowano mostki protezyjne. W tej roli występowały najczęściej kawałki metalowych drutów.

Aby wypełnić dziury w zębach, stosowano amalgamaty rtęci. Według przekazów historycznych, po raz pierwszy pojawiły się one w starożytnych Chinach. W świecie zachodnim upowszechniły się w latach 30. XIX wieku. Był bardzo popularny, ponieważ na łatanie ubytków mogli sobie pozwolić także biedniejsi ludzie. Do tej pory w miejsce wyrwanych zębów instalowano złote, a te były niezmiernie drogie.

Złote zęby wykonywano z płatków złota, które były bardzo plastyczne i nadawały się do łatania ubytków.

W USA z powodu plomb wybuchła prawdziwa wojna między dentystami, która przeszła do historii jako pierwsza wojna amalgamatowa. Związek dentystów wymagał od swoich członków złożenia przysięgi, że ci nie będą stosować amalgamatu. Stopniowo dentyści przekonywali się do niego i zmniejszali udział w nim toksycznej rtęci.

Kleszcze pelikana, kruczy nos

Ciemne wieki historii to także ciemne wieki stomatologii. Właściwie do XIX wieku jako nauka nie istniała. Zęby wyrывали balwierze czy cyrulicy. Na co dzień zajmowali się oni goleniem i ścinaniem włosów, więc trudno przypuszczać, by ich wiedza z zakresu stomatologii była imponująca. Skupiano się na wyrывaniu zepsutych zębów. W XIX wieku we Francji czynność ta stała się mniej uciążliwa dzięki wynalazkowi pewnego chirurga Guya de Chauliac'a. Skonstruował on specjalne kleszcze nazywane pelikanem. Zabieg przy ich użyciu był niezmiernie bolesny i przy



Rycina „Łamacz zębów” ukazuje w jaki sposób z zębami radzono sobie kilka wieków temu

okazji groził naruszeniem dziąseł i sąsiednich zębów. Zresztą wyścigczy posłuchać nazw narzędzi stomatologicznych ze średniowiecza, by na naszych ramionach pojawiła się gęsia skórka. Kruczy nos to narzędzie, które służyło do usuwania korzeni. W warsztacie balwierza znaleźć można było także targaniec, kozia stópkę czy pręt do wypalania korzeni.

Czosnek zagryźć cebulą

Co radzili nasi przodkowie, by utrzymać zęby w zdrowiu? Polecano pocieranie ich solą lub węglem drzewnym oraz jedzenie dużej ilości twardych gruszek i jabłek. O użębienie dbano pośrednio, i chyba nieświadomie, jedząc np. chleb. Mąkę uzyskiwano poprzez rozcieranie zboża na żarnach. W trakcie tego procesu dostawały się do niej okruchy skał, z których owe żarna były wykonane. Okruchy te, chociaż powodowały szybkie ścieranie się zębów, działały jak bardzo dobra pasta do zębów.

Kiedy już ząb zaczynał boleć, gardło przepłukiwano wywarem z szalwii. Jedzono też dużo czosnku i cebuli. Miały one właściwości antyseptyczne.

Końskim włosom po zębach

W XV wieku wymyślono wreszcie szczoteczkę do zębów.

Nie było to jakieś nadzwyczajne odkrycie, ponieważ różnego rodzaju patyki z nawiniętymi na nie szmatkami, służące do czyszczenia zębów, istniały już dużo wcześniej. W Chinach główki szczoteczek wykonywano z krótko przyciętych końskich włosów. Używano także sierści dzika. Oba rozwiązania nie były najszybsze, ponieważ na szczoteczkę gromadziło się wiele bakterii.

W 1938 roku światu przedstawiono pierwszą szczoteczkę z nylonowym włosiem. Jednocześnie wzrastała świadomość ludzi. W czasie II wojny światowej każdy amerykański żołnierz miał obowiązek mycia zębów przynajmniej raz dziennie.

Czym byłyby jednak szczoteczka do zębów, gdyby nie pasta? Już Rzymianie tworzyli pasty, do których dokładali m. in. drobno pokruszone muszle. Miały za zadanie polerowanie zębów. Pomysłów na składniki pasty było wiele. Dodawano do niej m. in. cynamon, proszek do pieczenia czy nadtlenek wodoru. W 1892 roku pastę po raz pierwszy wtłaczono do jednorazowych tubelek i tak też jest ona sprzedawana do dziś. Od końca XIX wieku do pasty dodawano także fluor.

(pw)

XX wiek

Cena długu

Powiat lipnowski po 1918 roku zaczął się zadłużać. W którymś momencie deficyt w kasie był tak znaczny, że trzeba go było zbijać przy pomocy specjalnej instytucji państwowej.

Powiat lipnowski w 1918 roku nie miał wielkich długów. Gorzej miała się np. sytuacja finansowa miasteczek zaboru niemieckiego, które zaciągały kredyty w instytucjach bankowych i pożyczkowych.

Łącznie w całym byłym zaborze rosyjskim miejscowości zadłużone były na kwotę kilkunastu milionów złotych. Niestety, 10 lat później samo Lipno miało ponad 2 miliony deficytu. Najgorzej było w latach 1927-1932. Był to czas tzw. wielkich inwestycji (okres budowy siedziby sejmiku powiatowego czy szkoły powszechnej, nie wspominając już o bardzo kosztownej budowie dróg powiatowych). W latach 1919-36 w lipnowskim zbudowano 66 km dróg bitych. Pieniądze na te zadania powiat brał

z banków państwowych. W 1930 roku, na skutek kryzysu gospodarczego, kredyty państwowe zostały zniesione. Samorządy występowały więc po pożyczki do prywatnych instytucji. W efekcie w roku 1933 ich zadłużenie wyniosło 1 miliard i 360 milionów złotych.

W połowie lat 30. zadłużenie powiatu lipnowskiego wynosiło około 2 milionów złotych, właścicielem 80 proc. długów było państwo.

W Warszawie powołano Centralną Komisję Oszczędnościowo-Oddłużeniową. Instytucja umorzyła z długu powiatu lipnowskiego prawie pół miliona złotych. Samorząd dołożył do tego 76 tysięcy złotych ze swoich środków.

(pw)

XIX wiek

Nie do pomyślenia!

Wykładowcom seminarium w Wymyślinie od czasu do czasu wytykano to, w jaki sposób edukują przyszłych nauczycieli. W „Gazecie Toruńskiej” z 1873 roku czytamy m. in. o tym, jak trudno niektórym ludziom w tamtym czasie było pogodzić się z teorią Darwina o ewolucji.

„W Skępem założono seminarium dla nauczycieli dla szkółek wiejskich, gdzie do wykładów to wprowadzono, że Boga nie ma i to tylko wymysł duchowieństwa – nie słuchajcie ich, bo to wierutne głupstwo; świat powołała do bytu natura, a człowiek to samo co koń i wół, tylko się na odmienną formę ciała wykształcił” – czytamy relację w gazecie.

Warto zaznaczyć, że rzeczywistość seminarium w Wymyślinie było szkołą nauczającą w zupełnie innym klimacie niż dawne szkółki przyparafialne. Już w czasie uroczystości rozpoczynających kurs w seminarium w 1867 roku jeden z miejscowych nauczycieli mówił:

– Rząd wydobywa młode pokolenie włościan z ciemnoty i nieokrzesania, poruczając je macierzyńskiemu pielęgnowaniu nauki.

Faktycznie, w pierwszych latach seminarium starało się kształcić przyszłych nauczycieli pod pewnym z góry ustalonym kierunkiem.

W latach 80. XIX wieku inspektor seminarium Sołomonowski kazał nawet zamurować furtkę, przez którą młodzież chodziła do kościoła. Trochę odważniej wystąpić przeciwko takim praktykom można było dopiero na początku XX wieku, szczególnie w 1905 roku, kiedy to w całej Rosji doszło do wybuchów niezadowolenia.

(pw)

**Zamieść reklamę swojej firmy
w Tygodniku Regionu Lipnowskiego
ZADZWOŃ !!! tel. (56) 682 26 80**

CLI TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO

Skępe

Siła naszej Wioski

W minioną sobotę młodzi mieszkańcy, członkinie Koła Gospodyń Wiejskich, sołtys Mariusz Bujanowski oraz wiceburmistrz Skępego Jerzy Kowalski reprezentowali Wioskę podczas ogólnopolskiej akcji „Siła Wiosek”. Spotkanie odbyło się w gminie Rakoniewice, a nasi reprezentanci wrócili do domów z nagrodami. Drużynowo zajęli drugie miejsce, ale największym szczęściarzem okazał się Marcin Małecki.

Mało kto wie, że w Polsce jest pięć Wiosek: w gminie Skępe, Rakoniewice, Syców, Niechlów i Mikołajki. Z inicjatywy sołtysa Wioski w gminie Rakoniewice Bogdana Schulza, cztery z nich podpisały umowę o współpracy. Wśród nich jest Wioska położona nieopodal Skępego.

– Umowę podpisaliśmy w 2011 roku – mówi zastępca wóldarza Skępego Jerzy Kowalski. – Zadeklarowaliśmy współpracę w dziedzinie życia społecznego i na zaproszenie sołtysa Bogdana Schulza byliśmy w Wiosce w gminie Rakoniewice już trzy razy. Przy tej okazji chcę serdecznie podziękować sołtysowi za wspaniałą inicjatywę, zaproszenia i gościnę.

W miniony weekend w podróż do partnerskiej Wioski w województwie wielkopolskim wyruszyło 32 dzieci i młodzieży z Wioski koło Skępego. Wycieczkę przewodniczyli: sołtys Wioski Mariusz Bujanowski i wiceburmistrz Skępego Jerzy Kowalski, a członkinie Koła Gospodyń Wiejskich zawiozły do przyjaciół kaczkę przyrządzoną według tradycyjnych receptur jako naszą potrawę regionalną. Kaczka mieszkańcom partnerskich Wiosek smakowała, o historii Skępego i okolic dowiedzą się z albumu autorstwa Zyty Wegner „Rodem ze Skępego”, a zabawę wspominać będą zapewne do najbliższego spotkania. Być może tym razem w naszej Wiosce.

– Mamy zamiar zaprosić teraz partnerów do nas – zdradza Jerzy Kowalski. – Pozostaję z nadzieją, że mimo ograniczonych środków na promocję, w przyszłym roku już uda się pomysł zrealizować.

Wszyscy wiemy, że Skępe i okolice to perełka turystyczna regionu. Warto więc reprezentantów Wiosek z różnych stron Polski zaprosić w okolice Skępego i pochwalić się tym, co najpiękniejsze. Kto wie, być może czwarta edycja dni Wioski „Siła Wiosek” odbędzie się właśnie u nas i przyciągnie rzesze turystów.

Celem zawartej przed dwoma laty umowy jest bowiem zarówno wzajemne poznanie się mieszkańców gmin, jak i wymiana doświadczeń pomiędzy administracją oraz instytucjami kultury i życia społecznego, wzajemna pomoc w realizacji zadań, wspieranie wspólnych przedsięwzięć, wymiana młodzieży na płaszczyźnie sportowej, kulturalnej i społecznej.

Nasi reprezentanci dobrze



spisali się w miniony weekend. Uczestniczyli w licznych konkursach przygotowanych przez gospodarzy z gminy Rakoniewice. Był rajd nordic walking lasami wokół Wioski, któremu patronował starosta grodziski, gry i zabawy dla dzieci, turniej dla Wiosek pod patronatem burmistrza Rakoniewic, czyli konkurencje sportowe. Wiele emocji wywołały zawody pod hasłem „Kreatywny mechanik”. Uczestnicy mogli bezpłatnie bawić się w krainie zabawy Bogilu i korzystać z uroków terenu pałacowo-parkowego w Wiosce.

– Zwycięzcami marszu z kijami zarówno na 6 jak i na 12 kilometrów był przedstawiciel naszej Wioski – wspomina wiceburmistrz Skępego Jerzy Kowalski. – Było losowanie nagród i nasz uczestnik wygrał 20 metrów dębowej podłogi, którą przywieźliśmy do Skępego.

Tym szczęśliwcem okazał się Marcin Małecki. Nagroda niezwykła i bardzo praktyczna, ale nade wszystko liczy się dobre wrażenie, jakie wywarli reprezentanci naszej Wioski na pozostałych uczestnikach i gospodarzach. Dumi z osiągnięć 32 młodych mieszkańców Wioski nie kryje zastępca wóldarza Skępego.

– Samochody były przemalowane na białe, a dzieci miały za zadanie różnymi elementami, między innymi sprayem, styropianem i innymi, udekorować te auta



– opowiada wiceburmistrz Kowalski. – Nasze dzieciaki sporządziły samochód strażacki z Wioski.

Drużynowo nasza Wioska we wszystkich konkurencjach uplasowała się na drugim miejscu. A nie było łatwo, bo musieli chodzić w nartach wieloosobowych czy biegać w spodniach czteroosobowych.

Wyjazd był dwudniowy. Nocleg i wyżywienie zapewnili organizatorzy, dzieci otrzymały nagrody w postaci sprzętu sportowego i porcję niecodziennej zabawy. Burmistrz Skępego zagwarantował dowóz naszych reprezentantów, swój wkład miał też fundusz sołecki Wioski. Jedno jest pewne, było warto jechać. Współpraca rozwija się, młodzi zawierają przyjaźnie i promują Wioskę koło Skępego w Wielkopolsce i nie tylko.

– Dzieci są do tego stopnia zadowolone z uczestnictwa w dniach Wiosek, że już dopytują się, kiedy znowu mogą pojechać tam i to najlepiej na cały tydzień – podsumowuje Jerzy Kowalski.

A być może za kilka lat młodzi uczestnicy Dni Wiosek zasiądą w fotelach wóldarzy i wtedy wykorzystają wypracowane dzisiaj zasady współpracy dla dobra społeczności lokalnych. Pierwszy krok, czyli umowę o współpracy już mamy za sobą. Wymiana partnerska też rozwija się doskonale.

Lidia Jagielska, fot. nadesłane

Tłuchowo

Pościg za bandytą

W czwartek lipnowscy policjanci w Kamieniu Kmiecy ścigali bandytę, który napadł na pracownika stacji paliw i ukrał pieniądze z kasy. Udało się go ująć.

Wszystko zaczęło się od telefonu od pracownika stacji paliw przy ul. Skępskiej w Lipnie. Poinformował on policję o napadzie. Relacjonował, że został sterroryzowany kijem bejsbolowym przez zamaskowanego napastnika, który zabrał pieniądze z kasy i uciekł srebrnym oplem w kierunku Płocka. W pościg za uciekającym udał się najbliższy patrol. Dyżurny wydał też polecenie policjantom z posterunku w Tłuchowie, wspomaganym przez funkcjonariuszy lipnowskiej drogówki, by wystawili blokadę przed skrzyżowaniem w miejscowości Kamień Kmiecy. Napastnik, dojeżdżając do tego miejsca, nagle zjechał z drogi, wpadł do rowu i zakończył jazdę na przydrożnej łące. Jego auto

zapaliło się. Udało mu się jednak wydostać i próbował uciekać z łupem, ale wpadł w ręce stróżów prawa.

– Ćwiczenia przebiegały według zaplanowanego scenariusza, ale podejmowane działania były identyczne jak w przypadku rzeczywiście zaistniałego zdarzenia – mówi Anna Kozłowska z lipnowskiej policji. – Chodziło o sprawdzenie mobilności oraz skuteczności współdziałania sił policyjnych różnych szczebli oraz kooperacji z innymi służbami ratunkowymi. Wszystko odbywało się pod czujnym okiem funkcjonariusza Sztabu Policji KWP w Bydgoszczy.

opr. (aba),
fot. KPP



Wędkarstwo

Kwiatkowski mistrzem

W niedzielę rozegrano ostatnie tegoroczne zawody wędkarskie Miejsko-Gminnego Koła PZW w Skępem, zaliczane do rocznej klasyfikacji Grand Prix. Najlepszy w całym cyklu okazał się Kamil Kwiatkowski.

Przed niedzielą rywalizacją wiadomo było, że GP należy do Kamila Kwiatkowskiego. Pozostało do rozstrzygnięcia, kto zajmie drugą i trzecią lokatę. Zawody spinningowe wygrał Roman Gęsicki, wyprzedzając Wojciecha Szymańskiego, trzeci był Kazimierz Błaszkwicz.

W rocznej klasyfikacji generalnej, po 10 zawodach w tym sezonie, zwyciężył wspomniany Kwiatkowski, wicemistrzowskie tytuły zdobyli Roman Gęsicki i Rafał Wiśniewski.

Podsumowanie sezonu dało też okazję do uhonorowania Wojciecha Szymańskiego. Otrzymał on, z rąk prezesa koła Janusza Małkiewicza, srebrną odznakę „Za zasługi dla wędkarstwa polskiego”. Szymański od 31 lat należy do PZW, od kilkunastu lat działa w komisji rewizyjnej, aktywnie uczestniczy w pracach przygotowawczych oraz organizacji zawodów wędkarskich z okazji Dnia Dziecka (wielokrotny sędzia zawodów) i innych. Jest jednym z czołowych zawodników w klasyfikacji Grand Prix, wielokrotnym reprezentantem kadry koła na Powiatowy Trójmecz Wędkarski zaprzyjaźnionych kół PZW z powiatu lipnowskiego. Uczestniczy w pracach społecznych na rzecz koła, ochrony wód i środowiska lokalnego oraz na rzecz popularyzacji sportu wędkarskiego. Cechuje go koleżeńskość, sumienność, życzliwość. Służy radą i pomocą najmłodszym członkom Koła.

Zawody kończące sezon wędkarski sponsorowane były przez prezesa koła Janusza Małkiewicza i wiceprezesa Rafała Wiśniewskiego. Na zakończenie szef skępskich struktur PZW uraczył wszystkich pyszną grochówką według własnej receptury.

oprac. (aba),
fot. nadesłane



Prezes dzieli grochówką



Wojciech Szymański (z prawej) odbiera odznaczenie



I miejsce w GP dla Kamila Kwiatkowskiego (z lewej)



I miejsce w zawodach spinningowych zajął Roman Gęsicki

REKLAMA

Sprawdź nowe FORMUŁY UNLIMITED w Play!

Każdy, kto lubi idealnie dopasowane produkty, znajdzie coś dla siebie w nowej ofercie Play w najnowszej sieci 4G LTE w Play.

Sensacyjna **FORMUŁA EUROPA UNLIMITED**, dzięki której możesz bez limitu odbierać połączenia w roamingu w Unii Europejskiej oraz dzwonić bez ograniczeń do wszystkich sieci oraz na stacjonarne już za 59,99 zł miesięcznie!

W rewelacyjnej **FORMULE 4.0 UNLIMITED** bez limitu możesz dzwonić do wszystkich z Orange, T-Mobile, Plus i Play już za jedyne 29,99 zł miesięcznie.

A może wybierzesz nową **FORMULĘ PLAY UNLIMITED**, w której już za 9,99 zł miesięcznie możesz bez limitu dzwonić do wszystkich w Play!

Dziwisz się, że 7 na 10 osób przenoszących numer wybiera Play?

Najszybciej rozwijająca się sieć w Polsce.
www.play.pl

4G
LTE

PLAY

Uruchomienie technologii LTE do końca 2013 r. 4G to obecna sieć P4 w technologii HSPA+. Prezentowane kwoty abonamentów w wybranych ofertach, przy wyborze e-faktury i terminowych płatnościach. **FORMUŁA 4.0 UNLIMITED** obejmuje wyłącznie standardowe rozmowy na komórki, **FORMUŁA PLAY UNLIMITED** – wyłącznie standardowe rozmowy na komórki w Play. Od początku 2012 r. średnio ok. 70 % konsumentów przenoszących numer wybiera Play. Szczegóły na www.play.pl

SALON PLAY:LIPNO ul. Mickiewicza 18, 54 235 08 39

Piłka nożna

Piłkarki z Wielgiego wiceliderem III ligi!

Po tym jak w trzeciej kolejce wygrały 3:0, postanowiły pójść za ciosem. Piłkarki UKS Mustang Wielgie, której grają w trzeciej lidze seniorek, w meczu czwartej kolejki pokonały aż 6:0 na wyjeździe zespół TMLKS Cergia Toruń. W ostatni weekend ograły kolejnego rywala, pokonując 3:0 Unifreeze II Górzno. Są wiceliderkami tabeli.

Mustang czyni postępy, co zresztą widać po wynikach. Po-
rażka, remis, wygrana - tak wy-
glądały trzy pierwsze kolejki
w wykonaniu piłkarek z Wielgie-
go. Dwie kolejne, to wysokie wy-
grane. W czwartej rundzie zespół
Michał Ziemińskiego pojechał
do Torunia na mecz z TMLKS
Cergia. Już po pierwszej połowie
było 3:0 dla naszej drużyny. Po
przerwie zawodniczki z Wiel-
giego dołożyły kolejne trzy gole
i ostatecznie rozgromiły rywalki
aż 6:0. Dwa gole zdobyła Magda-
lena Żebrowska. Po jednym tra-
fieniu zanotowały: Kinga Mar-
chlewska, Paulina Szczepaniak,
Zuzanna Jaskółka i Dominika Za-
górska.

Skład UKS Mustang z meczu
w Toruniu: Oliwia Mizak (50'
Marta Andrzejewska) - Natalia
Stankiewicz, Anna Żebrowska,
Anita Maćkiewicz (75' Dominika
Zagórska), Angelika Stankiewicz
(70' Ewelina Leśniewska) - Daria
Długołęcka (70' Aleksandra Ka-
mińska), Paulina Szczepaniak,
Kinga Marchlewska (60' Paulina
Kurowska), Nikola Długołęcka



Gospodynie (w ciemniejszych strojach) bronią wyniku
(50' Agata Paszyńska) - Magda-
lena Żebrowska, Patrycja Ryb-
czyńska (41' Zuzanna Jaskółka).

W niedzielę w Teodorowie
odbyło się spotkanie piątej ko-
lejki trzeciej ligi kobiet. Mustang
podejmował zespół Unifreeze II
Górzno. Dla podopiecznych Mi-
chała Ziemińskiego był to szcze-
gólnie ważny mecz, bo z piłkar-
kami z Górzna rywalizowały od
kilku lat na szczeblach szkolnych.
Kolejny trudny test piłkarki
z Wielgiego zdały celująco. Mecz
z Górzniem od samego początku
był bardzo zacięty, z lekką prze-
wagą gospodyń. Defensywą Mu-

stanga dobrze kierowała Anna
Żebrowska, eliminując groźne
sytuacje. W 20. minucie Mag-
dalena Żebrowska, po minięciu
jednej z przeciwniczek, zdecy-
dowała się na strzał z 16 metrów.
Piłka, po pięknym uderzeniu, za-
trzępotała w siatce.

Druga odsłona okazała się
być jeszcze bardziej ekscytująca.
Drugą bramkę w meczu strzeliła
Magdalena Żebrowska, która raz
po raz siała spustoszenie w sze-
regach przeciwnika. Ostatnie-
go gola po indywidualnej akcji
wzdłuż linii końcowej zdobyła
Paulina Kurowska. Bardzo do-

brze w meczu funkcjonował
środek pola, nadając grze odpo-
wiedni rytm.

Ostatecznie UKS Mustang
Wielgie pokonał Unifreeze II
Górzno 3:0. W następnej kolejce
zespół zmierzy się z liderem III
ligi - Notecią Inowrocław. Bę-
dzie to spotkanie na szczycie, bo
rewelacyjnie spisujące się dziew-
częta z Wielgiego drugi tydzień
zajmują pozycję wicelidera.

Skład UKS Mustang z meczu
w Teodorowie: Oliwia Mizak,

Anna Żebrowska, Anita Mać-
kiewicz, Zuzanna Jaskółka (40'
Patrycja Rybczyńska), Natalia
Stankiewicz, Paulina Szczepa-
niak, Kinga Marchlewska (77'
Aleksandra Kamińska), Nikola
Długołęcka (55' Agata Paszyń-
ska, Daria Długołęcka (70' Pauli-
na Kurowska), Angelika Stankie-
wicz, Magdalena Żebrowska.

Tekst i fot.
Andrzej Korpalski

Tabela III ligi:

Drużyna	Mecze	Pkt.	Wyg.	Rem.	Por.	Bramki
1. Nocię Inowrocław	4	12	4	0	0	30-2
2. Mustang Wielgie	5	10	3	1	1	13-4
3. Wisła Pędzewo	3	9	3	0	0	14-1
4. Olimpia Grudziądz	5	5	1	2	2	10-12
5. GOKSIR-Start Pruszcz	4	5	1	2	1	3-3
6. Legia Chełmża	4	5	1	2	1	10-11
7. Unifreeze II Górzno	4	4	1	1	2	9-12
8. Spójnia Białe Błota	4	2	0	2	2	3-8
9. Cergia Toruń	5	0	0	0	5	0-39



Nie brakowało ostrych starć



Było wiele walki w środku pola



Piłkarki z Wielgiego cieszą się po zdobyciu pierwszej bramki



Po raz kolejny piłkarki z Wielgiego mogły odtńczyć taniec radości po zwycięstwie

Piłka nożna

W Kikole panie kopią



W niedzielę w Siemiatyczach (woj. podlaskie) odbył się finał ogólnopolski Ligi Mistrzów Orlika kategorii kobiet +16. Woje-
wództwo kujawsko-pomorskie oraz gminę Kikół reprezentowała drużyna „Zimna Czysła”, która zajęła trzecie miejsce. Był to
jej debiut w rozgrywkach piłki nożnej szóstek kobiet.

fot. nadesłane

Piłka nożna

Powalczyli, nie awansowali



Po wygraniu wcześniejszych eliminacji w Aleksandrowie Kujawskim, drużyna Zespołu Szkół w Kikole brała udział w finale wojewódzkiej piłki nożnej IV Turnieju Orlika pod patronatem premiera Donalda Tuska. Po zaciętych i stojących na wysokim poziomie meczach, wywalczyła VII miejsce. Skład zespołu: Jakub Furmański, Maciej Sadowski, Kamil Sadowski, Karol Sibilski, Arkadiusz Wróblewski, Patryk Czerwiński, Jan Wiśniewski, Mikołaj Żuchowski. Opiekun Marek Zajączkowski.

fot. nadesłane

Siatkówka

Dragon Buczyna najlepszy pod siatką

W niedzielę w Dobrzyńskim Centrum Sportu i Turystyki odbył się turniej siatkówki mężczyzn o puchar burmistrza Dobrzyń nad Wisłą.

W rozgrywkach wzięło udział 6 drużyn podzielonych na 2 grupy. Borsuki Bobrowniki, Dragon Buczyna i Unia Chocień spotkały się w grupie A. W grupie B zagrały drużyny: Aleksandrów, Błękitni Skępe i Lenie Wielkie. Po zakończeniu fazy grupowej, odbył się mecz o V miejsce, w którym Borsuki Bobrowniki po zaciętej walce pokonały w tie breaku, ambitnie walczące Lenie Wielkie 2:1 (23:25; 25:20; 16:14).

W meczach półfinałowych naprzeciwko siebie stanęły: Dragon Buczyna – Błękitni Skępe oraz Aleksandrów – Unia Chocień. W pierwszym półfinale lepsi okazali się siatkarze z Buczyny, którzy pokonali rywali 2:0. Nieco więcej emocji dostarczył nam drugi półfinał, bo Unia do pokonania Aleksandrowa potrzebowała tie breaka i zwyciężyła 2:1. W meczu o III miejsce, jak i w finale spotkały się ekipy, które wcześniej rywalizowały ze sobą w grupach. W obu przypadkach zwycięzcy byli ci sami, udowadniając w ten sposób, że wygrane mecze grupowe nie były przypadkiem. W „małym finale” Aleksandrów pokonał Błękitnych Skępe 2:1, w finale Dragon Buczyna pewnie zwyciężył Unię Chocień 2:0 i zasłużenie triumfował w całym turnieju.

Po zakończeniu sportowych zmagania odbyło się uroczyste podsumowanie, podczas którego wręczono nagrody indywidualne i zespołowe. Najlepszą rozgrywającą turnieju wybrano Zofię Tomicką (Błękitni Skępe), najlepszym atakującym został Michał Barczyk (Dragon Buczyna).

Wyróżnionym zawodnikom nagrody wręczył Jerzy Wysocki, przewodniczący Rady Powiatowej Zrzeszenia LZS. Trzy drużyny otrzymały puchary.

(ak), fot. nadesłane



Zwycięska drużyna



Na siatce było wiele walki

Piłka nożna

Czerwona kartka dla Oriona, hat-trick Tłuchowii

W sobotę odbyły się kolejne w tym sezonie B-klasy derby regionu lipnowskiego. Orion Popowo podejmował na boisku w Wichowie Tłuchowię Tłuchowo. Rewelacyjnie spisujący się w tym sezonie goście wykorzystali osłabienie gospodarzy i wygrali 3:0.

W Wichowie spotkały się dwie czołowe drużyny B-klasy. Oba zespoły spisują się dobrze, zapowiadało się więc wiele emocji. W około 30. minucie nerwy puściły napastnikowi Oriona, Samodulskiemu, który, mając już żółtą kartkę, faulował bramkarza gości i zobaczył drugi żółty kartonik. W związku z tym Orion musiał przez godzinę grać w dziesiątkę. O ile do przerwy gole nie padły, to druga odsłona była teatrem jednego aktora, napastnika Tłuchowii Dariusza Grabskiego.

Już pięć minut po wznowieniu gry jeden z obrońców gospodarzy zagrał tak niefortunnie do swojego bramkarza, że do piłki dopadł Grabski i otworzył wynik. Minęło zaledwie siedem minut, a drugiego gola zdobył napastnik z Tłuchowa, tym razem wykorzystując dobre podanie Uczciwka. Goście się cofnęli, zaś gospodarze próbowali sforsować ich obronę. Przypominało to jednak walenie głową w mur. Na dodatek kolejne dobre okazje stwarzała sobie Tłuchowia. Na sześć minut przed końcem hat-tricka skompletował Grabski, ustalając wynik meczu na 3:0. Po tym spotkaniu Tłuchowia wciąż jest liderem tabeli, Orion jest piątą. Pierwsza z wymienionych dru-

żyn w najbliższej kolejce pauzuje, druga jedzie na mecz z Ziemowitem do Osięcin.

Skład Oriona: Rutkowski – Mróz, Sobczak (Szarlát), Wiśniewski, Szymański (Pilewski), Kantorski – Samodulski, Bącela, Frątczak, Słomczewski (Literski, Kliński) – Kotarski.

Skład Tłuchowii: Ołaszewski – Sulkowski, Uczciwek, Zbrożek, Wilczyński – Lemański, Rykaczewski, Krzemiński, Koprowicz, Sielczak – Grabski (rowicz, Sielczak – Grabski (85'Szulecki).

Tekst i fot. Andrzej Korpalski



Walka toczyła się o każdą piłkę



Tłuchowia atakuje



Po meczu goście mieli wiele powodów do zadowolenia

Piłka nożna

Kryzysu Wisły ciąg dalszy

Wisła Dobrzyń pogrąża się w coraz głębszym kryzysie. W ostatniej kolejce A-klasy poniosła czwartą z rzędu, a szóstą w ogóle porażkę w lidze w tym sezonie. W tabeli spadła już na dwunaste miejsce, wyprzedzając jedynie dwóch rywali. W sobotę przegrała 2:3 ze Wzgórzem Raciążek.

Z drużyny, która z impetem weszła do A-klasy i na początku sezonu prezentowała się dobrze, nie zostało już prawie nic. Liczne ubytki kadrowe, z powodu kontuzji i wyjazdów zagranicznych zawodników, sprawiają, że zespół jest coraz słabszy. W Dobrzyniu nie myślą już o górnej części tabeli, muszą spoglądać w dół, by nie zagościć na ostatniej pozycji. Po trzech kolejnych porażkach kibice liczyli, że wreszcie obejrzą zwycięstwo swoich pupili. I w starciu ze Wzgórzem Raciążek faktycznie było blisko. Wisła prowadziła 1:0 po голу Juliusza Habasińskiego. Gdy goście wyrównali, podopieczni trenera Kołodziejskiego się nie załamali i znowu Habasiński wpakował piłkę do bramki rywala.

Korzystne 2:1 utrzymywało się niemal do końca meczu. Niestety,

dysponujący bardzo wąską kadrą Wiślacy opadli z sił i w ostatnim kwadransie stała się katastrofa. Najpierw w 75. minucie rywale wyrównali na 2:2. Gdy już wydawało się, że mecz zakończy się podziałem punktów, Wzgórze po strzale z dalekiego dystansu zdobyło bramkę numer trzy. Chwilę później sędzia zakończył mecz i przegrana 2:3 stała się faktem. W klubie mają twardy orzech do zgryzienia, bo do końca rundy nie dojdzie żaden nowy piłkarz. Ale już myślą, jak uzdrowić sytuację.

– Spotkamy się w środę, aby poważnie porozmawiać. Tak nie może dalej być. Na pewno nie ma mowy o tym, byśmy spadli z ligi. W tej rundzie ciężko o wzmocnienia, bo przepisy zabraniają piłkarzom, którzy już gdzieś grają, zmiany klubu.

A z marszu nikogo nie weźmiemy. Zimą trzeba będzie dokoptować 4-5 zawodników. Może z zagranicy wrócić Nowak, Zaborowski i Bukowski. Obecna sytuacja jest nieciekawa – przynajmniej Grzegorz Kamiński, prezes Wisły Dobrzyń.

W najbliższej kolejce Wisłę czeka wyjazd do Chełmicy na bardzo trudny mecz z Cukrownikiem Fabianki. A już za dwa tygodnie elektryzujące kibiców w regionie derby A-klasy pomiędzy Wisłą i Wichrem Wielgie.

Skład Wisły: Szychulski - Grączewski Przemysław, Opalczewski, Olewiński - Szajgicki - Habasiński Mateusz, Tyburski, Grączewski Tomasz, Rzęsiewicz - Nowakowski, Habasiński Juliusz.

(ak)

Piłka nożna

Dziewczęta jak zwykle na medal

W piątek w Bydgoszczy odbył się Finał Wojewódzki IV Turnieju Orlika o Puchar Premiera Donalda Tuska. Wśród najlepszych drużyn naszego województwa nie zabrakło dziewcząt z Wielkiego.

Podopieczne Michała Ziemińskiego już po raz czwarty z rzędu grały w wielkim finale tej imprezy. Tradycyjnie zaprezentowały się dobrze, przywożąc z Bydgoszczy brązowe krążki. Przypomnijmy, że w ubiegłym roku reprezentowały nasze województwo na Mistrzostwach Polski w Warszawie. Warto dodać, że na zawodach w Bydgoszczy jednym z najlepszych strzelców była Ewelina Czubakowska.

Skład zespołu: Ewelina Leśniewska, Ewelina Czubakowska, Aleksandra Olkiewicz, Monika Pikos, Klaudia Kmiecik, Monika Lewandowska, Alicja Wenderlich,

Magdalena Chojnacka i Ilona Matużyńska. Opiekun zespołu: Mi-

chał Ziemiński.

(ak), fot. nadesłane



Brązowa drużyna z Wielkiego z trenerem

Piłka nożna

Wciąż mają mocno pod górkę

Mimo że za nami już dziesięć kolejek w czwartej lidze piłkarskiej, to Mień Lipno momentów radości dostarcza swoim kibicom jak na lekarstwo. W ostatniej serii podopieczni Wojciecha Rojewskiego ulegli aż 0:5 rezerwom Zawiszy Bydgoszcz.

Nie dość, że kondycja finansowa klubu jest daleka od idealnej, sportowo też nie jest najlepiej, to lipnowian nie opuszcza pech. Przypomnijmy, że tydzień wcześniej nie było im nawet dane powalczyć o punkty w Sępólnie Krajeńskim, bo na mecz z Krajną nie dojechali z powodu awarii autokaru. O jakiegokolwiek oczka niezwykle trud-

no miało być w miniony weekend. Mień dojechał na mecz z rezerwami Zawiszy do Bydgoszczy, ale szans na wygraną nie miał. Rywale już w pierwszej połowie zdobyli trzy gole, w drugiej dołożyli jeszcze dwa. Ostatecznie Zawisza II pokonała Mień 5:0. Była to dla naszej drużyny siódma porażka w dziewiątym meczu (z pewnością za spotkanie

z Krajną Sępólnie Krajeńskie klub z Lipna dostanie walkower).

Nasz zespół pozostaje z czterema punktami na 15. miejscu w tabeli, w gronie szesnastu drużyn. W weekend podejmie Flisak Złotoryię. Rywal ostatnio rozgromił 6:1 Krajnę i zajmuje w tabeli dziesiątą lokatę.

(ak)

Tenis

Oba zespoły z Jastrzębia na remis

Pierwszy punkt zdobyli tenisiści stołowi LZS-u Jastrzębie w rozgrywkach trzeciej ligi. To dzięki remisowi 7:7 z faworyzowaną Olimpią II Grudziądz. Taki sam wynik w meczu szóstej ligi zanotowała druga drużyna LZS-u w starciu z zawodnikami z Pruszcza.

Początek ligi był dla pierwszej drużyny z Jastrzębia fatalny. Po porażkach z ekipami z Torunia, Solca Kujawskiego i Łasina nasz zespół nie miał na koncie ani jednego punktu. Miła odmiana nastąpiła w czwartej serii gier i to w starciu z aspirującą do awansu do drugiej ligi Olimpią II Grudziądz. Po bardzo zaciętym pojedynku, który mógł się nawet zakończyć wygraną Jastrzębia, padł wynik 7:7. Punkty dla LZS-u zdobyli: Marcin Chojnicki (3), Robert Kapeliński (2), Bartosz Słomski (1), Chojnicki/Rybowicz (1). LZS zajmuje po tym meczu 10. miejsce w gronie jedenastu zespołów w tabeli. Niebawem zmierzy się z najsłabszą ekipą III ligi, Emdekiem Bydgoszcz.

Także na remis zagrał drugi zespół LZS-u, który radzi sobie bardzo dobrze w szóstej lidze. Poprzednie dwa mecze jastrzębianie wygrali. W rozegranym awansem

spotkaniu z zespołem z Pruszcza padł remis 7:7. Wynik uratował Eryk Prajwos. Punkty zdobywali: Krzysztof Rakowski (3), Krystian Rybowicz (2), Eryk Prajwos (1), Rybowicz/Rydzynski (1). LZS II przy zaliczeniu wyniku trzeciego meczu objął prowadzenie w tabeli VI ligi. Kolejny mecz zagra w listopadzie.

Dodatkowo warto odnotować pierwszy w karierze występ Bartosza Słomskiego na Grand Prix Polski. Zawodnik z Jastrzębia wygrał w grupie mecz z rozstawionym w turnieju z numerem siódmym rywalem. Niestety, nie sprostał zawodnikom potencjalnie słabszym i w czteroosobowej grupie zajął ostatnią lokatę. Ostatecznie uplasował się na miejscach 43-55. Doświadczenie zebrane na zawodach rangi krajowej na pewno zapoczątkuje w przyszłości.

(ak)

Piłka nożna

Wicher nie dał rady na wyjeździe

Siódmą porażkę w sezonie zanotowali piłkarze Wichra Wielgie. Tym razem w rozgrywkach A-klasy za silną okazała się dla nich Victoria Smólnik, która wygrała 1:0. Wynik mógł być lepszy, ale nasi piłkarze byli nieskuteczni.

Wicher, choć radzi sobie w tym sezonie w lidze bardzo kiepsko, do meczu w Smólniku przystępował w dobrych nastrojach. Podopiecznych trenera Wasielewskiego podbudowała wygrana 2:0 nad Lechem Dobrze i opuszczenie ostatniego miejsca w tabeli. Ale spotkanie z Victorią nie należało do łatwych. Być może potoczyłoby się inaczej, gdyby sędzia uznał gola Raniszewskiego z pierwszej połowy. Niestety, arbiter uznał, że strzelec znajdował się na spalonym i – mimo protestów gości – wynik się nie zmienił. Chwilę później dekoncentrację obrony Wichra wykorzystali gospodarze, którzy zdobyli bramkę. Przy strzale z pola karnego bez szans był Ibrahim Tandijogra. Na przerwę obie drużyny schodziły przy wyniku 1:0.

W drugiej odsłonie Wicher zaprezentował się lepiej. Atakował, stwarzał sobie okazje do

strzelenia gola, ale brakowało skuteczności. Do siatki rywala nie trafiali ani Krzeszewski, ani Ździebłowski. W końcówce spotkania doświadczona Victoria umiejętnie się broniła, dowożąc ostatecznie 1:0 do końca. Dla Wichra była to już siódma porażka w dziesiątym meczu. Z siedmioma punktami nasza drużyna jest przedostatnia w tabeli. A już w niedzielę o godzinie 14.00 zagra kolejny ważny mecz. Tym razem Wicher podejmować będzie na boisku w Teodorowie Unię Chocień. Rywal jest ósmy w tabeli, ostatnio zremisował 3:3 z Cukrownikiem Fabianki.

Skład Wichra: Tandijogra - Kosowski, Kępa, Paszyński, Kamiński - Liszkowski, Raniszewski, Krzeszewski Paweł, Marcinkowski - Ździebłowski, Krygier. Zmiany: Krzeszewski Jacek, Jarmużek.

(ak)