



REDAKCJA
tel. 56 493 41 50

SKĘPE

**Naprawiają drogi jak
nigdy dotąd!**

str. 3

LIPNO

**19-latek groził mu
śmiercią!**

str. 4

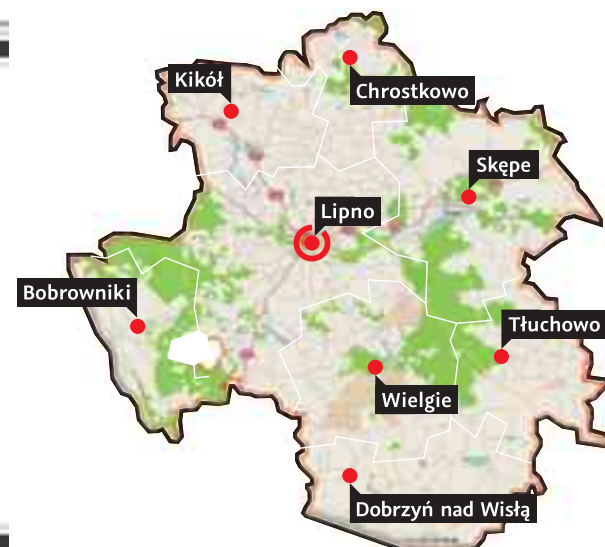
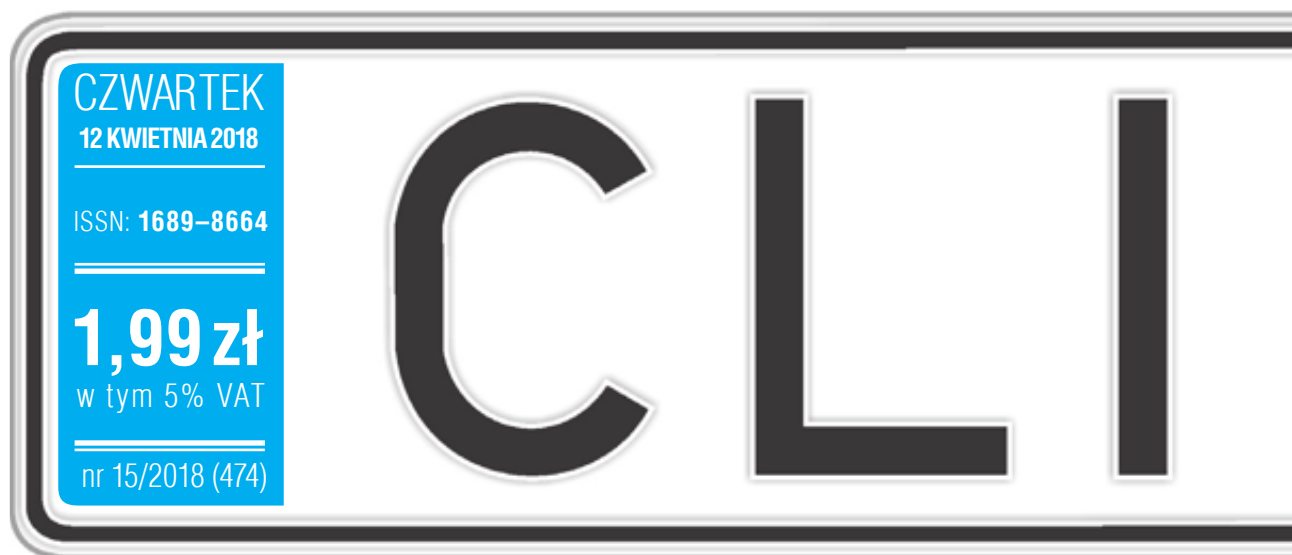
LIPNO

**Osobowe
BMW potrafiło
motocyklistę**

str. 5

REKLAMA

BENMAR
PRODUKCJA SIATKI
OGRODZENIOWEJ
SŁUPKI PANELE AKCESORIA
Białkowo 39A
87-400 Golub-Dobrzyń
tel. 785 182 282
607 042 741



TYGODNIK REGIONU LIPNOWSKIEGO

Chciał się zabić na strzelnicy!

GMINA LIPNO ➤ Do tragicznego wypadku doszło na strzelnicy sportowej w Złotopolu. 23-letni mieszkaniec powiatu lipnowskiego targnął się na własne życie. Mężczyzna w ciężkim stanie przebywa w szpitalu



W leżącym pod Lipnem Złotopolu od niespełna dwóch lat jest strzelnica. Działa tam także klub strzelecki. Organizowane są zawody, a na obiekcie swoich sił w strzelaniu z różnego rodzaju broni palnej może popробować każdy. I choć na tego typu obiektach obowiązują szczegółowe regulaminy, a osoby wydające broń i opiekujące się amatorami strzelectwa muszą być do tego przeszkolone, zdarzają się wypadki.

Taki niestety miał miejsce w minioną środę w Złotopolu. Sprawę potwierdza rzeczniczka lipnowskiej komendy policji. – Faktycznie doszło do incydentu

na strzelnicy w Złotopolu. 23-letni mężczyzna postrzelił się. Jest to mieszkaniec powiatu lipnowskiego. Policjanci wykonali oględziny miejsca zdarzenia, zabezpieczyli ślady i przesłuchiwali świadków. W dalszym ciągu prowadzone jest śledztwo pod nadzorem prokuratury. Badane są różne wersje zdarzeń – mówi sierż. sztab. Katarzyna Sobocińska z Komendy Powiatowej Policji w Lipnie.

O sprawie mówi się w Lipnie i okolicach od kilku dni. Najbardziej prawdopodobną wersją jest próba samobójcza 23-latka. Potwierdza to lipnowska proku-

ratura. – Wiele wskazuje na to, że była to próba samobójcza. Mężczyzna przeżył. Jest w ciężkim stanie w szpitalu we Włocławku. Zabezpieczona została dokumentacja lekarska oraz ta ze strzelnicy, a także broń – dodaje Alicja Cichosz, prokurator rejonowy z Lipna.

Bardzo wiele zależy od tego czy mężczyzna przeżyje. W tej chwili nie można wyrokować jakie ma szanse. Prokuratura potwierdza, że sprawdzi, czy na strzelnicy doszło do zaniedbań na skutek których 23-latek mógł targnąć się na własne życie.

(ak), fot. ilustracyjne

Gmina Wielgie

Złapali podpalacza

Dzięki zaangażowaniu policjantów z posterunku w Dobrzyniu nad Wisłą sprawca podpalenia domu jednorodzinnego został zatrzymany już następnego dnia. Decyzją sądu został aresztowany na trzy miesiące.

W miniony czwartek (05.04) płonął dom jednorodzinny w Tupadłach. Pożar gasiło kilka jednostek straży, jednak niewiele udało się uratować. Na szczęście nikt w tym zdarzeniu nie ucierpiał. Policjanci wraz z biegłym, którzy pracowali na miejscu zdarzenia, przeprowadzili oględziny.

– W wyniku tych czynności ustalili, że doszło do podpalenia. Sprawca rozniecił ogień prawdopodobnie niewielką ilością substancji łatwopalnej wrzuconej

przez okno – wyjaśnia sierż. sztab. Katarzyna Sobocińska z Komendy Powiatowej Policji w Lipnie.

Funkcjonariusze, którzy pracowali przy tej sprawie, już następnego dnia ustalili i zatrzymali 45-latkę podejrzanego o podpalenie. Materiał zgromadzony w sprawie pozwolił na przedstawienie mężczyźnie zarzutów. Jeszcze w piątek (06.04) decyzją sądu został on tymczasowo aresztowany na trzy miesiące.

(ak), fot. KPP Lipno



Azbest znika z dachów

LIPNO ▶ Radni miejscy jednogłośnie uchwalili sprawozdanie z realizacji programu usuwania azbestu w Lipnie w 2017 roku. Wiemy już, że w minionym roku z dachów naszych domów zniknęło ponad 20 ton eternitu, a od początku realizacji programu ponad 300 ton



Od maja 2002 roku realizowany jest w całej Polsce, przyjęty przez Radę Ministrów, „Program usuwania azbestu i wyrobów zawierających azbest stosowanych na terytorium Polski”. Dokument powstał w wyniku przyjęcia przez Sejm RP rezolucji w sprawie programu wycofywania azbestu z gospodarki oraz ustawy o zakazie stosowania wyrobów zawierających azbest. 14 lipca 2009 roku. Rada Ministrów podjęła uchwałę w sprawie ustanowienia programu wieloletniego pod nazwą: „Program Oczyszczania Kraju z Azbestu na lata 2009-2032”. Podstawowym celem jest usunięcie i unieszkodliwienie wyrobów zawierających azbest, minimalizacja negatywnych skutków zdrowotnych spowodowanych obecnością azbestu na terytorium kraju, likwidacja szkodliwego oddziaływania azbestu na środowisko. – Gmina miasta Lipna w 2009 roku uchwaliła wieloletni program usuwania azbestu z miasta – mówi inżynier miasta Robert Kapuściński. – I tak w roku poprzednim usunęliśmy ponad 20 ton za kwotę ponad 10 tysięcy złotych. Było trochę inaczej niż wcześniej, bo mieszkańcy już musieli dopłacać 30 procent. W naszym mieście szacunkowa ilość azbestu pozostałego to jeszcze 513 ton. Na początku było 817 ton.

Właściciele obiektów decydujący się na wymianę azbestu

na ekologiczne pokrycie dachowe otrzymują na ten cel wsparcie. Pomoc finansowa realizowana jest na ten cel na podstawie umowy dotacji, w której kwota dofinansowania przedsięwzięcia obejmuje obecnie do 70 procent kosztów kwalifikowanych, tzn. kosztów demontażu, transportu i unieszkodliwienia materiałów zawierających azbest. Przedsięwzięcie dofinansowywane jest ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu oraz Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Kwota dotacji ogółem w 2017 roku wyniosła w naszym mieście 7,3 tysiąca złotych. Wkład własny został pokryty przez mieszkańców miasta Lipna biorących udział w przedsięwzięciu i wyniósł 3,1 tys. złotych, czyli 30 % wartości całego przedsięwzięcia. Wszelkie działania związane z zadaniem, zdaniem urzędników ratusza, zostały wykonane sprawnie i rzetelnie przy zachowaniu obowiązujących przepisów związanych z tego typu pracami.

W 2017 roku usunięto w Lipnie wyroby zawierające azbest z dwunastu budynków, co dało łącznie 20,540 Mg zdemontowanych, przetransportowanych i zutylizowanych płyt azbestowych. Wnioskodawcami były osoby fizyczne i wspólnoty mieszkaniowe. Całkowity koszt

przedsięwzięcia wyniósł 10,4 tys. zł brutto i został w 70 % sfinansowany ze środków zewnętrznych. Z przedsięwzięcia wycofały się dwie osoby i jedna wspólnota.

W 2016 roku usunięto wyroby zawierające azbest z szesnastu budynków, co dało łącznie 36, 940 Mg zdemontowanych, przetransportowanych i zutylizowanych płyt azbestowych. W 2015 roku było to 13 budynków, w 2014 r. – 20, w 2013 r. – 21, w 2012 r. – 31, w 2011 r. – 7. Łącznie w latach 2011-2017 unieszkodliwiono w naszym mieście 304,352 Mg materiałów zawierających azbest.

Przed realizacją zadania w Lipnie szacowana ilość odpadów zawierających azbest wynosiła 817,970 Mg. W wyniku realizacji zadania usunięto 304,352 Mg, pozostało więc do usunięcia 513,618 Mg wyrobów zawierających azbest. W tym roku akcja azbestowa również jest kontynuowana. Wykonawcą robót związanych z usunięciem azbestu z dachów, jego transportem i utylizacją jest firma z Lubania, wyłoniona w trybie przetargowym. Zdemontowane płyty azbestowo-cementowe zabezpieczono zostały przed rozprzestrzenianiem się szkodliwego azbestu w środowisku i przewiezione na składowisko odpadów niebezpiecznych zawierających azbest w Pruszczu.

Tekst i fot. Lidia Jagielska

W SKRÓCIE

GMINA LIPNO Sukces recytatorski

Uczennica klasy V a Zespołu Szkół w Radomicach Wirginia Chrabąszczewska wzięła udział w I Powiatowym Konkursie Recytatorskim „Słowo i ja” w Lipnie. Tematem przewodnim konkursu był świat zwierząt. Recytując utwór Michała Jankowiaka „Biedronka”, Wirginia zyskała uznanie jury i zajęła trzecie miejsce. Uczennicę do konkursu przygotowała Joanna Lewandowska, nauczyciel języka polskiego.

LIPNO Wszyscy przeszli przez eliminacje

W kinie Nawojka odbyły się eliminacje miejskie do 63. Ogólnopolskiego Konkursu Recytatorskiego. Jury w składzie: Ewa Charyton, Teresa Paprota oraz Sławomir Ciesielski zdecydowało, iż do dalszego etapu zmagania, czyli eliminacji rejonowych dopuszczają wszystkich uczestników. Tym samym nasze miasto będą reprezentować: Agata Markowska, Damian Maciakiewicz, Jakub Durniat, Julia Matuszewska, Julia Przybojewska, Marta Lendzion oraz Sylwia Melerska. Gratulujemy i życzymy powodzenia w dalszych etapach rywalizacji.

LIPNO Taneczny sukces

Bydgoski Ogólnopolski Turniej Tańca Hip Hop, Disco i Break Dance zakończył się sukcesami dla podopiecznych Miejskiego Centrum Kulturalnego w Lipnie. Pracujący pod kierownictwem instruktora Kamila Kostrzewskiego chłopcy pokazali się z jak najlepszej strony i zdobyli nagrody: w kategorii „Solo Break Dance” drugie miejsce wytańczył Kamil Bochiński, a czwarte miejsce Aleksander Ścisło.

LIPNO Historycznie o Katyniu

11 kwietnia o godzinie 18.00 w kinie Nawojka odbędzie się pokaz filmu Piotra Uzarowicza „Żona oficera”. Jest to film o odkrywaniu prawdy o zbrodni katyńskiej. Widzowie Katyń obejrzą oczami reżysera, Amerykanina polskiego pochodzenia, poznającego rodzinną historię. Jego dziadek zginął w Miednoje. Po wielu latach Piotr Uzarowicz odnalazł pamiątkę babci. Film przybliży polskie losy widzom z USA, lecz jest również bardzo mocnym oskarżeniem aliantów. Zdjęcia i dokumenty uzupełnione są przez sekwencje animowane i wypowiedzi historyków. Wstęp wolny. Komentarz historyczny wygłosi Krzysztof Łagojda (Uniwersytet Wrocławski). Spotkanie poprowadzi dr Przemysław Gasztold-Señ.

SKĘPE Drugi rajd na dwóch kółkach

W niedzielę 15 kwietnia o godzinie 10.30 sprzed Urzędu Miasta i Gminy wyruszy drugi rajd rowerowy. Uczestnicy mają do przejechania 16 kilometrów. Rejestracja odbywa się elektronicznie na: promocja@skepe.pl lub telefonicznie pod nr 605 555 717.

SKĘPE Międzynarodowy sukces

Laureatami Międzynarodowego Konkursu Informatycznego „Bóbr” zostali uczniowie klasy III b skępskiej podstawówki: Gabor Makowski i Hanna Gładkowska. Dzieci odebrały nagrody w auli Wydziału Matematyki i Informatyki UMK w Toruniu. Gabor Makowski zdobył trzecie miejsce, a Hanna Gładkowska wyróżnienie. Zdobywając czołowe miejsca, pokonali olbrzymią konkurencję. W ich kategorii, czyli klas I-III wzięło udział 3741 uczniów z 409 szkół podstawowych z 20 krajów. Międzynarodowy Konkurs Informatyczny „Bóbr” objęty był honorowym patronatem Ministerstwa Cyfryzacji oraz Ministerstwa Edukacji Narodowej. Podczas uroczystego zakończenia XII edycji Konkursu „Bóbr” nasi uczniowie mieli okazję wysłuchać wykładu „Świat fraktali” oraz pobawić się robotami. Gratulujemy.

SKĘPE/TŁUCHOWO Kolejna Motomarzanna

W niedzielę 15 kwietnia motocykliści z klubu Wolny Duch z Tłuchowa po raz kolejny zainaugurują sezon imprezą pn. Motomarzanna. Tym razem po tradycyjnej mszy w Tłuchowie pojadą nad Jezioro Wielkie do Skępego. Paradę ulicami miasta zaplanowano na godz. 12.00. Następnie odbędzie się symboliczne topienie marzanny na plaży przy barze Sprężynki.

Lidia Jagielska

TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO



Redakcja:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20
tel. (56) 493 41 50
e-mail: redakcja@wpr.info.pl
Redaktor naczelny:
Andrzej Korpalski
tel. 535 170 961
Dział reklamy:
tel. 608 688 587
e-mail: reklama@wpr.info.pl

Ogłoszenia drobne:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 22
tel. (56) 493 41 50

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

Druk:
GRUPA WM Sp. z o.o.
10-364 Olsztyn, ul. Tracka 5

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

Naprawiają drogi jak nigdy

SKĘPE ▶ 2,5 tysiąca ton kruszywa już trafiło na skępskie trakty gruntowe. Roboty drogowe trwają w najlepsze, bo tak fatalnego stanu dróg spowodowanego bardzo wysokimi wskaźnikami hydrologicznymi nie pamiętają władze nie tylko Skępego, ale i całego województwa kujawsko-pomorskiego



– Kruszywo trafia do miejsc najbardziej potrzebnych, wyznaczonych przez sołtysów, rady sołeckie – wyjaśnia wódcarz Skępego Piotr Wojciechowski. – W pracach też uczestniczy nasza koparko-ładowarka. Muszę powiedzieć, że nie tylko w naszej gminie potrzeby są bardzo duże. Rozmawiałem z samorządowcami, sprawa jest jasna, bo takiego roku jak ubiegły i ten roz-

poczynający się w ostatnim okresie nie było. Dróg gruntowych jest dużo, staramy się na bieżąco wozić i uzupełniać kruszywo. Przetarg na kruszywo udało się nam rozstrzygnąć jeszcze dosyć dobrze, ale powstaje już nowy problem z brakiem kruszywa na remonty dróg. Będąc na ostatnim spotkaniu wójtów i burmistrzów województwa kujawsko-pomorskiego, zarówno

wojewoda jak i marszałek mówili o problemach w poszczególnych gminach. U nas dotyczy to niektórych miejscowości, gdzie mamy zdecydowanie lepsze gleby i ich przepuszczalność jest inna. Chodzi tu o Wólkę, Łąkie, Boguchwałę, ale są gminy takie jak Radziejów, gdzie są tak zwięzłe gleby, że przejechać nie można. Poziom wód badanych przez hydrologów jest bardzo wysoki. Dobrze, że teraz nie pada deszcz i drogi w sposób naturalny będą się osuszać, a my będziemy puszczać równiarkę, by dodatkowo naprawiać drogi.

2,5 tysiąca ton kruszywa trafiło już na skępskie drogi gruntowe, a to jeszcze nie koniec. Prace są w pełni. Na traktach można spotkać koparko-ładowarkę i pracow-

ników gminnych. Wyboiste drogi są utwardzane kruszywem i wyrównywane. Potrzeby są, jak wyjaśnia burmistrz Wojciechowski, większe niż w poprzednich latach, bo deszczowa aura zrobiła swoje.

– Nasz trakt prowadzący do wsi od witań z dziesiątki to same dziury, wyboje, przejechać tu najlepiej ciągnikiem, bo samochodem to strach, żeby czegoś nie urwać – mówi mieszkaniec Likca. – Czekamy na wyrównanie, bo jest naprawdę źle.

Są drogi wyboiste, takie jak ta z krajowej „10” do Wólki i dalej do Likca, którymi przejeżdżać trzeba uważnie, ale są też takie, którymi przejechać nie można w ogóle. Przypominamy, że w sierpniu 2017 roku szczegółowo informowaliśmy

o problemach mieszkańców Wólki, którzy nie mogli przez cały sezon dojechać do swoich łąk, nie skosili traw, nie mieli paszy dla zwierząt, ponieśli straty. Otrzymaliśmy wtedy wyjaśnienia ratusza, że nic nie da się zrobić, bo nawet sprzęt drogowy tam nie może wjechać i zapewnienie, że wszystko zostanie odpowiednio zrobione po osuszeniu.

– Cały czas czekamy na naprawę drogi do łąk i odwodnienie – mówią mieszkańcy Wólki. – Jesteśmy dobrej myśli i żyjemy nadzieją, że w tym roku trakt będzie odwodniony i przejezdny, a łąki nie będą już zalewane.

Do tematu przejezdności i stanu dróg wrócimy.

Tekst i fot. Lidia Jagielska

Gmina Skępe

Wypadek przy odpalaniu auta

Do groźnego zdarzenia drogowego doszło w miniony czwartek w Wólce. Mężczyzna został przygnieciony do pojazdu. Poszkodowanego przetransportowano śmigłowcem do szpitala.

Ze wstępnych ustaleń funkcjonariuszy wynika, że na drodze wewnętrznej równoległej do drogi krajowej nr 10 dwóch mężczyzn, 50-letnich mieszkańców miejscowości Wólka, chciało uruchomić samochód za pomocą linki holowniczej.

– Kiedy udało im się to zrobić, jeden z nich wyszedł z pojazdu, chcąc odciągnąć linkę od samochodu. Drugi z mężczyzn nie zauważył go i cofnął samochodem, w wyniku czego mężczyzna został przygnieciony do pojazdu – mówi sierż. Katarzyna Sobocińska

z Komendy Powiatowej Policji w Lipnie.

Policjanci wykonali oględziny miejsca zdarzenia, zabezpieczyli ślady i przesłuchali świadków.

Poszkodowany został prze-

transportowany śmigłowcem do szpitala. Sprawcy tego zdarzenia zostały zatrzymane prawo jazdy. O jego dalszym losie zadecyduje sąd.

(ak), fot. KPP Lipno



Lipno

19-latek groził mu śmiercią

Policjanci zatrzymali mężczyznę, który próbował wymusić pieniądze od jednego z mieszkańców powiatu. Decyzją sądu został aresztowany na 3 miesiące. Grozi mu do 10 lat więzienia.



W sobotę (31.03) do jednostki policji w Lipnie przyszedł pokrzywdzony, który poinformował, że 19-letni mężczyzna grozi mu pozbawieniem życia i zdrowia.

– Jak ustalili policjanci, pokrzywdzony zeznawał w zakończonej już sprawie przeciwko 19-latkowi. W związku z tym mężczyzna za pośrednictwem komunikatora internetowego zaczął mu grozić pozbawieniem życia i zdrowia. Zaznaczył też, że jeśli ten zapłaci 500 zł, to nic mu się nie stanie – wyjaśnia sierż. szt.

Katarzyna Sobocińska z KPP Lipno.

Funkcjonariusze, którzy zajęli się tą sprawą, jeszcze tego samego dnia zatrzymali 19-latkę. Materiał zgromadzony w sprawie pozwolił na przedstawienie zarzutów mężczyźnie. Sąd wydał już postanowienie o zastosowaniu wobec niego środka zapobiegawczego w postaci tymczasowego aresztu. Zgodnie z kodeksem karnym mężczyźnie grozi kara nawet do 10 lat pozbawienia wolności.

(ak), fot. KPP Rypin

Powiat

Zabrali cztery prawka

Akcja „Trzeźwy kierujący” na terenie całego powiatu pozwoliła skontrolować w sumie ponad 570 kierujących. Cztery osoby straciły prawo jazdy za kierowanie po alkoholu.

We wtorek (03.04) policjanci prowadzili działania pn. „Trzeźwy kierujący”. Cel akcji był jak zawsze ten sam – troska o bezpieczeństwo użytkowników dróg i wyeliminowanie z ruchu nietrzeźwych kierowców. Prowadzenie pojazdu pod wpływem alkoholu stwarza bezpośrednie niebezpieczeństwo dla kierowcy, pasażerów, ale także dla innych użytkowników dróg.

– W działaniach, które były prowadzone w dwóch etapach,

wzięło udział w sumie 15 funkcjonariuszy. Skontrolowali łącznie stan trzeźwości ponad 570 kierujących. Mundurowi ujawnili 4 osoby, które kierowały pojazdem po alkoholu. Niestety te osoby musiały pożegnać się z uprawnieniami do kierowania. Teraz o ich dalszych losach zadecyduje sąd – podaje sierż. Katarzyna Sobocińska z KPP Lipno.

(ak)

fot. KPP Lipno



Do przedszkola czas

SKĘPE ▶ Tylko do przyszłego piątku 20 kwietnia potrwa nabór do miejsko-gminnych przedszkoli publicznych. Na milusińskich czekają miejsca w dwóch placówkach: w Skępem i w Wiosce



Zapisy dzieci do przedszkoli miejsko-gminnych weszły w decydującą fazę, bo czasu zostało mało, a trwają już od 12 marca. Kto jeszcze nie zgłosił swojego dziecka do jednej z dwóch publicznych placówek w mieście i gminie Skępe, musi to zrobić do 20 kwietnia. Formularze kart zgłoszeniowych są dostępne w placówkach. Szczegółowych informacji o ofercie udzielają pracownicy przedszkoli: w Skępem przy ulicy Dworcowej

21 (tel. 54 287 72 16) i w Wiosce (tel. 54 287 76 56). Obie placówki oferują dobrze przygotowaną kadrę, bezpieczeństwo, nowoczesność, szereg imprez integracyjnych i rodzinną atmosferę.

– W naszym przedszkolu prowadzimy zajęcia dodatkowe z języka angielskiego, zajęcia taneczno-rytmiczne, komputerowe, mamy przedszkolną sekcję karate – wymienia dyrektor przedszkola Ewy Szelburg-Zarembiny w Skę-

pem Iwona Mańkiewicz.

O przyjęciu do przedszkola decyduje liczba zdobytych punktów, a te przyznawane są za wielodzietność rodziny kandydata (oznacza to rodzinę wychowującą troje i więcej dzieci) – 2 punkty, niepełnosprawność kandydata 2 pkt, niepełnosprawność jednego z rodziców kandydata (2 pkt), niepełnosprawność obojga rodziców kandydata (2 pkt), niepełnosprawność rodzeństwa kandydata (2 pkt), samotne wychowywanie kandydata w rodzinie (oznacza to wychowywanie dziecka przez pannę, kawalera, wdowę, wdowca, osobę pozostającą w separacji orzeczonej prawomocnym wyrokiem sądu, osobę rozwiedzioną, chyba, że osoba taka wychowuje wspólnie co najmniej jedno dziecko z jego rodzicem) (2 pkt), objęcie kandydata pieczęcią zastępczą (2 pkt).

Punktowane są też kryteria dodatkowe. Dzieci, które mają obowiązek odbyć roczne przygotowanie przedszkolne, dostają 10 punktów, dzieci których oboje rodzice pracują 8 punktów, dzieci,

których rodzice złożyli deklarację o kontynuowaniu wychowania przedszkolnego w tym przedszkolu 7, dzieci których jedno z rodziców pracuje 5, dzieci których rodzeństwo uczęszcza do tego przedszkola 2, dziecko którego rodzice zadeklarowali pobyt w tym przedszkolu na 8 i więcej godzin bez względu na wiek: 8 godz. – 1 i 9 godz. – 2.

Drugie z przedszkoli publicznych prowadzonych przez Urząd Miasta i Gminy Skępe znajduje się w Wiosce i również oferuje bogatą gamę zajęć dodatkowych z językiem angielskim, zajęciami sportowymi, rytmiką, tańcem, gramami i zabawami komputerowymi.

O przyjęciu do przedszkola gminnego w Wiosce też zdecyduje liczba punktów. Przypomnijmy, że 10 punktów otrzymują dzieci obojga rodziców pracujących (prowadzących działalność gospodarczą lub zatrudnionych na podstawie umowy cywilno-prawnej) lub studiujących czy uczących się w trybie dziennym.

8 punktów przyznane zostanie kandydatowi na przed-

szkolaka, którego rodzeństwo jednocześnie uczęszcza do tego samego przedszkola, 15 punktów dostaną dzieci mające obowiązek odbycia rocznego przygotowania przedszkolnego, 5 punktów doliczone zostanie maluchom, które w przedszkolu będą dłużej niż 5 godzin dziennie, za zameldowanie rodziców kandydata na przedszkolaka w mieście lub gminie Skępe na pobyt stałe otrzymać można 10 punktów.

W pierwszej kolejności przyjmowane są dzieci z rodzin wielodzietnych, niepełnosprawne lub z rodzin dotkniętych niepełnosprawnością, wychowywane samotnie przez rodzica i objęte pieczęcią zastępczą.

Wypełnione karty zgłoszeń można składać w publicznych przedszkolach w Wiosce i Skępem do 20 kwietnia. Do przedszkoli przyjmowane są dzieci w wieku od 3 do 6 lat (w wyjątkowym przypadkach 2, 5 lat). Dziecko przed pójściem do szkoły jest zobowiązane do zdobycia rocznego przygotowania przedszkolnego.

Tekst i fot. Lidia Jagielska

Lipno

Wypadek i ucieczka

W piątek (06.04.18) około godziny 8.20 na ul. Wojska Polskiego w Lipnie doszło do wypadku drogowego. Sprawca tego zdarzenia próbował uciec. Po pościgu zatrzymali go policjanci. Teraz za swoje czyny odpowie przed sądem.



Do wypadku drogowego doszło w piątek (06.04) około godziny 8.20 na ul. Wojska Polskiego. 35-letni mężczyzna kierujący volkswagenem najechał na tył audi, którego 36-letnia kierująca czekała na możliwość skrętu w lewo. Następnie sprawca uderzył w zaparkowanego forda. Siłą uderzenia audi zostało wypchnięte na przeciwny pas ruchu i zderzyło się z prawidłowo

wo jadącym oplem.

– Zdarzeniem zajął się patrol policji z posterunku w Kikole. W trakcie udzielania pomocy uczestnikom wypadku sprawca zaczął uciekać z miejsca zdarzenia. Po pościgu został jednak zatrzymany przez mundurowych – relacjonuje sierż. szt. Katarzyna Sobocińska z Komendy Powiatowej Policji w Lipnie.

35-latek był trzeźwy. Powo-

dem ucieczki było najwyraźniej to, że nie posiadał w ogóle uprawnień do kierowania pojazdami. Ponadto pojazd którym się poruszał, nie miał polisy OC oraz ważnych badań technicznych. Mężczyzna i kobieta kierująca audi zostali przewiezieni do szpitala. Sprawca odpowie za swoje czyny przed sądem.

(ak)

fot. KPP Lipno

Lipno

BMW potrafiło motocyklistę

Do kolejnego zdarzenia na naszych drogach doszło w piątek 6 kwietnia. Tym razem winowajcą był kierujący osobowym BMW.



Około godziny 15.30 doszło do wypadku drogowego na ul. Skępskiej w Lipnie. Jak ustalili policjanci, 31-mężczyzna kierujący BMW chciał skręcić z ul. Skępskiej w ul. Spółdzielczą. Niestety nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu prawidłowo jadącemu motocyklowi, którym kierował 49-latek.

W wyniku tego doszło do zderzenia pojazdów. Kierujący motocyklem został zabrany do szpitala. Obaj uczestnicy zdarzenia byli trzeźwi. Sprawca za spowodowanie wypadku odpowie teraz przed sądem.

(ak)

fot. KPP Lipno

500 osób na targach edukacyjnych

LIPNO/POWIAT ➤ Powiatowe Targi Edukacyjne na stałe wpisały się w kalendarz wydarzeń szkół prowadzonych przez powiat lipnowski. W piątek 6 kwietnia w Zespole Szkół Technicznych im. Ziemi Dobrzyńskiej w Lipnie odbyła się ósma już edycja targów, w której wzięli udział uczniowie 13 gimnazjów z terenu powiatu

Celem targów jest zaprezentowanie uczniom powiatu lipnowskiego dorobku oraz oferty edukacyjnej szkół średnich oraz ofert firm i instytucji związanych z edukacją i rynkiem pracy. Szkoły przedstawiły swoje propozycje kierunków kształcenia na rok szkolny 2018/2019.

Dla uczniów klas III gimnazjum na targach zaprezentowali się uczniowie szkół z naszego powiatu: Publicznej Szkoły Muzycznej I stopnia w Lipnie, Zespołu Szkół im. Związku Młodzieży Wiejskiej w Dobrzyniu nad Wisłą, Zespołu Szkół im. Waleriana Łukasińskiego w Skępem i Zespołu Szkół im. Romualda Traugutta w Lipnie oraz uczniowie Zespołu Szkół Technicznych im. Ziemi Dobrzyńskiej

w Lipnie, którzy ofertę i osiągnięcia szkoły zaprezentowali wspólnie z nauczycielami.

Wszyscy odwiedzający targi gimnazjaliści otrzymali folder zawierający ofertę edukacyjną szkół średnich na rok szkolny 2018/2019 oraz drobny podarunek. W tym roku władze powiatu przygotowały także upominki dla opiekunów gimnazjalistów, bez których uczniowie nie mogliby wziąć udziału w imprezie.

– Liczę, że bogata oferta edukacyjna szkół, świetnie wyposażona baza szkolna, a przede wszystkim bardzo dobre wyniki maturzystów z naszych placówek skłonią absolwentów gimnazjów do kontynuowania swojej edukacji w jednej z naszych szkół, które niczym nie

odbiegają od tych w Toruniu czy we Włocławku. Tych, których zainteresowała oferta edukacyjna naszych placówek, zapraszam do elektronicznej rekrutacji pod adresem: lipno.edu.com.pl/Kandydat – mówi starosta lipnowski Krzysztof Baranowski.

Po części ogólnej targów przyszli absolwenci gimnazjów zwiedzali Zespół Szkół Technicznych oraz Centrum Kształcenia Praktycznego, gdzie mogli zapoznać się już szczegółowo z ofertą wszystkich prezentujących się wcześniej szkół. Targi ponownie cieszyły się dużą popularnością, wzięło w nich udział około 500 gimnazjalistów. Obszerną fotorelację z imprezy znajdziecie na lipno-cli.pl.

Tekst i fot. (ak)



Więcej zdjęć na naszej stronie:
LIPNO-CLI.PL



Gmina Tłuchowo

Kurniki pod znakiem zapytania

Sprawa budowy dwóch kurników w Popowie nadal pozostaje nierozstrzygnięta. Termin rozpatrzenia decyzji w sprawie pozwolenia na rozpoczęcie inwestycji został przesunięty na lipiec 2018 roku.

Przypomnijmy, że w lipcu ubiegłego roku jeden z mieszkańców gminy Tłuchowo złożył wniosek o przeprowadzenie oceny oddziaływania na środowisko w sprawie wydania decyzji o uwarunkowaniach terenu dla budowy dwóch kurników o powierzchni 1900 m² i liczbie stanowisk 3500 sztuk w każdym. Mieszkańcy postavili weto, składając do urzędu gminy pismo z prośbą, by kurniki nie powstały. Swoją protest uzasadnili negatywnymi skutkami zdrowotnymi i ekologicznymi z racji tego, że na działce go-

spodarza jest już jednej kurnik o podobnej powierzchni. Pod petycją podpisało się 77 osób. Po konsultacji z regionalnym dyrektorem ochrony środowiska termin wydania decyzji został przesunięty na marzec.

Okazuje się, że po raz kolejny termin w tej sprawie został wydłużony. Tym razem do lipca. – Wciąż gromadzona jest dokumentacja. Nie wpłynęły jeszcze wszystkie opinie od regionalnego dyrektora ochrony środowiska. Gdy tylko będzie to możliwe, samorząd wyda stosowne zarządzenia – mówi Krzysztof

Dąbkowski, wójt gminy Tłuchowo.

W związku z prowadzonym postępowaniem o środowiskowych uwarunkowaniach realizacji przedsięwzięcia gmina zorganizowała posiedzenie mediacyjne pomiędzy stronami, czyli mieszkańcami Popowa, a lokalnym przedsiębiorcą. Celem było uzyskanie kompromisu i utrzymanie dobrych stosunków sąsiedzkich. Jak na razie sprawa nie znalazła rozstrzygnięcia.

(mb-g), fot. ilustracyjne



Tak dla PSZOK

TŁUCHOWO ➤ Sprawa tłuchowskiego Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych, która jeszcze do niedawna budziła wśród mieszkańców sporo kontrowersji, wreszcie znalazła finał



Przypomnijmy, że w lutym ubiegłego roku mieszkańcy Tłuchowa skierowali do wójta petycję z żądaniem wstrzymania prac związanych z budową Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych. Pierwotnie inwestycja miała mieć lokalizację przy ulicy Leśnej. Gmina odbyła nawet wstępne rozmowy z właścicielem gruntu, który w opinii samorządowców zaproponował atrakcyjną cenę ziemi za metr kwadratowy. Jednak mieszkańcy stanowczo zaprotestowali, by PSZOK powstał w sąsiedztwie ich domów. W petycji można było przeczytać o obawach tłuchowian związanych ze skażeniem środowiska, wzrostem hałasu, spadkiem komfortu życia, a także brakiem kompletnych informacji na te-

mat budowy. W ostateczności, drogą głosowania mieszkańcy zdecydowali o zmianie lokalizacji. Wybór padł na teren zrekultywowanego wysypiska odpadów komunalnych.

W drugiej połowie października urzędnicy złożyli wniosek do Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu o dofinansowanie przedsięwzięcia. Wniosek został pozytywnie rozpatrzony. Gmina otrzyma zwrot 85% kosztów kwalifikowanych. Całkowity koszt inwestycji to bliska milion złotych. – Rozstrzygnęliśmy już przetarg na budowę PSZOK. Wpłynęły cztery oferty. Najkorzystniejszą złożyła spółka z miejscowości Komin, oferując cenę ponad 830 tysięcy złotych brutto i okres

60 miesięcy gwarancji – mówi Krzysztof Dąbkowski, wójt gminy Tłuchowo.

Zatwierdzona przez wójta koncepcja zakłada budowę pięciotraktowej wiaty o lekkiej konstrukcji stalowej z dachem dwuspadowym krytym blachą. Podłoże, na którym będą stały kontenery, zostanie pokryte betonem. Teren wokół inwestycji zostanie ogrodzony. Powstanie również pomieszczenie biurowo-sanitarne dla potrzeb pracownika obsługującego PSZOK. W obrębie kontenera stanie waga samochodowa o nośności 50 tys. kilogramów. W planach jest także prowadzenie na terenie nowo powstałego PSZOK edukacji ekologicznej.

Już w lipcu z terenu gminy znikną mobilne punkty selektywnego zbierania odpadów. Pod koniec wakacji samorząd planuje zakończyć prace budowlane. Do nowo wybudowanego PSZOK mieszkańcy będą mogli dostarczyć odpady wielkogabarytowe, sprzęt elektryczny i elektroniczny, materiały budowlane i rozbiórkowe, opony, leki przeterminowane oraz zużyte baterie i akumulatory.

(mb-g), fot. archiwum

ZAPRASZAMY na

SPOTKANIE AUTORSKIE

HENRYK OSIŃSKI
o sobie słów kilka...

12 kwietnia 2018 r. godz. 17.00
Świetlica Wiejska w Kikole

Podczas spotkania będzie można zakupić książki autora w atrakcyjnej cenie

Zapraszamy - wstęp wolny

KIKÓŁ ➤ Spotkanie z Henrykiem Osińskim

Ośrodek Kultury Gminy Kikół zaprasza na spotkanie autorskie z pisarzem Henrykiem Osińskim, które odbędzie się w czwartek 12 kwietnia o godz. 17.00 w świetlicy wiejskiej w Kikole. Wstęp wolny. Warto dodać, że to kolejna inicjatywa „młodego” kikolskiego ośrodka kultury. Odkąd utworzono go i pełniącym obowiązki dyrektora Krzysztof Kończalski z urzędu gminy działa w gminie, odbywają się imprezy seniorów, spotkania rękodzielników i zajęcia dla dzieci. Teraz czas na zastrzyk kultury.

Fot. OKGK

LIPNO/POWIAT

Czas na PIT

W każdy wtorek w lipnowskim Urzędzie Skarbowym odbywają się spotkania informacyjne na temat rocznych rozliczeń podatkowych, a na stronie internetowej portalu podatkowego Ministerstwa Finansów dostępne są wstępnie wypełnione zeznania podatkowe za 2017 rok. Z udogodnienia mogą skorzystać osoby fizyczne

Kwiecień to czas, kiedy warto już poważnie pomyśleć o rozliczeniu z fiskusem za ubiegły rok. Termin na złożenie zeznania upływa 30 kwietnia, w tym roku jest to poniedziałek. Ministerstwo Finansów za pośrednictwem urzędów skarbowych przypomina o ułatwieniach, udogodnieniach i ofertach dla podatników.

Prawie wypełniony PIT

– Przypominamy, że w zakresie rozliczenia rocznego w podatku dochodowym od osób fizycznych za rok 2017, wzorem roku ubiegłego, kontynuowana będzie usługa Wstępnie wypełnionego zeznania podatkowego (PFR) – informuje zastępca naczelnika Urzędu Skarbowego w Lipnie

Mariusz Mańkowski. – Wstępnie wypełnione zeznanie podatkowe PFR za rok 2017 adresowane jest do podatników będących osobami fizycznymi nieprowadzącymi działalności gospodarczej, którzy zobowiązani są do rozliczenia rocznego na formularzu PIT-37 oraz do podatników rozliczających przychody z kapitałów pieniężnych na formularzu PIT-38.

Wstępnie wypełnione zeznania podatkowe (PFR) za rok 2017 dostępne są od 15 marca na stronie internetowej portalu podatkowego www.portalpodatkowy.mf.gov.pl. Sporządzane są na podstawie informacji PIT-11, PIT-8C, PIT-R przekazywanych przez płatników podatku dochodowego od osób

fizycznych i podmioty niepełniące funkcji płatnika w tym podatku, którzy są zobowiązani do przekazywania imiennych informacji o wysokości dochodów podatnika lub rocznego obliczenia podatku oraz na podstawie informacji PIT-40A/11A przekazywanych przez organy rentowe.

– Ponadto administracja skarbową, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom podatników, wzorem roku ubiegłego uruchomiła kolejne dwie usługi, ułatwiające roczne rozliczenia podatkowe – informuje Mariusz Mańkowski. – Pierwsza z nich to wniosek o sporządzenie zeznania podatkowego przez urząd skarbowy, czyli PIT-WZ, a druga to oświadczenie o przekazaniu 1% podatku organizacji pożytku publicznego PIT-OP.

Doradzają w każdy wtorek

Lipnowska skarbowka, zgodnie z wieloletnią tradycją, organizuje też cykl spotkań poświęconych tematyce rocznych rozliczeń podatkowych za 2017 rok w swoim urzędzie. W tym roku spotkania odbywają się w każdy roboczy wtorek w godzinach od 10.00 do 12.00 w budynku nr 2 Urzędu Skarbowego w Lipnie przy ul. Staszica 4 w sali nr 30. Pierwsze

spotkanie odbyło się 3 kwietnia, kolejne będą odbywać się aż do zakończenia akcji, czyli do 30 kwietnia.

– Podczas spotkań podatnicy mogą liczyć na omówienie zagadnień związanych z wypełnianiem rocznych zeznań podatkowych, dowiedzieć się o najczęściej popełnianych błędach przy ich wypełnianiu i ich eliminowaniu, o ulgach i odliczeniach przewidzianych przepisami prawa, kontynuacją ulg nabytych w poprzednich latach – wymienia Mańkowski. – Promujemy też systemu e-deklaracje poprzez zachęcanie podatników do wysyłania zeznań przez internet, między innymi z wykorzystaniem utworzonego w naszym Urzędzie Skarbowym specjalnego do tego celu stanowiska komputerowego, wskazujemy korzyści płynące z tego sposobu rozliczeń podatkowych.

Ekspert na telefon

W każdy dzień roboczy w godzinach od 11.00 do 13.00 w lipnowskiej skarbowce funkcjonuje telefoniczne stanowisko eksperckie: 54 287 25 75 wew. 236. Zainteresowani mogą otrzymać podczas rozmowy telefonicznej informacje w zakresie rozliczeń podatkowych

za 2017 rok dotyczących: PIT-4R, PIT-8AR, PIT-8C, PIT-11, PIT-16A, PIT-19A, PIT-28, PIT-36, PIT-36L, PIT-37, PIT-38, PIT-39 i PIT-40.

Wyślą e-deklarację

W siedzibie Urzędu Skarbowego w Lipnie przy ulicy Staszica 4, w sali obsługi podatnika (parter pokój nr 17) dostępne są też w godzinach pracy urzędu stanowiska do przesyłania deklaracji drogą elektroniczną.

– Pamiętajmy, aby przed przystąpieniem do wysyłania zeznania podatkowego za 2017 rok przygotować dowód osobisty, kwotę przychodu z zeznania podatkowego za 2016 rok, informacje od płatników, z zakładów pracy o uzyskanych dochodach w 2017 roku oraz dokumenty uprawniające do odliczeń – przypomina Mariusz Mańkowski. – Zachęcam przy okazji do wysyłania deklaracji podatkowych przez internet, gdyż jest to najprostszy i najszybszy sposób ich złożenia.

Wszelkie niezbędne informacje potrzebne do skorzystania z tego prostego i oszczędnego sposobu składania rozliczeń podatkowych dostępne są na stronie www.e-deklaracje.gov.pl.

Tekst i fot. Lidia Jagielska

Dopłacą do wymiany pieca

SKĘPE ▶ Do 15 kwietnia mieszkańcy miasta i gminy mogą składać w ratuszu wnioski o dofinansowanie kwotą 4 tysięcy złotych wymiany starego kotła grzewczego na ogrzewanie ekologiczne. Wsparcie finansowe w tym roku otrzyma 10 osób wyłonionych w losowaniu publicznym



Trwa pierwsza edycja projektu ECOpiec realizowanego z gminami naszego województwa przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu. Nabór wniosków trwa, formularze można składać do końca tego tygodnia w Urzędzie Miasta i Gminy Skępe, potem będzie losowanie i dziesięciorgo właścicieli nieruchomości z miasta i gminy otrzyma dotację w kwocie 4 tysięcy złotych do wymiany swojego ogrzewania.

– W budżecie mamy na ten cel 40 tysięcy złotych – mówi

skarbnik miasta i gminy Skępe Barbara Leśniewska. – 20 tysięcy złotych pochodzi z naszych funduszy i 20 tysięcy złotych z funduszy Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu.

Biorąc pod uwagę liczbę mieszkańców, gminie Skępe dofinansowanie w programie ECOpiec należy się na wymianę dziesięciu pieców. Fundusz ochrony środowiska ustalił bowiem wysokość dotacji dla poszczególnych gmin w naszym województwie w zależności od liczby mieszkańców. I tak gminy do 10

tysięcy mieszkańców otrzymać mogą do 20 tysięcy złotych dotacji, gminy zamieszkane przez 10 do 20 tysięcy mieszkańców do 30 tysięcy złotych, itd.

Celem programu priorytetowego ECOpiec 2018 Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu jest walka ze smogiem poprzez wymianę źródeł ciepła zasilanych paliwami stałymi. Toruński Fundusz przeznaczył na ten cel w 2018 roku 4,29 mln złotych, co przełoży się na 2145 pieców. Dofinansowanie udzielane będzie w formie dotacji, w wysokości 2 tys. złotych do wymiany jednego źródła ciepła w jednym lokalu mieszkalnym lub budynku mieszkalnym. Warunkiem koniecznym uzyskania dotacji z wojewódzkiego funduszu jest udzielenie równocześnie dotacji przez gminę w wysokości minimum 2 tys. złotych do wymiany jednego pieca. Wnioskodawca na wkład własny może uzyskać pożyczkę. Oprocentowanie pożyczki jest stałe i wynosi 3 procent w stosunku rocznym, a okres spłaty od 2 do

5 lat. Beneficjentami programu są gminy i to właśnie władze samorządowe mają zebrać wnioski od swoich mieszkańców, a potem wnioskować o dotację do WFOŚiGW. Wnioski w funduszu będą przyjmowane od 1 marca do 31 maja.

Dofinansowaniem, zgodnie z regulaminem WFOŚiGW w Toruniu, w kwocie co najmniej 4 tysięcy (2 tysiące WFOŚiGW w Toruniu i co najmniej 2 tysiące ratusz) objęta będzie wymiana pieca na paliwo stałe na ekologiczne źródło ciepła, czyli kotły elektryczne, gazowe, olejowe czy ekologiczne kotły na paliwo stałe albo podłączenie do sieci ciepłowniczej.

Wnioski można składać do 15 kwietnia. Rozpatrywane będą dokumenty spełniające wszystkie wymagania formalne, a w razie większej liczby wniosków złożonych do limitu na ten rok władze ratusza zarządzą losowanie publiczne.

Wnioski można otrzymać w pokoju nr 16 skępskiego magistratu lub pobrać ze strony internetowej urzędu miasta.

Dofinansowaniu nie podlegają inwestycje już wykonane ani wymiana źródeł ciepła innych niż na paliwa stałe. Szczegółowych informacji na temat dotacji i akcji antysmogowej udziela pracownik wydziału ochrony środowiska w urzędzie miasta i gminy lub telefonicznie – 54 287 85 33.

Wnioskować mogą właściciele, współwłaściciele nieruchomości i lokali mieszkalnych oraz użytkownicy wieczystości obiektów wykorzystywanych w całości na cele mieszkaniowe. Dofinansowaniem objęta będzie wymiana kotła na paliwo stałe na kocioł ekologiczny, czyli kotły na paliwo stałe klasy V, kotły gazowe, olejowe i elektryczne. Dotacja przekazywana będzie w formie zwrotów udokumentowanych wydatków, związanych z realizacją zadania po jego zakończeniu. Najpierw więc wnioskodawca sam poniesie wszelkie koszty wymiany źródła ciepła, a potem otrzyma dotację. Do tematu walki ze smogiem wrócimy.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska

Chrostkowo

Rozdają flagi narodowe

Ciekawa inicjatywa wójta Mariusza Lorenca, który postanowił ufundować mieszkańcom gminy biało-czerwone flagi. Wszystko na obchodzone już wkrótce Święto Flagi.



W roku jubileuszowym obchodów setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości oraz przypadającym na 2 maja Dniu Flagi Rzeczypospolitej Polskiej z inicjatywy wójta Mariusza Lorenca będzie można bezpłatnie otrzymać flagę narodową Polski.

– Ten szczególny dla naszej Ojczyzny rok jest doskonałą okazją do tego, by uroczystie zmanifestować swoją dumę z bycia Polakiem, z historii narodu oraz

własnej tożsamości. Biało-czerwone flagi powinny przyozdobić nie tylko budynki państwowe i samorządowe, ale także siedziby firm oraz każdy Polski dom. Okazji do ich eksponowania będzie wiele, pierwsza już podczas majowych świąt – mówi wójt Mariusz Lorenc.

Ze względu na ograniczoną liczbę flag jedna rodzina może odebrać tylko jedną flagę. Flagi o wymiarach 90x55 posiadają

tunel na drzewiec (drzewce nie są dołączone do flag). Odbiór możliwy jest codziennie w godzinach 7.30-15.30 w Urzędzie Gminy Chrostkowo (sekretariat). Termin odbioru narodowych barw: od 10 kwietnia 2018 r. (wtorek) do wyzerpania zapasów.

– Udekorujmy gminę Chrostkowo na biało-czerwono. Zapraszamy po bezpłatny odbiór flag – zachęca wójt Chrostkowa.

Tekst i fot. (ak)

Dobrzyń nad Wisłą

Promowali region

W dniach 24-25 marca w centrum Targowym Park w Toruniu odbyły się Targi Turystyczne Wypoczynek 2018, podczas których zaprezentowały się miasta i regiony turystyczne, biura podróży, hotele i pensjonaty.

Targi były idealnym miejscem do zaprezentowania swojej oferty turystycznej, przedstawienia ciekawych miejsc, w których można atrakcyjnie spędzić czas. Swoje stoisko promocyjne zorganizował także Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego, prezentując gościom licznie odwiedzającym imprezę ofertę turystyczną województwa kujawsko-pomorskiego. Materiały promocyjne

w tym ulotki, gadżety i foldery przekazał także Urząd Miasta i Gminy Dobrzyń nad Wisłą. Przesłane materiały przybliżyły potencjalnym turystom nie tylko niezwykłą i ciekawą historię naszego miasta, ale także zaprezentowały urokliwe miejsca i ciekawe zabytki, które turyści w nadchodzącym sezonie wakacyjnym mogą zobaczyć w Dobrzyniu i okolicach.

(ak), fot. nadesłane



Świątowała książka dziecięca

LIPNO 5 kwietnia dzieci z lipnowskiej szkoły nr 2 uczestniczyły w miejskiej odsłonie Międzynarodowego Dnia Książki Dziecięcej. Galę zorganizowała Miejska Biblioteka Publiczna, a przewodniczką była Iwona Kowalska

W czwartkowy poranek biblioteczny oddział dla dzieci wypełnił się milusińskimi. Była okazja do integracji i dobrej zabawy, ale przede wszystkim do zgłębnienia tajników międzynarodowej akcji.

– Międzynarodowy Dzień Książki dla Dzieci to święto obchodzone co roku z kwietnia, w dzień urodzin Hansa Christiana Andersena – mówiła bibliotekarka Iwona Kowalska. – Ma ono na celu rozpowszechnienie książek dla dzieci, wspieranie czytania przez najmłodszych oraz promowanie wartościowej

literatury dla młodego czytelnika. Z tej okazji 5 kwietnia oddział dla dzieci Miejskiej Biblioteki Publicznej w Lipnie zaprosił uczniów klasy drugiej SP nr 2 na imprezę promującą literaturę dziecięcą. Uczestnicy spotkania brali udział w różnych konkursach, w których musieli wykazać się wiedzą, aktywnością ruchową oraz umiejętnością pracy w grupie. Wykonali również prace plastyczne ilustrujące bohaterów z książek tego znanego baśniopisarza. Niezwykłe spotkanie przebiegało w serdecznej i radosnej atmosferze, gdzie wszyscy zna-

komicie się bawili. Na zakończenie drugoklasiści otrzymali różne upominki. Nie zabrakło wspólnego zdjęcia pod liściem baśniowej Calineczki.

Światowy Dzień Książki dla Dzieci obchodzimy już prawie 50 lat, bo od 1967 roku. Dzień ten ma na celu rozpowszechnienie książek dla dzieci oraz promowanie czytelnictwa wśród najmłodszych. Kolejne roczniki poznają tradycję i promują czytelnictwo dołączając tym samym do światowej elity.

Lidia Jagielska
fot. nadesłane



Skepe

Wiersze na urodziny

Do 20 kwietnia można zgłaszać swój udział w Gminnym Konkursie Recytatorskim organizowanym pod patronatem burmistrza miasta i gminy Skepe z okazji jubileuszu 70-lecia biblioteki w Skępem.



Organizatorem urodzinowego konkursu recytatorskiego jest jubilatka, czyli Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Skępem.

– Celem konkursu jest rozwijanie wrażliwości na słowo poetyckie, odkrywanie i rozwijanie uzdolnień artystycznych wśród uczniów przedszkoli i szkół podstawowych, promocja talentu dzieci i młodzieży oraz rozbudzanie ich aktywności twórczej – informuje szef księżnicy Jerzy Kowalski.

Konkurs odbędzie się w trzech kategoriach wiekowych: przedszkolaki i uczniowie zerówek, uczniowie klas I-III szkół podstawowych oraz uczniowie klas IV-VII szkół podstawowych.

Konkurs jest przeznaczony

dla uczniów przedszkoli i szkół podstawowych z miasta i gminy Skepe. Każdy uczestnik zaprezentuje jeden utwór poetycki, organizatorzy dopuszczają recytowanie wierszy z podkładem muzycznym. Uczestników oceniać będzie jury powołane przez organizatora konkursu, a ocenie podlegać będzie dobór repertuaru, kultura słowa, ogólny wyraz artystyczny, stopień opanowania tekstu, umiejętności interpretacyjne (mówienie ze zrozumieniem), dykcja, zróżnicowanie tempa mówienia, intonacji, stosowanie pauz, umiejętne frazowanie, poprawność językowa, ekspresja, ogólne wrażenie artystyczne.

Warunkiem uczestnictwa w zmaganiach recytatorskich

jest zgłoszenie swojego uczestnictwa w konkursie, czyli dostarczenie karty zgłoszenia dostępnej na stronie internetowej księżnicy i ratusza na adres organizatora w terminie do 20 kwietnia, do godz. 14.00.

Szczegółowe informacje o przebiegu konkursu oraz ewentualne zmiany będą zamieszczane na stronie: www.biblioteka.skepe.pl oraz www.skepe.pl.

Konkurs odbędzie się 28 kwietnia (sobota), w sali konferencyjnej Urzędu Miasta i Gminy Skepe – sala nr 12. Rozpoczęcie zmagani recytatorskich o godzinie 10.00. My też tam będziemy, a relację opublikujemy w tygodniku CLI.

Tekst i fot. Lidia Jagielska

Gmina Lipno

Bezpieczni w internecie

W miniony czwartek w szkole w Radomicach odbył się konkurs „Jestem bezpieczny w internecie”. Spośród czterdziestorga uczestników najlepsza okazała się Nikola Siecińska.

– Wydarzenie to było podsumowaniem działań zaplanowanych w Programie Wychowawczo-Profilaktycznym szkoły w priorytecie „Chrońmy przed negatywnym wpływem świata wirtualnego i mediów – rozwijamy kompetencje informatyczne” – mówią organizatorzy. – Celem podjętych przedsięwzięć była ochrona uczniów przed negatywnym wpływem świata wirtualnego, dostarczenie uczniom informacji o zagrożeniach pochodzących z internetu, wyposażenie uczniów w umiejętność przestrzegania zasad bezpieczeństwa w sieci. Na lekcjach informatyki i lekcjach wychowawczych podjęta została tematyka zagrożeń wynikających z łamania zasad bezpieczeństwa dla korzystających z sieci.

czych z sieci.

Pod kierunkiem nauczyciela plastyki odbył się konkurs prac plastycznych propagujących zdrowe zasady korzystania z mediów, w klasach i na korytarzu powstały gazetki. Do konkursu wiedzy „Jestem bezpieczny w Internecie” zgłosiło się 40 uczniów ze szkoły podstawowej i klas gimnazjalnych. Uczestnicy odpowiadali na 25 różnorodnych pytań.

Zwycięzczykami konkursu zostały uczennice klasy II a gimnazjum. Pierwsze miejsce zdobyła Nikola Siecińska, drugie miejsce Zuzanna Kłusek, a trzecie Martyna Wilmańska. Zwycięzcom gratulujemy.

Lidia Jagielska
fot. nadesłane



DOBRCZE TO WIEDZIEĆ

Kary za zaniedbanie władzy rodzicielskiej?

Senatorowie przygotowali projekt nowelizacji ustawy Kodeks rodzinny i opiekuńczy, która ma prowadzić do priorytetowego orzekania opieki naprzemienną nad dziećmi. Ponadto w przypadku, gdy w następstwie niewykonania orzeczenia o władzy rodzicielskiej dziecko targnie się na własne życie, rodzic będzie podlegał karze pozbawienia wolności od 2 do 12 lat. Jest to inicjatywa Komisji Praw Człowieka i Praworządności, w związku z petycją „Stop alienacji rodzicielskiej”.

Urząd marszałkowski wydłużył termin

Do piątku 13 kwietnia można składać wnioski o przyznanie Nagród Marszałka Województwa Kujawsko-Pomorskiego. Wyróżnienia zostaną przyznane w trzynastu kategoriach: gospodarka; fundusze unijne, rolnictwo i rozwój obszarów wiejskich; innowacyjne metody stosowane w zakresie rozwoju i promocji miast i obszarów wiejskich; nauka, badania naukowe i postęp techniczny; edukacja; kultura; ochrona zdrowia; sport; ochrona środowiska naturalnego; działalność społeczna i zaangażowanie na rzecz drugiego człowieka; budowa społeczeństwa obywatelskiego oraz promocja województwa. Wnioskodawcami mogą być osoby prawne, fizyczne, organizacje i instytucje gospodarcze i samorządy lokalne. Wnioski o przyznanie Nagrody Marszałka (dostępne na stronie www.kujawsko-pomorskie.pl) należy złożyć osobiście w punkcie podawczym Urzędu Marszałkowskiego w Toruniu lub przesyłać na adres: Sekretarz Kapituły Nagród Marszałka, Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego, Plac Teatralny 2, 87-100 Toruń.

KRUS przypomina

Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego przypomina, że do 31 maja rolnik lub domownik prowadzący jednocześnie pozarolniczą działalność gospodarczą zobowiązany jest złożyć w macierzystej jednostce organizacyjnej KRUS zaświadczenie albo oświadczenie, że nie została przekroczona roczna kwota graniczna podatku dochodowego od przychodów z pozarolniczej działalności gospodarczej za rok ubiegły. Kwota podatku należnego za 2017 r. wynosi 3,3 tys. zł.

Niższe bezrobocie

Według Eurostatu, w lutym br. stopa bezrobocia w Polsce wyniosła 4,4 proc. To wynik, który utrzymuje nasz kraj w europejskiej czołówce, na szóstym miejscu. Średnie bezrobocie w UE to 7,1 proc. Najmniej bezrobotnych jest w Czechach (2,4 proc.) oraz na Malcie i w Niemczech (po 3,5 proc.). Po drugiej stronie barykady są: Hiszpania (16,1 proc.) i Grecja (20,8 proc.).

Pamiętaj o złożeniu PIT-u

Do 30 kwietnia można składać zeznanie podatkowe za 2017 rok. Resort finansów przygotował kampanię informacyjną Szybki PIT. Do końca miesiąca w urzędach skarbowych będą działać specjalne stanowiska komputerowe dla osób wysyłających elektronicznie PIT. Ponadto 12, 19 i 26 kwietnia w resorcie finansów odbędą się dyżury telefoniczne, w czasie których eksperci odpowiedzą na pytania podatników dotyczące rozliczenia rocznego, a 26 i 27 kwietnia wszystkie urzędy skarbowe w Polsce będą pracować dłużej.

Nowości w ubezpieczeniach wypadkowych

1 kwietnia weszły w życie zmiany przepisów określających obowiązujące wysokości stóp procentowych składki na ubezpieczenie wypadkowe.

— Tym samym płatnicy składek, którzy samodzielnie ustalają wysokość stopy procentowej tej składki, zgłaszający do ubezpieczenia wypadkowego co najmniej 10 ubezpieczonych, powinni przed przekazaniem dokumentów rozliczeniowych za kwiecień 2018 r. zweryfikować wysokość stopy procentowej składki, ustalonej dla grupy działalności, do której należą z uwagi na swój rodzaj przeważającej działalności wg PKD — informuje ZUS.

W przypadku płatników zgłaszających do ubezpieczenia wypadkowego nie więcej niż 9 ubezpieczonych oraz płatników, którzy nie podlegają wpisowi do rejestru REGON, wysokość stopy procentowej składki na ubezpieczenie wypadkowe od 1 kwietnia 2018 r. wynosi 1,67 proc.

Prokuratury regionalne zbadają skargę nadzwyczajną?

Resort sprawiedliwości przygotował projekt rozporządzenia zmieniającego regulamin wewnętrzny urzędowania powszechnych jednostek organizacyjnych prokuratury. W myśl tych zapisów, to prokuratury regionalne mają badać przesłanki do skierowania do Sądu Najwyższego skargi nadzwyczajnej. Następnie prokurator regionalny powinien niezwłocznie przesłać do Prokuratury Krajowej akta sprawy i projekt skargi nadzwyczajnej.

Przypomnijmy, że skarga nadzwyczajna to środek zaskarżenia przysługujący od spraw zakończonych prawomocnym wyrokiem przed sądami powszechnymi lub wojskowym. Można ją wnosić, kiedy orzeczenie narusza zasady lub wolności i prawa człowieka i obywatela określone w Konstytucji, w sposób rażąco narusza prawo przez błędną jego wykładnię lub niewłaściwe zastosowanie, kiedy zachodzi oczywista sprzeczność istotnych ustaleń sądu z treścią zebranego w sprawie materiału dowodowego, kiedy orzeczenie nie może być uchylone lub zmienione w trybie innych nadzwyczajnych środków zaskarżenia.

Bezsensowne wypalanie

BEZPIECZEŃSTWO ▶ Co roku wiosną zdarzają się pożary nieużytków. I tym razem strażacy mają już pełne ręce roboty



6 kwietnia minister spraw wewnętrznych zainaugurował w Bydgoszczy akcję „Stop pożarom traw”. Niestety, w ostatnich dniach odnotowano 12 tysięcy małych i większych pożarów. Zginęły dwie osoby.

Od pokoleń pokutuje przekonanie, że wypalona ziemia szybciej się odradza. Nic bardziej mylnego. Wypalenie powoduje sterylizację gleby, giną

żyjące w niej pożyteczne organizmy. Ten proceder generuje też straty finansowe. Każdy wyjazd strażaków to marnowane publiczne złotówki.

Zwykły Kowalski za przyłapanie na wypalaniu traw może zapłacić grzywnę do 5 tys. zł. Jeśli przyjdzie mu odpowiadać za spowodowanie niebezpieczeństwa powszechnego pożaru, grozi za to do 8 lat pozbawie-

nia wolności. Rolnik traci sporo. W skrajnych przypadkach możliwe jest odebranie dopłat bezpośrednich.

W praktyce złapanie sprawcy podpalenia jest bardzo trudne, a zasądzone kary oscylują w okolicach 1 tys. zł. To wszystko sprawia, że proceder wciąż jest popularny.

(pw)

fot. Wikipedia/ilustracyjne

Szkodniki

Kruszynek na pomoc

Omacnica prosowianka to szkodnik kukurydzy, który trudno zwalczyć. Ekologicznym sposobem jest zastosowanie małej błonkówki, zwanej kruszynkiem.



Omacnica wkrótce po pojawieniu się na świecie wgrzyza się w łodygi kukurydzy. Stosowanie pestycydów jest trudne,

ponieważ roślina jest już wysoka i można zniszczyć ją, jeśli nie zastosuje się opryskiwacza szkodliwego.

Naturalnym szkodnikiem omacnicy jest kruszynek – mała błonkówka. Składa on jaja w jajach motyli, w tym omacnicy. W ten sposób szkodnik nawet nie zdoła wykluć się z jaja. Na rynku dostępne są specjalne zawieszki, które umieszcza się na liściach kukurydzy. Na hektar potrzebnych jest 25 szt. Inną formą aplikacji kruszynka są kapsułki. Wystarczy porozrzucić je w równych odległościach po polu.

Dla największych gospodarstw powyższe formy są mało praktyczne i zbyt pracochłonne. Kruszynek rozrzuca się nad polami przy pomocy dronów. Średnio podczas jednego przelotu da się zabezpieczyć ok. 6 hektarów upraw.

(pw)

fot. pixabay/ilustracyjne

KRUS

Turnusy dla dzieci

W okresie wakacji Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Zdrowotnego organizuje turnusy rehabilitacyjne dla dzieci. Jak można z nich skorzystać?

Na turnusy mogą udać się dzieci urodzone między 2003 a 2011 rokiem. Przynajmniej jedno z rodziców musi być ubezpieczone w KRUS.

Pierwszym krokiem jest wy-

pełnienie wniosku dostępnego w każdym biurze powiatowym KRUS. To, czy dziecko pojedzie na turnus, zależy od pozytywnego rozpatrzenia wniosku przez lekarza inspektora oddziału regional-

nego. Pierwszeństwo w skierowaniu na turnusy rehabilitacyjne mają dzieci posiadające orzeczenie o niepełnosprawności.

Turnus trwa 21 dni i odbywa się w centrach rehabilitacji KRUS. Dzieci mają zapewnione wyżywienie, opiekę medyczną i program rehabilitacyjny. Do Szklarskiej Poręby kierowani są milusińscy z chorobami układu oddechowego, a z problemami z układem ruchu – do Horyńca Zdroju.

(pw)

Finanse

Olej po staremu

Wbrew postulatom, nie będzie zwiększenia stawki zwrotu podatku akcyzowego od oleju napędowego dla rolników.

Samorząd rolniczy zwrócił się do rządu z postulatem zwiększenia stawki zwrotu. Motywował to wzrostem cen w rolnictwie i, co za tym idzie, wyższymi kosztami produkcji. Politycy wskazują, że najbliższa możliwość powiększenia zwrotu nadarzy się dopiero w przyszłorocznym budżecie. W planie wydatków i dochodów na ten rok nic już się nie zmienia.

Do końca kwietnia potrwa wypłata pierwszej tury zwrotów. Kolejna szansa na uzyskanie zwrotu planowana jest na drugą połowę roku. Będzie dotyczyła paliwa zakupionego między 1 lutego a 31 lipca. Pamiętajmy więc o zbieraniu faktur, które są jedynym dowodem zakupu paliwa.

Tegoroczna stawka zwrotu podatku wynosi 86 zł za hektar.

(pw)

Zaproszenie

A może sery?

Dla tych, którzy myślą o przetwarzaniu mleka np. na sery, 24 i 25 kwietnia w Minikowie odbędzie się wstęp do projektu „Wspieranie procesu tworzenia partnerstwa na rzecz innowacji w serowarstwie”.



Każdego dnia przeprowadzone będą praktyczne warsztaty dla grupy 15 osób. Udział w nich jest bezpłatny. Szczególnie poszukiwani są hodowcy bydła mlecznego, ale także przedstawiciele lokalnych producentów rolnych. Głównym celem podejmowanych działań projektowych ma być ułatwienie współpracy podmiotów rynkowych poprzez stworzenie warunków do poszukiwania i nawiązywania partnerstw oraz wymiana doświadczeń i praktyk w zakresie produkcji serów farmerskich.

Kolejny etap to wizyta w gospodarstwie produkującym sery.

Zapisy przyjmowane są telefonicznie pod numerem 723 692 545 lub mailowo: beata.chelminiak@kpodr.pl

W Polsce istnieje Stowarzyszenie Serowarów Farmerskich i Zarodowych. Jego członkowie aktywnie szkolą się, wymieniają się wiedzą i wprowadzają na rynek lokalne odmiany sera.

(pw)

fot. pixabay/ilustracyjne

Uprawa

Stołówka polowa

Ze skrzydlatym problemem zmagają się rolnicy z północy naszego województwa. Ich pola obsiadły tysiące ptaków wędrujących do swoich letnich kwater.

Ptaki dały się we znaki szczególnie w okolicach miejscowości Nowe na północ od Grudziądza. Obsiadały pola, a najbardziej smakował im rzepak. Linia zniszczeń pokrywa się z przebiegiem Wisły. Rolnikom pozostało odstraszenie ptaków. Mogą to robić za zgodą Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Bydgoszczy. Niestety, metoda jest nieskuteczna.

Sezonowe przeloty ptaków są nieuniknione, to prawo natury. Od kilku lat samorząd rolniczy apeluje do Ministerstwa Środowiska, by przyznawano odszkodowania za straty spowodowane przez ptactwo objęte ochroną. W praktyce rolnik często nie jest w stanie ustalić, jaki ptak dokonał szkody, ponieważ zwierzęta są w ciągłym ruchu.

(pw)

Czy stopy poniosą?

URODA ▶ Pielęgnacja stóp nie jest skomplikowana, a dzięki regularnym zabiegom możemy zapobiec przykrym dolegliwościom i zapewnić zdrowie oraz estetyczny wygląd



Nasze stopy zasługują na uwagę przez cały rok. Zazwyczaj przypominamy sobie o ich pielęgnacji, kiedy zbliżają się ciepłe dni i nadchodzi pora zmiany obuwia na lekkie.

Najprostsze zabiegi pielęgnacyjne to mycie stóp oraz wymaczanie. Oba doskonale chronią przed potencjalnymi obrzękami oraz dają ulgę obciążonym nogom. Namaczanie w ciepłej wodzie powinno trwać około dwudziestu minut. By zmiękczyć skórę, warto dodać płatki mydlane albo igliwie sosnowe, oliwę z oliwek, sól iwonicką lub nawet zwykłą sól kuchenną. By odświeżyć stopy, wlewamy kilka kropel olejku eterycznego miętowego lub z drzewa herbacianego. Ten ostatni, jako naturalny antyseptyk i środek dezynfekujący, działa na bakterie, wirusy i grzyby. Ograniczeniu potliwości sprzyja kąpiel z naparem z tymianku, szalwii i pokrzywy. Kończąc takie zabiegi należy pamiętać, by delikatnie i dokładnie osuszyć skórę ręcznikiem, nie uszkadzając miejsc między palcami, bo każde ich naruszenie lub skaleczenie sprzyja rozwojowi zakażeń bakteryjnych, grzybiczych lub mieszanych. Jeśli na tym etapie zdecydujemy się zakończyć pielęgnację, dobrze jest wmasować w stopy nawilżający krem.

Jeżeli dysponujemy większą ilością czasu, zmiękczona skóra po namoczeniu idealnie nadaje się do tego, by wykonać peeling. Skutecznie wygładza on szorstkości poprzez usuwanie zrogowaceń i martwego naskórka. Ścieranie warstwy rogowej naskórka powinniśmy wykonywać raz lub dwa razy w tygodniu, ponieważ zbyt częste zabiegi tego typu po-

budzają naskórek do szybszego odrastania.

Złuszczaj, nawilżaj

W warunkach domowych wykonać można dwa rodzaje peelingu – pierwszy to mechaniczne złuszczenie twardego naskórka tarką, drugi to rozpuszczenie go poprzez zastosowanie odpowiednich substancji chemicznych. W produktach pielęgnacyjnych do stóp zamieszcza się na przykład kwas hialuronowy, który zmiękcza stwardniały naskórek, alfa-hydroksykwasy (kwasy owocowe AHA) zmniejszające grubość warstwy rogowej, kwas salicylowy działający keratolitycznie (usuwa martwy naskórek), kwas mlekowy o działaniu nawilżającym i zmiękczącym skórę, roztwór wodorotlenku potasu o natychmiastowym działaniu zmiękczącym i rozpuszczającym twarde naskórki. Do peelingu mechanicznego posłuży nam naturalny, rozdrobniony pumeks, cukier i proszek bambusowy, ręczny lub elektryczny pilnik do stóp. Zabieg złuszczania powinien zakończyć się delikatnym masażem z zastosowaniem produktów nawilżających, natłuszczających oraz odświeżających stopy. Te ostatnie powinny być używane codziennie, systematyczna pielęgnacja zapobiega powstawaniu zgrubień, zrogowaceń, pozwala utrzymać odpowiednie nawilżenie, elastyczność i pobudza regenerację bariery naskórkowej.

W skład preparatów do pielęgnacji stóp wchodzi: witamina A i E, mocznik, gliceryna, hialuronian sodu, alantoina, pantenol, wyciąg z aloesu, olejek z awokado, lanolina. Efekt odświeżenia nadają natomiast: mentol, olejek miętowy, ekstrakt z pomarańczy,

olejek lawendowy, eukaliptusowy czy rozmarynowy.

Warto wiedzieć, że świeży pot jest bezwonny, a nieprzyjemna woń pojawia się dopiero pod wpływem działania bakterii rozkładających jego składniki. Problem przykrego zapachu wynikający z nadmiernej potliwości stóp można ograniczyć – a nawet całkowicie wyeliminować – stosując produkty, które zawierają w swoim składzie substancje hamujące rozkład bakterii i dające ochronę antybakteryjną, takie jak triclosan, siarczan glinu, chlorek glinu, tlenek cynku, klotrimazol, urotropinę, cząsteczki srebra, dimektikon, kwas borny. Przydatne są również spraye, antyperspiranty, pudry i zasyпки do stóp oraz butów. Trzeba jednak pamiętać, że przy potliwości stóp spowodowanej czynnikami emocjonalnymi lub fizjologicznymi, kosmetyki te mogą nie przynieść w pełni oczekiwanych efektów i niezbędna okaże się pomoc specjalisty oraz rozpoczęcie odpowiedniego leczenia.

Odciski i inne problemy

Odciski, nazywane także nagniotkami, są rodzajem zgrubień na skórze stóp. Pojawiają się najczęściej w wyniku przewlekłego ucisku i powodują przykry ból. Odcisk buduje jądro, które wrasta głęboko w skórę. By go usunąć, trzeba go cierpliwie rozpuszczać, stosując przeznaczone do tego specjalne plastry, maści lub płyny z kwasem salicylowym i kwasem mlekowym. Potem wrażliwe miejsce po nagniotku warto osłonić żelową podkładką, by ochronić skórę przed uciskiem.

Trzeba umieć odróżnić odcisk od pęcherza. Nasza skóra nie znosi dłuższego tarcia i reaguje wtedy podrażnieniami. Do powstania pęcherza dochodzi w momencie przedostania się płynu z naczyń krwionośnych pomiędzy skórę właściwą a naskórek. Wygodnym i bezpiecznym sposobem eliminacji problemu są hydrokoloidowe plastry. Działają jak druga skóra, zapewniają szybkie gojenie rany przez wchłonięcie płynu wypełniającego pęcherz, łagodzą ból i chronią przed dalszymi otarciami. Można je pozostawić na skórze na 24 godziny. Dostępne są w różnych kształtach i wielkościach. Pęcherze, które pękły, należy w miarę możliwości często dezynfekować. Pomoc lekarska potrzebna jest jedynie w przypadku zakażenia, objawiającego się ropną, żółtą wydzieliną.

Innym problemem nękającym nasze stopy są wrastające

paznokcie. Jeśli nie zaradzimy w odpowiednim momencie, nie tylko doprowadzimy do długotrwałej bolesności, ale również do przerwania powłok skórnych, krwawienia, stanu zapalnego, obrzęku, a w ostateczności do infekcji i wysięku ropnego. Dlatego powinniśmy pamiętać o profilaktyce i z odpowiednią częstotliwością obcinać paznokcie możliwie najbardziej poziomo, zrezygnować ze źle dopasowanego obuwia, unikać mechanicznych urazów oraz chronić stopy przed grzybicą. Wrastającego paznokcia nie można wycinać, a domowe sposoby przeznaczone są dla osób, u których nie widać oznak infekcji. Pomocne w łagodzeniu objawów są około 20-minutowe kąpiele z solą lub z płatkami mydlanymi, wsuwanie sterylnej waty pod płytkę paznokciową, codzienna dezynfekcja palców u stóp, częsta zmiana skarpetek (na wyłącznie bawełniane), by uniknąć zakażenia. Warto również wykorzystać dostępne w aptekach płyny i żele do paznokci, które posiadają właściwości zmiękczone płytkę paznokciową, ułatwiają obcinanie, pomagają zapobiegać jej wrastaniu. Powinno się je nakładać 1-2 razy dziennie na naskórek i brzożgi paznokcia do czasu ustąpienia dolegliwości.

Stopa cukrzycowa

Ze szczególną ostrożnością trzeba pielęgnować stopy u osób z cukrzycą, ponieważ choroba ta niesie za sobą wiele powikłań, a jednym z nich jest zespół stopy cukrzycowej. Każdy chory powinien codziennie starannie oglądać skórę swoich stóp. Nie wolno dopuszczać do jej przesuszenia lub zranienia. Nie należy również zbyt długo moczyć stóp w wodzie, może to spowodować zmacerowanie skóry i utratę jej właściwości ochronnych. Bardzo ważna jest podstawowa higiena i czynność osuszania stóp, zwłaszcza między palcami. Z wyjątkową uwagą należy obcinać paznokcie – niezbyt krótko i prosto. Trzeba nosić wygodne i odpowiednio dopasowane buty. Nie wolno dopuszczać do powstawania pęcherzy i odcisków, gdyż zakazane jest stosowanie jakichkolwiek preparatów do usuwania nagniotków. Przeciwwskazane jest chodzenie boso, bo sprzyja urazom, skaleczeniom, zakażeniom grzybiczym czy bakteryjnym. Dla ochrony i kosmetyki stóp pożądane jest stosowanie tylko i wyłącznie produktów przebadanych dermatologicznie i posiadających atesty, informacje o nich znajdziemy na opakowaniu lub ulotce danego preparatu.

CZY WIESZ, ŻE...?

Nasza stopa zbudowana jest z 26 kości, 33 stawów i 112 więzadeł. Każdego dnia stopy wydzielają ćwierć litra wilgoci, przenoszą około 2520 ton obciążenia u osoby ważącej 70 kilogramów. Stopy średnio wykonują od 8 do 10 tysięcy kroków dziennie, przechodząc łącznie 8 kilometrów.



Nauka przez zabawę

EDUKACJA ➤ W dniach 12-13 kwietnia w Szkole Podstawowej w Wielkiej Łące (powiat golubsko-dobrzyński) pojawi się Naukobus. Wszyscy chętni będą mogli bezpłatnie oglądać wystawy przygotowane przez Centrum Nauki Kopernik



– Jak by to było, gdyby dzieci samodzielnie eksperymentując, mogły dostrzec inną, emocjonującą twarz nauki? Gdyby to nie były zwykłe lekcje biologii, chemii, fizyki czy informatyki, ale pełne niespodzianek samodzielne odkrywanie praw i zasad, które rządzą światem? Taką właśnie możliwość daje „Naukobus”, projekt Centrum Nauki Kopernik. To zo stacji badawczych, które przyjeżdżają do szkoły wraz z edukatorami, dają szansę na dobrą zabawę i poszerzenie wiedzy – tłumaczy Aleksandra Rządewska, specjalistka ds. komunikacji z Centrum Nauki Kopernik.

Do udziału w takiej przygodzie zaprasza w tym roku warszawskie

Centrum Nauki Kopernik. Weźmie w niej udział ponad 160 tys. dzieci, rodziców i nauczycieli ze 160 małych miejscowości w całej Polsce. 12 i 13 kwietnia Naukobus pojawi się w Szkole Podstawowej w Wielkiej Łące. W placówce zostaną rozstawione stacje badawcze, a uczniowie oraz wszyscy goście, w towarzystwie edukatorów, będą mogli z nich korzystać przez sześć godzin dziennie.

– Samodzielne eksperymentowanie pozwala obudzić ciekawość i uczyć się bez wysiłku znanego z lekcji – siadając na wirującym krześle, można doświadczyć, jak w praktyce działa teoria zachowania momentu pędu – dodaje Rządewska. – Można też m.in.

przetestować uwięzioną piłkę, wirujące krzesło, kulę plazmową, półkule magdeburskie i trójwymiarowy model anatomiczny ludzkiego ciała. Dla uczniów przygotowany został także „Poradnik młodego naukowca” – propozycja doświadczeń, które mogą tam znaleźć i samodzielnie przeprowadzić w domu, pozwalając dłużej cieszyć się kontaktem z nauką w mniej poważnej formie.

Wyjazdy Naukobusa są możliwe dzięki programowi „Nauka dla Ciebie”, realizowanemu wspólnie przez Centrum Nauki Kopernik i Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

(ToB)

fol. nadesłane

Lipno

Będzie powitanie lata

21 czerwca przy PUK Arenie mieszkańcy oficjalnie przywitają lato, biorąc udział w imprezie pod hasłem „Koncert na łące”.

Organizatorem wydarzenia jest Stowarzyszenie „Zielona Lipa”.

– Sam festiwal Lipa to już ciut za mało na tak prężnie działające i kreatywne stowarzyszenie – przyznają organizatorzy. – Zatem skoro organizujemy imprezę na zakończenie wakacji, dlaczego miałyby nie być czegoś na ich rozpoczęcie? Od pomysłu do realizacji u nas jest zazwyczaj bardzo krótka droga, dlatego za-

czeliśmy działać i mimo że na organizację mieliśmy bardzo mało czasu, zaledwie dwa miesiące... udało się! Długo myśleliśmy nad tym, gdzie umiejscowić wydarzenie, ale byliśmy pewni jednego: wydarzenie musi być na łonie natury, w towarzystwie pięknej zielonej łąki i naszej rzeki! Dlaczego? Impreza ma charakter cykliczny i jej główną ideą jest stała data – 21 czerwca, pierwszy dzień lata, czyli połączenie pradawnej nocy

świętojańskiej ze współczesną potrzebą integracji na świeżym powietrzu.

Impreza rozpocznie się o 18.00. W programie zaplanowano m.in. konkurs na najpiękniejszy wianek, warsztaty pieczenia podkłomyków, zabawy i konkursy. Gwiazdą wieczoru będzie zespół Same Suki. Grupa wykonuje muzykę folk. Formacja pojawi się na scenie około 21.00.

(ToB)

Co? Gdzie? Kiedy?

➤ Lipno

➤ Miejskie Centrum Kulturalne w Lipnie zaprasza na Lipnowski Festiwal Nauki, który odbędzie się 11 maja w kinie Nawojka. Niecodzienne pokazy doświadczeń chemicznych przeprowadzą pracownicy naukowcy Centrum Chemii w Małej Skali, działającego przy UMK w Toruniu. Bilety indywidualne na to wydarzenie, w cenie 5 zł, są do nabycia w sekretariacie MCK. Szczegółowe informacje oraz zapisy grupowe w sekretariacie MCK przy ul. Piłsudskiego 22 lub pod nr. tel. 54 287 24 40. Liczba miejsc ograniczona.

➤ Golub-Dobrzyń

➤ Do 6 maja w Ośrodku Chopinowskim w Szafarni jest dostępna ekspozycja prac Henryka Hereca, poświęcona Chopinowi i jego muzyce. Na wszystkich obrazach obecny jest motyw klawiatury, a na wielu pojawia się zarys fortepianu. Henryk Herec urodził się w Warszawie w 1928 roku. Studiował w Grafiki Szkole Malmö w pracowni prof. Bertil Lundberg, „Deko” Szkole w pracowni prof. A. Grundsod oraz na Wydziale Historii Sztuki Katolickiego Uniwersytetu w Lublinie. Przez rok był stypendystą Svenska Institutet w Sztokholmie.

➤ Wąbrzeźno

➤ W piątek 13 kwietnia w Wąbrzeskim Domu Kultury Paweł Becker wygłosi prelekcję pt. „Historia budowy wąbrzeskiej fary”. Z kolei kustosz wąbrzeskiego Sanktuarium Matki Bożej Brzemiennej ks. dr Jan Kalinowski przedstawi informację o podjętych w ostatnich latach na terenie parafii pracach remontowo-konserwacyjnych. Ich zobrazowaniem będą fotografie odzwierciedlające zakres prac, który udało się zrealizować. Autorami prezentowanych na wystawie fotografii są: ks. Jan Kalinowski, ks. Paweł Dąbrowski oraz Wiesław Duma.

➤ WDK informuje, że zaplanowany na sobotę 14 kwietnia VI Wojewódzki Festiwal Piosenki Harcerskiej o „Wąbrzeską lilijkę” został odwołany z uwagi na zbyt małą liczbę uczestników.

➤ We wtorek 17 kwietnia o 17.00 dom kultury zaprasza na wąbrzeskie fajfy. Po raz kolejny w muzyczną podróż po polskich i światowych przebojach zabierze gości Paweł Maks. Na spotkaniu nie zabraknie wiosennych akcentów muzycznych. Tym razem z płyt winylowych popłyną takie przeboje jak: „Kiedy wiosna”, „Wiosna ach to ty” czy „Kiedy znów zakwitną białe bzy”. Wstęp wolny.

➤ 21 kwietnia o 19.00 w WDK będzie można zobaczyć najlepsze skecze Kabaretu z Konopi. Grupa zdobyła kilkanaście nagród publiczności oraz jest laureatem kilkudziesięciu festiwali kabaretowych, takich jak: KOKS, PKS, Dowcipakery, Mulatka, Fermenty, PAKA, Kopytko, Festiwal Dobrego Humoru, Zostań Gwiazdą Kabaretu, Japko itp. Kabaret koncertuje po całej Polsce oraz za granicą. Obecny skład tworzą: Krzysztof Kubalski, Norbert Orłowicz oraz Radosław Kielich. Bilety do nabycia w kasie WDK od pon. do pt. w godz. 12.00-16.00 w cenie 35 zł/osoba, ceny biletów grupowych (grupa od 15 osób) 30 zł/osoba. Więcej informacji pod nr. tel. 56 688 17 27, wew. 27.

➤ 25 kwietnia w Wąbrzeskim Domu Kultury zostanie zorganizowany Wojewódzki Festiwal Osób Niepełnosprawnych „Wąbrzeski Mikrofon”. Każdy uczestnik wykona jedną piosenkę w języku polskim. Organizator zapewnia nagłośnienie, aparaturę do odtwarzania podkładu muzycznego (CD) oraz poczęstunek. Zgłoszenia są przyjmowane do piątku 13 kwietnia. Szczegółowy regulamin można znaleźć na stronie: www.wdkwabrzezno.pl.

➤ Rypin

➤ 12 kwietnia o godz. 14.00 w Sali Wystaw i Promocji MPBP w Rypinie przy ul. Warszawskiej 20 odbędzie się kolejne spotkanie Dyskusyjnego Klubu Książki. Dotyczyć będzie książki Katarzyny Leżeńskiej „Studnia życzeń”. Wstęp wolny.

➤ Z kolei we wtorek 17 kwietnia księżnica zaprasza na Klub Filmowy oraz projekcję filmu „Moon” z 2009 r. w reżyserii Duncana Jonesa (syna Davida Bowiego). Pozycja obowiązkowa dla fanów science fiction z treścią i drugim dnem. Laureat tegorocznego Oscara, Sam Rockwell, w roli samotnego astronauty na Srebrnym Globie, który musi stawić czoła nie tylko własnym słabościom, ale także przerażającym faktom, które odkrywa. W książkowej scenarii stawia pytania filozoficzne o to, kim jest człowiek i co go definiuje. Ile warte jest ludzkie życie? Wstęp wolny.

➤ 19 kwietnia o 16.00 w bibliotece będzie można podyskutować o książce „Dygot” Jakuba Małeckiego, w ramach Młodzieżowego Dyskusyjnego Klubu Książki. Wstęp bezpłatny.

➤ Rypiński Dom Kultury ogłosił II edycję Festiwalu Filmów Amatorskich „Stopklatka”. Prace można nadsyłać do 27 sierpnia. Konkurs adresowany jest przede wszystkim do uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych, studentów oraz pozostałych miłośników amatorskiego filmowania. Tematyka jest dowolna, ale czas projekcji filmu nie może przekroczyć 30 minut (w uzasadnionych przypadkach organizator może wyrazić zgodę na dłuższy obraz). Zgłoszenia, wraz z płytą, należy nadsyłać do 27 sierpnia na adres: Rypiński Dom Kultury, ul. Warszawska 8, 87-500 Rypin. Można zgłosić maksymalnie dwie produkcje. Organizatorzy przewidzieli pulę nagród finansowych i rzeczowych.

oprac. (ToB)



12.04.2018-18.04.2018



program

SZKLANA PUŁAPKA 5

A GOOD DAY TO DIE HARD

Poniedziałek 16 kwietnia

Polsat 20:05

TVP 1



20:35 Ojciec Mateusz

06:25 Elif odc. 222 - serial
07:20 Komisarjat odc. 59 - serial
07:45 Alarm!
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
- publicystyczny
08:40 Jaka to melodia?
09:15 Komisarz Alex odc. 136 - serial
10:10 Klan odc. 3293
10:35 Jeden z dziesięciu
11:05 Doktor Quinn odc. 18 s. 4 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes - rolniczy
12:30 Agropogoda Pogoda
12:45 Amur. Amazonka Azji
odc. 2 - serial
13:45 Elif odc. 223 - serial
14:45 Korona królów odc. 61 - serial
15:15 Alarm!
15:30 Wiadomości
15:45 Pogoda
15:50 Wszystko dla pań odc. 27 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
18:00 Klan odc. 3294
18:30 Korona królów odc. 62 - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Sport
20:15 Alarm!
20:35 Ojciec Mateusz odc. 245 - serial
21:30 Sprawa dla reportera Cykl
- reportaży
22:20 Magazyn śledczy Anity Gargas
22:55 Magazyn kryminalny 997 odc. 7
23:50 Ocaleni odc. 3
00:50 Wojskopolskie.pl odc. 5

TVP 2



20:10 Barwy Szczęścia

05:55 Na dobre i na złe
odc. 703 - serial
06:50 Podróże z historią odc. 7
07:20 Na sygnale odc. 33 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:00 Panorama
11:15 Pytanie na śniadanie
- ekstra odc. 28
11:25 Rodzinka.pl odc. 60 - serial
11:55 Barwy szczęścia
odc. 1842 - serial
12:30 Koło fortuny
13:05 Tylko z tobą odc. 113 - serial
13:55 Mosty Ameryki. Historia Rudolfa
Modrzejewskiego odc. 2 - serial
14:55 Na dobre i na złe
odc. 703 - serial
16:00 Familiada
16:30 Koło fortuny
17:10 Meandry uczuć odc. 88 - serial
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport-telegram
18:35 Rodzinka.pl odc. 61 - serial
19:05 Na sygnale odc. 34 - serial
19:35 Barwy szczęścia
odc. 1842 - serial
20:10 Barwy szczęścia
odc. 1843 - serial
20:45 The Good Doctor odc. 18 - serial
21:40 Zawód: Amerykanin
odc. 6 - serial
22:40 Za marzenia odc. 6 - serial
23:35 Straszny film 4 - komedia

tvn



08:00 Dzień Dobry TVN

05:40 Mango - Telezakupy
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 1 s. 3
07:50 Doradca smaku
odc. 23 s. 8 kulinarny
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 2226
10:55 Ukryta prawda odc. 892 - serial
12:00 Szkoła odc. 544 - serial
13:00 19+ odc. 245 - serial
13:30 Szpital odc. 781 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 5 s. 12
15:30 Szkoła odc. 545 - serial
16:30 19+ odc. 246 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 893 - serial
18:00 Szpital odc. 782 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 5278 reporterów
20:10 Doradca smaku
odc. 24 s. 8 kulinarny
20:15 Na Wspólnej odc. 2661 - serial
20:55 Milionerzy odc. 147,
21:30 Kuchenne rewolucje odc. 8 s. 17
22:35 Zróbmy sobie wnuka - komedia
0:30 Tron: Dziedzictwo - science fiction

POLSAT



17:00 Gliniarze

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 659 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy
odc. 411 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy
odc. 412 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie
odc. 14 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 747 - serial
12:00 Gliniarze odc. 138 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 784 - serial
14:00 Pierwsza miłość
odc. 2671 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 830 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 213 - serial
17:00 Gliniarze odc. 203 - serial
18:00 Pierwsza miłość
odc. 2672 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
odc. 521 - serial
20:05 Nasz nowy dom odc. 113
21:10 Przyjaciółki odc. 129 - serial
22:10 Wyjźd za mnie odc. 4
23:20 Książniczka i żołnierz
- obyczajowy

HITY DNIA



„Mama i ja”
(2012r.) TVN7 20:00

Andy to chemik i wynalazca, który nie najlepiej radzi sobie w życiu. Mężczyzna ukrywa problemy przed apodyktyczną matką. Pewnego dnia postanawia zabrać ją ze sobą w podróż i tym samym pomóc jej odzyskać dawną miłość.



„Trick”
(2010r.) TV Puls 22:10

Marek jest utalentowanym fałszerzem dolarów. Pewnego dnia kończy się jego dobra passa i mężczyzna trafia do więzienia. Odwiedzają go funkcjonariusze służb specjalnych i składają kuszącą propozycję.

7 tvn



22:05 Lucyfer

05:20 Ukryta prawda odc. 199 - serial
06:25 Szpital odc. 293 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 12 - serial
08:20 Zaklinaczka duchów
odc. 10 - serial
09:20 Przepis na życie
odc. 13 s. 2 - serial
10:20 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda odc. 569 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 13 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
odc. 467 - serial
14:55 Szpital odc. 294 - serial
15:55 Zaklinaczka duchów
odc. 11 - serial
16:55 Przepis na życie
odc. 1 s. 3 - serial
17:55 Agentka o stu twarzach
odc. 22 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 570 - serial
20:00 Mama i ja - komedia
22:05 Lucyfer odc. 7 s. 2 - serial
23:05 American - horror Story: Asylum
odc. 7 s. 2 - serial
00:05 Pamiętnik - melodramat

4



16:00 Nie igraj z aniołem

06:00 Detektywi w akcji odc. 59 - serial
07:05 Jeźdźcy smoków odc. 10 - serial
07:35 Jeźdźcy smoków odc. 11 - serial
08:00 Drużyna A odc. 9 s. 4 - serial
09:00 Detektyw Monk
odc. 11 s. 6 - serial
10:00 Sekrety sąsiadów odc. 34 - serial
10:30 Sekrety sąsiadów odc. 35 - serial
11:00 Drużyna A odc. 10 s. 4 - serial
12:00 Detektyw Monk
odc. 12 s. 6 - serial
13:00 Detektywi w akcji
odc. 123 - serial
14:00 STOP Drogówka
odc. 173 policyjny
15:00 Detektywi w akcji
odc. 124 - serial
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 88
17:00 Nie igraj z aniołem odc. 89
18:00 Policjantki i policjanci
odc. 392 - serial
19:00 Policjantki i policjanci
odc. 393 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny
odc. 180 - serial
21:00 Za linią wroga - sensacyjny
23:20 Paparazzi - thriller

puls



11:00 Kobra - oddział specjalny

06:00 To moje życie! odc. 266 s. 3
07:00 Dziesięć przykazań
odc. 33 - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw
odc. 71 s. 2 - serial
09:00 Na wariackich papierach
odc. 12 - serial
10:00 Gliniarz i prokurator
odc. 17 s. 3 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny
odc. 2 s. 10 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 16 s. 4 - serial
12:55 Agenci NCIS: Los Angeles
odc. 20 s. 4 - serial
13:50 Lombard. Życie pod zastaw
odc. 43 s. 2 - serial
14:50 Kobra - oddział specjalny
odc. 3 s. 10 - serial
15:55 Gliniarz i prokurator
odc. 18 s. 3 - serial
16:55 Na wariackich papierach
odc. 13 - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw
odc. 71 s. 2 - serial
19:00 Lombard. Życie pod zastaw
odc. 72 s. 2 - serial
20:00 Kariera Nikosia Dyzy - komedia
22:10 Trick - sensacyjny
00:10 Najmieszniejsi odc. 5 - kabaret

TVP KULTURA



16:20 Chuligan literacki

08:00 Studio Kultura - rozmowy
odc. 1259
08:15 Dezerterzy
odc. 73, - publicystyczny
08:50 Informacje kulturalne odc. 2625
09:15 Ceremonia pogrzebowa - dramat
11:00 Królewskie sny odc. 5 - serial
12:20 Królewskie sny odc. 6 - serial
13:45 Informacje kulturalne odc. 2625
14:05 Rzecz Polska odc. 6
14:20 Studio Kultura - rozmowy
odc. 1259
14:35 Mistrz i Malgorzata odc. 4 - serial
16:20 Chuligan literacki
odc. 77, - publicystyczny
16:55 Zmruż oczy - komediodramat
18:35 Przeżyjmy to jeszcze raz. Plakat
w PRL - dokumentalny
19:20 Dzienniki Lipsetta - animowany
19:40 Informacje kulturalne odc. 2626
20:00 Wiek niewinności - melodramat
22:25 Scena klasyczna odc. 15 - recital
23:15 Dziennik filozofa odc. 113
23:25 Kraina Oświeconych
- dokumentalny

TVP HISTORIA



12:55 Sensacje XX wieku

06:50 Był taki dzień odc. 530 - felieton
06:55 Gorycz i chwała - dokumentalny
07:50 Wojciech Cejrowski
- bosu przez świat odc. 65
08:30 Cudowny świat przyrody
odc. 8 - serial
09:05 Pogranicze w ogniu
odc. 22 - serial
10:10 Jak było? odc. 5, - publicystyczny
10:50 Flesz historii Magazyn
11:10 Kryptonim „Muzeum”- Szlak
Armii Krajowej odc. 3
11:30 Wyprawy krzyżowe odc. 2 - serial
12:25 Było, nie minęło - kronika
zwiadowców historii
12:55 Sensacje XX wieku odc. 140
13:30 Sensacje XX wieku odc. 187
14:00 Encyklopedia II wojny światowej
odc. 77 - serial
14:35 Wyprawy krzyżowe odc. 3 - serial
15:40 Szalom Lejbuszewo odc. 21
- reportaż
16:20 Smoleński lot - dokumentalny
17:20 Taśmy bezpieki odc. 46
17:50 Janosik odc. 2 - serial
18:45 Sensacje XX wieku odc. 118
19:20 Sensacje XX wieku odc. 119
19:55 Było, nie minęło - kronika
zwiadowców historii
20:30 Pancerni pogromcy Hitlera
odc. 2, - dokumentalny
21:35 Pogranicze w ogniu
odc. 23 - serial
22:40 Spór o historię odc. 48
23:25 Śledczak - dokumentalny
00:20 Powrót Odysa odc. 9 - serial

TRWAŁ

08:00 Informacje dnia Wiadomości
08:15 Polski punkt widzenia
- publicystyczny
08:40 Słowo życia - rozważanie
Ewangelii dnia
08:45 Przygody Mobilków - serial
09:00 Na zdrowie - poradnikowy
09:25 Święty na każdy dzień
09:30 Cud wirującego słońca
- animowany
10:00 Informacje dnia Wiadomości
10:15 Rozmowy niedokończone
- publicystyczny
11:25 Myśląc ojczyzna - felieton
11:35 Przyroda i ludzie - przyrodniczy
12:00 Regina Coeli
12:03 Informacje dnia
12:20 Po stronie prawdy - reportaż
13:20 Bioetyczny detektyw
odc. 7, - dokumentalny
13:40 Serce Afryki - dokumentalny
14:10 Wielkie serce Jack - obyczajowy
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 Z wędką nad wodę
w Polskę i świat
16:35 Przegląd tygodnika rodzin
katolickich „Źródło”
16:40 Kapłan pro-life - dokumentalny
16:50 Kartka z kalendarza - muzyczny
16:55 Przegląd katolickiego tygodnika
„Niedziela” - publicystyczny
17:00 W Solankowej Dolinie - serial
17:25 Święty na każdy dzień
17:30 Okiem kamery Cyki - reportaży
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia Wiadomości
18:15 Rozmowy niedokończone
- publicystyczny
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Superksięga odc. 6 s. 2, - serial
20:00 Informacje dnia Wiadomości
20:20 Różaniec
20:50 Głos Polski - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy
Cudownego Obrazu Matki
Bożej Częstochowskiej
na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia Wiadomości
21:40 Polski punkt widzenia
- publicystyczny
22:00 Fryderyk Chopin
i jego muzyka odc. 1
22:30 Z wędką nad wodę
w Polskę i świat
23:00 Sanktuarium Matki Ubogich
w Banneux - dokumentalny
23:50 Spacer po misji w Gahunga
- reportaż

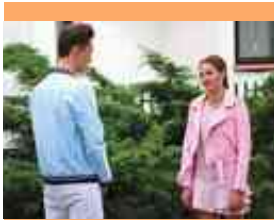
TVP 1



17:55 Leśniczówka

05:50 Telezakupy
06:25 Elif odc. 223 - serial
07:15 Komisarjat odc. 60 - serial
07:45 Alarm!
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:40 Jaka to melodia?
09:15 Ojciec Mateusz odc. 245 - serial
10:10 Klan odc. 3294
10:35 Jeden z dziesięciu
11:05 Doktor Quinn odc. 19 s. 4 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes - rolniczy
12:25 Agropogoda
12:30 Rok w zagrodzie
12:45 Amur. Amazonka Azji odc. 3 - serial
13:50 Elif odc. 224 - serial
14:45 Korona królów odc. 62 - serial
15:15 Alarm!
15:30 Wiadomości
15:45 Pogoda
15:50 Wszystko dla pań odc. 28 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
17:55 Leśniczówka odc. 14 - serial
18:25 Leśniczówka odc. 15 - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Sport
20:15 Alarm!
20:35 The Wall. Wygraj marzenia odc. 28,
21:30 Sławomir Big - quiz muzyczny
22:35 Korzenie odc. 3 - serial
23:40 Gwiazda - obyczajowy

TVP 2



19:35 Barwy Szczęścia

06:00 Za marzenia odc. 6 - serial
06:50 Anna Dymna - spotkajmy się - dyskusja
07:20 Na sygnale odc. 34 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:00 Panorama
11:15 Pytanie na śniadanie - ekstra odc. 29
11:25 Rodzinka.pl odc. 61 - serial
11:55 Barwy szczęścia odc. 1843 - serial
12:30 Koło fortuny
13:05 Tylko z tobą odc. 114 - serial
14:00 Coś dla Ciebie odc. 145, - publicystyczny
14:25 Zakupy pod kontrolą odc. 3 poradnikowy
15:00 Za marzenia odc. 6 - serial
16:00 Familiada
16:30 Koło fortuny
17:15 Meandry uczuć odc. 89 - serial
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport-telegram
18:35 Rodzinka.pl odc. 62 - serial
19:05 Na sygnale odc. 35 - serial
19:35 Barwy szczęścia odc. 1843 - serial
20:10 Barwy szczęścia odc. 1844 - serial
20:45 O mnie się nie martw odc. 97 s. 8 - serial
21:40 Rodzinka.pl odc. 231 - serial
22:15 Krag podejrzanych odc. 6 - serial
23:40 Zawód: Amerykanin odc. 6 - serial
00:40 Barbershop II: Z powrotem w interesie - komedia

tvn



08:00 Dzień Dobry TVN

05:40 Mango - Telezakupy
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 2 s. 3
07:50 Doradca smaku odc. 24 s. 8 kulinarny
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 2227
10:55 Ukryta prawda odc. 893 - serial
12:00 Szkoła odc. 545 - serial
13:00 19+ odc. 246 - serial
13:30 Szpital odc. 782 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 6 s. 12
15:30 Szkoła odc. 546 - serial
16:30 19+ odc. 247 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 894 - serial
18:00 Szpital odc. 783 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 5279 reporterów
20:00 Łowca czarownic - przygodowy
22:25 Nienarodzony - horror
00:10 Kuba Wojewódzki odc. 8 s. 12



16:30 Na ratunek 112

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 660 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 413 - serial
09:30 SuperPies odc. 6 poradnikowy
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 15 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 748 - serial
12:00 Gliniarze odc. 139 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 785 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2672 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 831 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 214 - serial
17:00 Gliniarze odc. 204 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2673 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 522 - serial
20:05 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami odc. 79,
22:10 Star Trek: W nieznane - science fiction
00:55 Droga bez powrotu VI: Hotel na uboczu - horror



12:55 Sąd rodzinny

05:20 Ukryta prawda odc. 200 - serial
06:25 Szpital odc. 294 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 13 - serial
08:20 Zaklinaczka duchów odc. 11 - serial
09:20 Przepis na życie odc. 1 s. 3 - serial
10:20 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda odc. 570 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 14 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 468 - serial
14:55 Szpital odc. 295 - serial
15:55 Zaklinaczka duchów odc. 12 - serial
16:55 Przepis na życie odc. 2 s. 3 - serial
17:55 Zabójcza broń odc. 1 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 571 - serial
20:00 Dary anioła: Miasto kości - fantastyczny
22:45 Zanim odejdą wody - komedia
00:45 Strzelec odc. 2 - serial



13:00 Galileo

06:00 Detektywi w akcji odc. 60 - serial
07:05 Jeźdźcy smoków odc. 11 - serial
07:35 Jeźdźcy smoków odc. 12 - serial
08:00 Drużyna A odc. 10 s. 4 - serial
09:00 Detektyw Monk odc. 12 s. 6 - serial
10:00 Sekrety sąsiadów odc. 36 - serial
10:30 Sekrety sąsiadów odc. 37 - serial
11:00 Drużyna A odc. 11 s. 4 - serial
12:00 Detektyw Monk odc. 13 s. 6 - serial
13:00 Galileo odc. 674
14:00 Galileo odc. 675
15:00 Detektywi w akcji odc. 125 - serial
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 90
17:00 Nie igraj z aniołem odc. 91
18:00 Policjantki i policjanci odc. 393 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 394 - serial
20:00 Mecenasa Lena Barska odc. 11 - serial
21:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 177 - serial
22:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 178 - serial
23:00 Tajemniczy anioł - sensacyjny
01:00 Sekrety sąsiadów odc. 55 - serial

HITY DNIA



**„Człowiek pies”
(2005r.) TV Puls 20:00**

Danny od 4. roku życia był wychowywany przez gangstera, który traktował go jak psa i szkolił na mordercę. Jego życie zmienia się dopiero wtedy, gdy Danny poznaje niewidomego stroiciela fortepianów.



**„Łowca czarownic”
(2015r.) TVN 20:00**

Podczas wojny między ludźmi a zastępami czarownic męstwo i poświęcenie łowców czarownic sprawiają, że udaje się uchronić świat przed zagładą. Jeden z nich, Kaulder, zabija królową, która rzuca na niego klątwę nieśmiertelności.



**13:50 Lombard.
Życie pod zastaw**

06:00 To moje życie! odc. 267 s. 3
07:00 Dziesięć przykazań odc. 34 - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 72 s. 2 - serial
09:00 Na wariackich papierach odc. 13 - serial
10:00 Gliniarz i prokurator odc. 18 s. 3 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 3 s. 10 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 17 s. 4 - serial
12:55 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 21 s. 4 - serial
13:50 Lombard. Życie pod zastaw odc. 44 s. 2 - serial
14:50 Kobra - oddział specjalny odc. 4 s. 10 - serial
15:55 Gliniarz i prokurator odc. 19 s. 3 - serial
16:55 Na wariackich papierach odc. 14 - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 72 s. 2 - serial
19:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 73 s. 2 - serial
20:00 Człowiek pies - sensacyjny
22:00 Maksimum ryzyka - sensacyjny
00:10 Poszukiwany - sensacyjny



21:50 Tygodnik kulturalny

08:00 Studio Kultura - rozmowy odc. 1261
08:20 Filmy o filmach odc. 1 kulturalny
08:25 Pierwsze etudy - krótkometrażowy
08:45 Filmy o filmach odc. 1 kulturalny
08:50 Każdemu to, czego mu wcale nie trzeba - krótkometrażowy
09:00 Filmy o filmach odc. 1 kulturalny
09:05 Casting - krótkometrażowy
09:25 Informacje kulturalne odc. 2626
09:45 Żółty szalik - obyczajowy
11:00 Królewskie sny odc. 7 - serial
12:25 Królewskie sny odc. 8 - serial
13:50 Studio Kultura - rozmowy odc. 1261
14:15 Chopin i jego Europa 2016 - Charles Richard-Hamelin i Andrzej Bauer - koncert
15:55 Pegaz odc. 68 kulturalny
17:00 Rekord świata Dramat społeczny
18:15 Videofan odc. 63 - program studyjny
18:35 Madame Tyson - dokumentalny
19:40 Informacje kulturalne odc. 2627
20:00 Wstęp do filmu odc. 91
20:05 Barany. Islandzka opowieść - komediodramat
21:50 Tygodnik kulturalny
22:40 Dziennik filozofa odc. 114
22:55 Philippe Jaroussky śpiewa Bacha i Telemanna - koncert
00:30 Wiek niewinności - melodramat



**08:05 Wojciech Cejrowski
- bosy przez świat**

06:50 Był taki dzień odc. 531 - - felieton
07:00 Smoleński lot - dokumentalny
08:05 Wojciech Cejrowski - bosy przez świat odc. 66
08:35 Cudowny świat przyrody odc. 9 - serial
09:15 Pogranicze w ogniu odc. 23 - serial
10:20 Ślady zbrodni i walki 1944-1956 odc. 3 - serial
10:45 Podróże z historią odc. 33
11:20 Taśmy bezpieczeństwa odc. 46
11:55 Nasz generał Franciszek Kamiński - dokumentalny
12:35 Krajobraz po cudzie - reportaż
13:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii odc. 118
14:05 Sensacje XX wieku odc. 119
14:35 Encyklopedia II wojny światowej odc. 78 - serial
15:15 Grecka odyseja Joanny Lumley odc. 3 - - dokumentalny
16:10 Białe-Czerwone - historie niezwykłe odc. 3 - - reportaż
16:40 Poświęcając życie prawdzie - dokumentalny
17:25 Goniec historyczny IPN odc. 1, - publicystyczny
17:45 Janosik odc. 3 - serial
18:45 Sensacje XX wieku odc. 172
19:20 Sensacje XX wieku odc. 65
19:55 Niecała nieprawda czyli PRL w DTV odc. 33 - - reportaż
20:30 Konwój: bitwa o Atlantyk odc. 4 - serial
21:30 Pogranicze w ogniu odc. 24 - serial
22:45 Szerokie tory odc. 77
23:25 Fritz Bauer. Sam wśród swoich - dokumentalny
00:30 Powrót Odysa odc. 11 - serial



08:00 Informacje dnia Wiadomości
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:40 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:45 Superksięga odc. 6 s. 2, - serial
09:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat Magazyn
09:35 Święty na każdy dzień
09:45 Duc in altum
10:00 Informacje dnia Wiadomości
10:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
11:25 Głos Polski - felieton
11:35 Poradnik szczęśliwego małżeństwa odc. 2 - serial
11:50 100 cudownych miejsc na świecie - serial
12:00 Regina Coeli
12:03 Informacje dnia Wiadomości
12:20 Prawdziwie spada z nieba - dokumentalny
13:20 Święty na każdy dzień
13:25 Kartka z kalendarza - muzyczny
13:30 Ewangelia nasz biznesplan - dokumentalny
14:05 Święty Paweł i pierwsze Kościoły - dokumentalny
14:55 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia z Koroną do Bożego Miłosierdzia
15:20 Mocni w wierze
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 Siódmy sakrament
16:35 Świat na wyciągnięcie ręki - serial
17:00 Fundusze Europejskie - dostępne dla wszystkich odc. 1
17:30 Okiem kamery Cykl - reportaży
18:00 Regina Coeli
18:05 Informacje dnia Wiadomości
18:15 Westerplatte młodych
18:55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” - publicystyczny
19:00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu - publicystyczny
19:30 Latający dom - serial
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc ojczyzna - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia - publicystyczny
22:00 Głos serca odc. 9 - serial

HITY DNIA



„Dziewczyna z tatuażem”
(2011r.) TVN 23:30

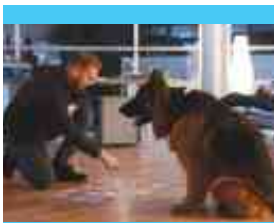
Dziennikarz Mikael Blomkvist przyjmuje prywatne zlecenie. Zamożny przemysławiec zleca mu wyjaśnienie ponurej tajemnicy rodzinnej. Pomaga mu Lisbeth, dziewczyna skrywająca mroczną przeszłość.



„Król Artur”
(2004r.) TV Puls 17:30

Po latach służby pod wodzą Rzymian rycerze Artura mają wrócić do domów, ale zwierzchnicy zlecają im ostatnie zadanie. Muszą wyprowadzić rodzinę cesarskiego dostojnika z terenów zajętych przez Sasów.

TVP 1



20:20 Komisarz Alex

05:55 Sprawa dla reportera Cykl - reportaży
06:55 Weterynarze z sercem odc. 35 - serial
07:25 Pełnosprawni - sportowy
07:50 Rok w ogrodzie - poradnikowy
08:10 Rok w ogrodzie extra - poradnikowy
08:35 Jaka to melodia?
09:10 Studio Raban odc. 25
09:35 Rodzinny ekspres odc. 28 poradnikowy
10:00 Zakochaj się w Polsce odc. 64
10:30 Spis treści Magazyn
10:40 Trzecia połowa odc. 4 - serial
11:40 The Wall. Wygraj marzenia odc. 28,
12:40 Pensjonat nad rozlewiskiem odc. 6 - serial
13:30 Okrasa łamie przepisy odc. 179 kulinarny
14:05 Ojciec Mateusz odc. 245 - serial
15:05 Wojenne dziewczyny odc. 17 - serial
15:55 Korona królów odc. 59 - serial
16:25 Korona królów odc. 60 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
17:55 Od Opola do Opola
18:55 Orły Nawalki - sportowy
19:30 Wiadomości
20:00 Pogoda
20:10 Sport
20:20 Komisarz Alex odc. 137 - serial
21:20 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część I - sensacyjny
23:20 Spis treści Magazyn
23:35 Kovak Box - thriller

TVP 2



14:35 Koło fortuny

06:20 Na sygnale odc. 185 - serial
06:50 Barwy szczęścia odc. 1840 - serial
07:20 Barwy szczęścia odc. 1841 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie odc. 4634
10:55 M jak miłość odc. 1364 - serial
11:55 M jak miłość odc. 1365 - serial
12:50 Bake off - Ale ciacho! odc. 6,
14:00 Familiada
14:35 Koło fortuny
15:20 Program kabaretowy - kabaret
16:20 Rodzinka.pl odc. 231 - serial
16:50 Słowo na niedzielę
17:10 O mnie się nie martw odc. 97 s. 8 - serial
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:25 Sport-telegram
18:30 Postaw na milion - kulisy - felieton
18:40 Postaw na milion
19:35 Lajk! odc. 14
19:55 Kocham Cię, Polsko! - rozgrzewka odc. 19,
20:05 Kocham Cię, Polsko! odc. 132- quiz
21:35 Riviera odc. 5 - serial
22:25 Rodzinka.pl odc. 231 - serial
23:00 The Good Doctor odc. 18 - serial
23:50 Ludzik, czyli One Man Show odc. 5,
00:20 Creed: Narodziny legendy - dramat

tvn



11:00 Na Wspólnej

05:45 Mango - Telezakupy
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1066
11:00 Na Wspólnej odc. 2658 - serial
11:25 Na Wspólnej odc. 2659 - serial
11:50 Na Wspólnej odc. 2660 - serial
12:15 Na Wspólnej odc. 2661 - serial
12:50 Ugotowani odc. 6 s. 13
13:50 Agent - gwiazdy odc. 8 s. 3
14:50 MasterChef Junior odc. 5 s. 3,
16:25 Efekt domina odc. 5 s. 5
16:55 Kuchenne rewolucje odc. 8 s. 17
17:55 Tu się gotuje! odc. 5 s. 2 kulinarny
18:00 36,6 °C odc. 8 s. 3 poradnikowy
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! odc. 5280 reporterów
20:00 Hipnoza odc. 6,
21:05 Millerowie - komedia
23:30 Dziewczyna z tatuażem - sensacyjny

POLSAT



10:15 Ewa gotuje

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:30 Aladyn - animowany
09:15 My3 odc. 38- dla dzieci i młodzieży
09:45 My3 odc. 37- dla dzieci i młodzieży
10:15 Ewa gotuje odc. 329 kulinarny
10:55 Nasz nowy dom odc. 74
11:55 Wyjdź za mnie odc. 4
12:55 Top chef odc. 74
14:25 Umów się ze mną. Take me out odc. 6- show
15:45 Kabaret na żywo odc. 36 - kabaret
17:45 SuperPies odc. 7 poradnikowy
18:20 Chłopaki do wzięcia odc. 64 dokumentalna
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 38 - serial
20:05 Konfrontacja Sztuk Walki 43 we Wrocławiu MMA
00:05 Pogrzebany - thriller

7 tvn



08:55 Przyjaciele

05:50 Ukryta prawda odc. 201 s. 16 - serial
06:50 Mango - Telezakupy
08:55 Przyjaciele odc. 23 - serial
09:25 Przepis na życie odc. 11 s. 2 - serial
10:25 Przepis na życie odc. 12 s. 2 - serial
11:20 Przepis na życie odc. 13 s. 2 - serial
12:15 Zaklinaczka duchów odc. 8 - serial
13:15 Zaklinaczka duchów odc. 9 - serial
14:15 Zaklinaczka duchów odc. 10 - serial
15:15 Lizzie McGuire - komedia
17:15 Street Dance II - film muzyczny
19:00 Pamiętnik - melodramat
21:35 Pierwsza piątka - komedia
23:50 Mucha - horror
01:55 Wybrana odc. 9
02:55 Moc magii odc. 98

4



14:05 STOP Drogówka

06:00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 23, - serial
06:35 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 24, - serial
07:05 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 25, - serial
07:35 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 26, - serial
08:05 Tom i Jerry odc. 2, - serial
08:35 Tom i Jerry odc. 3, - serial
09:00 Tom i Jerry Show - serial
09:30 Pieska Gwiazdka - komedia
11:05 Policjantki i policjanci odc. 390 - serial
12:05 Policjantki i policjanci odc. 391 - serial
13:05 Policjantki i policjanci odc. 392 - serial
14:05 STOP Drogówka odc. 174 policyjny
15:05 Pegaz kontra chimera - fantastyczny
17:00 Policjantki i policjanci odc. 393 - serial
18:00 Policjantki i policjanci odc. 394 - serial
19:00 Galileo odc. 676
20:00 Mecenasa Lena Barska odc. 12 - serial
21:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 179 - serial
22:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 180 - serial
23:05 Martwa dziewczyna - horror
01:10 STOP Drogówka odc. 174 policyjny

puls



09:50 Lombard. Życie pod zastaw

06:00 Skorpion odc. 4 s. 2 - serial
07:00 Taki jest świat odc. 54 s. 3
07:50 Tajemnice medyczne odc. 16 - serial
08:50 Tajemnice medyczne odc. 17 - serial
09:50 Lombard. Życie pod zastaw odc. 69 s. 2 - serial
10:50 Lombard. Życie pod zastaw odc. 70 s. 2 - serial
11:45 Lombard. Życie pod zastaw odc. 71 s. 2 - serial
12:30 Lombard. Życie pod zastaw odc. 72 s. 2 - serial
13:30 Lombard. Życie pod zastaw odc. 73 s. 2 - serial
14:40 Najśmieszniejsi odc. 6 - kabaret
15:35 Bibliotekarz: tajemnica włóczy odc. 1, - przygodowy
17:30 Król Artur - przygodowy
20:00 Kroniki Riddicka - science fiction
22:20 Doom - science fiction
00:30 Kariera Nikosia Dyzmy - komedia

TVP KULTURA



08:00 Szaleństwa panny Ewy

08:00 Szaleństwa panny Ewy odc. 3 - serial
09:10 15. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '77 - koncert
10:40 Odyseja filmowa odc. 7 - serial
11:55 Narzeczoną Frankensteinia - horror
13:15 Informacje kulturalne
13:35 Pułkownik Kwiatkowski - komediodramat
15:55 Wydarzenie aktualne - reportaż
16:30 Wstęp do filmu odc. 77
16:35 Skradzione pocałunki - komedia romantyczna
18:15 Dranie w kinie odc. 24
18:50 Peace 'n' Pop odc. 1 - serial
20:00 Władcy wojny - dramat wojenny
22:10 Wacken Open Air 2015 - A Tribute to Judas Priest - koncert
23:20 Palimpsest - thriller
00:55 Władcy wojny - dramat wojenny

TVP HISTORIA



09:55 Okrasa łamie przepisy

06:50 Był taki dzień odc. 532 - felieton
07:00 Bunt Janion - dokumentalny
08:05 Dziedzictwo regionów odc. 6 - krajoznawczy
08:25 Podwodna Polska odc. 14 - reportaż
08:50 Zegnaj, Rockefeller odc. 13 - serial
09:25 Do przerwy 0:1 odc. 1 - serial
09:55 Okrasa łamie przepisy odc. 173 kulinarny
10:35 Grecka odyseja Joanny Lumley odc. 4, - dokumentalny
11:35 Najmłodszy mieszkańcy plaży odc. 2 - przyrodniczy
12:35 Planeta dinozaurów odc. 3 - serial
13:35 Szerokie tory odc. 77
14:15 Wielka gra odc. 76,
15:10 Spór o historię odc. 174
15:45 Dr Esperanto - dokumentalny
16:20 Ignacy Paderewski - zarys biografii odc. 2, - dokumentalny
16:55 Wiktoria odc. 7 s. 1 - serial
17:50 Wiktoria odc. 8 s. 1 - serial
18:50 Pancerni pogromcy Hitlera odc. 2, - dokumentalny
19:55 Było, nie minęło - ekstra odc. 7
20:35 Ekstradycja odc. 9 s. 2 - serial
21:40 Dyktator: Zajęcie dla wariatów - dokumentalny
22:50 Dwa życia Rotmistrza Majchrowskiego - dokumentalny
23:45 Historia w postaciach zapisana odc. 2 - serial
01:50 Generał Nil - biograficzny

TRAM

08:00 Informacje dnia Wiadomości
08:15 Westerplatte młodych
08:55 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
09:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny
10:00 Informacje dnia Wiadomości
10:15 Mysłąc ojczyzna - felieton
10:30 Święty na każdy dzień
10:35 Polski punkt widzenia - publicystyczny
11:00 Kropelka radości - dla dzieci
12:00 Regina Coeli
12:03 Informacje dnia Wiadomości
12:20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu - publicystyczny
12:50 Nasz Max i jego przygoda z Biblią odc. 7 - serial
13:20 Siódmy sakrament
13:45 Ocalić od zapomnienia Cykl - reportaży
13:55 Święty na każdy dzień
14:00 Głos serca odc. 9 - serial
14:40 Fatima - znak nadziei - reportaż
15:20 100 cudownych miejsc na świecie - serial
15:30 Wierzę w Boga
15:45 Spotkania z ekologią odc. 13 ekologiczny
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 Próba wiary odc. 2 - serial
17:00 Z Parlamentu Europejskiego - publicystyczny
17:30 Okiem kamery Cykl - reportaży
18:00 Regina Coeli
18:05 Informacje dnia Wiadomości
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:25 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” - publicystyczny
19:30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia Wiadomości
20:20 Różaniec
20:50 Mysłąc ojczyzna - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia Wiadomości
21:40 Polski punkt widzenia - publicystyczny
22:00 Podróż Jessiki - dramat
23:25 Święty na każdy dzień

TVP 1



05:40 Klan

05:40 Klan odc. 3294
06:05 Słownik polsko@polski
06:35 Wojskopolskie.pl odc. 6
07:00 Msza święta z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień Aktualności
08:40 Jaka to melodia?
09:15 Ziarno odc. 657
09:45 Gen innowacyjności Magazyn
10:00 Weterynarze z sercem odc. 36 - serial
10:40 Leśniczówka odc. 14 - serial
11:05 Leśniczówka odc. 15 - serial
11:35 Spotkanie ze świętym odc. 1
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Regina Coeli
12:15 Między ziemią a niebem
12:55 Z pamięci - publicystyczny
13:05 Błękitna Planeta II odc. 1 - serial
14:05 Sonda II odc. 79
14:35 Program rozrywkowy
15:05 Komisarz Alex odc. 137 - serial
15:55 Korona królów odc. 61 - serial
16:25 Korona królów odc. 62 - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Sławomir Big - quiz muzyczny
18:40 Jaka to melodia?
19:30 Wiadomości
20:00 Pogoda
20:05 Sport
20:10 Wojenne dziewczyny odc. 18 - serial
21:05 Wesele w Sorrento - komedia romantyczna
23:10 Od Opola do Opola
00:00 Z pamięci - publicystyczny

TVP 2



14:00 Familiada

06:05 Słowo na niedzielę
06:15 Barwy szczęścia odc. 1842 - serial
06:45 Barwy szczęścia odc. 1843 - serial
07:20 Barwy szczęścia odc. 1844 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie odc. 4638
10:40 Podwodna planeta odc. 3 - serial
11:40 Makłowicz w podróży odc. 150 kulinarny
12:20 Kocham Cię, Polsko! odc. 132- quiz
13:45 Kocham Cię, Polsko! - kulisy po odcinku odc. 7 - felieton
14:00 Familiada
14:35 Kolo fortuny
15:20 Bake off - Ale ciacho! odc. 39,
16:20 Bake off - Ale przepis odc. 39 kulinarny
16:35 Na sygnale odc. 186 - serial
17:05 Na dobre i na złe odc. 703 - serial
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:25 Sport-telegram
18:35 Za marzenia odc. 6 - serial
19:30 Zakupy pod kontrolą odc. 4 poradnikowy
20:05 Creed: Narodziny legendy - dramat
22:25 Rider Jack - komedia
00:05 Mocna kawa wcale nie jest taka zła - obyczajowy

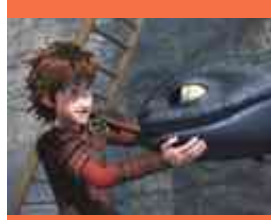
tvn



19:45 Uwaga!

05:45 Mango - Telezakupy
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 1067
11:00 Efekt domina odc. 6 s. 5
11:30 Co za tydzień odc. 845
11:55 Iron Majdan odc. 5,
12:55 Diagnosta odc. 8 s. 2 - serial
13:55 Druga szansa odc. 5 s. 5 - serial
14:55 Hipnoza odc. 6,
16:00 Dobry dinozaur - animowany
18:00 Ugotowani odc. 7 s. 13
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! odc. 5281 reporterów
20:00 MasterChef Junior odc. 6 s. 3,
21:30 Thor: Mroczny świat - przygodowy
23:50 Łowca czarownic - przygodowy

POLSAT



08:00 Jeźdźcy smoków

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:30 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 41, - serial
08:00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 42, - serial
08:30 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 43, - serial
09:10 Mała syrenka - animowany
10:55 Falszywa dwunastka - komedia
13:20 Fistaszki - wersja kinowa - animowany
15:10 Star Trek: W nieznane - science fiction
17:45 Nasz nowy dom odc. 113
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie - publicystyczny
20:00 W rytmie serca odc. 21 - serial
21:05 Kabaret na żywo odc. 37 - kabaret
23:10 The Story of My Life. Historia naszego życia odc. 5
00:10 Lawstaurant - komedia

7 tvn



10:55 Przepis na życie

05:50 Ukryta prawda odc. 202 - serial
06:50 Mango - Telezakupy
08:55 Przyjaciele odc. 24 - serial
09:25 Przyjaciele odc. 25 - serial
09:55 Przepis na życie odc. 1 s. 3 - serial
10:55 Przepis na życie odc. 2 s. 3 - serial
11:55 Zaklinaczka duchów odc. 11 - serial
12:55 Zaklinaczka duchów odc. 12 - serial
13:55 Hobbit: Pustkowie Smauga - fantastyczny
17:15 Bliźniaczki na boisku - komedia
19:00 Lucyfer odc. 7 s. 2 - serial
20:00 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - fantastyczny
23:05 Strzelec odc. 3 - serial
00:05 Parker - sensacyjny

4



19:00 Galileo

06:00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 25, - serial
06:35 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 26, - serial
07:05 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 27, - serial
07:35 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata odc. 28, - serial
08:05 Tom i Jerry odc. 3, - serial
08:35 Tom i Jerry odc. 4, - serial
09:00 Buddy, pies na gołe - komedia
10:40 Galileo odc. 675
11:50 Galileo odc. 676
12:50 Aladyn i Lampa Śmierci - przygodowy
14:45 Przyjaciół gangstera - komedia kryminalna
16:35 Uciekająca panna młoda - komedia
19:00 Galileo odc. 677
20:00 Skazany na piekło - thriller
22:05 Gatunek - science fiction
00:15 Odkupienie - thriller

puls



09:30 Co ludzie powiedzą?

06:00 Skorpion odc. 5 s. 2 - serial
06:55 Przygody Merlina odc. 10 s. 2 - serial
07:50 Najmieszniejsi odc. 6 - kabaret
08:50 Co ludzie powiedzą? odc. 3 s. 5 - serial
09:30 Co ludzie powiedzą? odc. 4 s. 5 - serial
10:15 Wojciech Cejrowski. Boso - Meksyk/Paragwaj odc. 2
10:50 Wojciech Cejrowski. Boso - Meksyk/Paragwaj odc. 6
11:30 Bibliotekarz: tajemnica włócznie odc. 1, - przygodowy
13:25 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - fantastyczny
14:40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - fantastyczny
15:50 Aniołki Charliego: zawrotna szybkość - sensacyjny
18:00 Blondynka w koszarach - komedia
20:00 W obronie własnej - sensacyjny
22:00 Koliber - sensacyjny
00:00 Uwikłana odc. 6 - serial

TVP KULTURA



17:15 Studio Kultura - niedziela z...

08:00 Wszystkie stworzenia duże i małe odc. 1 s. 2
09:05 Olivier Messiaen - Muzyka wiary - muzyczny
10:30 Trzeci punkt widzenia odc. 232, - publicystyczny
11:00 Frank - komediodramat
12:55 Chuligan literacki odc. 74, - publicystyczny
13:30 Nienasyceń odc. 37, - publicystyczny
14:00 Porgy i Bess Opera
16:55 Rzecz Polska odc. 7
17:15 Studio Kultura - niedziela z... odc. 526 kulturalny
18:10 Czerdziestolatek odc. 7 - serial
19:15 Za ścianą - dramat
20:25 Jesteś Bogiem - biograficzny
22:35 Scena alternatywna odc. 56, - muzyczny
23:10 Trzeci punkt widzenia odc. 232, - publicystyczny
23:45 Nieobecność - dokumentalny
01:05 Marcus Miller Plays Baloise Session - koncert

TVP HISTORIA



09:15 Siedlisko

06:50 Był taki dzień odc. 533 - - felieton
06:55 Moi Rollingstonsi - dokumentalny
08:05 Święta z sąsiedztwa. Joanna Beretta Molla - dokumentalny
09:15 Siedlisko odc. 4 - serial
10:10 Okrasa łamie przepisy odc. 139 kulinarny
10:40 Grecka odyseja Joanny Lumley odc. 3, - dokumentalny
11:45 Grecka odyseja Joanny Lumley odc. 4, - dokumentalny
12:45 Olbrzymi z epoki lodowcowej odc. 3 - serial
13:50 Szerokie tory odc. 81
14:25 Szczęśliwa 13
15:50 Wielka gra odc. 77,
16:40 Pre mortem - krótkometrażowy
17:15 Ex libris Magazyn
17:45 U Pana Boga w ogródku odc. 1 - serial
18:40 Konwój: bitwa o Atlantyk odc. 4 - serial
19:45 General Nil - biograficzny
21:55 Wielki test o Jasnej Górze odc. 46- quiz
23:25 Wiktorina odc. 8 s. 1 - serial
00:20 Struktura kryształu - obyczajowy

TRWAM

08:00 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:05 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:25 Święty na każdy dzień
08:30 Z Parlamentu Europejskiego - publicystyczny
09:00 Myśląc o ojczyźnie - felieton
09:10 Spotkanie z Magdą Buczek - dla dzieci
09:15 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
09:30 Msza Święta z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
10:35 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” - publicystyczny
10:40 Śladami apostoła Pawła odc. 1 - serial
11:25 Kolumb - wyprawa na koniec świata - animowany
11:55 Kartka z kalendarza - muzyczny
12:00 Regina Coeli z Ojcem świętym Franciszkiem
12:20 Wieś - to też Polska - rolniczy
13:30 Papież Polak do Rodaków - serial
14:10 Ewangelia wg św. Jana odc. 1 - biblijny
15:55 Święty na każdy dzień
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 - koncert życzeń - muzyczny
17:00 Tam, gdzie Bóg płacze - serial
17:30 Okiem kamery Cykl - reportaży
18:00 Regina Coeli
18:05 Informacje dnia Wiadomości - publicystyczny
19:25 Retrospekcja - publicystyczny
19:30 Moja katolicka rodzina - serial
20:00 Informacje dnia Wiadomości
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc o ojczyźnie - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia Wiadomości
21:40 Cuda Jezusa odc. 3 - serial
22:40 Tydzień z Ziemi Świętej Magazyn
23:00 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej - publicystyczny
23:30 Apostoł Łaski - reportaż

HITY DNIA



**„Mała syrenka”
(1989r.) Polsat 09:40**

Ariel jest córką króla mórz, Trytona. Pewnego dnia, w czasie sztormu, ratuje przed utonięciem młodzieńca, księcia Eryka. Zakochuje się w nim, ale żeby go zdobyć, zawiera układ z wiedźmą Urszulą.



**„Thor: Mroczny świat”
(2013r.) TVN 21:30**

Kontynuacja losów Thora, który musi ocalić wszechświat przed Malekithem. Gdy okazuje się, że władca ciemności powraca, Thor wyrusza w niebezpieczną podróż, w czasie której znowu spotyka Jane Foster.

TVP 1



13:45 Elif

06:30 Elif odc. 224 - serial
07:20 Komisarjat odc. 61 - serial
07:45 Alarm!
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:40 Jaka to melodia?
09:30 Pensjonat nad rozlewiskiem odc. 6 - serial
10:35 Jeden z dziesięciu
11:05 Zagadka hotelu Grand odc. 52 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes - rolniczy
12:20 Agropogoda Pogoda
12:25 To się opłaca Magazyn
12:40 Błękitna Planeta II odc. 1 - serial
13:45 Elif odc. 225 - serial
14:45 Okrasa łamie przepisy odc. 179 kulinarny
15:15 Alarm!
15:30 Wiadomości
15:45 Pogoda
15:55 Leśniczówka odc. 14 - serial
16:15 Leśniczówka odc. 15 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
18:00 Klan odc. 3295
18:30 Korona królów odc. 63 - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Sport
20:15 Alarm!
20:35 Krawiec Spektakl teatralny
22:00 Warto rozmawiać - publicystyczny
23:05 Tora i miecz - dokumentalny

TVP 2



18:35 Rodzinka.pl

05:30 Koło fortuny
06:05 O mnie się nie martw odc. 97 s. 8 - serial
07:00 Coś dla Ciebie odc. 135, - publicystyczny
07:20 Na sygnale odc. 35 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie Magazyn
11:25 Rodzinka.pl odc. 62 - serial
11:55 Barwy szczęścia odc. 1844 - serial
12:30 Koło fortuny
13:05 Tylko z tobą odc. 115 - serial
14:00 Podwodna planeta odc. 3 - serial
14:55 O mnie się nie martw odc. 97 s. 8 - serial
16:00 Familiada
16:30 Koło fortuny
17:15 Meandry uczuć odc. 90 - serial
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport-telegram
18:35 Rodzinka.pl odc. 63 - serial
19:05 Na sygnale odc. 36 - serial
19:35 Barwy szczęścia odc. 1844 - serial
20:10 Barwy szczęścia odc. 1845 - serial
20:40 Kulisy serialu „Barwy szczęścia” odc. 32 - felieton
20:50 M jak miłość odc. 1366 - serial
21:45 Kulisy serialu „M jak miłość” - dokumentalny
21:50 Za marzenia odc. 7 - serial
22:50 Zaginiona odc. 6 - serial
23:50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas odc. 285 s. 14 - serial
00:45 O mnie się nie martw odc. 97 s. 8 - serial

tvn



15:30 Szkoła

05:40 Uwaga! odc. 5281 reporterów
06:15 Mango - Telezakupy
07:25 Nowa Maja w ogrodzie odc. 7 s. 2 poradnikowy
07:55 Akademia ogrodnika odc. 7 poradnikowy
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 2228
10:55 Tu się gotuje! odc. 5 s. 2 kulinarny
11:00 Ukryta prawda odc. 894 - serial
12:00 Szkoła odc. 546 - serial
13:00 19+ odc. 247 - serial
13:30 Szpital odc. 783 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 7 s. 12
15:30 Szkoła odc. 547 - serial
16:30 19+ odc. 248 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 895 - serial
18:00 Szpital odc. 784 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 5282 reporterów
20:10 Doradca smaku odc. 25 s. 8 kulinarny
20:15 Na Wspólnej odc. 2662 - serial
20:55 Milionerzy odc. 148,
21:30 Druga szansa odc. 6 s. 5 - serial
22:30 Iron Majdan odc. 6,
23:30 Thor: Mroczny świat - przygodowy
01:50 Co za tydzień odc. 845

POLSAT



13:00 Trudne sprawy

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 661 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 415 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 416 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 16 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 749 - serial
12:00 Gliniarze odc. 140 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 786 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2673 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 832 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 215 - serial
17:00 Gliniarze odc. 205 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2674 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 523 - serial
20:05 Szklana pułapka 5 - sensacyjny
22:10 Blitz - kryminalny
00:30 Więzień labiryntu - science fiction

HITY DNIA



„Szklana Pułapka 5”
(2013r.) Polsat 20:05

Nowojorski policjant John McClane otrzymuje wiadomość, że jego syn Jack, z którym od lat nie miał kontaktu, przebywa w moskiewskim więzieniu. John bez wahania wyrusza do Rosji. Na miejscu okazuje się, że chłopak jest agentem CIA, biorącym udział w tajnej misji.



„Kroniki Riddicka”
(2004r.) TV Puls 22:00

Armia okrutnych Nekromongerów najeżdża galaktykę. Wojownicy podbijają planetę za planetą. Jedyną istotą, która może im się przeciwstawić, jest awanturnik i ścigany zbieg Riddick.

7 tvn



09:20 Przepis na życie

05:20 Ukryta prawda odc. 203 - serial
06:25 Szpital odc. 295 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 14 - serial
08:20 Zaklinaczka duchów odc. 12 - serial
09:20 Przepis na życie odc. 2 s. 3 - serial
10:20 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda odc. 571 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 15 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 469 - serial
14:55 Szpital odc. 296 - serial
15:55 Zaklinaczka duchów odc. 13 - serial
16:55 Przepis na życie odc. 3 s. 3 - serial
17:55 Zabójcza broń odc. 2 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 572 - serial
20:00 Incydent - thriller
22:00 The Dog: Historia prawdziwa dokumentalny
00:15 Mucha - horror
02:20 Moc magii odc. 100

4



21:05 Śmierć na 1000 sposobów

06:00 Detektywi w akcji odc. 61 - serial
07:05 Jeźdźcy smoków odc. 12 - serial
07:35 Jeźdźcy smoków odc. 13 - serial
08:00 Drużyna A odc. 11 s. 4 - serial
09:00 Detektyw Monk odc. 13 s. 6 - serial
10:00 Sekrety sąsiadów odc. 38 - serial
10:30 Sekrety sąsiadów odc. 39 - serial
11:00 Drużyna A odc. 12 s. 4 - serial
12:00 Detektyw Monk odc. 14 s. 6 - serial
13:00 Detektywi w akcji odc. 126 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 89 policyjny
15:00 Detektywi w akcji odc. 127 - serial
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 92
17:00 Nie igraj z aniołem odc. 93
18:00 Policjantki i policjanci odc. 394 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 395 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 181 - serial
21:05 Śmierć na 1000 sposobów odc. 4 - serial
21:35 Śmierć na 1000 sposobów odc. 5 - serial
22:00 Galileo odc. 676
23:00 Galileo odc. 677
00:15 Operacja Delta Force - sensacyjny

puls



18:00 Lombard. Życie pod zastaw

06:00 To moje życie! odc. 268 s. 3
07:00 Dziesięć przykazań odc. 35 - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 73 s. 2 - serial
09:00 Na wariackich papierach odc. 14 - serial
10:00 Gliniarz i prokurator odc. 19 s. 3 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 4 s. 10 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 18 s. 4 - serial
12:55 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 22 s. 4 - serial
13:50 Lombard. Życie pod zastaw odc. 45 s. 2 - serial
14:50 Kobra - oddział specjalny odc. 5 s. 10 - serial
15:55 Gliniarz i prokurator odc. 20 s. 3 - serial
16:55 Na wariackich papierach odc. 15 - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 73 s. 2 - serial
19:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 74 s. 2 - serial
20:00 Maksimum ryzyka - sensacyjny
22:00 Kroniki Riddicka - science fiction
00:20 Doom - science fiction
02:45 Taki jest świat Magazyn

TVP KULTURA



11:00 Zmiennicy

08:00 Studio Kultura - rozmowy
08:15 Rzecz Polska odc. 7
08:35 Rekord świata Dramat społeczny
09:55 Ciuciubabka - obyczajowy
11:00 Zmiennicy odc. 1 - serial
12:15 Zmiennicy odc. 2 - serial
13:20 Studio Kultura - rozmowy
13:40 Polowanie na muchy - obyczajowy
15:35 Studio Kultura - niedziela z... odc. 526 kulturalny
16:30 Handlarz cudów - psychologiczny
18:25 Za młodzi na śmierć odc. 3 - serial
19:20 Rzecz Polska odc. 7
19:40 Informacje kulturalne
20:00 Blok. Sztuki wizualne odc. 1
21:00 Daniel - krótkometrażowy
21:35 Sztuka odc. 3 kulturalny
21:40 Ceramika iłżecka - krótkometrażowy
21:50 Radość życia - krótkometrażowy
21:55 Sztuka odc. 3 kulturalny
21:57 Somnambulicy - krótkometrażowy
22:05 Głosy - krótkometrażowy
22:10 Sztuka odc. 3 kulturalny
22:13 Kwadrat - krótkometrażowy
22:15 Rynek - animowany
22:30 Którędy po sztukę odc. 50, - publicystyczny
22:35 Videofan odc. 76
22:55 Dziennik filozofa odc. 115
23:15 Performer - biograficzny
00:25 Informacje kulturalne

TVP HISTORIA



18:50 Sensacje XX wieku

06:50 Był taki dzień odc. 534 - felieton
07:00 Poświęcając życie prawdzie - dokumentalny
08:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 67
08:35 Ukryte skarby odc. 31 - reportaż
09:10 Pogranicze w ogniu odc. 24 - serial
10:20 - dokumentalny - dokumentalny
11:20 Niecała nieprawda czyli PRL w DTV odc. 33 - reportaż
11:50 Drzazgi - komediodramat
13:50 Sensacje XX wieku odc. 172
14:25 Sensacje XX wieku odc. 65
14:55 Encyklopedia II wojny światowej odc. 93 - serial
15:25 Spór o historię odc. 99
16:00 Planeta dinozaurów odc. 3 - serial
17:05 Ex libris Magazyn
17:30 Flesz historii Magazyn
17:55 Janosik odc. 4 - serial
18:50 Sensacje XX wieku odc. 38
19:20 Sensacje XX wieku odc. 39
19:55 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
20:30 Szalona miłość - Rosjanie i Putin - dokumentalny
21:30 Sława i chwała odc. 1 - serial
22:40 Sen o Warszawie - dokumentalny
00:40 Fotograf Solidarności - dokumentalny
01:55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 67

TRAM

08:00 Informacje dnia Wiadomości
08:15 Wieś - to też Polska - rolniczy
09:25 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
09:30 100 cudownych miejsc na świecie - serial
09:40 Tydzień z Ziemi Świętej Magazyn
10:00 Informacje dnia Wiadomości
10:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
11:25 Myśląc ojczyzna - felieton
11:35 Kapłan pro-life - dokumentalny
11:50 Retrospekcja - publicystyczny
11:55 Święty na każdy dzień
12:00 Regina Coeli
12:03 Informacje dnia Wiadomości
12:20 Benedykt XVI - skromny pracownik Winnicy Pańskiej - dokumentalny
13:10 20 lat dla świata Cykl - reportaży
13:20 - koncert życzeń - muzyczny
14:10 Katyń 1940 - pamiętamy - dokumentalny
15:25 Ogrody papieskie - dokumentalny
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 Sanktuarium polskie Cykl - reportaży
16:30 Zew natury - reportaż
16:55 Świadkowie - serial
17:25 Gotowi, do biegu, start odc. 2,
17:30 Okiem kamery Cykl - reportaży
18:00 Regina Coeli
18:05 Informacje dnia Wiadomości
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:30 Jay Jay Odzutowiec - serial
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia Wiadomości
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc ojczyzna - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia Wiadomości
21:40 Polski punkt widzenia - publicystyczny
22:00 Stan bezpieczeństwa państwa - publicystyczny
22:10 Dziesięć przykazań odc. 69 - serial

TVP 1



14:45 Korona królów

05:50 Telezakupy
06:25 Elif odc. 225 - serial
07:20 Komisariat odc. 62 - serial
07:45 Alarm!
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny - publicystyczny
08:40 Jaka to melodia?
09:15 The Wall. Wygraj marzenia odc. 28,
10:10 Klan odc. 3295
10:35 Jeden z dziesięciu
11:05 Zagadka hotelu Grand odc. 53 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes - rolniczy
12:20 Agropogoda Pogoda
12:25 To się oplaca Magazyn
12:45 Stjepan i Malena - stary człowiek i bocian - dokumentalny
13:45 Elif odc. 226 - serial
14:45 Korona królów odc. 63 - serial
15:15 Alarm!
15:30 Wiadomości
15:45 Pogoda
15:50 Wszystko dla pań odc. 29 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
18:00 Klan odc. 3296
18:30 Korona królów odc. 64 - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Sport
20:15 Alarm!
20:30 Najdłuższa wojna nowoczesnej Europy odc. 5 - serial
21:35 Pensjonat nad rozlewiskiem odc. 7 - serial
22:35 Krawcowa z Madrytu odc. 5 - serial

TVP 2



11:25 Rodzinka.pl

05:30 Kolo fortuny
06:05 M jak miłość odc. 1366 - serial
07:00 Program ekumeniczny
07:20 Na sygnale odc. 36 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie Magazyn
11:25 Rodzinka.pl odc. 63 - serial
11:55 Barwy szczęścia odc. 1845 - serial
12:30 Kolo fortuny
13:05 Tylko z tobą odc. 116 - serial
14:00 Sekrety niemowlaków - dokumentalny
14:55 M jak miłość odc. 1366 - serial
16:00 Familiada
16:30 Kolo fortuny
17:15 Meandry uczuć odc. 91 - serial
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport-telegram
18:35 Rodzinka.pl odc. 64 - serial
19:05 Na sygnale odc. 37 - serial
19:35 Barwy szczęścia odc. 1845 - serial
20:10 Barwy szczęścia odc. 1846 - serial
20:40 Kulisy serialu „Na dobre i na złe” i „Na sygnale” odc. 7 - serial
20:50 M jak miłość odc. 1367 - serial
21:45 Kulisy serialu „M jak miłość” - dokumentalny
21:55 Magazyn Ekspresu Reporterów Magazyn publicystyczny
22:55 Butelka czy kieliszek? Czy można pić „na zdrowie”? - dokumentalny
00:00 Zaginiona odc. 6 - serial

tvn



19:50 Uwaga!

05:40 Mango - Telezakupy
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 3 s. 3
07:50 Doradca smaku odc. 25 s. 8 kulinarny
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 2229
11:55 Barwy szczęścia odc. 1845 - serial
12:30 Kolo fortuny
13:05 Tylko z tobą odc. 116 - serial
14:00 Sekrety niemowlaków - dokumentalny
14:55 M jak miłość odc. 1366 - serial
16:00 Familiada
16:30 Kolo fortuny
17:15 Meandry uczuć odc. 91 - serial
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport-telegram
18:35 Rodzinka.pl odc. 64 - serial
19:05 Na sygnale odc. 37 - serial
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 5283 reporterów
20:10 Doradca smaku odc. 26 s. 8 kulinarny
20:15 Na Wspólnej odc. 2663 - serial
20:55 Milionerzy odc. 149,
21:30 Diagnosta odc. 9 s. 2 - serial
22:30 Kuba Wojewódzki odc. 9 s. 12
23:30 Superwizjer odc. 1127 reporterów
00:05 Tu się gotuje! odc. 5 s. 2 kulinarny

POLSAT



19:30 Świat według Kiepskich

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 662 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 418 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 420 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 17 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 750 - serial
12:00 Gliniarze odc. 141 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 787 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2674 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 833 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 216 - serial
17:00 Gliniarze odc. 206 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2675 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 524 - serial
20:10 Więzień labiryntu - science fiction
22:40 Sabotaż - sensacyjny
01:00 Belle - dramat

7 tvn



12:55 Sąd rodzinny

05:35 W-11 - wydział śledczy odc. 1128 - serial
06:25 Szpital odc. 296 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 15 - serial
08:20 Zaklinaczka duchów odc. 13 - serial
09:20 Przepis na życie odc. 3 s. 3 - serial
10:20 Mango - Telezakupy
11:55 Ukryta prawda odc. 572 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 16 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 470 - serial
14:55 Szpital odc. 297 - serial
15:55 Zaklinaczka duchów odc. 14 - serial
16:55 Przepis na życie odc. 4 s. 3 - serial
17:55 Zabójcza broń odc. 3 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 573 - serial
20:00 Parker - sensacyjny
22:35 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - fantastyczny
01:30 American - horror Story: Asylum odc. 7 s. 2 - serial

4



13:00 Detektywi w akcji

06:00 Detektywi w akcji odc. 70 - serial
07:05 Jeźdźcy smoków odc. 13 - serial
07:35 Jeźdźcy smoków odc. 14 - serial
08:00 Drużyna A odc. 12 s. 4 - serial
09:00 Detektyw Monk odc. 14 s. 6 - serial
10:00 Sekrety sąsiadów odc. 40 - serial
10:30 Sekrety sąsiadów odc. 41 - serial
11:00 Drużyna A odc. 13 s. 4 - serial
12:00 Detektyw Monk odc. 15 s. 6 - serial
13:00 Detektywi w akcji odc. 128 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 90 policyjny
15:00 Detektywi w akcji odc. 129 - serial
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 94
17:00 Nie igraj z aniołem odc. 95
18:00 Policjantki i policjanci odc. 395 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 396 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 182 - serial
21:00 Krwawy okręt - horror
22:50 Świéci z Bostonu - dramat
01:05 STOP Drogówka odc. 174 policyjny

HITY DNIA



„Więzień labiryntu”
(2014r.) Polsat 20:10

Thomas budzi się w środku ogromnego labiryntu. Podobnie jak pozostali uwięzieni w Strefie nie pamięta niczego z dotychczasowego życia. Razem z innymi szuka sposobu ucieczki.



„Parker”
(2013r.) TVN 7 20:00

Jeden z najlepszych złodziei na świecie, Parker, pada ofiarą zdrady. Niebawem podejmuje plan zemsty na nielojalnych przyjaciółach. Jako bogaty Teksaszczyk łączy siły z piękną agentką nieruchomości.

puls



16:55 Na wariackich papierach

06:00 To moje życie! odc. 269 s. 3
07:00 Dziesięć przykazań odc. 36 - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 74 s. 2 - serial
09:00 Na wariackich papierach odc. 15 - serial
10:00 Gliniarz i prokurator odc. 20 s. 3 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 5 s. 10 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 19 s. 4 - serial
12:55 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 23 s. 4 - serial
13:50 Lombard. Życie pod zastaw odc. 46 s. 2 - serial
14:50 Kobra - oddział specjalny odc. 6 s. 10 - serial
15:55 Gliniarz i prokurator odc. 21 s. 3 - serial
16:55 Na wariackich papierach odc. 16 - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 74 s. 2 - serial
19:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 75 s. 2 - serial
20:00 Koliber - sensacyjny
22:00 W obronie własnej - sensacyjny
00:00 Wikingowie odc. 7 s. 4 - serial

TVP KULTURA



16:10 Tygodnik kulturalny

08:00 Studio Kultura - rozmowy
08:10 Wydarzenie aktualne - reportaż
08:45 Informacje kulturalne
09:05 Handlarz cudów - psychologiczny
11:00 Zmiennicy odc. 3 - serial
12:10 Zmiennicy odc. 4 - serial
13:15 Studio Kultura - rozmowy
13:35 Siódmy pokój - biograficzny
15:35 Przejście podziemne
16:10 Tygodnik kulturalny
17:00 Dyrygent - dramat
18:50 Fugazi - centrum wszechświata - dokumentalny
19:40 Informacje kulturalne
20:00 Rachela Spektakl teatralny
21:00 Dezerterzy odc. 76 - publicystyczny
21:30 Dziennik filozofa odc. 116
21:45 Prawie jak matka - komediodramat
23:45 Młoda i piękna - dramat
01:25 Informacje kulturalne

TVP HISTORIA



07:55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat

06:50 Był taki dzień odc. 535 - felieton
07:00 Katyń. Prawda i kłamstwo o zbrodni - dokumentalny
07:55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 68
08:30 Ukryte skarby odc. 30 - reportaż
09:05 Sława i chwała odc. 1 - serial
10:10 Najmłodszy mieszkańcy plaży - przyrodniczy
11:05 Gonic historyczny IPN odc. 1, - publicystyczny
11:25 Białe-Czerwone - historie niezwykle odc. 4 - reportaż
11:55 - dokumentalny - dokumentalny
13:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
13:30 Sensacje XX wieku odc. 38
14:00 Sensacje XX wieku odc. 39
14:30 Encyklopedia II wojny światowej odc. 94 - serial
15:25 Olbrzymi z epoki lodowcowej odc. 3 - serial
16:30 Legenda 27. Wołyńskiej Dywizji Piechoty AK - dokumentalny
17:25 Kryptonim „Muzeum” - Szlak Armii Krajowej odc. 4
17:45 Janosik odc. 5 - serial
18:50 Sensacje XX wieku odc. 41
19:20 Sensacje XX wieku odc. 40
19:55 Jak było? odc. 6, - publicystyczny
20:35 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
21:05 Klub profesora Tutki odc. 4 - serial
21:25 Sława i chwała odc. 2 - serial
22:35 Kulisy II wojny światowej odc. 6 - serial
23:40 Drzazgi - komediodramat
01:40 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 68

TRAM

08:00 Informacje dnia Wiadomości
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:35 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:40 Świadkowie - serial
09:10 Papież Polak do Rodaków - serial
09:55 Kartka z kalendarza - muzyczny
10:00 Informacje dnia Wiadomości
10:15 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej - publicystyczny
10:45 Zew natury - reportaż
11:05 Mocni w wierze
11:35 Myśląc ojczyzna - felieton
11:45 Młodzi Światu Cykl - reportaży
12:00 Regina Coeli
12:03 Informacje dnia Wiadomości
12:20 Mediolan - święto świadectw - Benedykt XVI z rodzinami - koncert
13:35 Młodość też potrafi - dokumentalny
14:00 Filmowe życiorysy Cykl - reportaży
15:25 Odwaga wiary - dokumentalny
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 Jestem mamą Poradnik
16:30 Kalejdoskop młodych
16:50 Express studencki Magazyn
17:00 100 cudownych miejsc na świecie - serial
17:10 Prosto o gospodarce
17:30 Okiem kamery Cykl - reportaży
18:00 Regina Coeli
18:05 Informacje dnia Wiadomości
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Każdy maluch to potrafi - dla dzieci
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia Wiadomości
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc ojczyzna - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia Wiadomości
21:40 Polski punkt widzenia - publicystyczny

HITY DNIA



„Jack Reacher”
(2012r.) TVN 22:35

W Pittsburghu zostaje zastrzelonych pięć przypadkowych osób. Dowody wskazują snajpera Jamesa Barra. Aresztowany prosi o sprowadzenie byłego wojskowego detektywa, Jacka Reachera.



„Podejrzani”
(1995r.) TVN 7 20:00

Pięciu mężczyzn podejrzanych o uprowadzenie ciężarówki zostaje na noc w areszcie na posterunku. Siedząc w jednej celi, zaczynają obmyślać wspólny skok.

TVP 1



18:00 Klan

05:50 Teleshopping
06:25 Elif odc. 226 - serial
07:20 Komisarjat odc. 63 - serial
07:45 Alarm!
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
- publicystyczny
08:40 Jaka to melodia?
09:15 Wojenne dziewczyny odc. 18 - serial
10:10 Klan odc. 3296
10:35 Jeden z dziesięciu
11:05 Doktor Quinn odc. 20 s. 4 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes - rolniczy
12:35 Agropogoda Pogoda
12:45 24 godziny na arenie walki wielkich kotów - dokumentalny
13:45 Elif odc. 227 - serial
14:45 Korona królów odc. 64 - serial
15:15 Alarm!
15:30 Wiadomości
15:45 Pogoda
15:50 Wszystko dla pań odc. 30 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia?
18:00 Klan odc. 3297
18:30 Korona królów odc. 65 - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:00 Pogoda
20:08 Sport
20:10 Trzecia połowa odc. 5 - serial
20:35 Wielki test o podatkach Quiz
22:10 Ocaleni odc. 5
23:05 Orły Nawalki - sportowy
23:45 Czego nie mogliśmy wykrzyczeć - dokumentalny
00:45 Colette - dramat wojenny

TVP 2



19:35 Barwy szczęścia

05:30 Kolo fortuny
06:05 M jak miłość odc. 1367 - serial
07:00 Program gminy żydowskiej
07:20 Na sygnale odc. 37 - serial
07:55 Pytanie na śniadanie Magazyn
11:25 Rodzinka.pl odc. 64 - serial
11:55 Barwy szczęścia odc. 1846 - serial
12:30 Kolo fortuny
13:05 Tylko z tobą odc. 117 - serial
14:00 Ziemia. Podwodny świat odc. 7 - serial
14:55 M jak miłość odc. 1367 - serial
16:00 Familiada
16:30 Kolo fortuny
17:15 Meandry uczuć odc. 92 - serial
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport-telegram
18:35 Rodzinka.pl odc. 65 - serial
19:05 Na sygnale odc. 38 - serial
19:35 Barwy szczęścia odc. 1846 - serial
20:10 Barwy szczęścia odc. 1847 - serial
20:45 Na dobre i na złe odc. 704 - serial
21:45 Na sygnale odc. 187 - serial
22:25 Jak ona to robi? - komedia
00:00 Rodzinka.pl odc. 231 - serial

tvn



13:00 19+

05:40 Mango - Teleshopping
06:50 Kuchenne rewolucje odc. 4 s. 3
07:50 Doradca smaku odc. 26 s. 8 kulinarny
08:00 Dzień Dobry TVN odc. 2230
10:55 Ukryta prawda odc. 896 - serial
12:00 Szkoła odc. 548 - serial
13:00 19+ odc. 249 - serial
13:30 Szpital odc. 785 - serial
14:30 Kuchenne rewolucje odc. 9 s. 12
15:30 Szkoła odc. 549 - serial
16:30 19+ odc. 250 - serial
17:00 Ukryta prawda odc. 897 - serial
18:00 Szpital odc. 786 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! odc. 5284 reporterów
20:10 Doradca smaku odc. 27 s. 8 kulinarny
20:15 Na Wspólnej odc. 2664 - serial
20:55 Milionerzy odc. 150,
21:30 Agent - gwiazdy odc. 9 s. 3
22:35 Jack Reacher - sensacyjny
01:10 Lejdis - komedia

POLSAT



18:00 Pierwsza Miłość

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Trudne sprawy odc. 663 - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy odc. 421 - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy odc. 422 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie odc. 18 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 751 - serial
12:00 Gliniarze odc. 142 - serial
13:00 Trudne sprawy odc. 788 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 2675 - serial
14:45 Dlaczego ja? odc. 834 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 odc. 217 - serial
17:00 Gliniarze odc. 207 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 2676 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 175 - serial
20:05 Umów się ze mną. Take me out odc. 7 - show
21:30 Ewa, ugotuj nam to odc. 1 kulinarny
21:40 Top chef odc. 75
23:05 Klub Dzikich Kotek - komedia
01:20 Szkoła zgorszenia - komedia

7 tvn



07:20 Sąd rodzinny

05:20 Ukryta prawda odc. 204 - serial
06:25 Szpital odc. 297 - serial
07:20 Sąd rodzinny odc. 16 - serial
08:20 Zaklinaczka duchów odc. 14 - serial
09:20 Przepis na życie odc. 4 s. 3 - serial
10:20 Mango - Teleshopping
11:55 Ukryta prawda odc. 573 - serial
12:55 Sąd rodzinny odc. 17 - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 471 - serial
14:55 Szpital odc. 298 - serial
15:55 Zaklinaczka duchów odc. 15 - serial
16:55 Przepis na życie odc. 5 s. 3 - serial
17:55 Zabójcza broń odc. 4 - serial
19:00 Ukryta prawda odc. 574 - serial
20:00 Podejrzani - thriller
22:15 Mentalista odc. 10 s. 7 - serial
23:15 Stosunki międzymiastowe - komedia romantyczna
01:30 Moc magii odc. 102

4



19:00 Policjantki i policjanci

06:00 Detektywi w akcji odc. 71 - serial
07:05 Jeźdźcy smoków odc. 14 - serial
07:35 Jeźdźcy smoków odc. 15 - serial
08:00 Drużyna A odc. 13 s. 4 - serial
09:00 Detektyw Monk odc. 15 s. 6 - serial
10:00 Sekrety sąsiadów odc. 42 - serial
10:30 Sekrety sąsiadów odc. 43 - serial
11:00 Drużyna A odc. 14 s. 4 - serial
12:00 Detektyw Monk odc. 16 s. 6 - serial
13:00 Detektywi w akcji odc. 130 - serial
14:00 STOP Drogówka odc. 91 policyjny
15:00 Detektywi w akcji odc. 131 - serial
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 96
17:00 Nie igraj z aniołem odc. 97
18:00 Policjantki i policjanci odc. 396 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 397 - serial
20:00 Sprawiedliwi - wydział kryminalny odc. 183 - serial
21:00 Podwójna tożsamość - sensacyjny
23:05 Eksperyment SS - horror
01:00 Anthony Bourdain: Bez rezerwacji odc. 12 - serial

puls



18:00 Lombard. Życie pod zastaw

06:00 To moje życie! odc. 270 s. 3
07:00 Dziesięć przykazań odc. 37 - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 75 s. 2 - serial
09:00 Na wariackich papierach odc. 16 - serial
10:00 Gliniarz i prokurator odc. 21 s. 3 - serial
11:00 Kobra - oddział specjalny odc. 6 s. 10 - serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 20 s. 4 - serial
12:55 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 24 s. 4 - serial
13:50 Lombard. Życie pod zastaw odc. 47 s. 2 - serial
14:50 Kobra - oddział specjalny odc. 7 s. 10 - serial
15:55 Gliniarz i prokurator odc. 22 s. 3 - serial
16:55 Na wariackich papierach odc. 17 - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 75 s. 2 - serial
19:00 Lombard. Życie pod zastaw odc. 76 s. 2 - serial
20:00 Osaczeni - sensacyjny
22:10 Plan bez skazy - sensacyjny
00:20 Wikingowie odc. 8 s. 4 - serial

TVP KULTURA



11:00 Zmiennicy

08:00 Studio Kultura - rozmowy
08:10 Dzika muzyka odc. 13, - muzyczny
08:45 Informacje kulturalne Wiadomości
09:05 Dyrygent - dramat
11:00 Zmiennicy odc. 5 - serial
12:10 Zmiennicy odc. 6 - serial
13:15 Studio Kultura - rozmowy
13:30 Poznań '56 Dramat historyczny
15:25 Historia pewnej miłości - komedia
16:25 Dranie w kinie odc. 24
17:05 Historia kina w Popielawach - obyczajowy
18:50 Bolesław Matuszewski - nieznany pionier kinematografii - dokumentalny
19:40 Informacje kulturalne Wiadomości
20:00 Wyznanie wiary - dramat
21:40 Pegaz odc. 69 kulturalny
22:35 Dziennik filozofa odc. 117
22:50 Jedna scena odc. 2 kulturalny
23:05 Cześć, Tereska! - dramat
00:45 Performance odc. 100 - artystyczny

TVP HISTORIA



13:40 Sensacje XX wieku

06:50 Był taki dzień odc. 536 - felieton
07:00 Legenda 27. Wołyńskiej Dywizji Piechoty AK - dokumentalny
08:00 Wojciech Cejrowski - bosko przez świat odc. 69
08:35 Ukryte skarby odc. 29 - - reportaż
09:10 Sława i chwala odc. 2 - serial
10:15 Fotograf Solidarności - dokumentalny
11:25 Spór o historię odc. 75
12:00 Szalona miłość - Rosjanie i Putin - dokumentalny
13:10 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
13:40 Sensacje XX wieku odc. 41
14:10 Sensacje XX wieku odc. 40
14:40 Encyklopedia II wojny światowej odc. 23 - serial
15:05 Kulisy II wojny światowej odc. 6 - serial
16:10 Draża - czetnik. Legenda Kresów - dokumentalny
17:10 Śladami zbrodni i walki 1944-1956 odc. 7 - serial
17:45 Janosik odc. 6 - serial
18:35 Białe-Czerwoni - historie niezwykle odc. 5 - reportaż
19:00 Sensacje XX wieku odc. 4
19:55 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
20:30 Dotknięcie anioła - dokumentalny
21:40 Sława i chwala odc. 3 - serial
22:50 Kabaret śmierci - dokument fabularyzowany
00:40 Brzezina - dramat

TRAM

08:00 Informacje dnia Wiadomości
08:15 Polski punkt widzenia - publicystyczny
08:40 Słowo życia - rozważanie Ewangelii dnia
08:45 Każdy małuch to potrafi - dla dzieci
09:00 Kalejdoskop młodych
09:20 Express studencki Magazyn
09:25 Sanktuaria polskie Cykl - reportaży
09:45 Święty na każdy dzień
09:50 Opowieść wiecznie żywa - serial
10:00 Audiencja Generalna Ojca Świętego Franciszka z Watykanu
11:00 Świat na wyciągnięcie ręki odc. 50 - serial
11:20 Kartka z kalendarza - muzyczny
11:25 Myśląc ojczyzna - felieton
11:40 Prosto o gospodarce
12:00 Regina Coeli
12:03 Informacje dnia Wiadomości
12:20 Listy do Eleny - obyczajowy
14:05 Filmowe życiorysy Cykl - reportaży
14:45 Światła nadziei - dokumentalny
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia Wiadomości
16:10 Na zdrowie - poradnikowy
16:30 Drabina Jakubowa odc. 4 - serial
17:00 Po stronie prawdy - reportaż
18:00 Regina Coeli
18:05 Informacje dnia Wiadomości
18:15 Rozmowy niedokończone - publicystyczny
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Przypadki Mobilków - serial
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia Wiadomości
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc ojczyzna - felieton
21:00 Apel Jasnogórski z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
21:20 Informacje dnia Wiadomości
21:40 Polski punkt widzenia - publicystyczny



Dobrze zjeść

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

BITKI WIEPRZOWE W SOSIE WŁASNYM

Składniki:

**800 g mięsa wieprzowego
z szynki
2 cebule
olej do smażenia
przyprawy: ziele angielskie,
liść laurowy, sól, pieprz,
papryka
1,5 l bulionu warzywnego
40 g mąki pszennej**

Sposób wykonania:

Mięso oczyścić, podzielić na kotlety i lekko rozbić, następnie każdy plaster oprószyć mąką. W garnku rozgrześć niewielką ilość oleju, dodaj pokrojoną w kostkę cebulę, a następnie mięso i smaż po kilka minut z każdej strony. Po przesmażeniu zalej gorącym bulionem, dodaj liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz i odrobinę papryki. Na wolnym ogniu duś do miękkości (ok. 50-60 min.). Łyżkę mąki wymieszaj z niewielką ilością wody, zalej mięso i zagotuj.



Smacznego!

Dagmara Przybyłek

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

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

P O G O D A

CZW. 12.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	17	11	°C	
	opady:	2	1	mm	
	ciśnienie:	1001	1002	hPa	
	wiatr:	15	14	km/h	
PT. 13.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	21	9	°C	
	opady:	0,1	1	mm	
	ciśnienie:	1003	1009	hPa	
	wiatr:	14	17	km/h	
SB. 14.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	21	10	°C	
	opady:	2	4	mm	
	ciśnienie:	1011	1013	hPa	
	wiatr:	19	15	km/h	
ND. 15.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	20	9	°C	
	opady:	6	5	mm	
	ciśnienie:	1015	1014	hPa	
	wiatr:	13	16	km/h	
PN. 16.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	19	10	°C	
	opady:	5	4	mm	
	ciśnienie:	1014	1013	hPa	
	wiatr:	18	16	km/h	
WT. 17.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	19	10	°C	
	opady:	2	1	mm	
	ciśnienie:	1013	1015	hPa	
	wiatr:	15	21	km/h	
ŚR. 18.04.2018		DZIEŃ	NOC		
	temperatura:	14	7	°C	
	opady:	0,1	0	mm	
	ciśnienie:	1017	1018	hPa	
	wiatr:	25	26	km/h	

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

Ozdoba u kobiety		Tytuł używany w Indiach		Miłośnik baletu	Narząd wzroku; Z tęczęwką		Popularna odmiana gołębia domowego		Hormon rdzenia nadnerczy
			14			3	Jednostka monetarna Gwinei		
					Margaryna do ciast				
					Miara płynów	5	20		18
Urok, czar, wdzięk		W rozmowie telefonicznej					Borowiec, l.a. 49		
						8	Kałamarnica		11
Ostra Papryka				2		Ogół duchowieństwa			
Spod ciemnej gwiazdy	15	Pierzyna, piernat				Rodzaj pieśni angielskiej			
		Czułno Indian							
			Śpiew niektórych ptaków	7			Skaleń, kwarc i łyszczyk	Huk, łoskot	19
Sok z pnia sandalinu		12			Autor rozpraw o tematyce etycznej	Smoleńska			
Wada obiektywu	Płynący lód		Alkohol metylowy						
			Polny kwiat						
Instrumet w kościele						Gra w karty; gra dwiema pełnymi taliami kart z dzokerami.			
	13	9		16			Kation lub anion		
Holenderski żaglowiec		6	10		Zbiórka datków na cele publiczne				4

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

Zalety medytacji

STYL ŻYCIA ▶ Joga i medytacja idą ze sobą w parze. Warto codziennie poświęcić trochę czasu, by zajrzeć do wewnątrz siebie

Medytację warto rozpocząć, choć proces jest długotrwały i efekty nie przychodzą od razu. W poprzednim odcinku tego cyklu nadmieniliśmy, że jest to jeden ze sposobów walki ze stresem. Jest wiele technik medytacyjnych, ale podstawy są zawsze takie same. Co ważne, nie potrzebujemy nauczyciela. Każdy zna swój umysł, a przecież to właśnie jego dotyczy ta praktyka.

Na początek zastanówmy się, co chcemy osiągnąć poprzez medytację. To bardzo ważne. Motywacja w każdym działaniu człowieka jest istotna. Może nas popchnąć do zmian nawyków, zachowań, wytyczenia nowych celów.

Zalety medytacji:

- zwiększa siłę woli – u osób medytujących uaktywniają się obszary w mózgu związane z większą tolerancją na ból. Siła woli znacznie wpływa na wszystkie nasze postanowienia życiowe;

- pomagają w radzeniu sobie z bólem psychicznym. Techniki obrazowania użyte w czasie medytacji uaktywniają tę część mózgu, która odpowiada za nasz nastrój;

- usprawnia proces pamięciowy i przyspiesza proces uczenia;

- zwiększa empatię, dzięki czemu łatwiej rozumiemy postępowanie innych ludzi;

- połączona z prawidłowym oddychaniem obniża ciśnienie krwi, tym samym poprawia się funkcjonowanie układu krążenia.

Właściwości medytacji, jako czynnika zapobiegającego wielu chorobom cywilizacyjnym, zostały

udowodnione naukowo. Najważniejsze, że pomagają nam na co dzień radzić sobie z napięciami.

Jest wiele technik medytacyjnych. Przybliżymy kilka z nich w kolejnym wydaniu. Należy wybrać tę, która najbardziej nam odpowiada.

Jak zacząć? Po pierwsze, określmy porę dnia, w której mamy czas dla siebie. Jedni preferują wczesne godziny ranne, inni popołudniowo-wieczorne. Pomieszczenie, w którym będziemy medytować powinno być wywietrzone. Potrzebujemy 30 minut spokoju, bez ingerencji osób trzecich. Siadamy wygodnie na podłodze lub na krześle. Do siedzenia na podłodze dobrze jest zaopatrzyć się w poduszkę do medytacji. Ułatwi przyjęcie odpowiedniej pozycji. Najczęściej jest okrągła, wypełniona łuskami gryki, wykonana z bawełny. By wzmocnić redukcję stresu, można wybrać poduszkę wypełnioną w części lawendą. Najważniejsze, by w pozycji zachować prosty kręgosłup. Jest to związane z przepływem energii. Dozwolona jest również medytacja na leżąco, jeżeli inna pozycja nie jest możliwa.

Z powyższego opisu wynikać może, że medytacja to po prostu czynność siedzenia, wyobrażania sobie czegoś. Nic bardziej mylnego. To stan uważności, sprowadzenia siebie do „tu i teraz”. Dlaczego teraz staje się modna? Bo coraz bardziej jej potrzebujemy. Jesteśmy poddawani ogromnej ilości bodźców, a nasz umysł działa jak mała paleta – chętnie przechodzi od

jednej nowej rzeczy do drugiej. A przecież są sprawy, które wymagają skupienia, potrzebujemy samokontroli, panowania nad impulsami. Dobra wiadomość: mózg można wytrenować, tak jak mięśnie na siłowni. Ale medytacja powinna stać się częścią naszej codzienności.

Przechodzimy teraz do ćwiczeń. Będą to pozycje relaksacyjne, które poprzedzają medytację.

Pozycja 1: Nieboszczyk (Savasana)

W tej pozycji kładziemy się na plecach. Ręce układamy wzdłuż tułowia, lekko od siebie odsunięte. Zamykamy oczy, rozluźniamy twarz, głowę, „puszczamy” całe ciało. Powinno łagodnie opaść na podłogę. W tej pozycji trwamy około 15 minut. Staramy się nie zasnąć.

Pozycja ta wprowadza nas w stan głębokiej, fizycznej i emocjonalnej relaksacji. Wydaje się nam, że nasze ciało nie podlega siłom grawitacji.

Pozycja 2: Krokodyl (Makarasana)

Kładziemy się na brzuchu, nogi rozchylamy na zewnątrz na szerokość bioder. Dłonie zginaemy w łokciach i podkładamy pod brodę. W tej asanie pozostajemy tak długo, jak zechcemy. W trakcie tej pozycji zamykamy oczy i skupiamy się na odczuciach płynących z naszego ciała.

Pozycja ta relaksuje i odpręża nasze ciało, usuwa zmęczenie.

(Maw)

fot. archiwum
K. P. Sulikowscy



Savasana to ulubiony moment podczas sesji jogi – czas na głęboki odpoczynek



Krokodyl relaksuje i odpręża

Porady

Aromatyczne zioła w domu

Zdrowym dodatkiem do potraw, pozwalającym zmniejszyć ilość używanej soli, mogą być zioła wyhodowane przez nas w kuchni

Zioła używane do gotowania to przede wszystkim tymianek, majeranek, kolendra, bazylia, mięta, rozmaryn, oregano i szalwia. Możemy uprawiać je w ogrodzie, na balkonie lub nawet na parapecie, jeśli co najmniej 5 godzin dziennie padają na niego promienie słoneczne. Znawcy kuchni na pewno poczują różnicę między dodanymi do potrawy suszonymi a świeżymi ziołami. Także wartości odżywcze tych świeżych są dużo większe.

Doniczka to podstawa

Zioła wymagają minimalnej pielęgnacji. Zazwyczaj nie atakują ich choroby i szkodniki, a plon można zbierać przez całe lato. Rośliny te nie potrzebują dużych pojemników. Większość z nich – na przykład bazylia, koper, tymianek, szalwia, mięta czy rozmaryn – rośnie dobrze w doniczkach o średnicy 20 cm i głębokości 15-20 cm lub w standardowych skrzynkach balkonowych. Do uprawy ziół możemy używać doniczek ceramicznych, z tworzywa sztucznego, z drewna wyłożonych folią. Interesująco wyglądają zioła posadzone w starych dzbankach, kubkach i ustawione na parapecie. Na tarasie sprawdzą się skrzynki, małe beczutki, stara paleta. Ważne, by pojemniki miały otwór na odpływ nadmiaru wody. Na spodzie pojemnika warto ułożyć drenaż ze żwiru lub drobnych kamyczków. Ziemia powinna być żyzna, w sklepach ogrodniczych kupimy specjalną do ziół. Doniczkę lub pojemnik

wykładamy ziemią trochę poniżej brzegów, by podczas podlewania woda nie przelewała się. Przyda się też kora, ułożona jako wierzchnia warstwa w doniczkach, bo ograniczy odparowywanie wody.

Podlewanie i nawożenie

Zioła już posadzone, teraz czas na ich podlewanie i nawożenie. Podlewanie jest szczególnie ważne w początkowej fazie wzrostu. Strumień wody powinien być niewielki, żeby nie uszkodzić delikatnych pędów i liści. Rośliny się nawadniają, gdy ziemia lekko przeschnie, nie można jednak dopuścić do jej całkowitego wysuszenia. Brak wody osłabia rośliny. Zioła w pojemnikach na parapecie należy podlewać raz na dzień, te na balkonach czy tarasach w upalne i słoneczne dni nawadniamy dwa razy na dobę. Trzeba zachować umiar, bo nadmiar wilgoci w glebie jest szkodliwy – korzenie gniją i rośliny zamierają.

Zioła, szczególnie te pochodzące z terenów śródziemnomorskich, ubogich w składniki pokarmowe (tymianek, lawenda, rozmaryn), nie wymagają żadnego zasilania – przenawożone tracą aromat. Pozostałe warto nawozić specjalnymi środkami zakupionymi w sklepie ogrodniczym, stosując się do zasad podanych na opakowaniu.

Szczegółowe zasady uprawy poszczególnych ziół przedstawiamy w ramce.

(nał)

fot. Internet



JAK UPRAWIAĆ ZIOŁA?

Bazylia w doniczce nie jest szczególnie wymagająca. Jest jednak kilka zasad mówiących o tym, jak o nią dbać. Przede wszystkim kupując zioło powinniśmy zwrócić uwagę, by jego liście nie były czarne i zwędłe. Jeśli kupimy świeżą bazylię, uda nam się ją przechowywać w domu nawet kilka tygodni. Pamiętajmy, że roślina ta nie lubi być mocno podlewana, lubi za to światło. Warto też zadbać o dobrą ziemię dla bazylii, pozbawioną pasożytów.

Mięta możemy wyhodować z sadzonek sezonowych, a także z nasion wysiewanych na początku wiosny. Możemy też kupić wyrosniętą miętę w doniczce i dbać, aby rosła w naszej kuchni do kilku tygodni. Niezależnie od tego, jaką drogę wybierzemy pamiętajmy, że mięta to roślina, która lubi zacienione miejsca. Jeśli wystawimy ją na mocno nasłoneczniony parapet, może ulec poparzeniu i powoli zamierać. Dodatkowo roślina wymaga regularnego podlewania, by podłoże było delikatnie wilgotne przez cały czas.

Rozmaryn potrzebuje odpowiedniego nasłonecznienia, dobrego drenażu oraz cyrkulacji powietrza. Co to oznacza? Trzymamy go w miejscu ciepłym. Roślina potrzebuje piaszczystej, przepuszczającej gleby i ok. 7 godzin nasłonecznienia dziennie. W takich warunkach rozmaryn można hodować przez cały rok.

Oregano lubi suche, nasłonecznione warunki, bez wiatru i ścisłu. Dlatego starajmy się szadzić je w odstępach ok. 10 cm od siebie lub innych roślin. Oregano powinniśmy podlewać regularnie, by ziemia była cały czas wilgotna. Jeśli hodujemy oregano w doniczce, ważne jest jego podcinanie co jakiś czas.

Tymianek sadzimy od kwietnia do maja. Preferuje ciepłe i słoneczne stanowisko. Pięknie rośnie w doniczce na parapecie. Nie lubi wilgoci, dlatego podlewamy go rzadziej niż inne zioła. Jeśli chcemy długo cieszyć się jego świeżością, warto nawozić glebę.

Kolendra ma kilka wymagań, które warto spełnić, aby rosła w doniczce przez cały rok. Należy zapewnić jej dobrze nasłonecznione miejsce oraz żyzną glebę. Sprzyja jej słońce i ciepło, dlatego warto trzymać ją na parapecie. Lubi też częste podlewanie. Liście zrywamy dopiero, kiedy roślina osiągnie wysokość 15 cm.

Szałwia to roślina światłolubna. Świetnie rośnie na parapecie czy balkonie. Lubi suchą glebę, więc nie wymaga częstego podlewania. Dobrze rozwija się w żyznej glebie z domieszką piasku. W chłodniejszych miesiącach należy zabrać ją z balkonu i kontynuować uprawę w domu, ponieważ nie jest mrozoodporna.

ZASTOSOWANIE ZIOŁ

Bazylia — idealnie pasuje do dań kuchni włoskiej, takich jak pizza, makarony czy sałatki z pomidorami i mozzarellą. Jest też dobrym dodatkiem do twarogu, gotowanych jajek czy omeletów. Dodaje aromatu zupom, daniom mięsnym, rybom, a także owocom morza.

Mięta — świetnie sprawdza się w letnich sałatkach z sosem jogurtowym, w koktajlach i lemoniadach, dodając im orzeźwiającego smaku. Stosuje się ją do dań z twarogiem, suszona wzbogaci smak pierogów z mięsem i sałatki owocowej.

Rozmaryn — jest pysznym uzupełnieniem dań rybnych, z drobiem, jagnięciną, wieprzowiną czy wołowiną. Idealnie smakuje w towarzystwie pomidorów, grzybów, jajek, sera czy szpinaku.

Oregano — stosowane jest do różnego rodzaju sosów, a także wszystkich gatunków mięsa. Jest świetnym dodatkiem do sałatek warzywnych i często spotkać można je w daniach kuchni włoskiej, takich jak pizza czy makarony.

Tymianek — ma szerokie zastosowanie m.in. w kuchni francuskiej czy kreolskiej. Jego delikatnie goździkowy posmak świetnie łączy się z jagnięciną, cielęciną, drobiem i rybami. Dodawany jest również do farszów i pasztetów. Często tymianek spotkać można w zupach i bulionach.

Kolendra — niezastąpiony dodatek do zup i gulaszu. Często jest składnikiem ciast, deserów i innych wypieków. Idealnie komponuje się z jagnięciną i mięsem kozim, a także szynką i wieprzowiną. Często występuje w daniach kuchni azjatyckiej.

Pietruszka — dodawana jest do gulaszu, wielu sosów czy past serowych. Smacznie komponuje się z ryżem, warzywami czy daniami rybnymi. Często dodawana do jajecznicy czy omeletów.

Szczypiorek — w kuchni europejskiej używany zazwyczaj do sałatek na zimno, gulaszów, a także wielu zup. Ponadto posypujemy nim jajecznice, twaróg, kanapki czy zapiekanki.

Koperek — idealnie komponuje się z jogurtem lub śmietaną, więc często stosowany jest do sosów i dressingów. Idealny dodatek do łososia, krewetek czy pstrąga.

Szałwia — polecana do tłustych dań mięsnych, takich jak gęś, wieprzowina czy kaczka. Pasuje także do kurczaka. Idealnie komponuje się z kremem z dyni. Smacznym dodatkiem do pierogów jest masło szałwiowe — listki smażymy na maśle klarowanym.



ZIOŁOWE PRZEPISY

Babka tymiankowa

- 3 jajka
- 20 dag cukru
- 180 ml oliwy z oliwek
- skórka z 1 cytryny
- skórka z 1 pomarańczy
- sok z połowy cytryny i połowy pomarańczy
- 2 łyżeczki posiekanych liści tymianku
- 140 g mąki
- 80 g mielonych migdałów
- szczypta sody oczyszczonej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia

Żółtka zmiksować z cukrem. Gdy masa jajeczna będzie jasna, powoli dolewać oliwę, cały czas miksując. Dodać skórki z cytryny, pomarańczy oraz sok. Mąkę przesiać z sodą i proszkiem do pieczenia, wymieszać z mielonymi migdałami i tymiankiem. Składniki ciasta połączyć. Dodać pianę z ubitych białek i delikatnie wymieszać. Piec w keksówce ok. 45 minut (temp. 170 st.).

Herbatka rozmarynowa

- 2-3 gałązki rozmarynu
- woda
- plasterki cytryny
- ew. miód

Umyte zioło zalać wrzątkiem, zaparzać w czajniczku kilka minut. Podawać z cytryną, można ośłodzić miodem. Taki napój poprawia pracę przewodu pokarmowego, ale też działa relaksująco. Podobnie zaparzamy też świeżą miętę lub melisę.

Makaron z sosem kolendrowo-kokosowym

- makaron tagiatelle
- 1 łyżka masła
- 3 ząbki czosnku
- 6 gałązek kolendry
- szczypta pieprzu, sól
- puszka mleka kokosowego (400 ml)
- twardy ser typu parmezan

Na patelni rozgrzać masło i podsmażyć czosnek przeciśnięty przez praskę. Dodać mleko kokosowe i gotować tak długo, aż sos stanie się gęsty. Doprawić pieprzem, solą i dorzucić posiekaną kolendrę. Wymieszać z ugotowanym makaronem, posypać serem.

Schab z szałwią

- 0,5 kg schabu pokrojonego w paseczki
- 2 ząbki czosnku
- masło klarowane
- cebula
- 2 kwaśne jabłka
- 1 łyżka posiekanej szałwii
- 1 łyżka brązowego cukru
- śmietana
- pieprz, sól

Jabłka pokroić w plasterki i razem z cebulą podsmażyć na maśle. Dodać brązowy cukier i mieszać, aż się rozpuści. Mięso podsmażyć na drugiej patelni razem z czosnkiem, doprawić solą i pieprzem. Dodać jabłka z cebulą, szałwię, podlać śmietaną i chwilę dusić.

HOROSKOP



Koziorożec
(22.12-19.01)

Nie będziesz narzekał na brak energii. To dobry czas, by sporządzić listę spraw do załatwienia. Ze wszystkim w porę się uporasz. Zaproponujesz współpracownikom kilka świetnych rozwiązań i uda ci się przekonać ich do realizacji planów. Lepiej, żebyś czasami trzymał język za zębami, bo możesz kogoś urazić niezbyt trafnym żartem.



Wodnik
(20.01-18.02)

Podróże i miłe wydarzenia – to będzie teraz twój żywioł. Nie odrzucisz żadnego zaproszenia. Samotne Wodniki są otwarte na nowe znajomości i spotkają na swej drodze kogoś intrygującego. W sprawach rodzinnych wyjaśnisz pewną sprawę z przeszłości, która psuła niektóre relacje. Uważaj, by twoja ambicja, chęć zaimprowizowania, nie stała się źródłem problemów.



Ryby
(19.02-20.03)

Spokojny tydzień, obfitujący w radosne wydarzenia. Spodziewaj się samych dobrych wieści. Koniecznie skorzystaj z zaproszenia na wydarzenie organizowane przez kogoś z pracy. Spotkasz tam wiele ważnych osób, które mogą w przyszłości mieć wpływ na twoje życie zawodowe. Nie zaniedbuj relacji z najbliższą osobą, wybierzcie się gdzieś razem.



Baran
(21.03-20.04)

Dusisz się w swoim dotychczasowym towarzystwie i potrzebujesz odmiany. Nic prostszego, znajdź sobie nowe hobby, a poznasz innych ludzi. Nie rozpaczaj nad stratą znajomych, czasem rozstanie jest jedynym wyjściem, by ustrzec się eskalacji konfliktu. Bądź czujny, żebyś nie przegapił szansy na poprawę twojej sytuacji materialnej.



Byk
(21.04-21.05)

Będziesz w refleksyjnym nastroju. Postanowisz kolejny raz przemyśleć wydarzenia z przeszłości, przeprowadzisz analizę, co można było zrobić inaczej. Pamiętaj, że to strata czasu. Nie cofniesz zegara. To, na co masz wpływ, to twoja przyszłość. Kiepska pora na spotkania towarzyskie, potrzebujesz teraz samotności i spokoju. Bieżące sprawy odłóżysz na później.



Bliźnięta
(22.05-20.06)

Jesteś tak zapracowany, że nie masz czasu na kontakty z ukochaną osobą. Nie skupiaj się tylko na obowiązkach zawodowych, bo możesz ją stracić. Przemęczenie nie jest wytłumaczeniem unikania rozmów. Nie kłóć się o drobiazgi. Postaraj się być bardziej wyrozumiały i empatyczny. Ostrożnie w sprawach finansowych. Nie podejmuj żadnych decyzji bez oszacowania ryzyka.



Rak
(21.06-22.07)

Zakończy się trudna sprawa, która spędzała ci sen z powiek. Odetchniesz z ulgą. Uważnie przyjrzyj się osobom w twoim otoczeniu. Zobaczysz, kto rzeczywiście jest ci życzliwy, a kto tylko udaje. Będziesz rozczarowany, ale czasem porządku trzeba przeprowadzić. Przestań żyć przeszłością. Nieznane cię przeraża, choć nie powinienes mieć obaw. Wszystko się ułoży.



Lew
(23.07-22.08)

Masz teraz szansę na spotkanie miłości swojego życia. Nie zamykaj się więc w czterech ścianach domu, tylko wyjdź do ludzi, nie odrzucaj zaproszeń. Temperatura w stałych związkach wzrośnie, bliskość przyniesie wam radość. W sferze finansów zalecana ostrożność. Możesz paść ofiarą naciągacza lub wydać zdecydowanie więcej, niż planowałeś.



Panna
(23.08-22.09)

Zastanów się, jak lepiej rozplanować obowiązki zawodowe, by mieć więcej czasu dla siebie. Z pewnych spraw po prostu trzeba zrezygnować. Dostaniesz ciekawą propozycję, niewykluczone, że kusić cię będzie zmiana pracy. W miłości zaczniesz szukać nowych pokus.



Waga
(23.09-23.10)

Coś cię wstrzymywało, ale teraz bez przeszkód możesz ruszyć do przodu. Masz w sobie mnóstwo energii i chęci do działania. Nie podchodź jednak do wszystkiego tak ambitnie. Trzeba też umieć odpuszczać. Nie zajmuj się sprawami, na których się nie znasz, bo efekt będzie mizerny.



Skorpion
(24.10-21.11)

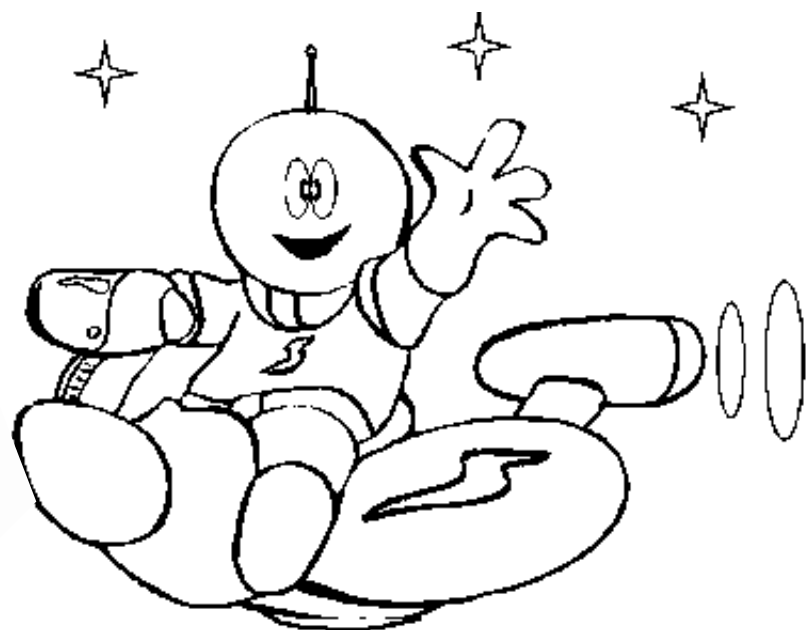
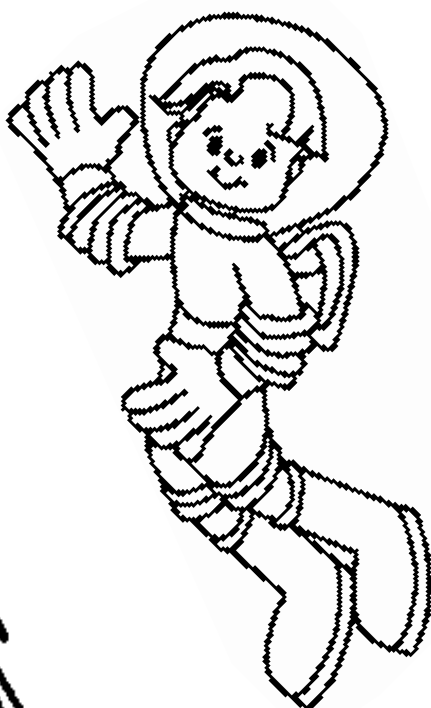
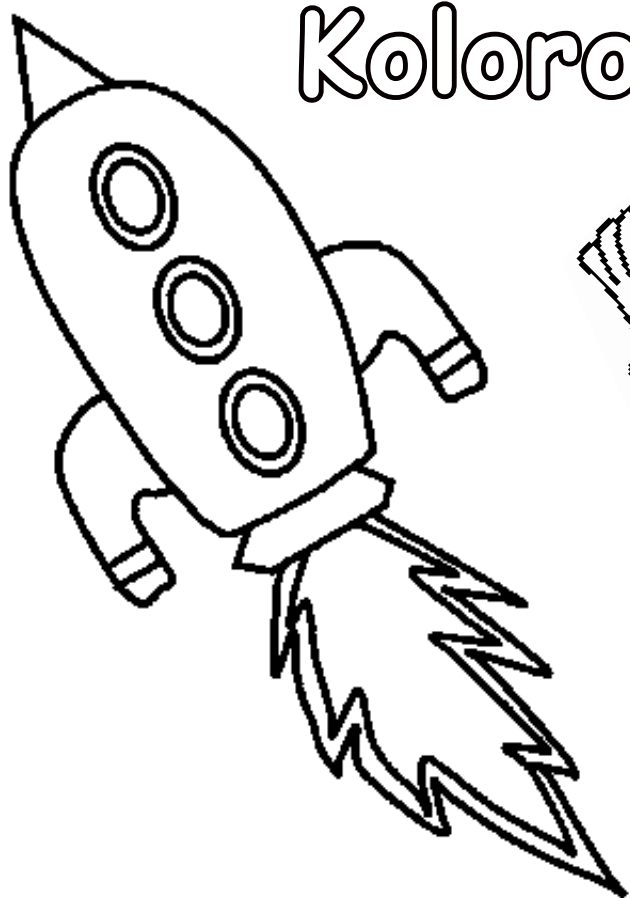
Czeka cię załatwianie spraw urzędowych. Wykaż się cierpliwością i logicznym myśleniem, a wszystko pójdzie po twojej myśli. W sferze zawodowej przełożeni docenią twój talent organizacyjny. Zyskasz uznanie, o ile będziesz działał zgodnie z regułami, a nie szedł na skróty.



Strzelec
(22.11-21.12)

Trudna rozmowa z rodziną. Mów śmiało, co leży ci na sercu. Niedopowiedzenia, skrywane żale prowadzą do konfliktów. Może poczujesz się urażony słowami bliskich, ale przemyśl sprawę i dojdiesz do wniosku, że mieli rację. Zaufaj swojej intuicji, będzie ci potrzebna.

Kolorowanki dla dzieci



Rękodzieło na setne urodziny

GMINA LIPNO ➤ Środki zebrane ze sprzedaży wykonanych własnoręcznie przez społeczność szkoły w Maliszewie palm wielkanocnych i ozdób świątecznych wesprą organizację obchodów setnej rocznicy powstania placówki



– W tygodniach poprzedzających święta wielkanocne uczniowie klas IV-VII Szkoły Podstawowej w Maliszewie wykonali przepiękne palmy na uroczystość Niedzieli Palmowej, która przypadała 25 marca – opowiada nauczycielka Joanna Słaboszewska. – Uzdolnieni uczniowie pracowali pod okiem nauczycieli: Doroty Modrzejewskiej, Barbary Bielińskiej oraz Wioletty Lewandowskiej.

Wyroby rękodzielnicze sprzedawały dziewczęta z klasy VI po

niedzielnich mszach w kościele w Brzeźnie oraz w kaplicy w Maliszewie. Własnoręcznie wykonane palmy cieszyły się ogromnym powodzeniem. Zebrana kwota została przekazana na potrzeby placówki, tym razem będzie to dofinansowanie imprez związanych z obchodami stulecia powstania szkoły w Maliszewie.

W przygotowanie palm i dekoracji świątecznych zaangażowali się także rodzice uczniów: Ewa Wolin i Marzena Kuraczyk, przy-

gotowując oryginalne dekoracje, którymi ozdobione zostały sale lekcyjne.

– Wiele ozdób zostało zakupionych przez nauczycieli i pracowników szkoły – mówi Joanna Słaboszewska. – Wiosenną dekorację na szkolnym korytarzu przygotowała Anna Jaworska, zaś scenografię inscenizacji o wiosnie wykonały: Karolina Leśniewska i Weronika Kędzierska.

Lidia Jagielska
fot. nadesłane

Skepe

Wielkanoc w książkach

Pierwszoklasiści miejscowej szkoły podstawowej gościli u siebie dyrektora biblioteki publicznej i w ramach lekcji bibliotecznej poznali bardzo dokładnie tradycje wiosenne i wielkanocne.



– Wielkanoc to najważniejsze święto w kościele katolickim – mówi dyrektor Miejsko-Gminnej Biblioteki Publicznej w Skępem Jerzy Kowalski. – Wyznaczanie daty świąt wiąże się nierozdzielnie z nastaniem wiosny. W kościołach zachodnich święto przypada w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni księżyca. Oznacza to, że Wielkanoc wypada pomiędzy 22 marca a 25 kwietnia. Jednak dla dzieci te kryteria są mało czytelne. Maluchy postrzegają świat bardziej kolorowo niż wskazywałaby na to nauka. Innymi słowy: wiosna i Wielkanoc to słońce, kwiatki, ptaszki, pisanki, zajączki, święconka i inne symbole, które pozwalają im zrozumieć i zilustrować otaczający świat oraz pogłębiać wiarę.

W ramach przygody pierw-

szaków z książką i biblioteką, czyli kolejnej już lekcji bibliotecznej, w Szkole Podstawowej im. Gustawa Zielińskiego w Skępem odbyły się zajęcia na temat wiosny i tradycji wielkanocnych. Inicjatorkami spotkania były nauczycielki Alina Macias i Agnieszka Błaszczuk, wychowawczynie klas pierwszych.

Dzieci poznały najważniejsze oznaki omawianej pory roku i symbole wielkanocne. Wysłuchały wiersza lokalnej poetki Zofii Ewy Szczęsnej o wiosnie. Układały puzzle tematyczne oraz uczestniczyły w zajęciach plastycznych polegających na kolorowaniu obrazków z pisankami wielkanocnymi i ilustracjami obrazującymi wiosnę.

– Dużo radości przyniosła zabawa słowem – mówi dyrektor Kowalski. – Uczniowie w grupach układali wiosenne i wielkanocne opowiadanie, w oparciu o wcześniej zadany zestaw słów. Pomimo dużego stopnia trudności w porównaniu z wiekiem uczestników zajęć uczniowie poradzili sobie znakomicie. Na kolejne zajęcia uczniów zaprosiłem do Miejsko-Gminnej Biblioteki Publicznej w Skępem.

Lidia Jagielska
fot. nadesłane

Noworodki

Nowi mieszkańcy powiatu i okolic

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

WIKTORIA LEWANDOWSKA

➤ urodziła się 4 kwietnia w lipnowskim szpitalu, ważyła 3,35 kg i mierzyła 55 cm. Jest córką Karola i Aldony z Kiełpin, ma brata Miłosza



KLARA GRZELAKOWSKA

➤ urodził się 30 marca w lipnowskim szpitalu, ważyła 3,7 kg i mierzyła 58 cm. Jest pierwszym dzieckiem Piotra i Joanny z Tupadeł



MAJA WARSZAWSKA

➤ urodziła się 6 kwietnia w lipnowskim szpitalu, ważyła 2,6 kg i mierzyła 53 cm. Jest pierwszym dzieckiem Arkadiusza i Joanny z Wielkiego.



ALEKSANDER SARNOWSKI

➤ urodził się 7 kwietnia w lipnowskim szpitalu, ważył 3,3 kg i mierzył 57 cm. Jest synem Marcina i Anny z Moszczonogo, ma siostrę Gabrysię



LIWIA MUSIAŁKOWSKA
➤ urodziła się 6 kwietnia w lipnowskim szpitalu, ważyła 3,85 kg i mierzyła 57 cm. Jest pierwszym dzieckiem Kamila i Moniki z Kołata



HUBERT LEŚNIEWSKI

➤ urodził się 31 marca w lipnowskim szpitalu, ważył 3,05 kg i mierzył 57 cm. Jest synem Daniela i Joanny z Urszulewa, ma brata Fabiana



MAGDALENA DĄBROWSKA
➤ urodziła się 30 marca w lipnowskim szpitalu, ważyła 2,75 kg i mierzyła 53 cm. Jest córką Roberta i Karoliny z Lipna, a siostrą Pauliny, Patryka, Radka, Szymka, Aleksandry i Antoniego

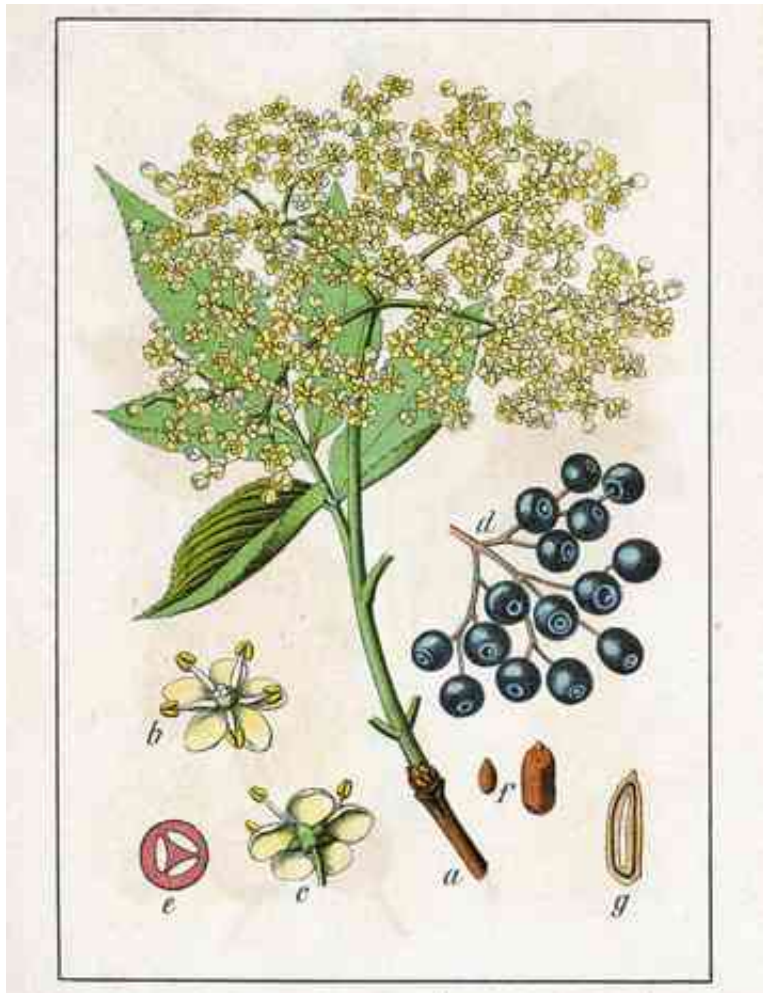


OLIWIA ZASADA
➤ urodziła się 5 kwietnia w lipnowskim szpitalu, ważyła 3,2 kg i mierzyła 57 cm. Jest córką Przemka i Ewy z Włocławka, ma brata Szymona

Fot. Lidia Jagielska

Magia bzu

CIEKAWOSTKA ▶ Lud od zawsze uważał, że pewne drzewa lub kwiaty mają dodatkowe właściwości, a nawet dusze. Dla polskiego mieszkańca wsi każde drzewo było prawie jak świątynia, albo siedziba jakiegoś ducha. Nasi przodkowie patrzyli na drzewa i rośliny z uszanowaniem. Nikt nie chciał narazić się potężnym siłom jakie mogły w nich drzemać. Z wielką bojaźnią odnoszono się do wierzb, gdyż miały być siedzibą diabłów, ale nie mniejsza trwoga towarzyszyła bzmom



Dawniej nikt nie myślał o przycinaniu lub wykopywaniu bzu z ogrodu. Dziś ten krzew jest często karczowany, ponieważ rozrasta się i zabiera sporo terenu. W 1893 roku w jednym z majątków w południowej Galicji ziemianin postanowił wykarczować bzy. Pracy tej nie chciał się podjąć żaden z jego robotników. Dziewczęta przepowiadały ziemianinowi, że po wycięciu bżów czeka go bieda. Gdy właściciel usunął krzewy, kilka dni później w majątku padła krowa, a okoliczni wieśniacy utwierdzili się w zabobonie.

Wierzono, że bzy zamieszkują mściwe duchy, które w razie ich uwolnienia zsyłają na człowieka choroby i nieszczęścia – tzw. bidę. W niektórych regionach kopanie bzu było dozwolone, ale na przykład tylko do południa, gdy działanie sił nieczystych jest najmniejsze. W jeszcze innych regionach dozwolane było ścinanie bżów, ale pod warunkiem, że gałęzie zostaną przeznaczone do strojenia ołtarza. To miało gwarantować bezpieczeństwo. W 1560 roku w dziele „Von der

Bockheiligung” jeden z niemieckich pastorów opisywał zwyczaj związane z bzem napotkane w Rzeczpospolitej:

– „Bzu boską cześć oddawali. Drzewo jego jako święte czcili, gdyż wierzyli, że pod korzeniami jego mieszka bóg z podwładnymi mu duchami: parstukami i markopolami.”

Pod bzem składano ofiary z chleba i innych potraw. W niektórych miejscach w okolicach bżów odprawiano modły i uczyły podczas których liczone, że duchy zamieszkujące roślinę również posilały się. Jeszcze w średniowieczu bez był bardzo ważny dla pogańskich Prus. Zamieszkiwali tereny dzisiejszej północno-wschodniej Polski.

– „Ślepy lud pruski wierzył, że pod bzem mieszkają bogowie, lecz i w naszych czasach istnieje między ludem wiara, że pod bzem podziemne człowieczki mieszkają” – pisał niemiecki uczyony Hartknoch.

Chłop mógł pokusić się o ścięcie bzu, ale najpierw prosił go o zgodę podczas modłów.

Później cierpliwie czekał na znak. Mógł być to na przykład ptaszek, który przysiadł na gałązce bzu. W niektórych wsiach wierzono, że duch może opuszczać krzak bzu i spacerować po wsi. Zaglądał do okien izb, patrzył na to jak żyją ludzie i przed brzaskiem wracał do swej drzewnej postaci. Zły bez był jednak także pomocą i wybawieniem. Gdy na wschodnich kresach we wsi wybuchała zaraza, kobiety śpiewały pieśń o bzach. Mówiła ona o pewnej legendzie.

Z oceanu, z głębokiego morza, wyszło dwanaście bardzo brzydkich dziewczec. Droga ich nie mała prowadziła przez strome góry, do trzech starych drzew bzu. Siostry nakazały drzewom zabić wszystkich ludzi na ziemi. Bzy początkowo zgodziły się na prośbę siostr, ale potem postanowiły zmienić zdanie i ocalić ludzkość. Legenda sprawiała, że gdy we wsi zachorowało dziecko, zanoszono je pod kwitnący bez. Drzewo miało zlitować się i uleczyć dziecko.

Mniej legendarne były i są nadal herbaty z bzu, które były idealnym lekiem na kaszel, ból zębów i febrę. Leczenie zębów było wówczas szczytem zabobonu. Cierpiący miał dojść idąc tyłem do krzaka bzu, nagle obrócić się i zdjąć kawałek kory. Następnie również tyłem miał wrócić do domu. W izbie następnie modlono się przed obrazem Matki Boskiej i nakłuwano bolący ząb wyciętym kawałkiem kory do momentu pojawienia się krwi. Kolejnym punktem zabiegu było odniesienie kawałka kory do krzewu bzu i włożenie go na dawne miejsce. Na wszelki wypadek korę przywiązywano do gałązki. Jeśli kora zrosła się z gałązką oznaczało to, że ból zęba już nie powróci.

Jako leku używano także kory bzu. Skrobana z góry na dół miała wywoływać rozwolnienia, a z dołu do góry wymioty. W okolicach Poznania kora bzu wymieszana z wódką miała być lekiem na kołtuna. Gałązki bzu zerwane w dzień św. Jana i włożona za strzechę miały gwarantować wolność od chorób. Wetknięty na środku pola chronił uprawy od nawałnic i gradu.

(pw)

XX wiek

Wiec na pięści

Przedwojenna lewica nie miała łatwego życia. Ciągłe zainteresowanie policji i kontrwywiadu oraz ogólna nieprzychylność powodowały, że wiece lewicowe zamieniały się nieraz w wielkie awantury. Tak też stało się w 1932 roku w Lipnie.

W 1932 roku w Lipnie miał odbyć się wiec chłopski Polskiej Partii Socjalistycznej. Przemawiać mieli posłowie: Jan Kwapiński, Dorota Kłuczyńska, Bronisław Mikołajewski oraz Zygmunt Piotrowski. Starostwo powiatowe wydało zgodę na zgromadzenie. Niestety podczas tego typu wieców władze często stosowały przedstawione osoby, których zdaniem było zakłócenie przebiegu wiecu. Nie inaczej było i tym razem.

Posłowie nie mogli przemówić, ponieważ niektóre osoby w tłumie zaczęły zakłócać przemowy. Był to

także powód dla policji do tego, by rozwiązać manifestację. Wszystko poszło po myśli władz, gdyby nie postawa robotników rolnych. Nie chcieli opuścić sali. Policja użyła pałek i gazu łzawiącego. Awantura trwała ok. półtorej godziny. Media przychylnie rządowi podsumowywały: „Wiec wykazał kompletną utratę jakichkolwiek wpływów socjalistycznych na chłopów kujawskiego.”

Oczywiście była to propaganda, ponieważ ruch lewicowy zawsze miał oparcie zwłaszcza na wsi.

(pw)

XX wiek

Szansa na prąd

Mieszkańcy powiatu lipnowskiego przed wojną cierpieli z powodu braku prądu. W miastach nie było jeszcze takiego problemu, ale elektryfikacja wsi kulała. Rozwiązaniem miało być oddanie niezwykłej elektrowni tuż u granic powiatu lipnowskiego.

W 1927 roku bardzo realne stały się plany stworzenia elektrowni wodnej na Drwęcy w miejscowości Elgiszewo. Po drugiej stronie rzeki był już powiat lipnowski. Plany były bardzo ambitne. Rocznie spiętrzona Drwęca miała dostarczać 7 milionów kilowatów prądu. Może obecnie nie robi to wrażenia, ale na owe czasy i zapotrzebowanie na prąd 7 milionów kilowatów było wystarczające.

Koszt budowy oszacowano na 1,6 mln zł. W Elgiszewie miało powstać sztuczne jezioro. Pieniądze miały pochodzić od Amerykanów, a ze znalezieniem odbiorców prądu nie było problemu. Pierwszy taką ochotę wyraził powiat lipnowski. Niestety z inwestycji nic nie wyszło. W 1929 roku nastąpił giełdowy krach i nikt nie myślał już o tak poważnych inwestycjach.

(pw)

XX wiek

Impreza z zachodu na wschód

Imprezy biegowe stały się modne kilka lat temu, ale także nasi dziadkowie potrafili organizować ciekawe przedsięwzięcia. Jednym z nich była sztafeta w kwietniu 1927 roku. Przebiegała także przez Lipno.

30 kwietnia 1927 roku prezydent Mościcki odebrał jedną z nowo powstałych latarni morskich na półwyspie Hel. Z tej okazji zorganizowano dwie sztafety biegowe. Pierwsza z nich biegła trasą północ – południe z Helu do Torunia. Druga z zachodu na wschód. To właśnie ta druga sztafeta rozpoczęła w Ujściu pod Poznaniem przebiegała także przez Lipno.

Nasz odcinek poprowadzili członkowie Przysposobienia

wojskowego. Oficjalne przekazanie sztafety odbyło się przed budynkiem urzędu miejskiego w towarzystwie tłumów gapiów oraz udziałem władz lokalnych. Przy okazji przygotowano także okolicznościowe przemowy. Hel stał się jednym z ulubionych miejsc bytowania prezydenta Mościckiego. Po wojnie rozpoczęła się tam budowa całego kompleksu wypoczynkowego, który prezydentom Polski służy do dziś.

(pw)

Sztandar na 30. urodziny przedszkola

SKĘPE ➤ 19 kwietnia świętować swoje 30. urodziny będzie społeczność Przedszkola im. Ewy Szelburg-Zarembiny. Kulminacyjnym i najbardziej istotnym punktem czwartkowych uroczystości będzie nadanie placówce sztandaru. Nasz tygodnik patronuje jubileuszowi



Dyrektor Iwona Mańkiewicz czuwa nad wielkimi przygotowaniami



Bo wszystko musi być dopięte na ostatni guzik

– To jest dla nas szczególnie rok, przygotowania do wielkiego jubileuszu trwają już wiele miesięcy – mówi dyrektor przedszkola Iwona Mańkiewicz. – 19 kwietnia świętować będziemy 10-lecie przyjęcia imienia Ewy Szelburg-Zarembiny zwieńczone nadaniem naszemu przedszkolu właśnie podczas jubileuszu sztandaru oraz 30-lecie istnienia naszej placówki w tym miejscu, przy ulicy Dworcowej. Bo tak naprawdę my pielęgnujemy tradycję wieloletniej skępskiej opieki przedszkolnej, czego dowodem jest obecność w naszym przedszkolu historycznej figurki zakupionej w 1947 roku przez rodziców dzieci wtedy uczęszczających do skępskiego przedszkola. 13 czerwca 2003 roku odbyła się u nas piękna uroczystość przekazania przez gwardiana klasztoru oo. Bernardynów ks. Bolesława tej historycznej figurki. Po wielu latach nieobecności figurka ta wróciła w mury przedszkolne, towarzyszy nam, ma swoje miejsce, dzieci znają jej historię i znaczenie.

Najpierw ochronka

Pierwszym przedszkolem powstałym w Skępem w okresie międzywojennym (około roku 1925) była tzw. ochronka. Budynek przedszkola mieścił się w Rynku pod numerem 16 i liczył trzy izby. Największą z nich stanowiła sala zajęć z dziećmi, w drugiej mieszkała opiekunka – pani Petronela, w trzeciej była kuchnia. Zajęcia z dziećmi prowadziła siostra zakonna. Uczęszczające do „ochronki” maluchy przynosiły ze sobą bułeczki, herbatkę i cukier, a pani Petronela przygotowywała im śniadanie. Siostra opowiadała i czytała bajki, prowadziła zajęcia ruchowe, uczyła różnych umiejętności. Dzieci spędzały czas na podwórku i na dźwięk dzwonka wracały do wnętrza. W „ochronce” poznawały pierwsze literki i cyfry, pisały na tabliczkach. Przedszkole odwiedzał ksiądz proboszcz Ma-

chaczyński i dziedziczka Maria Zielińska, która pomagała „ochronce” finansowo. Z okazji tych odwiedzin dzieci recytowały wierszyki, śpiewały i tańczyły. Do tańca chętnie przygrywał na akordeonie Władysław Warzyński. Codziennie zajęcia kończono obiadem.

– W okresie międzywojennym ochronkę w Skępem i Wymyślinie finansowała dziedziczka majątku w Wiosce Maria Zielińska – wspomina Zyta Wegner, autorka licznych publikacji o Skępem i patronka skępskiej historii. – Wynajmowała lokal w prywatnym domu i opłacała siostrę Petronelę, która prowadziła zajęcia przez pięć godzin dziennie. Przed wojną i po wojnie do 1960 roku codziennie dzieci same przychodziły i odchodziły z przedszkola do domu pieszo. Zajęcia w środy kończyły się później, bo w Rynku odbywało się targowisko. Ówczesne przedszkolaki, dzisiaj bardzo wiekowe osoby, zapamiętały panią Zielińską jako dobrą, życzliwą i uśmiechniętą kobietę, która z czułością nachylała się nad ich dziecięcymi główkami.

Kolejne oddziały

Druga placówka przedszkolna istniejąca w Skępem, również zwana „ochronką”, powstała w 1938 roku i miała swoją siedzibę w budynku Ośrodka Zdrowia przy ulicy Rybackiej, a później przy Rynku nr 20 (dziś pomieszczenie to zajmuje apteka). W budynku nie było sanitariatów z bieżącą wodą, nie było też ani placu zabaw ani piaskownicy. Dzieci miały jednak możliwość zabawy w źródółku. – Dzieci na zabawę prowadzono koło strugi, gdzie obok była olbrzymia piaskownica – dodaje Zyta Wegner.

Kolejny oddział przedszkolny powstał w Skępem w 1950 roku. Zlokalizowany był w parterowej karczmie miejskiej, w centrum Rynku. W budynku tym istniał wtedy zarówno Urząd Gminy jak i klasy szkoły powszechnej. W przedszkolu personel składał się z 4 nauczy-

cielek, w tym jednej pełniącej funkcję dyrektora oraz z 5 osób obsługi. Pomieszczenia przedszkolne dzieliły się na 2 sale do zajęć z dziećmi: 3-4-letnimi i 5, 6-letnimi. W korytarzu wygospodarowane było miejsce na kancelarię przedszkola. Dodatkowymi pomieszczeniami była: kuchnia, magazynek żywności i łazienka. Nauczycielki prowadziły zajęcia: polonistyczne, matematyczne, plastyczne, umuzykalniające i ruchowe.

– Dzieci przygotowywały się do przedstawień i uroczystości przedszkolnych – wspomina Zyta Wegner. – Miały również swój plac zabaw. – W okresie powojennym, do 1992 roku czynne było też przedszkole w Wymyślinie w zabytkowym budynku przy ulicy Klasztornej. Przez długie lata pracowała w nim siostra Ludmiła Stańczak, a dyrektorem była Łucja Budzyńska.

Od dekady z patronem

Obecnie, od 30 lat, skępskie przedszkole publiczne mieści się przy ulicy Dworcowej. Zostało tu przeniesione w 1988 roku po tym jak spaleniu uległo stare przedszkole zlokalizowane w zabytkowym budynku przy Rynku. Organem prowadzącym jest Urząd Miasta i Gminy w Skępem. – W roku 2008, z okazji obchodów 20-lecia, naszemu przedszkolu zostało nadane imię Ewy Szelburg-Zarembiny – przypomina dyrektor przedszkola Iwona Mańkiewicz.

Ewa Szelburg-Zarembina (1899-1986) to znana i ceniona powieściopisarka, poetka, dramatrg, eseistka. Studiowała filologię polską i pedagogikę na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. W latach 1921-1928 pracowała jako nauczycielka w seminariach pedagogicznych. Opracowywała programy i podręczniki szkolne, współredagowała czasopisma dla dzieci. W okresie okupacji była działaczką podziemia oświatowego, redaktorką konspiracyjnego

miesięcznika „W świetle dnia.” Debiutowała w 1922 roku na łamach tygodnika „Moje piśmko” jako autorka utworów dla dzieci. Na uwagę zasługuje fakt, iż Zarembina była pierwszym kanclerzem Kapituły Orderu Uśmiechu, a swoją funkcję pełniła w latach 1968-1976. Za swoje wybitne zasługi została uznana Kawalerem Orderem Uśmiechu.

Zasłużona pisarka

– Decydując się, aby naszemu przedszkolu nadać imię Ewy Szelburg-Zarembiny, kierowaliśmy się tym, iż przez swoją twórczość była, jest i będzie bardzo bliska dzieciom – mówi dyrektor przedszkola Iwona Mańkiewicz. – Pragnęła ona, by dzieci widziały świat przez różową szybkę. Nie zawsze było to możliwe. Pisarka bezradnie patrzyła na dzieci, które umierały podczas II wojny światowej. Ta niezwykła osoba zapragnęła upamiętnić męczennską śmierć dwóch milionów dzieci. Uznała, że trzeba za wszelką cenę ratować zagrożone życie i zdrowie dzieci, które umierają w czasie pokoju. 20 kwietnia 1965 roku zwróciła się do społeczeństwa z apelem uczczenia pamięci bohaterstwa i męczeństwa młodzieży i dzieci na przestrzeni dziejów Polski. Apel zyskał szeroki odzew i ze składek społecznych powstał w Warszawie Pomnik Szpital Centrum Zdrowia Dziecka. Mało kto pamięta, że kamieniem węgielnym pod budowę szpitala jest pamięć bezimiennej córki Ewy Szelburg-Zarembiny. Bardzo ważnym argumentem decydującym o naszym wyborze jest też to, iż Ewa Szelburg-Zarembina mieszkała w Wymyślinie, czyli dzisiejszym Skępem w latach 1926-1927.

Przywiązanie do Skępego

Zarembina zamieszkiwała skrzydło poklasztorne (dziś znów klasztorne) gmachu Ojców Bernardynów. To na drewnianej werandzie (zachowanej do dziś) powstał zbiór opowiadań „Naj-

milsii”. Pisarka podarowała jeden z egzemplarzy bibliotece szkolnej Liceum Pedagogicznego w Wymyślinie. Stosowna dedykacja brzmi „Do Biblioteki Liceum Pedagogicznego niech wróćą te opowieści o dzieciach i zwierzętach, ponieważ właśnie w Wymyślinie na starej werandzie zostały przeze mnie napisane dla wszystkich w Polsce dzieci”. Jej słynne utwory: „Idzie niebo ciemną nocą”, „A-a-a, kotki dwa”, „Na listeczku kalinowym”, „Wesołe historie”, „Przez różową szybkę”, „Kije samobije i inne baśnie” oraz wiele innych doskonale znają dzieci ze skępskiego przedszkola. Potrafią się nimi bawić, zachwycać i wzruszać. Z wielkim zainteresowaniem zawsze słuchają przygód małej Reni i jej przyjaciół zwierzątek, a „Królestwo bajek” pobudza ich wyobraźnię.

– Motywy zawarte w jej utworach są zgodne z założeniami pracy wychowawczo-dydaktycznej przedszkola – dodaje dyrektor Mańkiewicz. – To tradycja, przyroda, ekologia, sztuka, rodzina. Wszystkie te zagadnienia łączy ogromna miłość do tego co polskie, a przez to, że mieszkała i tworzyła w naszym Skępem, to przywiązanie do tego co nasze, do naszej małej ojczyzny.

Pod patronatem CLI

Już w czwartek 19 kwietnia nie zabraknie wspomnień o patronce, gości z nią związanych, między innymi dyrektora Centrum Zdrowia Dziecka. Społeczność skępskiego przedszkola ciesząca się patronatem Ewy Szelburg-Zarembiny już od 10 lat, w tym wyjątkowym dniu przyjmie sztandar z imieniem patronki, by jeszcze bardziej wyrazić promować jej imię i dokonania. Uroczystości jubileuszowe rozpoczną się mszą świętą w sanktuarium skępskim o godzinie 10.00. Relację z podniosłego wydarzenia, któremu będziemy patronować opublikujemy w tygodniku CLI.

Tekst i fot. Lidia Jagielska



INFORMATOR DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU LIPNOWSKIEGO



tel. 608 688 587



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

Auto moto

części i akcesoria

mamAUTO – sprawdzone części używane do wszystkich aut – GWARANCJA 1 MIESIĄC! 54 280 2990

Auto części Ravis, ul. Skępska 31, Lipno, kontakt pod nr. tel. 54 288 46 76

serwisy

AUTO SUMOCKI Opony hurt-detale, sprzedaż, wulkanizacja i serwis. Naprawa aut. LAKIERNIA PROSZKOWA. Klimatyzacja, Makówiec 67, kontakt pod nr. tel. 601 927 221

Mechanika pojazdowa, wulkanizacja Piotr Blonkowski, Mysłakówko 15, 87-605 Tuchowo tel. 692 144 235

Mechanika pojazdowa i serwis opon, Krojczyn 22, tel. 603 904 781

MAR-AUTO Marek Grąbczewski - Mechanika Pojazdowa, wulkanizacja, geometria 3D, serwis klimatyzacji, AUTO POMOC 24h. Józefkowo 4, 87-630 Skępe tel. 508-086-766

skup aut / demontaż

mamAUTO – złomowanie/auto-kasacja – PŁACIMY NAJWIĘCEJ – Odbiór gratis, gotówka! kontakt pod nr. tel. 54 280 2990

Stacja demontażu pojazdów, auto kasacja, Kikół, ul. Spółdzielcza 9, tel. 887 412 858

Stacja demontażu pojazdów. Samochodowe instalacje gazowe - montaż, serwis, Wola 27, tel. 500 102 555

usługi

Gawrorscy - legalizacja tachografów cyfrowych, ul. Mleczarska 21, Rypin, tel. 602 536 686

LAND-HANDEL sprzedaż maszyn rolniczych. Usługi: koparką/spychem. Wulkanizacja: rolnicze, tir, przemysłowy, Wola 47a, Kikół, kontakt pod nr. tel. 506 053 816

Autoholowanie 24h, wulkanizacja, opony nowe i używane, akumulatory, felgi stalowe i aluminiowe, Wielgie, ul. Lipnowska 36, kontakt pod nr. tel. 728 989 861

POMOC DROGOWA 24h Lipno. Autoholowanie Sikorski. Przewóz maszyn i innych pojazdów - kraj i zagranica tel. 733-573-007

Budowa i remonty

materiały

FHU Rolkop materiały budowlano-przemysłowe, ul. Jastrzębska 17A, Lipno, tel. 605 085 007

M-4 okna, bramy garażowe, drzwi, rolety, parapety, ul. 3-go Maja 16, Lipno, kontakt pod nr. tel. 54 288 35 82

Hurtownia materiałów budowlanych F.H.U. RAD-MET Radosław Będlin, Moszczone 40, tel. 513 178 323, 727 688 027

ogrzewanie

Jawa producent kotłów CO, sprzedaż artykułów hydraulicznych i usługi, ul. 22 Stycznia 73, Lipno, tel. 500 027 018, 664 447 853

Marex technika grzewcza i sanitarna, ul. Skępska 36, tel. 604 612 749

usługi

PIASEK, ŻWIR oferuje: piasek płukany, sucho siany, żwir, czarnoziem, torf, kruszywo, kamień, tłuczeń, gruz, DOWÓZ, kontakt pod nr. tel. 608 219 596

Usługi: Koparko ładowarką/wywrotką. Melioracje, Odwodnienia, Pomiary spadków. Ekoszamba, Wola 9a, tel. 698 481 967

Schody drewniane, układanie podłóg/parkietów, cyklinowanie, balustrady, tarasy, meble ogrodowe. Tuchowo tel. 602 636 101

P.P.H.U. Michał Ostrowski oferuje: usługi koparkami oraz transport materiałów sypkich, Jasień 53a, tel. 505 840 026, 502 212 981

P.P.H.U. KALINOWSKI oferuje: Bramy, ogrodzenia, balustrady, usługi spawalnicze, Tuchowo, tel. 512 442 245

MAX-BRUK układamy kostkę brukową i granitową. Wykonujemy: chodniki, parkingi, drogi, podjazdy, tarasy, ogrodzenia itp., Tuchowo, tel. 790 547 678

Tynki cienetowo-wapienne. Długoletnie doświadczenie, Dobrzyń nad Wisłą, kontakt pod nr. tel. 607 349 375

Firma usługowa Krystian Pawłowski oferuje: adaptacja poddaszy, tynki elewacyjne i dekoracyjne, malowanie, gładzie, płytki, Dobrzyń nad Wisłą, tel. 794 663 537

Montaż przydomowych oczyszczalni ścieków. Oferujemy usługi: produkcja kotłów CO, hydrauliczne koparką i koparko-ładowarką, kontakt pod nr. tel. 667 552 919, 607 479 291

Ocieplanie pianką PUR, tynki i posadzki masyżowe, tel. 501 202 840

Usługi elektryczne, energetyczne, podnośnik koszowy 18m, pomiary i inne usługi, Dobrzyń nad Wisłą, Ziółkowski Ireneusz, kontakt pod nr. tel. 606 313 594

Zakład stolarski Szczepan Zaborowski oferuje: więzby dachowe, schody, meble ogrodowe, parkiety, Wielgie, tel. 606 320 635

P.P.H.U. ROM-DOM - więzby dachowe, pokrycia dachowe, obróbki blacharskie, Budowa domów w systemie szkieletowym. Roman Ruszkowski tel. 601-811-909

GRU-MET - piaskowanie z dojazdem. Usługi ślusarsko - spawalnicze, tel. 888 471 801

Domy weselne / sale

Restauracja Marsylia - wesela, imprezy okolicznościowe, ul. Wyszyskiego 48, Lipno, tel. 607 981 703

Edukacja

żłobki / przedszkola

PROMYCZEK Przedszkole Niepubliczne przyjmuje zapisy dzieci na rok 2017. Kikół, Lipno, Wola, tel. 668 380 542

Finanse i bankowość

agencje / banki

Alior Bank Partner - pożyczki, kredyty konsolidacyjne, konta osobiste, ul. Kościuszki 2, Lipno, tel. 54 287 19 99

biura rachunkowe

Prowadzenie dokumentacji: KPiR, ryczałt, pełna księgowość, Zus, kadry, płace, obsługa BHP, Tuchowo, ul. Sierpecka 19, tel. 509 473 710

leasing

Leasing-Experts oferta specjalna nie tylko dla firm, leasingujemy prawie wszystko- auta, komputery, maszyny, urządzenia, kontakt pod nr. tel. 575 665 290

lombardy / kantory

Kantor Euro-Max możliwość negocjowania kursu walut, nakorzysniejsze ceny, kontakt pod nr. tel. 54 288 30 11

Lombard Grosik skup złota, najniższa cena, najlepsze warunki, najniższe koszty, kontakt pod nr. tel. 54 288 30 11

ubezpieczenia

Ubezpieczenia OC/AC, Rolne, Majątkowe, Życiowe, Kredyty, Inwestycje. Piotr Kycia, Lipno, ul. Mickiewicza 10, tel. 606 340 278

OC/AC, mieszkania, rolne, firmy, na życie, pożyczki, J. Stawarz, Tuchowo, ul. Sierpecka 4, tel. 664 059 393

Najtańsze OC, sprawdzone AC, uprawy, domy, na życie, Cezary Wioletta Kowalscy, Dobrzyń nad Wisłą, ul. Franciszkańska 19, tel. 502 172 308

Komunikacyjne, ROLNE, życiowe, mieszkaniowe, Wielgie, ul. Włocławska 10, kontakt pod nr. tel. 604 906 775

Ubezpieczenia i Finanse Agnieszka Leszczyńska - OC/AC, majątek, rolne i inne. Skępe ul. Al.1 maja 116a. tel. 792-825-553

Komputery / IT

KOMPIX - sprzedaż, kupno, serwis komputerów PC oraz laptopów. Sprzedaż używanych komputerów, Tuchowo, tel. 788 745 302

Nieruchomości

biura nieruchomości

Z nami bezpiecznie sprzedaż, kupisz, wynajmiesz, kupujący nie płaci prowizji, tel. 575 665 291

Ośrodek szkolenia kierowców

OSK EKSPERT Justyna Kuchcińska oferuje Kursy KAT. A,A1,A2,AM,B ul. Ogrodowa 27, Wielgie tel. 507-764-236 www.ekspert-szkola.pl

OSK OMEGA Ozimek Jacek organizuje kursy Prawa jazdy kat. A, B, B+E, C, C+E. 87-600 Lipno osiedle W. Reymonta 6/61 tel. 889-307-337

OSK UT. Jabłński Maciej-prawo jazdy kat. A, B, B+E, C, C+E, Tuchowo, tel. 502 452 902

Rolnictwo / leśnictwo

maszyny / serwis maszyn

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

Sprzedaż sprzętu rolniczego: agregaty, pługi, kabiny, rozsiewacze, rozrzutniki, przyczepy, Wielgie, tel. 606 193 135

Naprawa sprzętu rolniczego oraz sprzedaż części do ciągników i maszyn rolniczych, Wielgie, ul. Ogrodowa 17, tel. 606 193 135, 54 288 77 25

ogrodnictwo / produkcja

KOR NIR producent kory sosnowej 80L, worek w cenie 8 zł, Tuchowo, tel. 533 833 853

Kwalifikowana szkółka drzew owocowych i krzewów ozdobnych, Kikół, ul. Sienkiewicza 20, kontakt pod nr. tel. 692 796 460

Składy opału

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

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

Skład węgla Wyborscy. Atrakcyjne ceny z transportem do klienta, Kikół, ul. Zboiskiego 15, kontakt pod nr. tel. 606 209 787

Składy węgla GWAREK oferuje węgiel od 490 zł TRANSPORT GRATIS. Lipno ul. Wojska Polskiego 25. tel. 535-667-176

OGŁOSZENIA DROBNE

Drewno/Węgiel

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

Kupię/Sprzedam

Oddam za darmo suczkę owczarka niemieckiego. Sprzedam owczarka niemieckiego z rodowodem. Tel. 880 409 583

Sprzedam dmuchawę do zboża, lej do nawozów, agregat uprawowy. Tel. 667 395 822

Ziemie z wykopu kupię 3zł/m3. Nie zabieram własnym transportem. Lipno tel. 793 678 491

Usługi

Transport koni, krów i innych zwierząt na terenie całej Polski. Atrakcyjne stawki i fachowe podejście. Tel 669 450 043

Przewóz maszyn rolniczych do 10 ton, tel 600 990 042

Transport koni, krów i innych zwierząt na terenie całej Polski. Atrakcyjne stawki i fachowe podejście. Tel 669 450 043

Rolnictwo

Knury maciory kupię, odbiór z gospodarstwa płatne gotówką przelew waga 725 804 742

Sprzedam prosiaki oraz warchlaka. Cena do uzgodnienia. Tel. 665 673 202

Sprzedam ziemię rolną 7 ha w miejscowości Wilczewo. Kontakt pod numerem 56 683 73 19

Sprzedam grunty orne 6,4 ha klasa 4 cena 55 za ha.Zbójenko 9.Tel.665 772 484

Sprzedam pszenżyto 650 zł/tonę, żyto 550 zł/tonę, siano 5 zł, słomę 3 zł. Tel. 532 204 100

REKLAMA

LEASING I POŻYCZKI

DLA FIRM ORAZ ROLNIKÓW

TEL. 691 644 420

Dobrzyń nad Wisłą

Sołectwa do boju

22 kwietnia (niedziela) o godz. 10:00 w Dobrzyńskim Centrum Sportu i Turystyki odbędzie się druga runda „Spartakiady Sołectw” Gminy Dobrzyń nad Wisłą – zagrają drużyny żeńskie i męskie.

Do rozgrywek mogą przystąpić sołectwa gminy Dobrzyń nad Wisłą, które dokonają zgłoszenia drużyny telefonicznie, mailowo lub osobiście w sekretariacie DCSiT do 20.04.2018r. do godz.

15.00. Listę zawodników potwierdzoną przez sołtysa należy dostarczyć w dniu zawodów. Szczegóły w regulaminie dostępnym na stronie DCSiT.

(ak), fot. DCSiT

Klasyfikacja Spartakiady Sołectw:

Miejsce:	Nazwa	Pkt
I	Dyblin	5
II	Glewo	4
III	Mokowo	3
IV	Płomiany	2
V	Chalin	1



Pożegnanie z mundurem

LIPNO ▶ W środę 4 kwietnia komendant powiatowy policji w Lipnie podinsp. Zdzisław Ciesielski wraz z zaproszonymi gośćmi, koleżankami i kolegami z pracy pożegnał naczelnika Wydziału Kryminalnego asp. szt. Sławomira Tucholskiego, który odszedł na zasłużoną emeryturę

Uroczystość odbyła się na sali konferencyjnej naszej jednostki policji. Tam jej szef podinsp. Zdzisław Ciesielski wraz ze swoim zastępcą nadkom. Piotrem Czajkowskim, starostą lipnowskim Krzysztofem Baranowskim, szefową lipnowskiej prokuratury Alicją Cichosz oraz policjantami i pracownikami pożegnał naczelnika Wydziału Kryminalnego asp. szt. Sławomira Tucholskiego, który odszedł na zasłużoną emeryturę po ponad 26 latach służby w policji.

Sławomir Tucholski rozpoczął służbę w policji w 1991 roku. Zaczął swoją przygodę z mundurem w Oddziałach Prewencji Policji w Szczecinie. W 1995 roku przeniósł się do Komendy Powiatowej Policji w Lipnie. Naczelnikiem Wydziału Kryminalnego został w 2014 roku. Został uhonorowany brązową odznaką „Zasłużony Policjant”.

– O Sławku współpracowni-

cy mówią, że to człowiek solidny, wymagający, w pełni oddany swojej pracy. Jako przełożony profesjonalny, dyspozycyjny, cierpliwy i koleżeński. Zawsze wspierający i służący dobrą radą młodszym stażem kolegom i koleżankom – mówi sierż. szt. Katarzyna Sobocińska z KPP Lipno.

Komendant lipnowskiej jednostki podziękował odchodzącemu policjantowi za wieloletnią służbę, zaangażowanie i profesjonalizm. Jednocześnie wspólnie z zaproszonymi gośćmi, policjantami i pracownikami życzył wszelkiej pomyślności na nowym etapie życia.

Życzymy przede wszystkim zdrowia, optymizmu i zadowolenia, a także realizacji planów, które musiały poczekać ze względu na obowiązki służbowe.

(red)
fot. KPP Lipno



Tłuchowo

Bezcenna lekcja dla najmłodszych

Funkcjonariusze lipnowskiej policji oraz przedstawiciel OSP Wioska spotkali się z dziećmi ze Szkoły Podstawowej w Tłuchowie. Tematem było szeroko rozumiane bezpieczeństwo w ruchu drogowym.

W piątek (06.04) funkcjonariusze KPP Lipno wraz z przedstawicielem OSP Wioska odwiedzili dzieci ze Szkoły Podstawowej w Tłuchowie. W spotkaniu dotyczącym bezpieczeństwa w ruchu drogowym wzięli udział również druhowie z OSP Źródła. Na początku spotkania mundurowi omówili zasady obowiązujące pieszych w ruchu drogowym. Dzieci mogły również

spróbować pokonać przejście dla pieszych w różnych wariantach jakie spotykamy.

Policjanci poruszyli także kwestie korzystania z elementów odbłaskowych. Mówili dlaczego są tak ważne dla naszego bezpieczeństwa. Następnie przedstawiciel OSP Wioska pokazał, jak należy udzielić poszkodowanemu pierwszej pomocy przedmedycznej. Kolejnym etapem spotkania

było przeciwienie poznanych zasad w specjalnym miasteczku ruchu drogowego. Uczniowie ćwiczyli prawidłowe korzystanie z drogi w różnych wariantach, w kamizelkach odbłaskowych, które otrzymali.

Miejmy nadzieję, że młodzież wykorzysta dobre rady i będzie kierować się nimi na co dzień.

(red)
fot. KPP Lipno



Wirtuozi najlepsi w DCSiT

SIATKÓWKA ➤ W niedzielę 8 kwietnia w Dobrzyńskim Centrum Sportu i Turystyki rozegrano Turniej Piłki Siatkowej Mężczyzn. W zawodach wystąpiło 8 ekip: Wirtuozi Prawej Ręki, Bobrowniki, Chalin, Krojczyn, Nasiegniewo, Płomiany, Tłuchowo i Wielgie

Drużyny zostały podzielone na 2 w grupy, gdzie mecze rozgrywano do dwóch wygranych setów. Każda partia ze względu na dużą liczbę spotkań została skrócona do 20 punktów. W grupie A rywalizowały zespoły: Wirtuozi Prawej Ręki, Nasiegniewo, Płomiany i Tłuchowo. Grupę zdecydowanie wygrali Wirtuozi, którzy w 3 meczach nie stracili seta. Awans do półfinału z drugiej pozycji zapewniło sobie Tłuchowo. W grupie B prym wiodł Krojczyn, który podobnie jak Wirtuozi, odniósł komplet zwycięstw w stosunku 2:0. Drugą lokatę i awans do półfinału wywalczyły też Bobrowniki.

W dalszej fazie turnieju odbyły się mecze półfinałowe: Krojczyn pokonał Tłuchowo 2:1, a Wirtuozi okazali się lepsi od Bobrownik zwyciężając 2:0. W tym meczu nie lada wyczynem popisał się kapitan Wirtuozów Cezary Jaks. Zawodnik ten z zagrywki zdobył 19 punktów z rzędu i praktycznie w pojedynkę zapewnił swojej drużynie zwycięstwo w pierwszym secie 20:1! Czegoś takiego jeszcze nie oglądaliśmy – brawo!

W ostatnich czterech meczach turnieju, drużyny walczyły między sobą o miejsca w klasyfikacji koń-

cowej. Pozytywnym akcentem zawody zakończyły reprezentujące gminę Dobrzyń nad Wisłą – Płomiany, które w walce o VII miejsce pokonały Wielgie 2:1. Szczęśliwie turniej zakończył także Chalin. Zwycięstwo 2:0 nad Nasiegniewem zapewniło naszej drużynie V miejsce. Bardzo zaciętą rywalizację kibice oglądali w spotkaniu o III lokatę. Bobrowniki pokonały Tłuchowo 2:1, ale w dwóch z trzech rozegranych setów grano na przewagi.

Najlepiej z Gminy Dobrzyń nad Wisłą zaprezentowała się ekipa Krojczyna, która w finale stoczyła ciekawy pojedynek z Wirtuozami. W pierwszym secie zawodnicy z Krojczyna ulegli minimalnie 18:20. W drugiej odsłonie rywale nie pozostawili jednak złudzeń i wygrali partię 20:13. Puchary i medale dla trzech najlepszych drużyn wręczył dyrektor DCSiT Stanisław Niekraś. Statuetkę MVP otrzymał Cezary Jaks (Wirtuozi). Organizatorzy dziękują wolontariuszkom Paulinie Kraśnickiej i Klaudii Bukowskiej za pomoc przy organizacji turnieju. Zawody prowadzili licencjonowani sędziowie: Jarosław Lubomski i Radosław Chełminiak.

(ak), fot. DCSiT

Klasyfikacja końcowa:	
M:	Nazwa
I	Wirtuozi Prawej Ręki
II	Krojczyn
III	Bobrowniki
IV	Tłuchowo
V	Chalin
VI	Nasiegniewo
VII	Płomiany
VIII	Wielgie



Siatkówka

Charytatywne granie w Kikole

7 kwietnia w hali sportowej Szkoły Podstawowej im. I. A. Zboińskiego w Kikole odbył się V Memoriał im. Andrzeja Blachowskiego w piłkę siatkową dla kobiet i mężczyzn.



Nagrodzone drużyny żeńskie

Był to turniej charytatywny. Wpisowe od drużyn i dobrowolne kwoty składane do puszeki w całości zostały przekazane na rehabilitację absolwenta szkoły w Kikole. Do rozgrywek zgłosiło się 12 zespołów: 5 żeńskich i 7 męskich. Po zaciętej rywalizacji wyniki turnieju przedstawiają się następująco:

Kobiety:

- I miejsce – Hipokryle
- II miejsce – LO Team
- III miejsce – Rodzinka.pl

Mężczyźni:

- I miejsce – Fantastyczna Czwórka
 - II miejsce – Kisiel z Ryżem
 - III miejsce – Alba
- Turniej został zorganizowany

przez nauczycieli wychowania fizycznego ze Szkoły Podstawowej w Kikole. Organizatorzy składają podziękowania za pomoc w organizacji zawodów Jakubowi Tomczykowi i Kamilowi Krajewskiemu oraz Mirosławowi Blachowskiemu za przygotowanie ciepłego posiłku.

(ak), fot. Józef Myszkowski



Kapitan zespołu Fantastyczna czwórka odbiera puchar, drużyna z pucharem i dyplomem za I miejsce



Panie z drużyny Hipokryle z pucharem za I miejsce

Pierwsza wygrana Wisły

PIŁKA NOŻNA ▶ Wygląda na to, że piłkarze Wisły Dobrzyń złapali zwyczaj formy, bo po remisie z Łokietkiem Brześć Kujawski odnieśli pierwszą w tym roku wygraną w V lidze. Na wyjeździe pokonali aż 4:1 Ziemowit Osiećcyny

Wisła rundę wiosenną zaczęła od dwóch porażek, ale jest nadzieja, że najgorsze ma już za sobą. Lepszą grę zwiastował już remis 1:1 z Łokietkiem przed własną publicznością. Nadzieja na punkty w kolejnym spotkaniu była tym większa, że gracze z Dobrzyńa jechali na mecz do ostatniego w tabeli Ziemowita Osiećcyny. Mimo to chyba nawet oni sami nie spodziewali się takiego przebiegu spotkania.

Prowadzenie dla Wisły już w 1. minucie meczu uzyskał Patryk Jasiński. Ale nasz zespół na tym nie poprzestawał i już w 10. minucie na 2:0 podwyższył Paweł Rzęsiewicz. Wtedy gospodarze ruszyli do odrabiania strat. Bliscy zdobycia gola kontaktowego byli w 36. minucie gry, ale zmarnowali rzut karny. Wisła zupełnie dobiła ich do

przerwy. Najpierw dwie minuty po niestrzelonej jedenastce kolejnego gola zdobył Rzęsiewicz i było 3:0. Jakby tego było mało zawodnik Ziemowita dostał czerwoną kartkę jeszcze przed przerwą i drużyna ta grała przez ponad pół meczu w dziesiątkę.

Wynik 3:0 do przerwy i przewaga w polu dawały pewne zwycięstwo Wiśle. Ale podopieczni Marka Bolimowskiego chcieli nadal atakować i w 65. minucie bramkę na 4:0 zdobył rezerwowy Dominik Szklarczyk. Uspokojeni tak wysokim prowadzeniem Wiślaczy niemal do końca kontrolowali mecz. Niemal, bo pozwolili gospodarzom na zdobycie honorowego gola już w doliczonym czasie gry. Ostatecznie Wisła wygrała 4:1.

Co prawda pierwszy komplet punktów na wiosnę 13. pozycji Wi-

sły w tabeli nie zmienił, ale zmniejszył dystans do 12. miejsca już tylko do trzech punktów. Szansa na ich zdobycie już w sobotę, gdy Wisła podejmować będzie Gopło Kruszwica. Początek meczu o godz. 16. Relacja i zdjęcia z meczu w kolejnym CLI i na lipno-cli.pl.

Tekst i fot. (ak)

ZIEMOWIT OSIEĆCINY VS. WISŁA DOBRZYŃ		
1	(0:3)	4
Gole		
Rzęsiewicz 2, Jasiński, Szklarczyk		
Skład		
Sujecki – Habasiński, Opalczewski, Kleczkowski, Kitombo – Laskowski, Zieliński, Olewiński, Jasiński – Statkiewicz, Rzęsiewicz. Zmiany: Brząkałski, Szklarczyk, Białoskórski, Koprowski.		



Piłka Nożna

Mustang rozbił Gwiazdę

Efektowną wygraną odnieśli w 16. kolejce III ligi kobiet piłkarki Mustanga Wielgie. UKS pokonał w Toruniu miejscową Gwiazdę aż 6:0.



Po dwóch zwycięstwach na wiosnę dziewczęta z UKS-u odnieśli kolejną pewną wygraną, która dała im awans na drugie miejsce w lidze. Mustang od początku spotkania z Gwiazdą Toruń był zdecydowanie lepszy i już w 7. minucie po dośrodkowaniu Magdaleny Żebrowskiej pewnym strzałem głową Natalia Wiśniewska dała prowadzenie naszemu zespołowi. W 22. minucie również po dośrodkowaniu z rzutu różnego Magdaleny

Żebrowskiej efektowną bramkę z woleja strzeliła Anita Maćkiewicz. W 36. minucie Magdalena Żebrowska z 14 metrów podwyższyła na 3:0.

Po przerwie w 49. minucie swoją drugą bramkę strzeliła Anita Maćkiewicz. W 59. minucie po przejściu piłki na własnej połowie, minięciu czterech rywali i strzale z prawej nogi na 5:0 podwyższyła kapitan zespołu Paulina Szczepaniak. W 64. minucie wynik ustaliła Magdalena Żebrowska. Dziewczęta z UKS-u po raz kolejny odnieśli przekonujące zwycięstwo. Kolejny mecz rozegrają 15 kwietnia o godz. 15.00 na boisku ze sztuczną nawierzchnią we Włocławku z GLKS Osielsko Żółędowo.

Tekst i fot. (ak)

GWIAZDA TORUŃ VS. UKS MUSTANG WIELGIE		
0	(0:3)	6
Gole		
Żebrowska 2, Maćkiewicz 2, Szczepaniak, Wiśniewska		
Skład		
Andrzejewska – Detmer (50' Fydryszewska), Jaskuła (56' Leśniewska), A. Żebrowska (50' Rybczyńska), Wiśniewska (61' Bonowicz), Kwiatkowska (56' Kamińska), Pikos (61' Lejmanowicz), Szczepaniak, Maćkiewicz, Czubakowska (61' Wilińska), M. Żebrowska. Ponadto: Olkiewicz, Przyborowska.		

Piłka nożna

Wysoka porażka Oriona

Niedzielne popołudnie nie było udane dla piłkarzy Oriona Popowo. Nasz zespół przegrał u siebie 1:4 z Kujawiakiem Kruszyn i zajmuje ostatnie miejsce w grupie II włocławskiej A-klasy.



Z racji przełożenia spotkania z Victorią Smólnik Orion do niedzieli rozegrał tylko jeden mecz na wiosnę. Tydzień temu nasz zespół poległ aż 2:7 w Skrwilnie. Spotkanie z Kujawiakiem Kruszyn było więc pierwszym tegorocznym meczem na własnym boisku. Orion zaczął dość odważnie, nie bojąc się wyżej notowanego przeciwnika. Próby strzałów z dystansu były jednak niecelne. Goście byli bardziej konkretni i objęli prowadzenie w 28. minucie. Ale jeszcze w pierwszej połowie miejscowi wyrównali za sprawą Jakuba Milewskiego. Do przerwy było zatem 1:1.

Niestety lider naszej grupy A-klasy pokazał swoją wyższość w drugiej połowie. W ciągu pięciu minut Kujawiak zdobył dwie bramki i po 68 minutach meczu prowadził już 3:1. W końcówce przyjezdni dobili piłkarzy z Popowa jeszcze jednym trafieniem

i ostatecznie pokonali Orion 4:1.

Po tej porażce podopieczni grającego trenera Krzysztofa Szychulskiego są na ostatniej pozycji w tabeli (7 punktów). W kolejny weekend czeka ich spotkanie z wiceliderem rozgrywek – Grottem Kowalki. Relacja jak zwykle na lipno-cli.pl oraz w papierowym wydaniu CLI. Obszerna fotorelacja ze starcia z Kujawiakiem dostępna jest na naszym portalu.

Tekst i fot. (ak)

ORION POPOWO VS. KUJAWIAK KRUSZYN		
1	(1:1)	4
Gole		
Milewski		
Skład		
Rutkowski – Stomczewski, Domagalski, D. Milewski, M. Bętlewski – J. Milewski, Szychulski, Kowalski, Baranowski – J. Bętlewski, Kamiński.		

Aktualna tabela III ligi kobiet:							
Lp.	Nazwa	M	Pkt.	Z	R	P	Br.
1.	WAP Włocławek	16	48	16	0	0	83-10
2.	Mustang Wielgie	16	39	12	3	1	57-11
3.	Spójnia Białe Błota	16	39	12	3	1	45-16
4.	Noteć Inowrocław	16	34	11	1	4	55-24
5.	GOKSIR Start Pruszcz	16	33	11	0	5	49-18
6.	Tucholanka Tuchola	16	23	7	3	6	53-42
7.	KKP II Bydgoszcz	16	19	5	4	7	30-47
8.	Wda/Strażak Przechowo	16	19	6	1	9	25-43
9.	Fuks Wielowicz	16	14	4	2	10	34-40
10.	GLKS Osielsko Żółędowo	16	9	2	3	11	14-65
11.	Legia Chełmża	16	9	2	3	11	17-47
12.	Zjednoczeni Piotrków Kuj.	16	8	2	2	12	15-64
13.	Gwiazda II Toruń	16	5	1	2	13	15-86
14.	Unifreeze II Górzno	16	22	7	1	8	44-23

Mień bezradny w starciu z Grotem

PIŁKA NOŻNA ▶ Bardzo słaby mecz rozegrali w sobotę piłkarze z Lipna. Mień przegrał z Grotem Kowalki 0:1 i poważnie zmniejszył swoje szanse na wywalczenie pierwszego miejsca w grupie II wrocławskiej A-klasy



Więcej zdjęć na naszej stronie:
LIPNO-CLI.PL



Sytuacja w tabeli „naszej” grupy w A-klasie jest bardzo ciekawa, bo w walce o pierwsze miejsce dające grę o awans do V ligi liczy się 8 z 10 rywalizujących ze sobą zespołów. W tym gronie jest Mień Lipno. W sobotnie popołudnie nasza drużyna podejmowała u siebie Grot Kowalki. Jako, że ekipa z powiatu rypińskiego uchodzi za jedną z najmocniejszych, zapowiadało się ciekawe spotkanie.

Goście potwierdzili, że chcą się bić o najwyższe lokaty, świetnie zaczynając mecz. Już w 2. minucie do siatki Małeckiego trafił najlepszy napastnik Grotu Artur Kaczyński. Prowadzenie gości utrzymało się do przerwy. Miejscowi mieli zatem drugie 45 minut na poprawienie wyniku.

Niestety gra Mienia po przerwie nie uległa poprawie. Mimo, że Grot nastawił się na kontry, od-

dając lipnowianom inicjatywę, ci nie potrafili nawet stworzyć okazji bramkowych. Niewiele dawały stałe fragmenty jak rzuty różne. – Nie oddaliśmy nawet celnego strzału. Grając w taki sposób, nie da się wygrać – komentuje trener Mienia Tomasz Strzelecki.

Ostatecznie spotkanie zakończyło się porażką 0:1. Po tym wyniku Mień pozostaje na ósmej pozycji w tabeli (15 punktów), ale do lidera

z Kruszyna traci już 8 punktów. Do końca rywalizacji lipnowianie rozegrają jeszcze sześć meczów. Teoretycznie mają jeszcze szansę na pierwsze miejsce, ale praktycznie będzie to bardzo trudne. Przede wszystkim bez wyraźnej poprawy gry nic z tego nie będzie. W najbliższy weekend Mień pauzuje. Obszer-na fotorelacja z meczu z Grotem dostępna jest na lipno-cli.pl.

Tekst i fot. (ak)

**MIEŃ LIPNO
vs.
GROT KOWALKI**

0

(0:1)

1

Skład

Małecki – Andruszkiewicz, Gracyk, Filip Cymerman, Kilanowski – Jankowski, Gajda, Markowski, Szajicki – Kempirski, Kozicki. Zmiany: Falkowski, Kotkiewicz, Dawid Cymerman, Bartczak.

Piłka nożna

Niemoc Wiślanina

Piłkarze z Bobrownik nie potrafili strzelić gola jednej z najsłabszych ekip A-klasy i ostatecznie zremisowali u siebie 0:0 z Victorią Smólnik.

Wiślanin jest w grupie zespołów, które mogą zająć pierwsze miejsce w grupie II wrocławskiej A-klasy i bić się o awans do ligi okręgowej. Ale żeby tego dokonać, trzeba wygrywać. Szansa ku temu była w niedzielę wyjątkowa, bo podopieczni Marcina Bartczaka podejmowali u siebie jedną z dwóch najgorszych ekip w lidze, a więc Victorię Smólnik. Optymizmem mógł ich napawać wynik z rundy jesiennej, kiedy to pokonali rywala na jego boisku aż 6:3. Niestety na optymizmie się skończyło.

Wiślanin od początku przeważał i próbował stwarzać sytuacje bramkowe, ale najczęściej brakowało precyzji. Czy to z gry, czy ze stałych fragmentów miejscowi nie potrafili pokonać bramkarza gości. Victoria z rzadka kontrowała, ale w paru sytuacjach bramkarz Andrzej Ziemiańczyk musiał ratować nasz zespół. Do przerwy bramki nie padły.

W drugiej odsłonie obie ekipy miały nadzieję na przechylenie

szali na swoją stronę, ale żadnej się to nie udało. Bezbramkowy remis jest korzystniejszy dla Smólnika, który dzięki zdobytemu punktowi wyprzedził w tabeli Orion Popowo. Wiślanin ma 17 punktów na koncie i zajmuje szóste miejsce. Do pierwszego Kujawiaka Kruszyn traci sześć punktów.

W najbliższy weekend piłkarze z Bobrownik pauzują. Kolejny mecz rozegrają dopiero za dwa tygodnie, a ich rywalem będzie Skrwa Skrwilno. Obszer-na fotorelacja z meczu z Victorią dostępna jest na lipno-cli.pl.

Tekst i fot. (ak)

**WIŚLANIN BOBROWNIKI
vs.
VICTORIA SMÓLNIK**

0

(0:0)

0

Skład

Ziemiańczyk – Gręźlikowski, Ryniec, Sobolewski, Skonieczny – Lerch, Stojak, Strużyna, Bartczak, Szarpatowski – Borkowski. Zmiany: Kuliberda, Trejda, Surmacki.



Więcej zdjęć na naszej stronie:
LIPNO-CLI.PL



REKLAMA

JOPA CLINIC

Toruń, ul. Lubicka 53

REJESTRACJA:

tel. 600 200 090

tel. 600 100 936

tel. 56 30 67 500

www.jopaclinic.pl

**LEKARZE specjaliści
REHABILITACJA**



ORTOPEDIA • CHIRURGIA • NEUROLOGIA • REUMATOLOGIA • NEUROCHIRURGIA
CHIRURGIA NACZYNIOWA • UROLOGIA • RADIOLOGIA USG • FIZYKOTERAPIA • REHABILITACJA