



REKLAMA W CLI
tel. (56) 682 26 80

LIPNO

Przedszkole „Kujawiaczek” zawiesza działalność

str. 2

LIPNO

Zmarł ks. Stefan Mańczak. Pogrzeb w środę

str. 3

SKĘPE

Publiczna biblioteka stawia na nowoczesność

str. 3

LIPNO

Kto ma szansę dostać pieniądze na usunięcie azbestu?

str. 6

CZWARTEK

13 lutego
2014

nakład 3200 egz.
ISSN: 1689-8664

1,79zł

w tym 5% VAT

nr 7/2014 (259)

CLI



TYGODNIK REGIONU LIPNOWSKIEGO

Lipno

Walka o pensję burmistrza

Dorota Łańcucka chce uchylecia uchwały obniżającej jej wynagrodzenie. Oficjalne pismo w tej sprawie skierowała już do rady miejskiej. Czytamy w nim, że decyzja rajców w oczywisty sposób naruszyła interes prawny wójarza jako pracownika. Przewodnicząca rady miejskiej Maria Turska zapewnia, że sprawę dogłębnie wyjaśni w ciągu miesiąca.



Burmistrz Dorota Łańcucka w uchwale o obniżeniu jej wynagrodzenia dopatryła się naruszenia prawa

28 stycznia burmistrz Lipna wystosowała do rajców wezwanie do usunięcia naruszenia prawa. Chodzi o wyeliminowanie z obrotu prawnego uchwały rady miejskiej z 23 stycznia o obniżeniu wysokości wynagrodzenia wójarza.

Przypomnijmy, że wniosek rajców klubu Zgoda poparło 9 radnych, 2 wstrzymało się od głosu, a 4 było przeciwnego zdania (relację z debaty z udziałem stron, obserwatorów i ratuszowego prawnika zamieściliśmy w CLI –red.).

Nie może milczeć

– Funkcja, jaką pełnię, jest misją i bardzo poważnym obowiązkiem, który wiąże się z dużą odpowiedzialnością i w żadnym momencie nie uzależniam

jej od wysokości wynagrodzenia – mówi Dorota Łańcucka zapytana przez nas o powody wezwania rajców do uchylecia uchwały. – Obniżka pensji jest decyzją większości radnych, takie są prawa demokracji samorządowej. Jednak nie mogę zbyć milczeniem uzasadnienia tej decyzji, i dlatego w piśmie do przewodniczącej odpieram wszystkie nie merytoryczne zarzuty, takiej też reakcji oczekuję ode mnie mieszkańcy (wypowiedź autoryzowana –red.).

Burmistrz zastrzega, że nie chce sprawy szerzej komentować, ani tym bardziej jej zbytnio nagłaśniać. Wszystkie zastrzeżenia wypunktowała w piśmie skierowanym do przewodniczącej rady miejskiej i do znajomości tegoż

dokumentu nas odsyła. My sprawę i każdy sygnał o potencjalnym łamaniu prawa będziemy śledzić skrupulatnie i do końca.

Radni naruszyli interes prawny burmistrza?

W piśmie (z 28 stycznia) Doroty Łańcuckiej czytamy, że podjęcie uchwały obniżającej wynagrodzenie w sposób oczywisty naruszyło interes prawny wójarza Lipna: „polegający na prawie do bycia podmiotem wyłącznie zgodnych z prawem działań dotyczących stosunku zatrudnienia”.

Zdaniem burmistrza radni tą uchwałą naruszyli prawo. Podjęli akt skutkujący w zakresie stosunku pracy wójarza w sposób łamiący podstawowe zasady obowiązującego porządku prawnego. Wzywająca nie kwestionuje, co prawda, samej możliwości zmiany pensji burmistrza, ale przywołując orzeczenia sądowe podkreśla wymóg motywowania tego typu uchwał.

„Brak uzasadnienia takiej uchwały, bądź posłużenie się jedynie ogólnymi stwierdzeniami na poparcie podjętego rozstrzygnięcia, naraża samorządowy organ uchwałodawczy na zarzut arbitralności, podjęcia decyzji politycznej, oderwanej od rzeczywistej oceny pracy wójta gminy” – czytamy w piśmie burmistrza.

Dokończenie na str. 4

Lipno

Wicepremier takiej chce Polski



O wizycie Janusza Piechocińskiego w Lipnie piszemy na str. 4.
fot. nadesłane
REKLAMA

kredyt konsolidacyjny

Połącz różne kredyty
- to dziecinnie proste!

jedna mała rata

jeden termin spłaty

dodatkowa gotówka na dowolny cel



Zapraszamy do oddziału Santander Consumer Banku

w Lipnie ul. Mickiewicza 2a
czynny pon.-pt.: 9:00-17:00

Infolinia:
195 00
KOSZT POŁĄCZENIA ZGODNY
Z TARYFĄ OPERATORA

Oferta dostępna dla Klientów
Santander Consumer Banku.

Santander
CONSUMER BANK

santanderconsumer.pl

Bank dla Twoich pomysłów

Kujawiaczek bez siedziby

Z początkiem lutego swoją działalność zakończył punkt przedszkolny „Kujawiaczek”. Właścicielka placówki nie składa broni w walce o lokal i już szuka nowej siedziby dla przedszkolaków. – Przedszkole otrzymywało od nas dotację i działało prawidłowo – wyjaśnia Barbara Drzewiecka z wydziału oświaty lipnowskiego ratusza.

„Kujawiaczek” to istniejący od 2013 roku przy ulicy Wspólnej niepubliczny punkt przedszkolny o profilu artystycznym. Dobrze wyposażony, ogrzany, oświetlony, z fachową kadrą. Taka jest opinia pracowników lipnowskiego ratusza na bieżąco kontrolujących działalność zarówno tego, jak i pozostałych trzech niepublicznych punktów przedszkolnych funkcjonujących na terenie miasta.

– Często kontrolowaliśmy tę placówkę i nawet jeżeli wykazywałyśmy jakieś nieprawidłowości, to one były na bieżąco usuwane – mówi Barbara Drzewiecka z wydziału oświaty Urzędu Miejskiego w Lipnie. – Instytucja działała, były w nim dzieci, nauczyciel, odpowiednie warunki. Nie mieliśmy więc żadnych zastrzeżeń do działalności przedszkola.

W styczniu Marzena Jędrzejewska, właścicielka placówki, zgłosiła ratuszowi, że ma problem z lokalem. Pomieszczenia przedszkolne były wynajmowane od prywatnego właściciela, ale punkt musi opuścić budynek, więc właścicielka zgłosiła zamiar zawieszenia działalności. Zgodnie z prawem tego typu działalności zawiesić nie można, ale jest inne wyjście.

– Poinformowałam panią Jędrzejewską, że jeżeli teraz skieruje do nas pismo o przerwaniu działalności punktu przedszkolnego i w ciągu najbliższych trzech miesięcy podejmie tę działal-

ność w innym miejscu, to dotację otrzyma – wyjaśnia Barbara Drzewiecka z lipnowskiego ratusza. – Jeżeli natomiast w ciągu tych trzech miesięcy działalności nie podejmie, to wykreślimy ją z ewidencji placówek niepublicznych.

Za styczeń urząd miejski dotację wypłacił, bo wtedy punkt jeszcze działał normalnie. Opieką objętych było siedmioro dzieci. Stan faktyczny potwierdziła kontrola. Wszystko wskazuje na to, że za luty dotacji „Kujawiaczek” już nie otrzyma.

– Poszukuję pilnie lokalu spełniającego warunki do prowadzenia w nim przedszkola – wyjaśnia Marzena Jędrzejewska. – Okazuje się, że nie jest łatwo znaleźć odpowiednią siedzibę i to natychmiast. Jeszcze w piątek, ostatniego dnia stycznia mieliśmy bal karnawałowy z wodzirejem. Bawiły się dzieci z obydwu punktów: w Lipnie i Kikole. Teraz zostaliśmy bez siedziby. Nie jest przecież możliwe dowożenie teraz siedmiorga dzieci z Lipna do punktu w Kikole, a ja nie chcę zostawić tych przedszkolaków i ich rodziców bez opieki.

Pracownicy ratusza czekają na pisemne oświadczenie właścicielki placówki o aktualnym stanie faktycznym i jej zamiarach. Punkt widnieje cały czas w ewidencji placówek oświatowych. Jeżeli uda się lokal znaleźć w ciągu trzech miesięcy „Kujawiaczek” na mapie przedszkolnej Lipna pozostanie, bo organy kontrolujące nie widzą powodu, żeby było inaczej i dotacja popłynie zgodnie ze złożonym wtedy wnioskiem (zależy od liczby dzieci z terenu Lipna zapisanych do danej placówki w konkretnym miesiącu).

– Nie ma w tej chwili wolnych miejsc w przedszkolach publicznych, ale są w prywatnym przedszkolu w parku i pozostałych trzech punktach przedszkolnych – informuje Barbara Drzewiecka. – Rodzice na pewno nie będą mieli problemu ze znalezieniem miejsca dla swoich dzieci.

Pozostaje tylko problem ze zmianą miejsca i otoczenia dla siódemki milusińskich. Rodzice przecież z konkretnych powodów rok lub kilka miesięcy temu wybrali ten punkt przedszkolny i przyprowadzali tam swoje pociechy. Co tak naprawdę wydarzyło się na linii właściciel nieruchomości – najemca i co zaważyło na rozwiązaniu umowy najmu w trakcie roku szkolnego? Nie wiadomo. Opinie są różne, ale żadne dotyczące nieprawidłowości w funkcjonowaniu punktu nie znalazły potwierdzenia w działaniach pracowników ratusza. A to jest najważniejsze z punktu widzenia przedszkolaków. Placówka z pozytywną oceną organu nadzorującego ma szansę szybko wrócić na rynek w nowej siedzibie. Resztę zweryfikują rodzice.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska
REKLAMA

BIURO DORADZTWA I POŚREDNICTWA W DOCHODZENIU ODSZKODOWAŃ PO WYPADKACH

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

DORADZTWO BEZPŁATNE!

PŁATNOŚĆ WYŁĄCZNIE PO UZYSKANIU ODSZKODOWANIA

POTRZEBUJESZ PROFESJONALNEJ POMOCY? DZWOŃ! tel. 608 380 227

REKLAMA

JUBILER

T. KATARZYŃSKI

DUŻY WYBÓR, DOBRA CENA,
NOWY WYSTRÓJ I PERSONEL

Lipno ul. 3-go Maja 14
tel. 54 287 35 78

Google Jubiler Katarzyński



Bandyci z wiatrówką

Trzymiesięczny areszt czeka dwóch bandytów, którzy pijani sterroryzowali bronią i pobili mieszkańca w Karnkowie, w gminie Lipno.



Napastnicy mieli przy sobie wiatrówkę oraz rewolwer hukowy. fot. policja

Do zdarzenia doszło 3 lutego. Wówczas dwóch mężczyzn w Karnkowie w pobliżu sklepu zaczęli 54-latkę i usiłowali zabrać mu torbę z zakupami. Gdy ten zaczął się bronić, wyciągnęli przedmioty przypominające broń i pobili go. Policjantom udało się zatrzymać napastników. U jednego z nich funkcjonariusze znaleźli wiatrówkę. Drugi natomiast

miął przy sobie rewolwer hukowy. Okazało się, że byli pijani. Pokrzywdzony mężczyzna trafił do szpitala, gdzie okazało się, że ma złamaną rękę i liczne zasinienia. Kompani trafili za kraty policyjnego aresztu. Teraz kolejne trzy miesiące napastnicy spędzą w areszcie. Za rozbój grozi im kara do 12 lat pozbawienia wolności.

Oprac. (kaf)

Dobrzyń nad Wisłą

Choinkowe ostatki w Kubusiu Puchatku



Na zabawę choinkową dla najmłodszych nigdy nie jest za późno. W piątek 31 stycznia w Dobrzyńskim Domu Kultury „Żak” odbyła się impreza dla podopiecznych Przedszkola Samorządowego im. Kubusia Puchatka. Jak widać zabawa była wyśmienita, a dzieci chętnie tańczyły na parkiecie z dorosłymi. Był to zarazem wspaniały akcent przed trwającymi obecnie feriami zimowymi.

Fot. Nadesłane

TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO



Redakcja:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Rynek 20
tel. (56) 68 22 680
e-mail: redakcja@wpr.info.pl
Redaktor naczelny:
Adrianna Błaszkiwicz
tel. 692 142 024
a.blaszkiewicz@wpr.info.pl

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

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

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

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

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

Skepe

To już biblioteka.pl

Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Skępem znalazła się na portalu w.bibliotece.pl. Projekt współfinansowany jest ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego.



Czytelnicy skępskiej ksiąźnicy już chętnie rejestrują w.bibliotece.pl

Skępska ksiąźnica, znana z otwartości i zaangażowania w realizację programów ogólnopolskich, postawiła kolejny krok w nowoczesność i stała się częścią portalu w.bibliotece.pl.

Portal jest ogólnodostępnym serwisem skierowanym do wszystkich użytkowników internetu, czytelników zainteresowanych wymianą informacji na temat książek, regionalistów, zbiorów multimedialnych i innych, materiałów gromadzonych w bibliotekach oraz zasobach prywatnych. Portal działa na wielu płaszczyznach i przeznaczony jest dla różnych grup użytkowników.

– To jest bardzo ciekawy i nowoczesny pomysł – zachwala projekt dyrektor ksiąźnicy Urszula Małkiewicz. – Portal ma pomóc

w promocji czytelnictwa oraz stworzeniu społeczności skupionej wokół biblioteki.

Serwis skierowany jest do trzech grup odbiorców: czytelników, bibliotek i wydawców.

Podstawę działania portalu w.bibliotece.pl stanowi katalog centralny zbiorów. Powstaje on automatycznie z opisów katalogowych wielu polskich bibliotek publicznych i naukowych uczestniczących w portalu. Katalog ten umożliwia inteligentne wyszukiwanie opisów materiałów (tytuł, autor, temat, rok wydania, język, rodzaj materiału). Dzięki podpowiedziom proponowanym przez system, proces wyszukiwania umożliwia stopniowe filtrowanie rezultatów. Jednym z celów wyszukiwania jest otrzymanie in-

formacji o lokalizacji materiału w zbiorach konkretnej instytucji lub osoby. Centralny katalog jest wzbogacany o treści dodane przez użytkowników portalu (recenzje, oceny, opinie, rekomendacje).

Założenie Konta Czytelnika w portalu w.bibliotece.pl umożliwia zbudowanie kolekcji prywatnych zbiorów, zarządzanie nimi oraz prezentowanie informacji w atrakcyjnej szacie graficznej, z dynamicznym i intuicyjnym interfejsem. Tworzenie własnej kolekcji polega przede wszystkim na odnalezieniu gotowych opisów w katalogu centralnym. Do wykorzystania są setki tysięcy profesjonalnie opracowanych opisów (książek, płyt), które można indywidualnie uzupełniać własnymi opiniami, recenzjami lub tagami. Wiele opisów wzbogaconych jest fotografiami okładek lub skanami spisów treści. Wszystkie nowo wprowadzone do portalu opisy są weryfikowane przez profesjonalistów, od wielu lat zajmujących się katalogowaniem w znormalizowanym formacie MARC21.

Wydawcy mogą umieszczać w Katalogu Centralnym informacje o nowo wydanych materiałach, a księgarze o promujących je wydarzeniach. Opisy można wprowadzić ręcznie lub bezpośrednio z bazy wydawcy poprzez oprogramowanie pobrane z portalu.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska

Lipno

Odszedł ksiądz, pozostała wdzięczność

8 lutego zmarł ksiądz prałat Stefan Maćczak: pierwszy proboszcz parafii bł. biskupa Michała Kozala, budowniczy kościoła, zasłużony mieszkaniec Lipna. Miał 65 lat.



Ks. Stefan Maćczak

W sobotę w toruńskim szpitalu, po ciężkiej chorobie, zmarł ks. prałat Stefan Maćczak. Związany z Lipnem od 1986 roku. Wtedy to, 23 września ks. biskup Jan Zareba zlecił ks. Stefanowi Maćczakowi budowę kościoła i parafii w Lipnie. Kapłan podjął się trudnego zadania i wykonał je wzorowo. A zaczynał od kupionej, przy wsparciu parafian, działki wraz z budynkiem gospodarczym przy ulicy 3 Maja. Wkrótce budynek gospodarczy posłużył za tymczasową kaplicę (już 24 grudnia 1986 roku poświęcił ją i odprawił pierwszą pasterkę ks. biskup Czesław Lewandowski).

12 czerwca 1987 roku na Jasnej Górze papież Jan Paweł II pobłogosławił kamień węgielny pod budowę nowego kościoła. W tym samym roku ks. biskup Roman Andrzejewski poświęcił zakupiony plac i ruszyły prace budowlane. 14 czerwca 1988 roku dekretem ks. biskupa Henryka Muszyńskiego została erygowana parafia pod wezwaniem błogosławionego biskupa Michała Kozala, a w 1989 roku nastąpiło wmurowanie kamienia węgielnego pod budowę nowego kościoła, zaprojektowanego przez architekta Aleksandra Holasę z Poznania.

14 czerwca 1993 roku ks. biskup Bronisław Dembowski poświęcił mury kościoła, a 1 grudnia 1996 roku kapłani zaczęli odprawiać msze święte w nowej świątyni.

Wszystkie prace związane zarówno z budową świątyni, jak i stworzeniem wspólnoty parafialnej odbyły się pod czujnym okiem

ks. Maćczaka. To właśnie ten kapłan na zawsze pozostanie w historii Lipna jako ojciec drugiej lipnowskiej parafii pod wezwaniem bł. Michała Kozala. Funkcję proboszcza pełnił nieprzerwanie przez 25 lat, aż do 25 sierpnia 2012 roku. Na emeryturę odszedł z przyczyn zdrowotnych, ale ze swoimi parafianami i ukochaną świątynią nie rozstał się nigdy. Był rezydentem parafii pod wezwaniem Michała Kozala, a w kapłaństwie przeżył 40 lat.

Zasługi księdza doceniali nie tylko jego parafianie, ale także mieszkańcy i władze samorządowe. Dali temu wyraz w uchwale. 9 kwietnia 1999 roku rada miasta nadała ks. Stefanowi Maćczakowi tytuł „Zasłużony dla Lipna”.

8 lutego 2014 roku odszedł na wieczną wartę przeżywszy 65 lat. W sercach parafian i wspomnieniach mieszkańców pozostanie pamięć o wielkim kapłanie i wspólnym człowieku. Na kartach lipnowskiej historii ks. Stefan Maćczak pozostanie na zawsze.

We wtorek wieczorem (już po zamknięciu tego numeru CLI) trumna z ciałem proboszcza została wprowadzona do kościoła, czuwanie i modlitwy zgodnie z planem mają potrwać do godziny 23.00.

Pogrzeb ks. Stefana Maćczaka odbędzie się w środę 12 lutego. Mszy świętej przewodniczyć będzie biskup włocławski ks. Wiesław Mering. Proboszcz spocznie na cmentarzu komunalnym w Złotopolu, wśród swoich parafian.

Lidia Jagielska

Projekty

Milion na lepszą edukację

Udało się! Starostwo otrzymało dofinansowanie do projektu „Powiat stawia na młodzież”. Za ponad milion zł w powiecie lipnowskim od stycznia br. do lipca 2015 r. w trzech szkołach będą wyrównywane szanse edukacyjne.

Pieniądze udało się pozyskać w ramach ogłoszonego przez Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu konkursu na wyrównywanie szans edukacyjnych. Projekt, przygotowany przez starostwo, przeznaczony on jest dla uczniów, którzy mają utrudniony dostęp do nauki, a dzięki realizacji działań ma zmniejszyć się różnica w jakości oferowanych usług edukacyjnych.

W ramach projektu realizowane będą zajęcia z przedmiotów matematyczno-przyrodniczych, języków obcych czy teleinformatyki w liceach ogólnokształcących i Gimnazjum Specjalnym w Lip-

nie. Dodatkowo edukacja z dotacji obejmie przedmioty przygotowujące uczniów do matury. Atrakcją projektu będzie realizacja ścieżek edukacyjnych z zakresu: świadomości i ekspresji kulturalnej, edukacji ekologicznej i przedsiębiorczości oraz ścieżka pogłębiająca wiedzę o tożsamości regionalnej, która ma wzmocnić postawy patriotyczne młodzieży. Zajęcia to nie tylko wiedza teoretyczna, ale także wycieczki do atrakcyjnych kulturowo i historycznie w regionie. Ponadto w dodatkowych lekcjach udział wezmą uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, dla których przewidziano odpowiednie lekcje i pomoc

pedagogiczno-psychologiczną.

To nie wszystko. Oprócz tego 110 uczniów, którzy wezmą udział w największej liczbie organizowanych w projekcie zajęć oraz zostaną objęci lekcjami z doradztwa zawodowego, ma szansę na odbycie 150-godzinnego stażu u pracodawców. Co istotne, otrzymają za to stypendium do wysokości minimalnego wynagrodzenia za pracę. Projekt obejmuje trzy placówki: LO Lipno, LO Skępe i Gimnazjum Specjalne w Lipnie. „Powiat stawia na młodzież” uzyskał 98 punktów i uplasował się na 24 miejscu na 79 wniosków ocenionych pozytywnie.

(ak)

Lipno

Walka o pensję burmistrza

Dokończenie ze str. 1



Przewodnicząca Rady Miasta zapowiada dogłębną analizę zarzutów w ciągu miesiąca

Zdaniem Doroty Łańcuckiej wszystkie argumenty przedstawione przez radnych nie mają nic wspólnego z rzeczywistą oceną jej pracy. A gdyby uznać uzasadnienie dokumentu za błędne, to i cały dokument nadaje się do kosza.

Różny punkt widzenia

Poprawność uchwały sprawdzamy u źródła. – Nie po to uchwalamy akty prawne, żeby je teraz uchylać – wyjaśnia Teresa Paprota.

Zarówno z dokumentu, jak i wyjaśnień szefowej rady oraz radnej referującej wniosek Teresy Paproty wynika, że uzasadnienie jest i obszernie wyjaśnia przyczyny zmiany wynagrodzenia wójarza. Chodzi więc o interpretację trafności zarzutów.

Bowiem, zdaniem Łańcuckiej, przesłanką do obniżenia pensji nie może być zbyt małe doświadczenie wójarza, gdyż nie ma to związku z rzeczywistością i rzetelną oceną pracy wykonanej przez nią. Poza tym radni nie wykazali działań wynikających z małego doświadczenia, ani negatywnych skutków z niego wynikających.

Całkowicie chybionym jest, w ocenie burmistrz Łańcuckiej, zarzut radnych o stratach materialnych wynikających z braku rozliczenia zwolnionej bez obowiązku świadczenia pracy dyrektorki Miejskiego Centrum Kultury.

– Za szkody w mieniu, jeżeli takowe w ogóle powstały, wynikające z jego niezabezpieczenia (a przypomnę, że zaginione plakaty filmowe nie były zinwentaryzowane) odpowiadają wyłącznie osoby kierujące placówką – wyjaśnia Dorota Łańcucka w piśmie do radnych.

Łańcucka za nieudokumentowane uważa zarzuty o odczuciu mieszkańców Lipna lekceważenia ich przez urząd miejski (chodzi o uznanie skargi mieszkańców wspólnoty mieszkaniowej na brak odpowiedzi wobec licznych pism kierowanych do ratusza – przyp. red.). Wójarz chce wiedzieć, kim są „niektórzy mieszkańcy” i jakie działania ratusza spowodowały ich poczucie bycia lekceważonymi.

– Zarzuty związane ze skierowaniem przeze mnie szeregu wniosków o ściganie osób narusza-

jących moje dobre imię są dla mnie niezrozumiałe, jako przesłanki obniżenia mi wynagrodzenia – wyjaśnia radnym Łańcucka. – Uważam, że każdy, w ramach procedur stworzonych przez demokratyczne państwo prawa, może szukać ochrony swoich dóbr osobistych i nie powinno to stać się zarzutem, w szczególności uzasadniającym ukaranie obniżeniem wynagrodzenia za pracę.

Tak sformułowane zarzuty radnych burmistrz odbiera jako oczywistą próbę wymuszenia zaniechania ochrony praw. Przypomnijmy, że rajcom nie przypadły do gustu sądowe procesy wójarza z mieszkańcami, wypowiadającymi się podczas sesji oraz oświadczenie Doroty Łańcuckiej krytycznie oceniającej zachowanie przewodniczącej Marii Turskiej (szefowa rady odczytała na sesji list mieszkańców godzący w dobre imię wójarza i nie przedstawiła nazwisk autorów).

– Zapewniam, że wszelkie próby toczenia ze mną walki politycznej w tak niewybredny sposób, będą zawsze spotykały się z moim sprzeciwem – ostrzega burmistrz.

Wójarz miasta obala w swoim wezwaniu do radnych również zarzut kiepskiej współpracy z radą miejską. Jej zdaniem zarzut jest nieostry, a wnioskodawcy nie wskazali nazwisk radnych, którzy źle oceniają współpracę. Ponadto nie wskazano konkretnych przepisów prawa, którym uchybiła burmistrz. Chodziło rajcom o pomijanie i nie informowanie o ważnych wydarzeniach czy uroczystościach, a burmistrz dopytuje, czy uchybienia owego dokonała w formie działania czy też może zaniechania.

Naruszyli interes prawny?

Zgodnie z ustawą ustalanie wysokości wynagrodzenia burmistrza należy do właściwości rady miasta. Podobnie jak stanowienie o kierunkach jego działania oraz przyjmowania sprawozdania z jego działalności. To rajcy we wszystkich samorządach decydują, ile pieniędzy wpłynie do kieszeni wójarza. Jedni dają więcej, inni mniej. Z tego uprawnienia skorzystali podczas ostatniej sesji lipnowscy

rajcy i, z uzyskanych przez nas opinii, nie zamierzają się z tego kroku wycofywać.

– Skrupulatnie przestrzegamy ustawy o samorządzie gminnym, bo to jest dla nas podstawa – wyjaśnia Mieczysław Zabłocki, wiceprzewodniczący rady miejskiej.

Jednak Łańcucka twierdzi, że naruszono jej interes prawny. A zgodnie z prawem może wzywać rajców do usunięcia naruszenia prawa, a w przypadku bezskuteczności wezwania ma prawo zaskarżyć uchwałę do sądu administracyjnego. Sąd może, w przypadku potwierdzenia naruszenia prawa, nakazać organowi nadzoru wykonanie niezbędnych czynności na rzecz skarżącego. Tyle precyzuje ustawa. Co na to szefowa lipnowskich rajców?

– W terminie przewidzianym prawem dogłębnie wyjaśnimy zasadność skierowanego do nas przez panią burmistrz wezwania do uchylenia uchwały i udzielimy odpowiedzi – odpowiada Maria Turska.

Być może będzie potrzebna niezależna opinia prawna stwierdzająca, czy obcięcie pensji wójarzowi w tym przypadku naruszyło jego interes prawny. Pod koniec lutego powinniśmy dowiedzieć się, jak zakończy się batalia o wynagrodzenie burmistrza Lipna.

Opinia publiczna

Niektórzy mieszkańcy uważają, że zamieszczenie na naszych łamach relacji z debaty o wynagrodzeniu burmistrza było nieprofesjonalne. Są też tacy, którzy jeszcze przed rozpoczęciem sesji przestrzegali nas przed relacjonowaniem tych faktów.

– Proszę nie zamieszczać wypowiedzi radnego Banasika czy Turskiej i pozostałych ze „Zgody”, bo tego mieszkańcy nie potrzebują i nie będą czytać – usłyszeliśmy w rozmowie telefonicznej z wiernym Czytelnikiem CLI. – Dzisiaj będą obniżać wynagrodzenie pani burmistrz, a sami zapomnieli, jak przewodnicząca za kadencji Dobrosia brała wyższą dietę wtedy, kiedy już mieszkańców w Lipnie ubywało.

Odnotaliśmy też zdania przeciwnie. Także od ludzi potrzebujących wsparcia i liczących, że chociaż grosz uszczknięty z pensji burmistrza i diety radnego poprawi sytuację biednych, chorych, osieroconych. Bo praca i płaca to w Lipnie, i w całym naszym powiecie, temat numer jeden. Do szczęśliwców należą te nieliczne rodziny, które z problemem bezrobocia i braku pieniędzy na godne przeżycie kolejnego dnia nie miały nigdy do czynienia.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska

Lipno

Wicepremier takiej chce Polski

Z inicjatywy starosty lipnowskiego, Krzysztofa Baranowskiego w sobotę 1 lutego odbyło się w Zespole Szkół Technicznych w Lipnie spotkanie noworoczne. Wśród zaproszonych gości był m.in. wicepremier Janusz Piechociński.

Około 700 osób przybyło do Zespołu Szkół Technicznych w Lipnie na tradycyjne już noworoczne spotkanie, zorganizowane przez starostę Krzysztofa Baranowskiego. Z zaproszenia skorzystali m.in. wicepremier i Minister Gospodarki Janusz Piechociński. – Takiej właśnie Polski pragnę – podkreślał Janusz Piechociński. Pod jednym dachem spotykają się przedstawiciele różnych grup społecznych, różnych ugrupowań i potrafią ze sobą rozmawiać. Kwiaty, które otrzymał Janusz Piechociński, przekazał natychmiast jednej z uczestniczek spotkania, Mirosławie Wilk. – To dla mnie wielki zaszczyt otrzymać piękny bukiet z rąk samego wicepremiera – mówiła pani Mirosława.

Duchowni życzyli zebranyim gościom pomyślności w 2014 roku, na stołach nie zabrakło poczęstunku ufundowanego przez licznych sponsorów. Była też chwila, by zrobić sobie pamiątkowe zdjęcia zarówno z Ministrem Piechocińskim, jak i z aktorską parą - Ewą Kuryło i Piotrem Pręgowskim, których nie bez powodu nazywa się już od dawna ambasadorami powiatu lipnowskiego. Piękny koncert dały solistki oraz Orkiestra Reprezentacyjna Powiatu Lip-

nowskiego, zaś uczestnicy ruszyli do tańca. – Zawsze będę chętnie uczestniczyć w takich spotkaniach – zapewniała wojewoda Ewa Mes.

W imieniu władz powiatu lipnowskiego pragnę serdecznie podziękować wszystkim przedsiębiorcom oraz sponsorom, bez których nie byłoby możliwe zorganizowanie tego spotkania – powiedział na zakończenie starosta Baranowski.

W spotkaniu w ZST udział wzięli także: Wikariusz Prowincji Niepokalanego Poczęcia N.M.P. o. Kazimierz Kowalski, poseł na Sejm RP Zbigniew Sosnowski, Wojewoda Kujawsko-Pomorski Ewa Mes, Komendant Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej w Toruniu st. bryg. Tomasz Leszczyński, Dyrektor Izby Celnej w Toruniu Wojciech Baranowski, Zastępca Prezesa Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu Wojciech Kuliński, Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny w Bydgoszczy dr Jerzy Kasprzak. Byli także radni Rady Powiatu w Lipnie, lokalni burmistrzowie i wójtowie, radni, przedsiębiorcy, księża i sołtysi z terenu powiatu lipnowskiego.

(ak), fot. nadesłane



Toast wniósł gospodarz spotkania, starosta Baranowski



Sala Zespołu Szkół Technicznych wypełniła się po brzegi

Region

Dokument musi być chroniony

Dowód osobisty, prawo jazdy czy paszport nie są przedmiotami, które mogą zostać wykorzystane jako zastaw – przestrzegają burmistrzowie i wójtowie. To odzew na apel Ministerstwa Spraw Wewnętrznych o właściwe chronienie dokumentów tożsamości i danych osobowych.

Apel przesłał do gmin w naszym regionie Urząd Wojewódzki w Bydgoszczy, ale inicjatorem akcji informacyjnej jest Ministerstwo Spraw Wewnętrznych. Okazuje się bowiem, że wielu z nas nie zdaje sobie jeszcze sprawy z potencjału, jakim dysponuje osoba, której powierzamy swoje dokumenty.

Podstawowym dokumentem tożsamości jest, co prawda, dowód osobisty, ale prawie każdy obywatel dysponuje też legitymacjami (służbową, studencką, szkolną, emerycką), prawem jazdy, paszportem. Wszystkie te dokumenty zawierają wrażliwe dane osobowe i są cennym źródłem informacji. Są niezbędne w codziennym życiu, ale ich okazywanie należy dokładnie obserwować i nadzorować. Chodzi o to, by nie trafiły w ręce potencjalnego przestępcy.

Coraz częściej zdarzają się sytuacje patologiczne, związane z wykorzystaniem dokumentów tożsamości i na takie przypadki reaguje resort akcją informacyjną. Inicjatorzy apelu przywołują zdarzenia, kiedy to sprzedawcy lub pracownicy punktów obsługi klienta żądają od obywateli pozostawienia choćby dowodu osobistego „pod zastaw”. I przestrzegają: takie działania nie mają umocowania w obowiązującym systemie prawnym, wiążą się z dużym niebezpieczeństwem wykorzystania zawartych tam danych do popełnienia przestępstwa przez



nieuczciwego sprzedawcę lub osobę trzecią, w której ręce dokument może łatwo trafić. Czasami wystarczy dowód zostawić na godzinę, by przy jego użyciu został zaciągnięty kredyt na nazwisko jego właściciela.

Obowiązujący system prawny nie zakłada sytuacji, w której jakkolwiek instytucja może dokonać zatrzymania dokumentu tożsamości. Jeśli natomiast ktoś z nas będzie świadkiem użytkownika cudzego dokumentu tożsamości, powinien o tym niezwłocznie zawiadomić policję. Wówczas zostaną podjęte czynności wyjaśniające, w jaki sposób osoba weszła w posiadanie tegoż dokumentu, a ten zostanie zabezpieczony do wyjaśnienia sprawy.

Również niezwłocznie należy zawiadomić policję o żądaniach pozostawienia dokumentu oraz

o sytuacji jego zagubienia. W tym ostatnim przypadku po powiadomieniu policji należy skontaktować się z dowolnym bankiem, który fakt zagubienia dokumentu odnotuje w systemie informacyjnym wszystkich banków, co uchroni nasze oszczędności przed ewentualną kradzieżą.

Zagubienie dokumentu tożsamości należy również niezwłocznie zgłosić do organów, które go wydały w dowolnym miejscu w kraju (dowód osobisty w urzędzie gminy, prawo jazdy w starostwie powiatowym).

Warto przestrzegać podstawowych zasad przypomnianych przez organy administracji rządowej w związku z rosnącą lawinowo liczbą przestępstw ściśle związanych z bezprawnym wykorzystaniem danych osobowych.

Lidia Jagielska

Powiat

Witajcie na świecie!

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



Olaf Stawowski

Urodził się 3 lutego w lipnowskim szpitalu, ważył 3,55 kg i mierzył 55 cm. Jest pierwszym dzieckiem Roksa-ny i Sławomira z Lipna.



Filip Damian Kielkowski

Urodził się 1 lutego w lipnowskim szpitalu, ważył 3,5 kg i mierzył 58 cm. Jest pierwszym dzieckiem Edyty i Rafała z Gnojna



Michał Chrzanowski

Urodził się 3 lutego w lipnowskim szpitalu, ważył 3 kg i mierzył 54 cm. Jest pierwszym dzieckiem Anety i Łukasza z Włocławka.



Izunia Madziarska

Urodziła się 2 lutego w lipnowskim szpitalu, ważyła 3,55 kg i mierzyła 56 cm. Jest córką Katarzyny i Pawła z Zajeziera, ma siostrę Julcię.



Stanisław Danielewski

Urodził się 1 lutego w lipnowskim szpitalu, ważył 3,44 kg i mierzył 58 cm. Jest synem Agnieszki i Dariusza z Toporzyszczewa, ma braci Szymona i Michała.



Tymon Jankowski

Urodził się 3 lutego w lipnowskim szpitalu, ważył 3,35 kg i mierzył 59 cm. Jest pierwszym dzieckiem Justyny i Krzysztofa z Lipna.

Lipno

Odkrywać będą wolność

Miejska Biblioteka Publiczna przeprowadzi debatę oksfordzką w ramach akcji „Wolność czujesz to?” i powalczy o organizację spotkania z Leszkiem Balcerowiczem w Lipnie. O ten przywilej starać się będzie pięćdziesiąt księżniczek zakwalifikowanych do projektu, zaś o wygranej zadecyduje relacja z debaty.

Pierwszy sukces lipnowska biblioteka publiczna ma już na swoim koncie: znalazła się bowiem na liście 50 bibliotek, które otrzymają książkę Leszka Balcerowicza „Odkrywając wolność. Przeciw zniewoleniu umysłów”, przeprowadzą debatę oksfordzką o wolności z udziałem młodych ludzi oraz będą miały szansę na zorganizowanie spotkania z prof. Balcerowiczem.

– Dodatkowo każda bibliote-

ka uczestnicząca w akcji otrzyma rabat w wysokości 50 procent na wszystkie publikacje znajdujące się w ofercie wydawnictwa Zysk i S -ka – dodaje dyrektor MBP w Lipnie Ewa Charyton. – „Wolność, czujesz to?” to akcja realizowana wspólnie przez wydawnictwo Zysk i S -ka, Fundację Forum Obywatelskiego Rozwoju oraz Fundację Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego.

Trwa przygotowywanie de-

baty oksfordzkiej, według udostępnionego przez organizatora scenariusza. Odbędzie się ona przed 11 kwietnia, a uczestniczyć ma w niej lipnowska młodzież. Później, do 31 maja, biblioteka prześle relację z przeprowadzonej debaty, a organizatorzy najpóźniej do 13 czerwca wyłonią trzy najlepsze. Laureatów latem odwiedzi profesor Leszek Balcerowicz.

Lidia Jagielska

fol. Lidia Jagielska

Eternit zniknie z dachów

Trwa weryfikacja wniosków o dofinansowanie demontażu, transportu i unieszkodliwienia wyrobów azbestowych. – W tym roku wpłynęło do nas 28 wniosków i wiele wskazuje na to, że wszystkie rozpatrzymy pozytywnie – mówi Agnieszka Chmielewska z wydziału ochrony środowiska lipnowskiego ratusza.

Do końca stycznia mieszkańcy miasta składali wnioski o dofinansowanie demontażu, transportu i unieszkodliwiania odpadów zawierających azbest. Wnioskodawcy mogą liczyć na stuprocentowe dofinansowanie tych kosztów. Pomoc nie obejmuje, oczywiście, nakładów poniesionych na zakup i montaż nowych pokryć dachowych.

– Uczestniczymy w programie usuwania azbestu i wyrobów azbestowych od samego początku jego funkcjonowania – podkreśla Agnieszka Chmielewska z wydziału ochrony środowiska lipnowskiego magistratu. – Cie-

szą się, że co roku kilkudziesięciu mieszkańców korzysta z dofinansowania. Zachęcam też kolejnych właścicieli nieruchomości pokrytych azbestem do skorzystania z takiej formy pomocy w następnych edycjach. Można sporo zaoszczędzić. Jeżeli robimy to sami, musimy ponieść koszty unieszkodliwienia, a to nie są wcale małe pieniądze.

Szanse na wsparcie mają zarówno właściciele domów jednorodzinnych, jak i zarządcy np. wspólnot mieszkaniowych. Dofinansowanie przyznawane jest według kolejności składania wniosków. A realizowany przez

lipnowski ratusz „Program usuwania azbestu i wyrobów azbestowych dla gminy miasta Lipna” cieszy się coraz większym zainteresowaniem. W 2011 roku o pomoc starało się tylko 6 mieszkańców, rok później już 31.

– W obecnym mamy 28 wniosków – informuje Chmielewska. – Teraz trzeba je zweryfikować, ale wszystko wskazuje na to, że wszystkie uzyskają dofinansowanie.

Koszt demontażu, transportu i utylizacji ratusz pokrywany jest z dotacji Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu.



Przeprowadzona na terenie miasta inwentaryzacja (konieczna do opracowania Programu usuwania azbestu i wyrobów zawierających azbest umożliwiającego pozyskanie środków finansowych na demontaż, transport i unieszkodliwienie materiałów) pokazała, że na terenie Lipna jest sporo do zrobienia. Przed rozpoczęciem

programu na dachach zalegało ponad 71 tys. mkw materiałów zawierających azbest. Na jednego mieszkańca przypadało więc w 2011 roku średnio 4, 71 metra kwadratowego wyrobów azbestowych. Teraz jest już mniej szkodliwych wyrobów na terenie miasta jest znacznie mniej.

Lidia Jagielska

Dobrzyń nad Wisłą

Moc atrakcji podczas wypoczynku

Jak wyglądają tegoroczne ferie? Dzieci z Dobrzynia nad Wisłą spędzają je bardzo aktywnie.

Dobiegają końca ferie zimowe. W Dobrzyniu nad Wisłą to, co najlepsze, czekało najmłodszych w pierwszym tygodniu lutowych wakacji. Najpierw dzieci, które zgłosiły się wcześniej do Dobrzyń-

skiego Domu Kultury „Żak” i zapisały się na zajęcia, wzięły udział w warsztatach tanecznych. W drugim dniu miały okazję zapoznać się ze zdrową dietą. W kolejnym pojechały do kina do Płocka, zaś

w czwartek uczestniczyły w konkursie plastycznym. Na koniec ferii z „Żakiem” odbyła się zabawa karnawałowa z klaunem „Pajko”.

(ak), fot. nadesłane



Dużym zainteresowaniem małych łasuchów cieszyły się warsztaty kulinarne



W środę 5 lutego uczestnicy zajęć pojechali do kina



Dzieci robiły np. fantazyjne kanapki



Wspólna fotografia uczestników wyjazdu do kina



Klaun „Pajko” zadbał, by dzieci świetnie się bawili

Lipno

Pół wieku razem

W minionym tygodniu dwie pary świętowały w ratuszu swoje 50 –lecie pożycia małżeńskiego. Burmistrz Dorota Łańcucka wręczyła mieszkańcom medale przyznane przez prezydenta RP Bronisława Komorowskiego.

Podniosła atmosfera towarzyszyła jubileuszowi obchodzonemu przez państwa: Halinę i Stanisława Trepczyków oraz Marię i Wiesława Dąbrowskich. Sala ślubów i zgromadzeni goście przypominali chwile sprzed pół wieku. Były wzajemne podziękowania małżonków i gratulacje władz miasta oraz, jak przystało na taki jubileusz, medale prezydenta RP oraz symboliczny toast.

O muzyczną stronę ceremonii zadbał chór Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Lipnie pod batutą Iwony Mroczkowskiej.

Lidia Jagielska,
fot. nadesłane



Skępe

Poeci do piór

Ruszyła dwunasta edycja Ogólnopolskiego Konkursu Poetyckiego im. Gustawa Zielińskiego. Młodzi poeci, w wieku od 10 do 21 roku życia, mogą zgłaszać swoje wiersze do 18 kwietnia. Organizatorem zmagania jest Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Skępem.

Dzięki temu wydarzeniu literackiemu Skępe znane jest w całej Polsce. Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Gustawa Zielińskiego z roku na rok cieszy się większym zainteresowaniem młodych poetów. Swoją literacką drogę zaczęli tu ludzie z różnych zakątków kraju. Pomysłodawcą konkursu był, dwanaście lat temu, Jerzy Kowalski. Też poeta, bibliotekarz, dzisiaj wiceburmistrz Skępego. Nikt na początku nie pomyślał, że lokalny konkurs rozwinie skrzydła na ogólnokrajową skalę, ale udało się. Dzisiaj za przebieg konkursu odpowiada dyrektor ksiąźnicy Urszula Małkiewicz, a organizatorem niezmiennie jest Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Skępem.

Patronat nad tegoroczną edycją sprawuje Piotr Całbecki, Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego, starosta lipnowski Krzysztof Baranowski i burmistrz Skępego Andrzej Gatyński.

– Chcemy w ten sposób pobudzić wrażliwość poetycką i aktywność twórczą w dziedzinie poezji wśród dzieci i młodzieży – mówi dyrektor biblioteki Urszula Małkiewicz. – Poprzez konkurs młodzi twórcy mają też możliwość konfrontacji własnej twórczości, a my sposób na promowanie talentów. W konkursie może wziąć udział każdy piszący, nie będący członkiem profesjonalnego związku twórczego, w wieku od 10 do 21 roku życia. Tematyka utworów jest dowolna.

Dla młodzieży otworzyła się więc kolejna szansa na spróbowanie swoich sił i poddanie pod ocenę profesjonalistów wierszy, być może schowanych gdzieś na dno szuflady. Każdy młody poeta może przesłać (na adres Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Skępem, ul. Kościelna 2, 87-630 Skępe) w nieprzekraczanym terminie do 18 kwietnia (data stempla pocztowego) zestaw trzech wierszy, które nie były wcześniej publikowane w wydawnictwach zwartych, czasopiśmie ogólnopolskich, internecie oraz nie zostały nagrodzone w innych konkursach.

Prace muszą być napisane wyłącznie piśmem drukowanym (przy pomocy komputerowego edytora tekstu w czterech egzemplarzach, każdy wiersz na papierze o formacie A-4). Nadsyłane na konkurs zestawy powinny być opatrzone godłem (rodzaj

pseudonimu, znak rozpoznawczy umieszczony pod wierszem). Nazwisko, imię, dokładny adres, numer telefonu oraz wiek należy umieścić w osobnej, zaklejonej kopercie (wiek autora umieścić należy również na kopercie z wierszami oraz obok godła pod wierszem) opatrzonej takim samym godłem i dołączyć do zestawu wierszy. Prace będą oceniane bowiem w odpowiednich kategoriach wiekowych. Na kopercie uczestnicy muszą koniecznie dopisać: „Ogólnopolski Konkurs Poetycki”.

Organizatorzy nie zwracają nadesłanych tekstów i zastrzegają sobie prawo do publikowania nagrodzonych i wyróżnionych wierszy bez zgody autorów. Zwycięzcy i osoby nagrodzone zobowiązane są do osobistego odbioru nagród w dniu uroczystego wręczenia (bądź za zgodą organizatorów w innym terminie uzgodnionym z dyrektorem biblioteki). W przypadku nie odebrania nagrody, organizatorzy zastrzegają, iż nagrody nie będą wysyłane do laureatów (z wyjątkiem szczególnych uzasadnionych przypadków). Nie odebrane nagrody przepadają na poczet przyszłych edycji Konkursu Poetyckiego im. Gustawa Zielińskiego w Skępem.

– Prace nadesłane na konkurs oceniać będzie jury powołane przez organizatora – mówi Urszula Małkiewicz. – Uroczyste ogłoszenie wyników konkursu oraz wręczenie nagród odbędzie się w maju, w ramach corocznych obchodów „Dni Skępego”. O dokładnym terminie laureatów powiadomimy listownie. Zapraszam do udziału w konkursie.

Na laureatów czekają cenne nagrody i niezapomniana uczta literacka w Skępem. Warto wykorzystać okazję i stanąć w szranki konkursowe z młodymi poetami z całej Polski.

Lidia Jagielska

Lipno

Prawnik doradzi za darmo

W każdy wtorek, zaczynając od 11 lutego, w lipnowskim ratuszu będzie dyżurował prawnik. Mieszkańcy mają szansę na uzyskanie bezpłatnej porady specjalisty.

Z problemami natury prawnej boryka się niemalże każdy. Nie wszyscy potrafią poradzić sobie z nimi samodzielnie lub opłacić poradę prawną. Pomocną ręką do mieszkańców miasta wyciągają

władze ratusza, wznawiając dyżury prawnika.

Tym razem pomocą w rozwiązywaniu meandrów prawnych będzie służyła radca prawny Katarzyna Wesołowska. Porady będą

bezpłatne. Wystarczy zgłosić się w dowolny wtorek do pokoju nr 24 Urzędu Miejskiego w Lipnie przy Placu Dekerta w godzinach od 13.00 do 15.00.

Lidia Jagielska

Lipno, Gmina Lipno

Czerpią wzorce z najlepszych

Bibliotekarze z Lipna i Radomic w gminie Lipno uczestniczyli w wyjeździe studyjnym do Warszawy. Zwiedzali, oglądali, wymieniali się doświadczeniami z kolegami z całego kraju. Teraz będą wdrażać najnowsze rozwiązania w naszych ksiąźnicach. Organizatorem akcji była Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Toruniu.

Trzy dni bibliotekarki z Biblioteki Publicznej Gminy Lipno z siedzibą w Radomicach i Miejskiej Biblioteki Publicznej w Lipnie spędziły na warsztatach w Warszawie. Wyjazd studyjny, zorganizowany przez Ksiąźnicę Kopernikańską w Toruniu w ramach Programu Rozwoju Bibliotek, był niepowtarzalną okazją do wymiany zawodowych doświadczeń oraz udziału w prelekcjach.

– Wróciłyśmy do swoich placówek pod dużym wrażeniem wyjazdu studyjnego, z wieloma pomysłami i inspiracjami do nowych działań – mówi szefowa lipnowskiej ksiąźnicy Ewa Charyton.

Bibliotekarze zwiedzili Instytut Książki (Pałac Kultury i Nauki), Bibliotekę Uniwersytetu Warszawskiego, czyli najnowocześniejszą obecnie placówkę tego typu w Polsce, a także biblioteki

publiczne warszawskiej dzielnicy Białołęka. Na szczególną uwagę naszych reprezentantek zasłużyła Zielona Biblioteka, multimedialną bibliotekę dla dzieci i młodzieży „Nautilus” oraz Multi Centrum.

Teraz będą, małymi kroczkami i na miejscową skalę, wdrażać najlepsze rozwiązania w naszych ksiąźnicach.

Lidia Jagielska,
fot. nadesłane



Ewa Charyton i Danuta Swarczewicz podczas wyjazdu studyjnego

**REKLAMA
W TYGODNIKU**

CLI

ZADZWOŃ !!!

tel. (56) 682 26 80

Lipno

W bibliotece nie ma czasu na nudę

6 lutego w księżnicy miejskiej odbyły się pierwsze zimowe zajęcia dla uczniów lipnowskich szkół. Dzieci własnoręcznie wykonały kalendarze, były ćwiczenia językowe, gry zespołowe, a nawet wspólne śniadanie. Spotkanie prowadziły bibliotekarki: Agnieszka Lesiak i Dorota Trojanowska.

W czwartek od godz. 9 w czytelnicy miejscowej biblioteki publicznej tętniło życie. Uczestnicy zajęć przygotowanych przez placówkę specjalnie na ferie zimowe nie kryli radości ze spotkania. Integracja powiodła się i już po chwili wszystkie miejsca zostały zajęte, a plan dnia dokładnie omówiony.

– Zaczęliśmy nasze zajęcia od gier zespołowych, a później przystąpiliśmy do wykonywania wyjątkowego kalendarza – mówi prowadząca zajęcia Agnieszka Lesiak. – Ogromnym zainteresowaniem

cieszy się „łamanie języka”, dzieci doskonale radzą sobie z trudnymi zdaniami w ojczystym języku. Nowością dla naszych uczestników jest wykonywanie drzewek z wikliny papierowej, którą przygotowałam na dzisiaj.

Uczestnicy nie narzekali na nudę. Ciekawe zajęcia szybko zastępowały jeszcze ciekawsze, a wyniki pracy cieszyły oczy obserwatorów. Dzieci wygimnastykowały języki podczas słownych potyczek, a przy okazji poznały znaczenie wielu nowych, rzadko używanych

słów. Zdobyły też umiejętności manualne: wszyscy wiedzą już nie tylko, jak robi się papierową wiklinę, ale także co i w jaki sposób można z niej wyczarować. Wystarczy tylko bardzo chcieć.

Kolejne spotkanie w bibliotece odbędzie się 13 lutego. Będzie zupełnie inaczej, ale równie atrakcyjnie. Organizatorzy zdradzili nam, że na młodych czeka spotkanie z policjantami.

Tekst i fot.
Lidia Jagielska



Wskaźówki i pomoc prowadzących były konieczne



Kiedy koledzy dopiero wykonali pierś, Sebastian już robił gałązki



Ola i Agatka szybko przystąpiły do pracy



– Mój kalendarz? To będzie kolorowy pingwinek – zdradza 6-letni Bartek



– Oto nasze kalendarze, wszystkie wykonane własnoręcznie – informuje Ibrahim



Uczestnicy zajęć w komplecie



– Drzewo musi stać, a to nie jest łatwe – zauważa Nikolka



– Z siedmiu wiklinowych słomek powstanie zaraz drzewko – mówi Adaś

Konkursy

Wiedzą więcej o przyrodzie

„Myśliwi – Dzieciom, Dzieci – Zwierzętom”. Pod takim hasłem odbył się konkurs wiedzy o tym, jak dbać o las i zwierzęta. Wszystkie dzieci dostały w nim nagrody.

W Zespole Szkół w Kikole na sali widowiskowej wręczono uroczystie nagrody wszystkim laureatom konkursu wiedzy o przyrodzie. Choć dzieci sporo już się nauczyły, także podczas zakończenia konkursu mogli dowiedzieć się jeszcze więcej. Przed wręczeniem nagród Józef Predenkiewicz, wójt Kikoła i jednocześnie przedstawiciel koła łowieckiego „Żubr” opowiedział dzieciom o sposobach pomagania zwierzętom w czasie

zimy. Z kolei Piotr Poznański z leśnictwa Jankowo przypomniał najmłodszym zagadnienia dotyczące ochrony lasu i występujących w nich zagrożeniach. Dzieci miały również okazję zobaczyć i dotknąć trofea zwierząt koła łowieckiego „Żubr”.

Nagrody wręczono w kategorii konkurs plastyczny oraz konkurs fotograficzny pod hasłem „Poznaj swoją przyrodę”, przewidzianych dla dzieci z oddziału

przedszkolnego i szkoły podstawowej klas I – III. Atrakcyjne nagrody książkowe, atlasy i albumy o zwierzętach i lasach ufundowane zostały przez wójta oraz Nadleśnictwo Dobrzejewice. Materiały szkoleniowe i edukacyjne na zajęcia dla poszczególnych klas ufundował Zarząd Polskiego Związku Łowieckiego we Włocławku.

(red),
fot. nadesłane



Laureaci konkursu plastycznego:

I miejsce – Karolina Grabowska z klasy II a,
II miejsce – Amelia Znaniecka z klasy II a,
III miejsce – Katarzyna Naklicka z klasy III a,
Wyróżnienia otrzymali: Bartosz Rączkiewicz z klasy III b oraz Mateusz Predenkiewicz i Kacper Sławkowski (praca grupowa) z klasy III b.

Laureaci konkursu fotograficznego pod hasłem „Poznaj swoją przyrodę”:

I miejsce – Natalia Znaniecka z klasy III b,
II miejsce – Fabian Znaniecki z oddziału przedszkolnego,
III miejsce – Wiktoria Wyborska z klasy III b.
Opiekunem obu konkursów była Pani Katarzyna Chojnacka.

Dla uczniów klas IV – VI przeprowadzono konkurs wiedzy pod hasłem „Las i Łowiectwo”, którego opiekunem była Pani Magdalena Znaniecka.

Laureaci konkursu „Las i Łowiectwo”:

I miejsce – Natalia Kalinowska z klasy VI b,
II miejsce – Julia Jagielska z klasy V a,
III miejsce – Julia Rogalska z klasy V b.



CO W FERIE?



LIPNO

W Lipnie dzieci i młodzież mają do wyboru centrum kultury, ośrodek sportu i bibliotekę.

Miejska Biblioteka Publiczna

Książnica, zgodnie z tradycją, czekać będzie na swoich gości w zimowe czwartki od 9.00 do 13.00. 13 lutego zajęcia mają odbyć się pod hasłem „My się zimy nie boimy, bezpiecznie się bawimy i uczymy”. Będzie zabawa integracyjna (podaj sobie dłonie „Biały walczyk”, zabawy literackie z wierszem i opowiadanie, minikonkurs – zagadki o tematyce zimowej, zajęcia plastyczne – „Bezpieczna zabawa z zachowaniem zasad bezpieczeństwa” i spotkanie z funkcjonariuszami KPP w Lipnie).

Miejskie Centrum Kulturalne

Tu drzwi dla uczniów otwierają się szerzej we wtorki i środy. Do dyspozycji jest MCK i kino Nawojka. Zajęcia rozpoczynają się o godzinie 9.00, a seanse filmowe o godzinie 12.00. Spotkania odbywają się pod hasłem „Zimowa akademia kreatywności”. W programie zajęcia muzyczne, plastyczne, bal karnawałowy, a nawet wycieczka do Torunia (termin zostanie uzgodniony).

Zapisy trwają do piątku, liczba miejsc jest ograniczona. Zgłaszać się należy do sekretariatu MCK w Lipnie (ulica Piłsudskiego 22)

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

12 lutego, 10.00-14.00 zimowe pływanie (po 45 min. każda grupa) – kryta pływalnia gry i zabawy rekreacyjne (lotki, piłkarzyki, tenis stołowy) – obiekty MOSiR

12 lutego, 10.00-13.00 turniej koszykówki (4-osobowe zespoły) – hala PG 1

13 lutego, 10.00-14.00 zimowe pływanie (po 45 min. każda grupa) oraz turniej miniwaterpolo – kryta pływalnia

gry i zabawy rekreacyjne (lotki, piłkarzyki, tenis stołowy) – obiekty MOSiR

13 lutego, 10.00-13.00 turniej piłki nożnej chłopców (drużyny 5-osobowe) – hala PG 1

14 lutego, 11.30-13.30 ognisko na zakończenie ferii na stadionie miejskim

SKĘPE

Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Skępem

Książnica organizuje zajęcia każdego dnia ferii zimowych. W programie konkursy, zajęcia plastyczne, komputerowe, gry i zabawy.

WIELGIE

12 lutego, godz. 11.00-13.00 zajęcia plastyczne w bibliotece w Wielgim

14 lutego zajęcia tańca nowoczesnego – sala Ośrodka Kultury, ul. Starowiejska

Ponadto w każdy wtorek i czwartek w okresie ferii w filii bibliotecznej w Czarnem organizowane są zajęcia plastyczne oraz warsztaty orgiami i lepienia z masy solnej.

DOBRZYŃ NAD WISŁĄ

Dobrzyński Dom Kultury „Żak” w ferie czynny jest od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-17.00. W pierwszym tygodniu prowadzone są zajęcia dla grupy zorganizowanej (program poniżej). W pozostałe dni dzieci mogą spędzać czas przy grach planszowych, wykonując prace plastyczne, grając w piłkarzyki czy tenisa stołowego.

Dobrzyńskie Centrum Sportu i Turystyki zaprasza wszystkie dzieci i młodzież z całej gminy Dobrzyń nad Wisłą na zajęcia sportowe. Odbędą się: turnieje piłki nożnej i siatkówki, gry i zabawy, warsztaty z różnych dyscyplin sportowych, spotkanie z piłkarzami Wisły Płock, a na najaktywniejszych czeka wyjazd na basen do Sierpca.

SP – Szkoła Podstawowa, PG – Gimnazjum, SŚ – Szkoła Średnia, dz. – dziewczęta, chł. – chłopcy.

12 lutego 12.30-14.00 – warsztaty siatkarskie (PG i SŚ dz.)

14.15-15.45 – warsztaty sportowe (PG chł.)

16.00-17.00 – warsztaty sportowe (przedszkole dz. i chł.)

17.30-19.00 – warsztaty sportowe (SŚ chł.)

13 lutego.

15.00-16.00 – warsztaty sportowe (kl. III-IV SP dz. i chł.)

16.30-17.30 – warsztaty sportowe (kl. I-II SP dz. i chł.)

17.30-18.30 – warsztaty siatkarskie (PG i SŚ)

14 lutego

12.00-13.30 – warsztaty siatkarskie (PG i SŚ dz.)

13.30-15.00 – warsztaty sportowe (PG chł.)

15.00-16.30 – mecz towarzyski (kl.

III-IV SP chł.)

16.30-17.30 – warsztaty sportowe (przedszkole dz. i chł.)

17.30-18.30 – warsztaty sportowe (SŚ chł.)

KIKÓŁ

Gminna Biblioteka Publiczna w Kikole zaprasza wszystkie dzieci do spędzenia wolnego czasu w bibliotece. Codziennie czekają ciekawe książki, czasopisma, układanki, komputery z dostępem do internetu. Podczas ferii będzie też można spróbować swoich sił w „Dobble” – nowej towarzyskiej grze planszowej lub posłuchać głośno czytanych historii. Zajęcia odbywać się będą w godzinach 10.00-13.00.

12 lutego „Papierowe fantazje” – zajęcia plastyczne

14 lutego „Powiedzonka z serduszkami” – czy wiesz, co to znaczy? Podsumowanie spotkań zimowych. Wystawa prac wykonanych przez dzieci, rozstrzygnięcie konkursu plastycznego i wręczenie nagród.

GMINA LIPNO

Biblioteka Publiczna Gminy Lipno oraz świetlica wiejska w Radomicach zapraszają na zajęcia dla dzieci podczas ferii we wtorki, środy i czwartki od godz. 10.00 do godz. 13.00. W programie: ciekawe konkursy plastyczne i sprawnościowe, gry i zabawy świetlicowe oraz na świeżym powietrzu. Będzie również wspólne oglądanie bajek oraz dyskoteka z konkursami tanecznymi. Każdy może liczyć na słodki poczęstunek i ciepłą herbatę.

Podobne zajęcia będą prowadzić również bibliotekarze w filiach w Karnkowie i Jastrzębiu.

TŁUCHOWO

Gminny Ośrodek Kultury zaprasza na zajęcia podczas ferii. W pierwszym tygodniu z uczestnikami będą się spotykać studenci z zagranicznych uczelni, stowarzyszeni w AIESEC Toruń.

12 lutego

10.00 – wyjazd na lodowisko do Płocka (wpłaty 12 zł są przyjmowane do 10 lutego, dopłata za rezerwację łyżew 4 zł)

16.30 – otwarty trening karate kyokushin

13 lutego

14.00-18.00 – dyskoteka Walentynowa

16.00 – otwarty trening karate kyokushin

Powiat

Szansa dla nauczycieli

Od września ubiegłego roku w 30 szkołach i 3 przedszkolach w powiecie lipnowskim realizowany jest projekt „Nowoczesne wspomaganie szansą na wszechstronny rozwój szkół”. Udział bierze w nim ponad 400 nauczycieli.

We wrześniu i październiku 2013 r. Szkolni Organizatorzy Rozwoju Edukacji (SORE) przeprowadzili we współpracy z dyrektorami oraz nauczycielami szkół i przedszkoli szczegółową diagnozę i po określeniu problemów, dobrali najlepszą dla danej placówki ofertę doskonalenia. Na jej podstawie opracowali Roczny Plan Wspomagania (RPW). Do udziału w doskonaleniu w ramach RPW zgłosiło się łącznie 406 nauczycieli i nauczycielek, dla których od listopada prowadzone są warsztaty oraz spotkania grupowe.

Jeden z warsztatów został przeprowadzony z udziałem eksperta zewnętrznego. Równolegle do RPW realizowana jest druga forma wsparcia w postaci sieci współpracy i doskonalenia. Powiat utworzył cztery sieci: nowoczesne technologie w edukacji, pedagogzy i wychowawcy, nauczyciel w sieci – nauczanie zintegrowane, Sieć Dyrektorów Powiatu Lipnowskiego. Trzy pierwsze skupiają 69 nauczycieli i nauczycielek, a w ostatniej przeznaczonej dla dyrektorów biorą udział 23 osoby z różnych szkół oraz przedszkoli z terenu powiatu lipnowskiego biorących udział w projekcie.

(ak)

Drogówka

Kierował po narkotykach

19-latek nie dość, że złamał przepisy drogowe, to jeszcze kierował auto po zażyciu narkotyku.

W miniony piątek patrol z lipnowskiej „drogówki” zatrzymał do kontroli volkswagena passata, który w miejscowości Białowieżyn wyprzedził nieoznakowany radiowóz na podwójnej linii ciągłej.

Samochód prowadził 19-latek, któremu towarzyszyło czterech pasażerów, w wieku od 16 do 22 lat. Kierowca okazał funkcjonariuszom wymagane dokumenty i nie kwestionował przewinienia. Jednak rozmowa i zachowanie młodego kierowcy wzbudziły podejrzenia policjantów. Postanowili więc przeszukać auto i kierowcę.

W ramach sieci w listopadzie odbyły się spotkania prowadzone przez tzw. koordynatorów sieci. Uczestnicy zapoznali się na nich z zasadami „sieciowania” oraz zdobyli praktyczne umiejętności pracy na platformie internetowej udostępnionej przez ORE doskonaleniawieści.pl. Na platformie nauczyciele korzystają z forum wymiany doświadczeń, zamieszczanych materiałów samokształceniowych, forum dyskusyjnego. W grudniu ub. roku odbyło się spotkanie z wójtami i burmistrzami gmin powiatu lipnowskiego mające na celu zapoznanie organów prowadzących szkoły i przedszkola biorące udział w projekcie z aktualnym stanem jego realizacji.

Cała akcja ma poprawić funkcjonowanie systemu doskonalenia nauczycieli w powiecie lipnowskim. Odbywa się to właśnie poprzez wdrożenie planów wspomagania, zgodnych z rozwojem szkół i przedszkoli. Przedsięwzięcie jest współfinansowane z Europejskiego Funduszu Społecznego oraz budżetu państwa w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki.

oprac. (kaf)

PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

CZWARTEK 22:15 TVP KULTURA

Co słonko widzało

Dramat, 108 minut, Polska, 2006

Upalny lipiec 2005 roku, duże, śląskie miasto, a w nim trójka nie znających się bliżej ludzi: mały Sebastian, nastoletnia Marta i Józef. Los sprawia, że każde z nich, zmuszone jest do szybkiego zdobycia niewielkiej, acz będącej poza zasięgiem sumy pieniędzy: by nie utracić godności, by zmienić swe życie, by zachować sny. Scenariusz prowadzony w równoległych, przeplatających się wątkach, opowiada o ich zmaganiach z codziennością. O dzielności, pasji i hardości, z jaką próbują dojść do celu. O tym, jak ta wspólna droga ich wiąże. Wreszcie o determinacji, z jaką realizują swe marzenia. Czwartym, równie ważnym bohaterem opowieści jest miasto.

PIĄTEK 20.05 TVN

Mission Impossible III

Akcja, 128 minut, USA, 2006

Kolejna, trzecia z kolei część opowieści o przygodach agenta IMF Ethana (Tom Cruise), który musi zmierzyć się z bardzo niebezpiecznym i nieuchwytnym handlarzem zaawansowanych technologicznie broni - Ovenem Devianem (Philip Seymour Hoffman). Przy pomocy trójki agentów Ethan próbuje go schwycić, a także uratować swoją niedawno poślubioną żonę Julię (Michelle Monaghan), która została porwana przez Deviana. W zamian za życie Julii, Ethan musi dostarczyć Devianowi w ciągu 48 godzin "Króliczą Łapkę", inaczej żona głównego bohatera zginie.

NIEDZIELA 21:45 TVP KULTURA

Pułkownik Kwiatkowski

Komediodramat, 123 minut, Polska, 1995

Tytułowy bohater, lekarz wojskowy, operuje w koszarowym szpitalu na Ziemiach Zachodnich Kiziora, pułkownika UB. W nagrodę za udany zabieg Kwiatkowski otrzymuje tygodniowy urlop. Wraz z przyjacielem jedzie wyszabrowaną ciężarówką do Warszawy. W ruinach swojego domu spotyka sąsiadkę sprzed wojny, Krysie i natychmiast się w niej zakochuje. Zaprasza dziewczynę na bal do ocalałego hotelu "Polonia" i tam, po awanturze z rosyjskim oficerem, chcąc ratować skórę, udaje wysoko postawionego pułkownika UB.

WTOREK 20.10 POLSAT

Conan Barbarzyńca 3D

Akcja, 117 min, USA, 2011

Mijają lata. Conan jest już dojrzałym wojownikiem, który nie ma sobie równych. Od lat realizuje krwawy plan zemsty – podąża tropem Khalara i likwiduje bez litości kolejnych jego popleczników. Pewnego dnia przyjdzie mu stoczyć walkę, na którą czekał całe życie. Nim jednak do niej dojdzie, musi ocalić z jego rąk dziedziczkę odwiecznej mocy władców Acheronu. Jeśli Khalarowi uda się złożyć rytualną ofiarę z jej życia, posiadzie drzemiącą w niej moc i stanie się niepokonany.



07:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie
08:25 Telezakupy
09:00 Ojciec Mateusz (124) – serial
09:55 Najmłodszy w zoo (6) - dokument
10:20 Najmłodszy w zoo (7) - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Przepis dnia
12:40 Najmłodszy w zoo (8) - dokument
13:10 Najmłodszy w zoo (9) - dokument
13:45 Jaka to melodia? - rozrywka
14:20 Moda na sukces (5931) – serial
14:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
14:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
15:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:05 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2542) - serial
18:30 Świat się kręci
19:20 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz (74) - serial
21:25 Sprawa dla reportera - dokument
22:25 Gry wojenne - dokument
00:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
02:30 Świat się kręci



06:15 Mango - Telezakupy
07:20 Detektywi 789) - serial
07:55 Doradca smaku
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (273) - serial
12:15 Szpital 152) - serial, Polska 2014
13:15 W-11 wydział śledczy (1113) - serial
15:00 Ukryta prawda (274) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2262) - talk show
17:00 Wawa non stop (115) - rozrywka
18:00 Szpital (153) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Doradca smaku
20:10 Na Wspólnej (1867) - serial
20:50 W-11 wydział śledczy (1114) - serial
21:35 Kuchenne rewolucje (1) - rozrywka
22:35 Szept - horror
01:35 Lekarze (10) - serial



06:00 Codzienna 2 m 3 (66) - serial
06:30 Codzienna 2 m 3 (67) - serial
07:00 Pippi (14) - serial
07:35 Pippi (15) - serial
08:05 Flintstonowie (78) - serial
08:40 Flintstonowie (79) - serial
09:05 Siły pierwotne (4) - serial
10:05 Sindbad (11) - serial
11:00 Złotopolscy (10) - serial
11:30 Złotopolscy (11) - serial
12:00 Złotopolscy (12) - serial
12:35 Zbuntowany anioł (69) - serial
13:30 Zbuntowany anioł (70) - serial
14:30 Kobieta w lustrze (5) - serial
15:30 Niania (5) - serial
16:00 Gliniarz i prokurator (7) - serial
17:00 Sindbad (12) - serial
18:00 Siły pierwotne (5) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (13) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (15) - serial
20:00 Czyściciel - komedia kryminalna
21:55 Zasady walki - film sensacyjny
00:25 Żywy trup - horror



06:25 Lokatorzy (55) - serial
07:05 M jak miłość (443) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
10:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
12:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
13:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
13:30 The Voice of Poland (16) - rozrywka
15:10 Ja to mam szczęście! (23) - serial
15:45 Panorama - kraj
15:55 Pogoda - kraj
16:05 Na dobre i na złe (546) - serial
17:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
18:20 Panorama
18:35 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (1063) - serial
20:05 Barwy szczęścia (1064) – serial
20:40 Na sygnale (1) - serial
21:00 Na sygnale (2) – serial
21:40 Dr House (156) - serial
22:35 Fundacja - komediodramat
00:35 Sekrety miłości (1) - dokument
02:15 Fundacja - komediodramat



07:20 Męski typ (4) - talk show
07:50 Sąd rodzinny (3) - serial
08:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (514) - serial
09:50 Dr House (5) - serial
10:50 Ostry dyżur (4) - serial
11:50 Mango - Telezakupy
13:25 Sąd rodzinny (4) - serial
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (515) - serial
15:25 Tożsamość szpiega (11) - serial
16:20 Na Wspólnej (1866) - serial
16:55 Przepis na życie (1) - serial
18:00 Dr House (6) - serial
19:00 Tożsamość szpiega (12) - serial
20:00 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz - komedia
22:15 Dowody zbrodni (13) - serial
23:20 Demon: Historia prawdziwa - horror
01:10 Szpieg, który pokonał imperium - dokument
01:45 Arkana magii - rozrywka



08:00 Informacje kulturalne
08:25 Synowie wyklęci - dokument
09:45 Klucznik - film obyczajowy
11:15 Pies na środku drogi - film obyczajowy
12:05 Ostróda Reggae Festival - muzyka
13:15 Informacje kulturalne
13:35 Klucznik - film obyczajowy
15:10 Pies na środku drogi - film obyczajowy
16:00 Rozmowy o literaturze i nie tylko - rozmowa
16:35 Sztuka czytania
17:15 Synowie wyklęci - dokument
18:25 Odejsia, powroty (1) - film wojenny
19:30 Bąblandia (13) - serial
19:34 Bąblandia (14) - serial
19:35 Bąblandia (15) - serial
19:40 Bąblandia (16) - serial
19:45 Szalony zegar - film krótkometrażowy
20:20 Hala odlotów (58) - talk show
21:10 Mad Men (7) - serial
22:15 Co słonko widzało - dramat obyczajowy
00:20 Hala odlotów (58) - talk show
01:20 Gra - dramat kryminalny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:20 Świat według Kiepskich (63) - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy (513) - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy (514) - serial
10:00 Trudne sprawy (54) - serial
11:00 Dlaczego ja? (234) - serial
12:00 Dom nie do poznania (174) - rozrywka
13:00 Łabędziem być... (9) - rozrywka
14:00 Pierwsza miłość (1837) - serial
14:45 Trudne sprawy (52) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i Partnerzy (447) - serial
17:00 Dlaczego ja? (173) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1838) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (34) - serial
20:05 50 pierwszych randek - komedia romantyczna
22:10 CSI: Kryminalne zagadki Miami (19) - serial
23:05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (20) - serial
00:00 Apartament dla dwojga - komedia romantyczna
02:15 Dziewczyny z fortuną (94) - rozrywka



06:05 Ukryta miłość (161) - serial
07:05 Dekoratornia
07:35 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (12) - serial
08:05 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (6) - serial
08:35 Scooby Doo (7) - serial
09:05 Komisarz Rex (5) - serial
10:05 Nieposkromiona miłość (105) - serial
11:05 Kiedy się zakocham (159) - serial
12:05 Prawdziwe uczucie (107) - serial
13:00 Dekoratornia
13:30 Dekoratornia
14:00 Łowca krokodyli: dzienniki (18) - dokument
14:30 Tylko muzyka. Must be the music (28) - rozrywka
16:30 Strażnik Teksasu (34) - serial
17:30 Komisarz Rex (6) - serial
18:30 Scooby Doo (8) - serial
19:00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (7) - serial
19:30 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (13) - serial
20:00 Głupia i głupsza - komedia
22:05 Podniebni przemysłowcy - film sensacyjny
00:30 Potrójna gra - thriller
02:20 Łowca krokodyli: dzienniki (8) - dokument
02:55 To był dzień



07:30 Dziennik telewizyjny
08:15 Okrasa łamie przepisy
08:45 Polska i świat z historią w tle (121) - dokument
09:05 Noce i dnie (1) - serial
10:05 Dziką Polską
10:45 Zaproszenie
11:25 Największe muzea świata (2)
12:00 Ocalić od zapomnienia (21)
12:35 Ex libris
12:55 Tajemnice początków Polski(3)
13:55 Goralenvolk - dokument
15:00 Polska i świat z historią w tle (67)
15:20 Cafe Historia (54) - publicystyka
15:40 Ex libris
16:00 Wskreszony las - dokument
16:25 Encyklopedia II wojny światowej (30) - dokument
17:00 Noce i dnie (2) - serial
18:10 Kulisy i sensacje (4) - dyskusja
18:35 Bez komentarza (144) - dokument
19:05 Dziennik telewizyjny
19:50 Największe muzea świata (3) - dokument
20:30 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
21:00 Polska i świat z historią w tle (121) - dokument
21:25 Szerokie tory (151) - dokument
22:05 Spór o historię (89) - dokument
22:45 Sprint przez historię Przemysława Babiarsza
23:30 Sensacje XX wieku (72)
00:35 Zaproszenie
01:05 Za kulisami PRL (38)
01:35 Ballada o lekkim zabawieniu erotycznym (18) - dokument
02:10 Sapięha książę buszu



07:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 07:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 07:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 09:50 Najmłodszy w zoo (8) - dokument
 10:20 Najmłodszy w zoo (9) - dokument
 11:00 Świat się kręci
 12:00 Wiadomości
 12:10 Agrobiznes
 12:35 Przepis dnia
 12:45 Najmłodszy w zoo (10) - dokument
 13:15 Najmłodszy w zoo (11) - dokument
 13:55 Jaka to melodia? - rozrywka
 14:25 Moda na sukces (5932) - serial
 15:00 Wiadomości
 15:05 Pogoda
 15:15 Klan (2542) - serial
 15:45 Sprawa dla reportera - dokument
 15:00 Wiadomości
 15:05 Pogoda
 15:15 Klan (2542) - serial
 15:45 Sprawa dla reportera - dokument
 17:00 Teleexpress
 17:15 Pogoda
 17:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 19:50 Wiadomości
 20:20 Sport - wiadomości sportowe
 20:30 Pogoda
 20:40 Świat bez końca (7) - serial
 21:40 U pana Boga za piecem - komedia
 23:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 23:40 Dwanaście małp - film sf
 02:00 Weekendowy magazyn filmowy (146) - kultura
 02:25 Notacje (350) - dokument
 02:40 Mrzonka - komedia



06:15 Mango - Telezakupy
 07:20 Detektywi (790) - serial
 07:55 Doradca smaku
 08:00 Dzień dobry TVN
 11:10 Ukryta prawda (274) - serial
 12:15 Szpital (153) - serial
 13:15 W-11 wydział śledczy (1114) - serial
 15:00 Ukryta prawda (275) - serial
 16:00 Rozmowy w toku (2263) - talk show
 17:00 Wawa non stop (116) - rozrywka
 18:00 Szpital (154) - serial
 19:00 Fakty
 19:30 Sport - wiadomości sportowe
 19:40 Pogoda
 19:50 Uwaga!
 20:00 Doradca smaku
 20:05 Mission: Impossible III - film sensacyjny
 22:45 John Q - film sensacyjny
 01:10 Kuba Wojewódzki (2) - talk show



06:00 Codzienna 2 m 3 (68) - serial
 06:30 Codzienna 2 m 3 (69) - serial
 07:00 Pippi (15) - serial
 07:35 Pippi Langstrumpf (16) - serial
 08:05 Flintstonowie (80) - serial
 08:40 Flintstonowie (81) - serial
 09:05 Siły pierwotne (5) - serial
 10:00 Sindbad (12) - serial
 11:00 Złotopolscy (13) - serial
 11:30 Złotopolscy (14) - serial
 12:00 Złotopolscy (15) - serial
 12:35 Zbuntowany anioł (70) - serial
 13:35 Zbuntowany anioł (71) - serial
 14:30 Kobieta w lustrze (6) - serial
 15:30 Niania (6) - serial
 16:00 Gliniarz i prokurator (8) - serial
 17:00 Siły pierwotne (6) - serial
 18:00 Gęsia skórka (1) - serial
 18:25 Gęsia skórka (2) - serial
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru (14) - serial
 19:30 Pingwiny z Madagaskaru (1) - serial
 20:00 Lasko - pociąg śmierci - film sensacyjny
 22:00 Morderczy występ - film sensacyjny
 00:00 Krwawe walentynki - horror
 02:00 Zobacz to!
 02:30 Dyżur (15) - dokument



06:30 Lokatorzy (56) - serial
 07:05 M jak miłość (444) - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 10:40 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 12:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:50 Kabaretowa Scena Dwójki
 14:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 14:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:15 Kabaret Moralnego Niepokoju
 18:00 Panorama
 18:30 Sport-telegram
 18:40 Pogoda
 18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
 19:30 Barwy szczęścia (1064) - serial
 20:05 Barwy szczęścia (1065) - serial
 20:40 Rodzinka.pl (123) - serial
 21:15 Rodzinka.pl (124) - serial
 21:45 Dzięki Bogu już weekend (24) - rozrywka
 23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) - serial
 23:50 Mordercza selekcja - dramat obyczajowy
 01:35 Pitbull (5) - serial, Polska 2005
 02:35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) - serial



07:20 Męski typ (5) - talk show
 07:50 Sąd rodzinny (4) - serial
 08:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (515) - serial
 09:50 Dr House (6) - serial
 10:50 Ostry dyżur (5) - serial
 11:50 Mango - Telezakupy
 13:25 Sąd rodzinny (5) - serial, Polska
 14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (516) - serial
 15:25 Tożsamość szpiega (12) - serial
 16:20 Na Wspólnej (1867) - serial
 16:55 Przepis na życie (2) - serial
 18:00 Dr House (7) - serial
 19:00 Tożsamość szpiega (13) - serial
 20:00 Godziny strachu - film fantastyczny
 21:50 Chińczyk (1) - thriller
 23:45 Mentalista (1) - serial
 00:45 Gdzie są moje dzieci? - dramat obyczajowy



08:15 Włochy: kochaj albo rzuć - dokument
 09:45 Chłopcy - dramat obyczajowy
 11:20 W wannie - nowe filmowe
 12:10 Andrea Bocelli - Miłość w Portofino - muzyka
 13:55 Chłopcy - dramat obyczajowy
 15:30 Skrzydelka kurczaka - film krótkometrażowy
 15:35 Mój szczęśliwy koniec - film krótkometrażowy
 15:40 Tratwa - film krótkometrażowy
 16:00 Rozmowy po-szczególne (12) - talk show
 16:40 KulturaneK
 17:20 Włochy: kochaj albo rzuć - dokument
 18:50 W wannie - nowe filmowe
 19:30 Bąblandia (17) - serial
 19:35 Bąblandia (18) - serial
 19:40 Bąblandia (19) - serial
 19:44 Bąblandia (20) - serial
 20:00 Informacje kulturalne
 20:20 Kiel - dramat obyczajowy
 22:05 Tygodnik kulturalny - kultura
 22:55 Mad Men (7) - serial
 00:00 Młoda kultura (13) - muzyka
 00:40 Informacje kulturalne
 01:10 Kiel - dramat obyczajowy
 02:45 Przerwa w nadawaniu



06:00 Nowy dzień z Polsat News
 08:20 Świat według Kiepskich (77) - serial
 09:00 Malanowski i Partnerzy (515) - serial
 09:30 Malanowski i Partnerzy (516) - serial
 10:00 Trudne sprawy (55) - serial
 11:00 Dlaczego ja? (235) - serial
 12:00 Dom nie do poznania (175) - rozrywka
 13:00 Łabędziem być... (10) - rozrywka
 14:00 Pierwsza miłość (1838) - serial
 14:45 Trudne sprawy (53) - serial
 15:50 Wydarzenia
 16:10 Pogoda
 16:15 Interwencja
 16:30 Malanowski i Partnerzy (448) - serial
 17:00 Dlaczego ja? (174) - serial
 18:00 Pierwsza miłość (1839) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport - wiadomości sportowe
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich (36) - serial
 20:10 Zakochany wilczek - film animowany
 21:55 Pod obserwacją - film sf
 00:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (21) - serial
 01:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (22) - serial
 02:15 Dziewczyna z fortuną (95) - rozrywka



06:05 Ukryta miłość (162) - serial
 07:05 Dekoratornia
 07:35 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego (13) - serial
 08:05 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (7) - serial
 08:35 Scooby Doo (8) - serial
 09:05 Komisarz Rex (6) - serial
 10:05 Niepokromiona miłość (106) - serial
 11:05 Kiedy się zakocham (160) - serial
 12:05 Prawdziwe uczucie (108) - serial
 13:00 Dekoratornia
 13:30 Dekoratornia
 14:00 Mega Chichot (48) - rozrywka
 14:30 Tylko muzyka. Must be the music (29) - rozrywka
 16:30 Strażnik Teksasu (35) - serial
 17:30 Komisarz Rex (7) - serial
 18:30 Scooby Doo (9) - serial
 19:00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (8) - serial
 19:30 Nowy Scooby i Scrappy Doo (1) - serial
 20:00 Dzikie gęsi - film sensacyjny
 22:50 STOP Drogówka
 23:50 Sprawdzian z miłości - film erotyczny
 01:45 To był dzień



07:30 Dziennik telewizyjny
 08:10 Podróże kulinarne Roberta Makłowicza
 08:45 Ex libris
 09:00 Noce i dnie (2) - serial
 10:10 Dzika Polska (38) - dokument
 10:50 Tańcząca z Gruzją (2)
 11:30 Największe muzea świata (3)
 12:05 Było, nie minęło
 12:35 Polska i świat z historią w tle (121) - dokument
 12:55 Szerokie tory (151) - dokument
 13:35 Spór o historię (89) - dokument
 14:15 Sprint przez historię Przemysława Babiarza
 14:40 Polska i świat z historią w tle
 15:05 Największe muzea świata
 15:35 Ex libris
 15:55 Królowie mórz
 16:25 Encyklopedia II wojny światowej
 17:00 Noce i dnie (3) - serial
 18:00 Tak to się zaczęło. Służba Zwycięstwu Polski - dokument
 18:45 Polska i świat z historią w tle
 19:05 Dziennik telewizyjny
 19:45 Największe muzea świata
 20:25 Było, nie minęło
 21:00 Cafe Historia (75) - publicystyka
 21:25 Szerokie tory (122) - dokument
 22:00 Za kulisami PRL
 22:30 Ballada o lekkim zabarwieniu erotycznym (19) - dokument
 23:10 Sensacje XX wieku
 00:10 Tańcząca z Gruzją (2)
 00:40 Głos nadziei - dokument
 02:00 Nie odchodź - 12 wspomnień o Kalinie Jedrusik - dokument



06:25 Mam przepis na pielgrzymowanie
 06:50 Pełnosprawni - magazyn
 07:05 Las bliżej nas
 07:20 Rok w ogrodzie
 07:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 07:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:00 Magazyn Ligi Mistrzów - magazyn
 10:30 Kultura od kuchni (6) - kultury
 10:50 Jak to działa?
 11:25 Ogniem i mieczem (2) - serial
 12:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 12:30 Weekendowy magazyn filmowy (146) - kultura
 13:20 Wizyta. Płk. Ryszard Kukliński - dokument
 13:55 Dzika planeta - dokument
 14:25 Okrasa łamie przepisy
 15:05 U pana Boga za piecem - komedia
 17:00 Teleexpress
 17:10 Pogoda
 17:25 Ojciec Mateusz (75) - serial
 18:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 19:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 20:40 Wiadomości
 21:10 Sport - wiadomości sportowe
 21:20 Pogoda
 21:30 Wróg publiczny
 23:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 00:10 Naga prawda o miłości - komedia romantyczna
 01:50 Świat bez końca (7) - serial
 02:50 Dwanaście małp - film sf



07:55 Top wings (11) - rozrywka
 08:30 Dzień dobry TVN
 11:00 Na Wspólnej (1864) - serial
 11:25 Na Wspólnej (1865) - serial
 11:50 Na Wspólnej (1866) - serial
 12:10 Na Wspólnej (1867) - serial
 12:50 Ugotowani (11) - rozrywka
 13:50 MasterChef (13) - rozrywka
 14:50 Mam talent (12) - rozrywka
 16:50 Domówka
 17:25 Kobieta na krańcu świata 10) - dokument
 18:00 Kuchenne rewolucje (1) - rozrywka
 19:00 Fakty
 19:25 Sport - wiadomości sportowe
 19:35 Pogoda
 19:45 Uwaga!
 20:00 Nie cierpię walentyniek - komedia romantyczna
 21:55 Bez mojej zgody - dramat obyczajowy
 00:10 Jason X - horror



06:05 Chłop i baba (5) - serial
 06:30 Chłop i baba (6) - serial
 07:00 M jak miłość (1038) - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 10:40 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 12:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:45 Płocka Noc Kabaretowa
 14:10 Słowo na niedzielę
 14:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 14:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 15:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 16:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:05 Dzięki Bogu już weekend
 18:00 Panorama
 18:35 Sport-telegram
 18:45 Pogoda
 18:55 Postaw na milion - kulisy - dokument
 19:05 Postaw na milion - rozrywka
 20:05 Neo-nówka rządzi (1) - rozrywka
 21:10 Neo-nówka rządzi (2) - rozrywka
 22:20 Night of the Proms - muzyka
 23:10 Wojna polsko-ruska - komediodramat
 01:15 Made in Polska (3) - muzyka
 02:30 Jeden dzień w Europie - komedia



06:05 Misja Martyna - extra (7) - rozrywka
 06:40 Mango - Telezakupy
 08:45 The Event: Zdarzenie (20) - serial
 09:40 Przyjaciele (16) - serial
 10:10 Przyjaciele (17) - serial
 10:40 Przyjaciele (18) - serial
 11:15 Dr House (3) - serial
 12:15 Dziewczyny z drużyny V: walcz do końca - komedia
 14:20 Usta usta (7) - serial
 15:20 Przepis na życie (11) - serial
 16:15 Przepis na życie (12) - serial
 17:15 Przepis na życie (13) - serial
 18:10 Cztery pancerni i pies (11) - serial
 19:30 Wimbledon - dramat obyczajowy
 21:35 Dave - komedia
 23:50 Niepohamowana siła - film sensacyjny
 01:35 Dexter (9) - serial



08:00 Informacje kulturalne
 08:25 Noc w Varennes - dramat historyczny
 11:00 Informacje kulturalne
 11:20 Gorączka - dokument
 11:55 KulturaneK
 12:30 Portier z hotelu "Mewa" - film krótkometrażowy
 13:10 SKS w PRL-u - dokument
 14:20 Koncert życzeń - rozmowa
 14:30 Bo we mnie jest seks - piosenki Kaliny Jedrusik
 15:20 Koncert życzeń - rozmowa
 15:35 Sublokator - komedia
 17:15 Sztuka czytania
 17:50 Gorączka - dokument
 18:30 Zbrodnia lorda Artura Saville'a - film fantastyczny
 19:15 Klasyczne albumy rocka (24) - dokument
 20:20 Cyrk Columbia - komediodramat
 22:25 Zadyмка 2013 - Gretchen Parlato - muzyka
 23:35 Hala odlotów (58) - talk show
 00:30 Cyrk Columbia - komediodramat
 02:35 Jej Wysokość Afrodyta - komedia



07:45 Jeźdźcy smoków (3) - serial
 08:20 Aladyn - film animowany
 10:15 Ewa gotuje
 10:45 Zakochany wilczek - film animowany
 12:40 Buddy, pies na gołe - komedia
 14:15 Gwiazda popu - komedia romantyczna
 16:15 Top chef (11) - rozrywka
 17:45 Ślubna gorączka (12) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport - wiadomości sportowe
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich (37) - serial
 20:10 Bad Boys - film sensacyjny
 22:25 7 minut - dramat obyczajowy
 00:40 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (20) - serial
 01:40 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21) - serial
 02:40 Dziewczyna z fortuną (96) - rozrywka



06:00 Mega Chichot (47) - rozrywka
 06:30 Benny Hill (48) - rozrywka
 07:10 Mój wstrętny, tłusty narzeczony (3) - rozrywka
 08:10 Mój wstrętny, tłusty narzeczony (4) - rozrywka
 09:10 Mistrz kuchni: Gordon Ramsay (5) - rozrywka
 10:05 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (25) - rozrywka
 11:05 Galileo
 12:05 Przygody Merlina (11) - serial
 13:05 Przygody Merlina (12) - serial
 14:05 STOP Drogówka - film przygodowy
 17:15 Baseballista Buddy - film obyczajowy
 19:00 Galileo
 20:00 Ip Man - dramat historyczny
 22:25 Lodowa groza - film sf
 00:05 Uraz - horror
 02:20 Łowca krokodyli: dzienniki (9) - dokument
 02:50 4music (481) - muzyka



07:25 Dziennik telewizyjny
 08:05 Sonda
 08:45 Cafe Historia (75) - publicystyka
 09:05 Czas honoru (72) - serial
 10:00 Roztocze - dokument
 10:40 Królowie mórz
 11:15 Przewoźnik na Motławie - dokument
 11:30 Największe muzea świata
 12:15 Nieznana Białoruś (24)
 13:15 Ginące cywilizacje (13)
 14:15 Flesz historii
 14:40 Przyrodnicze opowieści Włodzimierza Puchalskiego
 15:25 Nieznana Białoruś. (25)
 16:15 Historia kołem się toczy
 17:00 Czas honoru (73) - serial
 17:55 Nadbuziański Park Krajobrazowy
 18:35 Wierność - wspomnienie o Macieju Kalenkiewicz - dokument
 19:00 Dziennik telewizyjny
 19:45 Jadzia - komedia,
 21:05 Spacer z dziennikiem - dokument
 21:40 Nieznana Białoruś. (37)
 22:45 Gdy świat się wali (24)
 00:00 Boża podszewka (9) - serial
 01:15 Ginące cywilizacje (13)
 02:20 Przełomowe dni (1) - dokument



06:10 Moda na sukces (5932) - serial
06:30 My, wy, oni
07:00 Msza św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
07:50 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
07:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
10:05 iCarly (21) - serial, USA 2008
10:30 Nela - mała reporterka - dokument
11:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
11:15 Świat się kręci - The Best Of
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Aniół Pański
12:10 Między ziemią a niebem
12:50 U Pana Boga w ogródku (5) - serial
13:45 Świat z lotu ptaka (4) - dokument
14:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
14:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
16:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Komisarz Alex
18:20 Jaka to melodia? - rozrywka
19:00 Smerfy (276) – serial
19:10 Miś Uszatek (6) – serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:10 Pogoda
20:25 Naga prawda o miłości - komedia romantyczna
22:10 Duchy Goi - dramat historyczny
00:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
00:25 Palimpsest – thriller
01:55 Homeland (6) – serial



07:55 Maja w ogrodzie
08:25 Akademia ogrodnika
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Kobieta na krańcu świata (8) - dokument
11:35 Co za tydzień
12:00 Prawo Agaty (11) - serial
13:00 Lekarze (11) - serial
13:55 Akademia Policyjna V: Misja w Miami Beach - komedia
15:50 Czego pragną dziewczyny - komedia
18:00 Ugotowani (12) - rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport - wiadomości sportowe
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Godziny szczytu - komedia sensacyjna
22:05 Tango i Cash - film sensacyjny
00:15 Agenci NCIS (10) - serial
01:15 Szpieg, który pokonał imperium - dokument
01:45 Uwaga!



06:00 Dyżur (19) - dokument
06:30 Menu na miarę
07:00 Kręcimy z gwiazdami (10) - rozrywka
07:55 Dzika przyroda (2) - dokument
07:00 Kręcimy z gwiazdami (10) - rozrywka
07:55 Dzika przyroda (2) - dokument
09:30 Wojciech Cejrowski. Boso Karaiby (7) - dokument
10:00 Baśnie tysiąca i jednej nocy (2) - film przygodowy
12:00 Barbie i magia Pegaza - film animowany
13:50 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - film fantastyczny
15:20 Niesamowite przygody barona Münchhausena
17:05 Nibylandia - film fantastyczny
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (1) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (3) - serial
20:00 Resident Evil: apokalipsa - horror
22:00 Spartakus: Krew i piach (13) - serial
23:05 Spartakus: Bogowie areny - serial
00:15 Szarańcza - film katastroficzny
02:05 Kręcimy z gwiazdami (10) - rozrywka



06:15 Milion ton śmieci
06:45 M jak miłość (1039) - serial
07:45 Barwy szczęścia (1064) - serial
08:15 Barwy szczęścia (1065) - serial
08:50 Kultura, głupcze - kultura
09:25 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (43) - dokument
10:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
10:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
10:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
13:10 Kabaretowa Noc Listopadowa - rozrywka
14:00 Familiada - rozrywka
14:40 Rodzinka.pl (12) - serial
15:10 Rodzinka.pl (13) - serial
15:40 I kto to mówi? (7) - rozrywka
16:00 Na dobre i na złe (546) - serial
17:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
18:05 Panorama
18:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
18:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
19:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
19:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
20:10 XIV Festiwal Kabaretowy - rozrywka
21:10 Zaginiony (7) – serial
21:50 Zaginiony (8) - serial
22:45 Kocham kino (255) - kultura
23:20 Joe Cocker: Fire It Up - Live
01:30 Wojna polsko-ruska - komediodramat



06:30 Misja Martyna (1) - rozrywka
07:05 Mango - Telezakupy
09:10 Przepis na życie (1) - serial
10:10 Cztorej pancerni i pies (11) - serial
11:30 Szalony Koń - western
13:25 Złodziej w hotelu - komedia kryminalna
15:45 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz - komedia
17:55 Dr House (4) - serial
18:55 Kobra - oddział specjalny (15) - serial
20:00 Morderstwo w Białym Domu - film sensacyjny
22:15 Revolution (1) - serial
23:15 Presidio - film sensacyjny
01:20 Arkana magii - rozrywka



08:00 Informacje kulturalne
08:25 Sublokator - komedia
10:05 Informacje kulturalne
10:25 Solidarność, Solidarność... - dramat społeczny
12:25 Twarzą w twarz - film psychologiczny
13:00 Co Ty wiesz o społeczeństwie? - dokument
13:20 Klasyczne albumy rocka (24) - dokument
14:30 Hala odlotów (58) - talk show
15:25 Netrebko, Villazon i Domingo - muzyka
16:25 Tygodnik kulturalny - kultura
17:25 Studio Kultura - Niedziela z... - kultura
18:30 Piąta strona świata - teatr
20:20 Pułkownik Kwiatkowski - komediodramat
00:10 Ten pierwszy raz - film krótkometrażowy
00:30 Co Ty wiesz o społeczeństwie? - serial
00:55 Zabij mnie, glino - dramat kryminalny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (22) - serial
08:15 Jeźdźcy smoków (4) – serial
08:45 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (23) - serial
09:15 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (24) – serial
09:45 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (25) – serial
10:25 Aladyn - film animowany
12:10 Powrót na błękitną lagunę - film przygodowy
14:15 Czarny rycerz – komedia
16:15 Świat według Kiepskich (71) - serial
17:00 Świat według Kiepskich (74) - serial
17:45 Nasz nowy dom (10) - rozrywka
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie (96) - publicystyka
20:05 Odlotowe Manewry Kabaretowe (1) - rozrywka
22:00 Kości (11) - serial
23:00 Filadelfia - dramat obyczajowy
01:30 Świat według Bundych (47) - serial
02:00 Świat według Bundych (48) - serial
02:30 Świat według Bundych (49) - serial



06:00 Mega Chichot (48) - rozrywka
06:30 Benny Hill (49) - rozrywka
07:10 Łowca krokodyli: dzienniki (19) - dokument
07:40 Łowca krokodyli: dzienniki (20) - dokument
08:10 Dekoratornia
08:40 Australijskie rekordy Guinnessa (5) - rozrywka
09:10 Baseballista Buddy - film obyczajowy
11:00 Galileo Ludzkość - dokument
13:00 Dekoratornia
13:30 Frank i dżungla (6) - dokument
14:35 Łowca krokodyli: dzienniki (21) - dokument
15:10 Łowca krokodyli: dzienniki (22) - dokument
15:40 Mistrz kuchni: Gordon Ramsay (6) - rozrywka
16:35 Mega Chichot (49) - rozrywka
17:10 Mistrzowie miecza - film przygodowy
19:00 Galileo
20:00 Tajemnicza przesyłka - film sensacyjny
22:00 Rykoszet - film sensacyjny
00:05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3) - serial
01:00 Dragons' Den. Jak zostać milionerem? (4) - rozrywka
02:00 Dekoratornia
02:30 STOP Drogówka



07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Non possumus. Prymas Stefan Wyszyński (2) - dokument
09:05 Czas honoru (73) - serial
10:00 Zamek pani de Maintenon - dokument
10:35 Krakowskie oblicza kultury (3) - dokument
11:35 Polska i świat z historią w tle (121) - dokument
12:00 Gdy świat się wali (24) - dokument
13:10 Powszedni żywot jeleni - przyroda
14:05 Wielka gra - rozrywka,
15:05 Jadzia - komedia
16:30 Bohater naszych czasów w Wiedniu - dokument
17:05 Czas honoru (74) - serial
18:00 Podlaski przełom Bugu - dokument
18:40 Bez komentarza (184) - dokument
19:15 Dziennik telewizyjny
19:50 Zestrzelony nad Czechosłowacją - dokument
21:00 Chopin. Pragnienie miłości - melodramat
23:05 Ida Haendel - koncert w sepii - dokument
23:40 Religie i kościoły w Polsce
00:50 Boża podszewka (10) - serial
02:00 17. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '79



07:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
09:00 Ojciec Mateusz (125) – serial
10:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
10:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Przepis dnia
12:45 Najmłodszy w zoo (12)
13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
14:20 Okrasa łamie przepisy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:50 Drużyna A (6) – serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:50 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
18:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
19:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
19:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
20:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
20:35 Wiadomości
21:05 Sport - wiadomości sportowe
21:15 Pogoda
21:25 Kolacja na cztery ręce – teatr
23:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
23:20 Homeland (6) - serial
00:20 Głowa w chmurach - melodramat
02:30 Drużyna A (6) - serial



06:15 Mango - Telezakupy
07:20 Co za tydzień
07:55 Doradca smaku
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (275) - serial
12:15 Szpital (154) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (628) - serial
14:00 Wawa non stop (116) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (276) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2264) - talk show
17:00 Wawa non stop (117) - rozrywka
18:00 Szpital (155) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Doradca smaku
20:10 Na Wspólniej (1868) - serial
20:50 W-11 wydział śledczy (1115) - serial
21:35 Życie bez wstydu (11) - rozrywka
22:35 Perfekcyjna pani domu (11) - rozrywka
23:35 Oblicza prostytucji (6) - dokument
00:35 Pamiątniki wampirów (16) - serial
01:30 Uwaga!
01:45 Arkana magii (1194) - rozrywka



06:00 Codzienna 2 m 3 (70) - serial
06:30 Codzienna 2 m 3 (71) - serial
07:00 Pippi Langstrumpf (16) - serial
07:35 Pippi (17) - serial
08:05 Flintstonowie (82) - serial
08:40 Flintstonowie (83) - serial
09:05 Siły pierwotne (6) - serial
10:00 Gęsia skórka (1) - serial
10:30 Gęsia skórka (2) - serial
11:00 Złotopolscy (16) - serial
11:30 Złotopolscy (17) - serial
12:00 Złotopolscy (18) - serial
12:35 Zbuntowany anioł (71) - serial
13:30 Zbuntowany anioł (72) - serial
14:30 Kobieta w lustrze (7) - serial
15:30 Niania (7) - serial, Polska 2005
16:00 Gliniarz i prokurator (9) - serial
17:00 Siły pierwotne (7) - serial
19:34 Bąblandia (22) - serial
19:35 Eliasz i Pistulka (1) - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Do szpiku kości - dramat obyczajowy
22:10 Nocne czytanie w wannie (29) - kultura
22:30 Videofan
22:40 Videogaleria (97) - kultura
23:35 Alice Cooper na Avo Session - muzyka
01:10 Sztuka czytania
01:45 Informacje kulturalne



06:00 Codzienna 2 m 3 (11) - serial
06:30 Coś dla Ciebie - publicystyka
07:05 M jak miłość (445) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:30 Barwy szczęścia (1065) - serial
11:05 Festiwal Piosenki Zaczarowanej - muzyka
11:10 Na dobre i na złe (229) - serial
12:10 Superzaradni
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (2) - dokument
13:20 Muzeum Polskiej Piosenki, czyli historia jednego przeboju (13) - rozrywka
13:35 Planeta Egipt (3) - dokument
14:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
14:40 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
17:25 Rodzinka.pl (124) - serial
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:45 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (1065) - serial
20:05 Barwy szczęścia (1066) - serial
20:45 M jak miłość (1040) - serial
21:40 Kulisy serialu "M jak miłość" - dokument
21:50 Tomasz Lis na żywo - publicystyka
22:50 Krew z krwi (4) - serial
23:55 Izrael na rozdrozu (84) - dokument
01:00 Paradoks (5) - serial
01:55 Tomasz Lis na żywo - publicystyka
02:55 Krew z krwi (4) - serial



06:00 We dwoje (15) - rozrywka
07:20 Męski typ (6) - talk show
07:50 Sąd rodzinny (5) - serial
08:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (516) - serial
09:50 Dr House (7) - serial
10:50 Ostry dyżur (6) - serial
11:50 Mango - Telezakupy
13:25 Sąd rodzinny (6) - serial, Polska
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (517) - serial
15:25 Tożsamość szpiega (13) - serial
16:20 Dwóch i pół (6) - serial
16:55 Przepis na życie (3) - serial
18:00 Dr House (8) - serial
19:00 Tożsamość szpiega (14) - serial
20:00 Na granicy - dramat obyczajowy
22:45 Kobra - oddział specjalny (16) - serial
23:55 Nie płacz, kochanie - thriller



08:10 Kulturanek
08:45 Sztuka belcanta - portret Edyty Gruberowej - dokument
09:55 Awatar, czyli zamiana dusz - film fantastyczny
11:10 Ciuciubabka - film obyczajowy
12:25 Uśmiechnij się - muzyka
12:50 Uśmiechnij się - muzyka
13:45 Pajęczyna - film obyczajowy
14:40 Awatar, czyli zamiana dusz - film fantastyczny
16:00 Hala odlotów (58) - talk show,
17:00 Sztuka belcanta - portret Edyty Gruberowej - dokument
18:20 Profesor na drodze - komediodramat
19:30 Bąblandia (21) - serial
19:34 Bąblandia (22) - serial
19:35 Eliasz i Pistulka (1) - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Do szpiku kości - dramat obyczajowy
22:10 Nocne czytanie w wannie (29) - kultura
22:30 Videofan
22:40 Videogaleria (97) - kultura
23:35 Alice Cooper na Avo Session - muzyka
01:10 Sztuka czytania
01:45 Informacje kulturalne



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:20 Świat według Kiepskich (92) - serial
09:00 Malanowski i Partnerzy (517) - serial
09:30 Malanowski i Partnerzy (519) - serial
10:00 Trudne sprawy (56) - serial
11:00 Dlaczego ja? (236) - serial
12:00 Dom nie do poznania (176) - rozrywka
13:00 Łabędziem być... (1) - rozrywka
14:00 Pierwsza miłość 1839) - serial
14:45 Trudne sprawy (54) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i Partnerzy (449) - serial
17:00 Dlaczego ja? (175) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1840) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (40) - serial
20:10 Conan Barbarzyńca 3D - film fantastyczny
22:35 Uniwersalny żołnierz: Powrót - film sensacyjny
00:15 Świat według Bundych (50) - serial
00:45 Świat według Bundych (51) - serial
01:15 Świat według Bundych (52) - serial
01:45 Świat według Bundych (53) - serial
02:15 Dziewczyny z fortuną (97) - rozrywka



07:05 Dekoratornia
07:35 Nowy Scooby i Scrappy Doo (1) - serial
08:05 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (8) - serial
08:35 Scooby Doo (9) - serial
09:05 Komisarz Rex (7) - serial
10:05 Niepokromiona miłość (107) - serial
11:05 Kiedy się zakocham (161) - serial
12:05 Prawdziwe uczucie (109) - serial
13:00 Łowca krokodyli: dzienniki (19) - dokument
13:35 Tylko muzyka. Must be the music (30) - rozrywka
16:30 Strażnik Teksasu (36) - seria
17:30 Komisarz Rex (8) - serial
18:30 Scooby Doo (10) - serial
19:00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (9) - serial
19:30 Nowy Scooby i Scrappy Doo (2) - serial
20:00 W sieci wspomnień - film sensacyjny
21:55 Sekret mojej matki - thriller
23:50 Ostatnia szansa (5) - rozrywka
01:20 To był dzień
02:25 4music (482) - muzyka



07:30 Dziennik telewizyjny
08:05 Makłowicz w podróży
08:40 Polska i świat z historią w tle (121) - dokument
09:00 Noce i dnie (3) - serial
10:00 Dzika Polska (87) – dokument
10:35 Muzeum Lotnictwa Le Bourget - dokument
11:20 Ballada o Fiacie i 7 wspaniałych - dokument
12:00 Było, nie minęło
12:30 Cafe Historia (75) - publicystyka
13:00 Ferdynurke - film psychologiczny
14:45 Polska i świat z historią w tle (64) - dokument
15:05 Największe muzea świata (5)
15:35 Ex libris
16:00 Byłem żołnierzem Wehrmachtu (18) - dokument
16:20 Encyklopedia II wojny światowej (70) – dokument
16:55 Noce i dnie (4) - serial
17:55 Ausrotten. Wyćpić – dokument
18:35 NZS - tak się zaczęło
19:10 Dziennik telewizyjny
19:50 Spór o historię (61) - dokument
20:25 Było, nie minęło
21:00 Flesz historii
21:30 Dama kameliowa - melodramat
23:25 Sensacje XX wieku
00:30 Muzeum Lotnictwa Le Bourget
01:15 Yodok Stories - dokument

TVP 1

07:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 07:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 08:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 08:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 11:35 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 12:00 Wiadomości
 12:10 Agrobiznes
 12:30 Przepis dnia
 12:40 Najmłodszy w zoo (14) - dokument
 13:10 Najmłodszy w zoo (15) - dokument
 14:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:00 Teleexpress
 17:15 Pogoda
 17:20 Jaka to melodia? - rozrywka
 17:55 Klan (2543) - serial
 18:30 Świat się kręci
 19:15 Przepis dnia
 19:30 Wiadomości
 20:00 Sport - wiadomości sportowe
 20:15 Pogoda
 20:30 Chicago Fire (7) - serial
 21:20 Po prostu. Program Tomasza Sekielskiego - publicystyka
 21:55 Sierociniec - horror
 23:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 00:05 Ekstradycja (7) - serial
 01:05 Świat się kręci
 01:55 Klan (2543) - serial
 02:20 Notacje (612) - dokument
 02:35 Głowa w chmurach - melodramat



05:15 Rozmowy w toku (2264) - talk show
 06:15 Mango - Telezakupy
 07:20 Detektywi (791) - serial
 07:55 Doradca smaku
 08:00 Dzień dobry TVN
 11:10 Ukryta prawda (276) - serial
 12:15 Szpital (155) - serial
 13:15 W-11 wydział śledczy (1115) - serial
 14:00 Wawa non stop (117) - rozrywka
 15:00 Ukryta prawda (277) - serial
 16:00 Rozmowy w toku (2265) - talk show
 17:00 Wawa non stop (118) - rozrywka
 18:00 Szpital (156) - serial
 19:00 Fakty
 19:30 Sport - wiadomości sportowe
 19:40 Pogoda
 19:50 Uwaga!
 20:05 Doradca smaku
 20:10 Na Wspólnej (1869) - serial
 20:50 W-11 wydział śledczy (1116) - serial
 21:35 Wróg u bram - dramat wojenny
 00:10 Kuba Wojewódzki (25) - talk show
 01:10 Podkomisarz Brenda Johnson (10) - serial



06:00 Dyżur (20) - dokument
 06:30 Niania (7) - serial
 07:00 Pippi (17) - serial
 07:35 Pippi (18) - serial
 08:05 Flintstonowie (84) - serial
 08:40 Flintstonowie (85) - serial
 09:05 Siły pierwotne (7) - serial
 10:05 Gęsia skórka (3) - serial
 10:35 Gęsia skórka (4) - serial
 11:05 Złotopolscy (19) - serial
 11:35 Złotopolscy (20) - serial
 12:05 Złotopolscy (21) - serial
 12:40 Zbuntowany anioł (72) - serial
 13:35 Zbuntowany anioł (73) - serial
 14:30 Kobieta w lustrze (8) - serial
 15:30 Niania (8) - serial
 16:00 Gliniarz i prokurator (1) - serial
 17:00 Siły pierwotne (1) - serial
 18:00 Gęsia skórka (5) - serial
 18:20 Gęsia skórka (6) - serial
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru (3) - serial
 19:30 Pingwiny z Madagaskaru (5) - serial
 20:00 Córka mojego szefa - komedia
 21:50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (23) - serial
 22:50 Spartakus: Krew i piach (13) - serial
 23:55 Tunel śmierci - horror
 01:55 Taki jest świat
 02:50 Muzyczne życzenia (16) - muzyka

TVP 2

06:00 Codzienna 2 m 3 (12) - serial
 06:35 A miał być ogrodnikiem - dokument
 07:05 M jak miłość (446) - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 10:45 Barwy szczęścia (1066) - serial
 11:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 11:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 12:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 12:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:40 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 14:00 Sylwester z kabaretem - rozrywka
 15:10 Ja to mam szczęście! (24) - serial
 15:45 Panorama - kraj
 16:05 Pogoda - kraj
 16:10 M jak miłość (1040) - serial
 17:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:00 Panorama
 18:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:25 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:50 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 19:35 Barwy szczęścia (1066) - serial
 20:10 Barwy szczęścia (1067) - serial
 20:45 M jak miłość (1041) - serial
 21:40 Kulisy serialu "M jak miłość" - dokument
 21:50 Magazyn Ekspresu Reporterów
 22:50 Wojna w Iraku, co poszło źle (3) - dokument
 00:00 Na linii strzału (37) - serial
 00:55 Czas honoru (71) - serial
 01:55 Magazyn Ekspresu Reporterów



07:05 W-11 wydział śledczy (1087) - serial
 07:50 Sąd rodzinny (6) - serial
 08:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (517) - serial
 09:50 Dr House (8) - serial
 10:50 Ostry dyżur (7) - serial
 11:50 Mango - Telezakupy
 13:25 Sąd rodzinny (7) - serial
 14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (518) - serial
 15:25 Tożsamość szpiega (14) - serial
 16:20 Na Wspólnej (1868) - serial
 16:55 Przepis na życie (4) - serial
 18:00 Dr House (9) - serial
 19:00 Tożsamość szpiega (15) - serial
 20:00 Presidio - film sensacyjny
 22:05 Partnerki (15) - serial
 23:05 Życzenie śmierci IV - film sensacyjny
 01:10 Dexter (10) - serial



08:00 Informacje kulturalne
 08:20 Muzykanci Gace z Radomskiego - dokument
 09:05 List - dramat obyczajowy
 10:10 Hania - film obyczajowy
 11:55 Krzysztof Penderecki - II Koncert skrzypcowy "Metamorfozy"
 12:50 Informacje kulturalne
 13:15 List - dramat obyczajowy
 14:15 Hania - film obyczajowy
 16:00 Tygodnik kulturalny - kultura
 17:05 Muzykanci Gace z Radomskiego - dokument
 17:45 Wakacje w Amsterdamie - dramat obyczajowy
 19:30 Eliaz i Pistulka (2) - serial
 19:35 Eliaz i Pistulka (3) - serial
 19:45 Eliaz i Pistulka (4) - serial
 20:20 Śmierć Iwana Iljicza - teatr
 21:25 Gorzkie gody - dramat obyczajowy
 23:55 Z życia strachów polnych - film krótkometrażowy
 00:30 Trzeba zabić tę miłość - film obyczajowy
 02:10 Złe miejsce - dokument



06:00 Nowy dzień z Polsat News
 08:20 Świat według Kiepskich (95) - serial
 09:00 Malanowski i Partnerzy (520) - serial
 09:30 Malanowski i Partnerzy (521) - serial
 10:00 Trudne sprawy (57) - serial
 11:00 Dlaczego ja? (237) - serial
 12:00 Dom nie do poznania (177) - rozrywka
 12:00 Dom nie do poznania (177) - rozrywka
 13:00 Łabędziem być... (2) - rozrywka
 14:00 Pierwsza miłość (1840) - serial
 14:45 Trudne sprawy (55) - serial
 15:50 Wydarzenia
 16:10 Pogoda
 16:15 Interwencja
 16:30 Malanowski i Partnerzy (450) - serial
 17:00 Dlaczego ja? (176) - serial
 18:00 Pierwsza miłość (1841) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport - wiadomości sportowe
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich (49) - serial
 20:05 Jestem Bogiem - thriller
 22:15 Życie, którego nie było - thriller
 00:15 Świat według Bundych (54) - serial
 00:45 Świat według Bundych (55) - serial
 01:15 Świat według Bundych (56) - serial
 01:45 Świat według Bundych (57) - serial



06:05 Ukryta miłość (164) - serial
 07:05 Dekoratornia
 07:35 Nowy Scooby i Scrappy Doo (2) - serial
 08:05 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (9) - serial
 08:35 Scooby Doo (10) - serial
 09:05 Komisarz Rex (8) - serial
 10:05 Nieposkromiona miłość (108) - serial
 11:05 Kiedy się zakocham (162) - serial
 12:05 Prawdziwe uczucie (110) - serial
 13:00 Dekoratornia
 13:30 Dekoratornia
 14:00 Łowca krokodyli: dziennik - dokument
 14:30 Tylko muzyka. Must be the music (31) - rozrywka
 16:30 Strażnik Teksasu (37) - serial
 17:30 Komisarz Rex (9) - serial
 18:30 Scooby Doo (11) - serial
 19:00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (10) - serial
 19:30 Nowy Scooby i Scrappy Doo (3) - serial
 20:00 Pod presją - thriller
 22:00 Co gryzie Gilberta Grape'a? - komediodramat
 00:30 Ostatnia szansa (6) - rozrywka
 01:30 Dekoratornia
 02:00 To był dzień



07:30 Dziennik telewizyjny
 08:10 Okrasa łamie przepisy
 08:40 Cafe Historia (75) - publicystyka
 09:00 Noce i dnie (4) - serial
 10:00 Dziennik sudański (2) - dokument
 10:35 Zaproszenie
 11:00 Polska i świat z historią w tle (79) - dokument
 11:30 Spór o historię (61) - dokument
 12:05 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
 12:35 Flesz historii
 13:05 Dama kameliowa - melodramat,
 15:00 Polska i świat z historią w tle (8) - dokument
 15:25 Cafe Historia (62) - publicystyka
 15:45 Polska i świat z historią w tle
 16:25 Encyklopedia II wojny światowej
 17:00 Noce i dnie (5) - serial
 18:05 Luter a współczesność - dokument
 18:40 Polska i świat z historią w tle
 19:05 Dziennik telewizyjny
 19:45 Największe muzea świata
 20:25 Było, nie minęło
 21:00 Polska i świat z historią w tle
 21:30 Prowokator - film sensacyjny
 23:15 Sensacje XX wieku
 00:05 Flesz historii
 00:30 Zaproszenie
 01:05 Cynga - dramat obyczajowy

TVP 1

07:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 07:50 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 07:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 09:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 09:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 09:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:10 Biografie
 11:00 Świat się kręci
 12:00 Wiadomości
 12:05 Agrobiznes
 12:25 Przepis dnia
 12:35 Najmłodszy w zoo (16)
 13:00 Najmłodszy w zoo (17)
 13:40 Jaka to melodia?
 14:15 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:05 Teleexpress
 17:20 Pogoda
 17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
 17:55 Klan (2544) - serial
 18:30 Świat się kręci
 19:15 Przepis dnia
 19:30 Wiadomości
 20:00 Sport - wiadomości sportowe
 20:15 Pogoda
 20:25 Arsenal FC - Bayern Monachium
 20:40 Arsenal FC - Bayern Monachium
 22:55 Liga Mistrzów
 23:00 Liga Mistrzów
 23:35 Liga Mistrzów
 23:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 00:00 Chicago Fire (7) - serial
 00:50 Świat się kręci
 01:40 Notacje (58) - dokument
 01:55 Klan (2544) - serial
 02:25 Sierociniec - horror



06:15 Mango - Telezakupy
 07:20 Detektywi (792) - serial
 07:55 Doradca smaku
 08:00 Dzień dobry TVN
 11:10 Ukryta prawda (277) - serial
 12:15 Szpital (156) - serial
 13:15 W-11 wydział śledczy (1116) - serial
 14:00 Wawa non stop (118) - rozrywka
 15:00 Ukryta prawda (278) - serial
 16:00 Rozmowy w toku (2266) - talk show
 17:00 Wawa non stop (119) - rozrywka
 18:00 Szpital (157) - serial
 19:00 Fakty
 19:30 Sport - wiadomości sportowe
 19:40 Pogoda
 19:50 Uwaga!
 20:05 Doradca smaku
 20:10 Na Wspólnej (1870) - serial
 20:50 W-11 wydział śledczy (1117) - serial
 21:35 Ścigani - film sensacyjny
 23:40 Agenci NCIS: Los Angeles (7) - serial
 00:35 Prawo Agaty (11) - serial
 01:35 Uwaga!
 01:50 Arkana magii (1196) - rozrywka



06:00 Dyżur (21) - dokument
 06:30 Niania (8) - serial
 07:00 Pippi (18) - serial
 07:35 Pippi (19) - serial
 08:05 Flintstonowie (86) - serial
 08:40 Flintstonowie (87) - serial
 09:05 Siły pierwotne (1) - serial
 10:00 Gęsia skórka (5) - serial
 10:30 Gęsia skórka (6) - serial
 11:00 Złotopolscy (22) - serial
 11:35 Złotopolscy (23) - serial
 12:05 Złotopolscy (24) - serial
 12:35 Zbuntowany anioł (73) - serial
 13:35 Zbuntowany anioł (74) - serial
 14:30 Kobieta w lustrze (9) - serial
 15:30 Niania (9) - serial
 16:00 Gliniarz i prokurator (11) - serial
 16:55 Siły pierwotne (2) - serial
 18:00 Gęsia skórka (7) - serial
 18:20 Gęsia skórka (8) - serial
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru (4) - serial
 19:30 Pingwiny z Madagaskaru (6) - serial
 20:00 Jack Hunter i Gwiazda Niebios (3) - serial
 22:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) - serial
 23:00 Spartakus: Bogowie areny (1) - serial
 00:05 Żywy trup - horror
 02:00 W blasku fleszy
 02:30 Dyżur (19) - dokument

TVP 2

06:00 Codzienna 2 m 3 (13) - serial
 06:35 Program gminy żydowskiej
 07:05 M jak miłość (447) - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 10:00 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 10:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 11:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 11:50 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 11:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 13:45 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 14:05 Kabaretowe wakacje z duchami (1) - rozrywka
 15:05 Ja to mam szczęście! (25) - serial
 15:45 Panorama
 16:05 Pogoda
 16:10 M jak miłość (1041) - serial
 17:05 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 17:55 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:00 Panorama
 18:20 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 18:30 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 19:10 Zimowe igrzyska olimpijskie w Soczi
 19:30 Barwy szczęścia (1067) - serial
 20:05 Barwy szczęścia (1068) - serial
 20:40 Na dobre i na złe (547) - serial
 21:45 Na sygnale (3) - serial
 22:20 Dirty Dancing II - film muzyczny
 23:55 Zabójcze umysły (45) - serial
 00:50 I kto to mówi? (10) - rozrywka



06:00 We dwoje (1) - rozrywka
 07:20 Męski typ (7) - talk show
 07:50 Sąd rodzinny (7) - serial
 08:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (518) - serial
 09:50 Dr House (9) - serial
 10:50 Ostry dyżur (8) - serial
 11:50 Mango - Telezakupy
 13:25 Sąd rodzinny (8) - serial
 14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (519) - serial
 15:25 Tożsamość szpiega (15) - serial
 16:20 Na Wspólnej (1869) - serial
 16:55 Przepis na życie (5) - serial
 18:00 Dr House (10) - serial
 19:00 Tożsamość szpiega (16) - serial
 20:00 Schmidt - dramat obyczajowy
 22:35 Fringe: Na granicy światów (9) - serial
 23:45 Mroczne miasto - film sf
 01:50 Arkana magii - rozrywka



08:15 KwieKulik - dokument
 09:20 Dom moich synów - dramat obyczajowy
 10:30 Personel - dramat społeczny
 12:00 Rock w Opolu (2) - muzyka
 12:55 Echo - film krótkometrażowy
 13:30 Dom moich synów - dramat obyczajowy
 14:40 Personel - dramat społeczny
 16:00 Gorączka - dokument
 16:30 Co Ty wiesz o społeczeństwie?
 17:00 KwieKulik - dokument
 18:05 Echo - film psychologiczny
 19:30 Eliaz i Pistulka (5) - serial
 19:40 Miś Uszatek (1) - serial
 20:00 Informacje kulturalne
 20:20 Baza ludzi umarłych - dramat psychologiczny
 22:20 Studio Kultura - kultura
 22:25 Ponad chodnikami - dokument
 22:50 Koniec lata - dokument
 23:25 Performance (41) - kultura
 00:00 Informacje kulturalne
 00:25 Mamas & Papas - dramat obyczajowy



06:00 Nowy dzień z Polsat News
 08:20 Świat według Kiepskich (104) - serial
 09:00 Malanowski i Partnerzy (523) - serial
 09:30 Malanowski i Partnerzy (524) - serial
 10:00 Trudne sprawy (58) - serial
 11:00 Dlaczego ja? (238) - serial
 11:00 Dlaczego ja? (238) - serial
 12:00 Dom nie do poznania (178) - rozrywka
 13:00 Łabędziem być... (3) - rozrywka
 14:00 Pierwsza miłość (1841) - serial
 14:45 Trudne sprawy (56) - serial
 16:10 Pogoda
 16:15 Interwencja
 16:30 Malanowski i Partnerzy (451) - serial
 17:00 Dlaczego ja? (177) - serial
 18:00 Pierwsza miłość 1842) - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport - wiadomości sportowe
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich (50) - serial
 20:00 Świat według Kiepskich (252) - serial
 20:35 Wolna chata - komedia
 22:15 Zamknięty krąg - film kryminalny
 00:15 Amerykański wieczer - komediodramat
 02:30 Dziewczyny z fortuną (99) - rozrywka



06:05 Ukryta miłość (165) - serial
 07:05 Dekoratornia
 07:35 Nowy Scooby i Scrappy Doo (3) - serial
 08:05 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (10) - serial
 08:35 Scooby Doo (11) - serial
 09:05 Komisarz Rex (9) - serial
 09:05 Komisarz Rex (9) - serial
 10:05 Nieposkromiona miłość (109) - serial
 11:05 Kiedy się zakocham (163) - serial
 13:00 Dekoratornia
 13:30 Dekoratornia
 14:00 Łowca krokodyli: dzienniki (21) - dokument
 14:30 Tylko muzyka. Must be the music (32) - rozrywka
 16:30 Strażnik Teksasu (38) - serial
 17:30 Komisarz Rex (10) - serial
 18:30 Scooby Doo (12) - serial
 19:00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie (11) - serial
 19:30 Nowy Scooby i Scrappy Doo (4) - serial
 20:00 Tajemnicza przesyłka - film sensacyjny
 22:00 Twarde ładowanie - thriller
 23:50 Dragons' Den. Jak zostać milionerem? (5) - rozrywka
 00:50 Dekoratornia
 01:20 To był dzień
 02:25 4music (484) - muzyka



07:30 Dziennik telewizyjny
 08:05 Makłowicz w podróży
 08:40 Flesz historii
 09:05 Noce i dnie (5) - serial
 10:15 Dziką Polską (89) - dokument
 10:50 Królewska forteca Chinon - dokument
 11:25 Największe muzea świata (5) - dokument
 12:05 Było, nie minęło
 12:40 Polska i świat z historią w tle
 13:05 Prowokator - film sensacyjny
 14:45 Polska i świat z historią w tle
 15:15 Cafe Historia (38) - publicystyka
 15:40 Z kamerą po kraju
 16:00 Pod prąd - dokument
 16:25 Encyklopedia II wojny światowej
 17:00 Noce i dnie (6) - serial
 18:10 W pogardzie i chwale - Wojciech Korfanty
 19:05 Dziennik telewizyjny
 19:50 Największe muzea świata
 20:25 Ocali od zapomnienia
 21:00 Ex libris
 21:25 8 Kontynent (2) - dokument
 22:30 Tobruk 1941 - dokument
 23:10 Flesz historii
 23:30 Sensacje XX wieku
 00:30 Królewska forteca Chinon - dokument
 01:15 Historia pewnego życia - dokument
 02:10 Tajemnice Rosji - dokument

Hartowanie

Przepis na zdrowie

W okresie zimowym, kiedy jesteśmy najbardziej narażeni na różnego typu infekcje, pamiętajmy, że najlepszą szczepionką przeciwprzeziębieniową jest hartowanie organizmu.

Na początek dobra wiadomość – nie musisz być morsem, by hartować swoje ciało! Można to osiągnąć także poprzez chodzenie szybkim krokiem, bieganie, jeżdżenie na rowerze.

Czy jesteś zahartowany?

Podpowie ci kostka lodu. Połóż ją na przedramieniu. Jeśli po chwili skóra zblednie, a potem się zaczerwieni, jesteś dobrze zahartowany. Jeśli zblednięcie utrzymuje się długo albo pojawi się zasinienie, jesteś nieodporny na zimno i trzeba zacząć wzmacniać organizm.

Odporność już od dziecka!

Trzymanie maluszka w przegrzonym i rzadko wietrzonym pokoju to błąd. Jeśli tylko nie ma silnego mrozu, a niemowlę jest odpowiednio ubrane i osłonięte od wiatru czy słońca – wyjdźmy z nim na spacer! Starsze dzieci powinny jak najdłużej bawić się na dworze, niezależnie od pory roku. Na odporność maluchów korzystnie wpływa też regularne pływanie.

Co daje wzmacnianie ciała?

- zachowujemy elastyczność skóry i opóźniamy proces starzenia
- rzadziej się przeziębiamy,
- łatwiej adaptujemy się do gwałtownych zmian pogodowych,
- rośnie wydolność organizmu,
- jesteśmy pogodniejsi

Pamiętajmy, że hartowanie nie polega na kąpeli w przeręblu bez ubrania. Skuteczniejsze jest regularne, chociażby nawet krótkotrwałe przyzwyczajanie organizmu do chłodu.

Czym się hartować?

Powietrzem, słońcem i wodą! – Najprostszym sposobem nabrania odporności jest systematyczny ruch na świeżym powietrzu. Wybór jego formy jest bardzo szeroki: począwszy od spacerów, gry i zabawy, aż do różnych sportów włączając, więc na pewno każdy znajdzie coś dla siebie. Hartowanie należy rozpoczynać z rozwagą, stopniowo i systematycznie – wszelkie przerwy, zwłaszcza dłuższe, psują efekt hartowania.

Zimna woda zdrowia doda

Zwiększanie odporności wodą



usprawnia krążenie krwi i pobudza pracę serca. Ważne, by ciało do tego przygotować – wcześniej trzeba je rozgrzać.

Jeśli dopiero zaczynamy wzmacniać ciało, najlepiej zacząć od masowania skóry gąbką zwilżoną ciepłą, następnie letnią i chłodną wodą. Warto brać naprzemienne ciepłe i zimne prysznice albo zdecydować się na kąpiel w letniej wodzie, nie niższej jednak niż ok. 20 stopni. Zamiast kąpeli możemy również zanurzyć stopy w misce z chłodną wodą. Tego typu kuracje powinny trwać 1-2 minuty!

Jeśli zdecydujemy się na zimny prysznic – rozpoczynamy od stopniowego polewania się zimną wodą, kierując strumień od stóp ku górze. Można też zastosować naprzemienne strumienie wody – raz zimny, a raz ciepły. Z tym że ostatni powinien być zimny. Ta metoda poprawia wygląd skóry – jest to też dobry sposób na cellulit. Po zimnym prysznicu pamiętajmy,

by rozgrzać ciało.

Latem korzystamy z tego, co daje natura – pływamy w jeziorze, morzu czy strumieniu. Dobre jest też brodzenie np. w rzece.

Jeśli masz problemy ze snem, możesz spróbować zanurzyć ręce do połowy ramion w zimnej wodzie. Pamiętaj, żeby po zabiegu rozgrzać ręce.

Słońca i ognia nie żałuj

Hartują nas także promienie słoneczne – czas przebywania na słońcu należy stopniowo i regularnie zwiększać, a przed wyjściem na słońce zawsze należy posmarować się kremem ochronnym, niezależnie od pory roku. Latem nie zapominajmy też o okryciu głowy.

Kto się przechadza, zdrowsza w nim uroda

Nawet jeśli wydaje nam się, że po ciężkim dniu najlepszym odpoczynkiem będzie zaleganie na kanapie z pilotem w rękę, spróbujmy wyjść z domu, nawet na krótki spacer. A pogoda niech

nie będzie wymówką. Ruch na świeżym powietrzu jest jednym z najskuteczniejszych środków zapobiegawczych i niwelujących ujemne skutki współczesnej cywilizacji, a niestety wciąż za mało doceniany.

Wysiłek fizyczny wzmacnia nasz organizm, zwiększa dotlenienie komórek, podwyższa odporność, a regularne uprawianie sportu rozładowuje stres. Wieczory spędzone na siedząco, bez ruchu, znacznie osłabiają nasz organizm, przez co jesteśmy bardziej narażeni na atak wirusów. Krótki, 15 minutowy spacer na zimnie, już hartuje nasz organizm przed chorobami. A więc wstajemy z fotela i na spacer marsz!

Boso po śniegu?

Hartujesz się już od jakiegoś czasu i masz własny ogródek? Może spróbujesz biegania boso po śniegu? Załóż ciepłe ubranie i biegaj tak szybko, aby nie dopuścić do wyziębienia organizmu. W trakcie wdychaj powietrze nosem, a wypuszczaj ustami. Rozpocznij od krótkich biegów (pół minuty), które z czasem należy wydłużyć (nie należy jednak biegać boso dłużej niż przez pięć minut). Latem można chodzić po rosie – efekty będą podobne. Po powrocie do domu osusz dobrze stopy i załóż ciepłe skarpetki.

Hartowanie w domu?

Do chłodu możemy zacząć przyzwyczajać się we własnym mieszkaniu. Obniżmy temperaturę o 2-3 stopnie. Część osób poleca chodzenie po domu nago, jeśli jednak nie mamy na to ochoty, można zrezygnować z wierzchniej części garderoby, np. swetra i przebywać w koszulce. Wiosną i latem powinniśmy jak najczęściej otwierać okna, szczególnie nocą.

Hartuj się z głową!

Zabiegi dostosuj do stanu zahartowania organizmu – nie zaczynaj od kąpeli zimną w lodowatej wodzie, bo bardziej sobie zaszkodzisz, niż pomożesz.

Stopnij bodźce – zarówno czas ich trwania jak i intensywność. Zaczniij od słabych i krótko-

trwałych, a potem zwiększaj ich siłę oraz czas oddziaływania. Nie przesadzaj jednak z czasem trwania bodźców intensywnych!

Uodparniaj się kompleksowo, nie tylko bodźcami zimna.

Nie rozpoczynaj hartowania, jeśli już ci zimno, np. masz gęsią skórę, drgawki. Przed oziębieniem ciała rozgrzej je ćwiczeniami fizycznymi, unikaj jednak zapocznia.

Bądź systematyczny

Jeśli tylko jest to możliwe, łącz hartowanie z wysiłkiem fizycznym np. zajęciami sportowymi.

Zrezygnuj z wszelkich metod „heroicznych”, jak kąpiele w przeręblach, sypanie w zimie w nieopalonych pomieszczeniach, zbyt lekkie ubieranie się podczas dużych mrozów itp. Tego rodzaju metody najczęściej kończą się chorobą.

Przed rozpoczęciem hartowania skonsultuj to z lekarzem! Wspólnie dobrać siłę i czas trwania bodźców uodparniających. Pamiętaj, by okresowo kontrolować stan zdrowia.

Pamiętaj! Wybór środka wzmacniającego odporność konieczne skonsultuj z lekarzem bądź farmaceutą.

Komu nie służy?

Mimo tak wielu zalet, nie każdy może się hartować. Z intensywnego schładzania organizmu powinny zrezygnować osoby z chorobą wieńcową, nadciśnieniem, chorobami naczyń obwodowych, nerwicą.

Uwaga: Poza hartowaniem organizmu, w okresie zimowym wszyscy powinniśmy pamiętać o ubraniu odpowiednim do pogody i zdrowej diecie, bogatej w naturalne witaminy i minerały.

Po pomoc do apteki W aptekach można kupić wiele różnych preparatów, które mają wzmacniać funkcje obronne naszego organizmu. Najczęściej stosowane to te z echinaceą, aloesem, olejem z wątroby rekina czy żeńszem, przy czym ten ostatni nie jest przeznaczony dla dzieci. Popularny jest też tran.



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



Hodowla

Pora odwiedzić sad

Luty to czas zimowej przycinki drzew. Jak się do tego zabrać?

Cięcie zimowe przeprowadza się wtedy, gdy drzewa „śpią” i po przycięciu ich gałęzi nie wypływają z nich soki. Potocznie zjawisko to nazywa się „płaczem”. Drzewa przycinać należy, gdy nie ma bardzo dużego mrozu - najlepiej w suche i słoneczne dni. To minimalizuje ryzyko infekcji drewna.

Cięcie zimowe najlepiej jest wykonać sukcesywnie od lutego do końca kwietnia w zależności od wytrzymałości rośliny na mróz. Cięcie gatunków i odmian wrażliwych na początku zimy zmniejszyłoby ich wytrzymałość na mróz. Najwcześniej można ciąć jabłonie i grusze odmian wytrzymałych na mróz (np. Papierówka, Wealthy, Lobo), następnie odmiany mniej wytrzymałe jabłoni i grusz oraz młode drzewa śliw, wiśni, moreli i brzoskwiń, a także wszystkie krzewy owocowe.

Należy także pamiętać, iż za późno wykonane cięcie może osłabić kwitnienie, co w konsekwencji może doprowadzić do zmniejszenia owocowania. Cięcie w tym okresie pobudza wzrost nowych zdrowych pędów.

Cięcie drzew młodych, dobrze odżywionych, silnie rosnących i wchodzących w owocowanie wpływa na zahamowanie ich wzrostu. Dlatego też takie zabiegi ogra-

niczamy tylko do ich formowania i kształtowania korony. Wycinamy ze środka korony przede wszystkim gałązki martwe, uszkodzone i rosnące do środka korony zamiast na zewnątrz (przez co krzyżują się z sąsiednimi gałązkami). Drzewka kilkuletnie i starsze, szczególnie jabłonie, grusze i wiśnie wymagają silniejszego cięcia. Szczególnie, jeżeli od ich posadzenia nigdy nie były cięte. Prześwietlanie starych,

zaniedbanych drzew rozpoczynamy zazwyczaj od usunięcia kilku grubszych konarów korony w celu udostępnienia światła słonecznego do jej środka. Niekiedy trzeba usunąć cały wierzchołek drzewa celem obniżenia wysokości korony. Wycinamy gałęzie blisko siebie leżące i wzajemnie się zacieniające, krzyżujące się i ocierające, oraz rosnące do środka korony.

(pw)



Chociaż na polach śnieg luty to początek sezonu przycinania drzew

Mechanizacja

Powrót do lat 80-tych

Dobre, bo tanie i niezawodne - w dalszym ciągu trwa moda na kupno ciągników z drugiej ręki.

Najbardziej poszukiwanym towarem są ciągniki z lat 80-tych. To, co przekonuje rolników to niskie koszty i prosty sposób naprawy. W ciągu roku rynek używanych traktorów wzrósł trzykrotnie. Większość takich pojazdów sprowadzanych jest z Holandii

i Francji. Rolników najbardziej interesują maszyny w cenie od 20 do 50 tys. zł. Najpopularniejsze marki to Ursus, Zetor i Massey Ferguson. Nabywcami ciągników z drugiej ręki są przeważnie rodzinne gospodarstwa rolne.

Pierwsze dotacje na zakup

nowego sprzętu mogą zostać wypłacone pod koniec tego roku, ale to wersja optymistyczna. To właśnie koniec dotychczasowych dotacji sprawił, że rynek nowych ciągników przeżywa obecnie kryzys.

(pw)

Hodowla

Co po wielkim uwolnieniu?

Nie wiadomo, co przyniesie zniesienie kwot mlecznych. Niektórzy sądzą, że w Polsce produkcja mleka mogłaby wzrosnąć o 20 procent.

Wiele gospodarstw nie wykorzystuje swoich maksymalnych możliwości. Kiedy w 2015 roku zostaną zniesione kwoty mleczne, ilość skupowanego mleka ma wzrastać nawet o 20 proc. Popyt na biały płyn na świecie rośnie, ale nie wiadomo, jak długo taka hossą się utrzyma. W ocenie ekspertów, po likwidacji kwotowania może

też zwiększyć się konkurencja na unijnym rynku produktów mleczarskich. Polska jest ich znaczącym eksporterem; jest to ok. 30 proc. produkcji. Problemy, jakie mogłyby pojawić się ze sprzedażą na zagraniczne rynki, zahamują rozwój branży.

Obecnie większość mleczarni nie ma kłopotów z pozyskiwaniem

surowca, choć z powodu limitów branża nie może też rozwijać się tak, by w pełni wykorzystać swe moce produkcyjne. Koniec limitowania może więc oznaczać koncentrację produkcji mleka i spadek jego ceny. Obecnie są one na rekordowym poziomie i przeciętnie wynoszą 1,43 zł za litr.

(pw)

Uprawy

Forum nasienne

Rolnicy i młodzież ze szkół rolniczych to główni adresaci „Forum Nasiennego” organizowanego przez Kujawsko-Pomorski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Minikowie.

Forum planowane jest na 27 lutego w Przysieku. W trakcie wykładów zostaną omówione wyniki badań najnowszych odmian zbóż, ale także sposobów ich nawożenia. Wśród tematów znajdują się m.in. te dotyczące nawozów dolistnych czy nawożeniu siarką.

Wcześniej, bo 15 lutego, w Strzelnie zbiorą się plantatorzy roślin strączkowych. Wśród tematów poruszanych na forum znaj-

dzie się m.in. rozmowa na temat możliwości i opłacalności uprawiania roślin strączkowych w programie rolno-środowiskowym na lata 2014-2020.

Łącznie przewidziano pięć godzin dyskusji o uprawach, które zyskują w ostatnich latach na popularności, głównie ze względu na możliwość zastosowania roślin strączkowych w paszach.

(pw)

Pszczelarstwo

Zostań pszczelarzem

Dawniej tego fachu uczono z pokolenia na pokolenie. Obecnie pszczelarzy jest coraz mniej. Aby ten szlachetny zawód przetrwał, zorganizowano w naszym województwie szkolenia.

Szkolenia dla przyszłych pszczelarzy prowadzone będą pod Toruniem, w okolicach Górzna, Chełmży i Łasina. Wykładowcami będą doświadczeni pszczelarze. Organizator kursów zapewni ubiór zabezpieczający, materiały i narzędzia konieczne do zajmowania się pasieką.

Uczestnicy szkoleń korzystać będą ze sprzętu, narzędzi i materiałów przygotowanych do przeprowadzenia szkoleń, a także wyposażeni zostaną w konieczny ubiór zabezpieczający. Tematyka

szkoleń i praktyk dotyczyć będzie prowadzenia pasieki: wyposażania, zabezpieczania i higieny uli, sposobów oceny rodzin pszczelich, zabezpieczania przed chorobami, odbierania miodu, jego konfekcjonowania oraz zagospodarowania innych produktów z pasieki.

Szkolenia ruszyły w styczniu i potrwać do października. Zgłoszenia są jeszcze przyjmowane pod adresem mailowym rzp-torun@tlen.pl.

(pw)

Hodowla

Choroba świń atakuje

Gmina Gołdap położona jest tuż przy wschodniej granicy państwowej. W ubiegłym tygodniu służby weterynaryjne uznały ją za zagrożoną wystąpieniem afrykańskiego pomoru świń. Choroba pojawiła się wcześniej na Litwie.

Warto zobaczyć, jak wygląda życie hodowców w gminie Gołdap, by ewentualnie w przyszłości wiedzieć, na co się przygotować. Obowiązuje tam czasowe ograniczenie hodowli świń. Zakazuje m.in. organizowania targów i wystaw tych zwierząt oraz wnoszenia produktów pochodzących z dzików na teren gospodarstw utrzymujących świnię. Trzoda ma przebywać w zamkniętych budynkach, a pasze muszą być zabezpieczone przed innymi zwierzętami. Przed chlewniami mają też być wyłożone maty dezynfekcyjne. Przeprowadzane są systematycznie badania świń w rejonie przygranicznym. Dotychczas wszystkie badania laboratoryjne próbek wykazały wynik ujemny, ale i tak do rolników z naszego powiatu trafiły ulotki dotyczące

afrykańskiego pomoru świń. Niezbędnych informacji na temat tej choroby dostarcza także prasa i telewizja. Warto przypomnieć kilka podstawowych informacji.

Rolnicy powinni zwracać uwagę na sinicę skóry uszu i boków ciała świń, na drobne wybroczyny na skórze, pieniste wypływy z nosa czy wymioty i biegunkę (często z krwią). Jeśli rolnik spostrzeże wyżej wymienione objawy, musi natychmiast zgłosić podejrzenie choroby weterynarzowi. Do czasu gdy do gospodarstwa przyjedzie urzędujący weterynarz, zwierzę należy odizolować i wprowadzić pewnego rodzaju kwarantannę. Nie można też wносить z gospodarstwa wody, ściółki, nawozów oraz nie można wpuszczać nikogo z zewnątrz.

(pw)

Obyczaje

Młodzieńcza podróż

Włochy, Niemcy, Anglia i Niderlandy – te kraje musiał odwiedzić szanujący się młody szlachcic zanim zaczął karierę w Rzeczypospolitej.



Obraz przedstawiający turystów oprowadzanych przez włoskiego przewodnika w XIX wieku

Obecnie biura podróży oferują cały wachlarz wycieczek nawet na drugi kraniec planety. Wakacje pod piramidami są w zasięgu niemal każdego przeciętnego Polaka. Od XVII do XIX wieku wielu młodych Europejczyków, także Polaków z zamożnych domów, wybierało się u progu swojej dojrzałości na niezwykłą wycieczkę - Grand Tour.

Pomysł podróżowania po Europie w celu zdobywania doświadczeń i poznawania odmiennych kultur narodził się w XVII wieku wraz z empiryzmem. Był to kierunek w myśleniu, który zakładał naukę przez zdobywanie doświadczeń. A przecież siedząc całe życie w jednym miejscu trudno o nowe praktyki.

Grand Tour zakładał odwiedzenie Anglii, Hiszpanii, Francji, Szwajcarii, krajów Beneluksu i Włoch. Obecnie turysta korzystający z wycieczek ma do dyspozycji swojego opiekuna, który jest pracownikiem biura podróży. Dawniej młody i bogaty szlachcic przed wyruszeniem na podbój Europy wynajmował francuskiego przewodnika. Język francuski był wówczas tak uniwersalny jak obecnie angielski. We Francji stałym punktem młodych paniczów była nauka szermierki, tańca oraz jazdy konnej. Poza tym uczono się manier i francuskiej kuchni. Kolejnym punktem wycieczki była zazwyczaj Szwajcaria i Genewa. W XIX wieku rozpowszechniły się wycieczki w Alpy. Wiele polskich młodzieńców miało okazję podziwiać panoramę Alp od strony ich szczytów. Poeta Antoni Malczewski, wyruszywszy z Genewy stanął na szczycie Mont

Blanc jako jeden z pierwszych europejskich alpinistów (1818 r.).

Na przełomie XIX i XX wieku setki Polek i Polaków studiowało na szwajcarskich uczelniach.

Po Szwajcarii trasa Grand Touru wiodła do północnych Włoch. Oczywiście, Włochy, jako jedno państwo, istniały od połowy XIX wieku. Pobyt młodego pana w tym kraju trwał zwykle kilka miesięcy. W tym czasie odwiedzał on Turyn, Florencję, Wenecję, Pizę oraz Rzym. W Italii podziwiano dzieła renesansu, a od połowy XVIII wieku także Pompeje i Herkulanum - miasteczka odkopane spod popiołów Wezuwiusza. Z Włoch trasa Grand Touru wiodła do krajów i stolic niemieckojęzycznych – do Wiednia, Drezna, Berlina, a następnie do Holandii.

Szlachecki syn nie mógł podróżować po Europie sam. Było to zbyt niebezpieczne. Wszędzie roilo się od rabusiów, którzy tylko czekali na samotnego podróżnika. Razem z młodym paniczem w podróż wyjeżdżał więc jego guwerner i służba. Każdy podróżnik pisał swój dziennik. Zapisywał w nim różne wskazówki, maksymy, sentencje, obyczaje, tradycje. Po ich wydaniu drukiem mogły posłużyć jako świetny informator albo poradnik dla innych osób, chcących udać się do danego kraju. Takie dzienniki pozostawili po sobie np. kasztelan krakowski i hetman wielki koronny Jan Tarnowski z podróży do Jerozolimy i Syrii, albo bp. Jerzy Radziwiłł z wyjazdu do Włoch w 1575 r.

Jednym z takich turystów w XVI wieku był znany wszystkim pisarz Jan Kochanowski. Trzykrot-

nie odwiedzał Włochy, gdzie się uczył.

Podróże kształciły, ale także miały za zadanie poszerzenie horyzontów. W dzienniku polskiego podróżnika czytamy m.in. „Im dalej tu jechałem w niemieckie kraje, dziwowałem się wspaniałości budowania i klasztorom wygodnym, względem których nasze klasztory kurnikami nazwać się mogą”.

W Grand Tour udał się m.in. Jakub Sobieski – ojciec późniejszego króla Jana III Sobieskiego. Wycieczka zajęła mu sześć długich lat! Po zakończeniu nauki i podróży biegle władał językiem francuskim, włoskim, hiszpańskim, niemieckim i łaciną; najsłabiej poznał język starogrecki. Sześć lat spędzonych na nauce i podróżach wyrobiło w ojcu przyszłego króla zamiłowanie do kształcenia się. Każdą wolną chwilę poświęcał on na lekturę książek. Podobny nawyk cechował Jana Sobieskiego, co nie powinno dziwić, zważywszy, jak wielką wagę Jakub przywiązywał do kształcenia swoich dzieci.

W 1697 roku car Piotr Wielki został pierwszym władcą Rosji, który ruszył w podróż na zachód Europy. To właśnie ta wyprawa sprawiła, że Piotr zmienił zacofaną Rosję w nowoczesny kraj. Wraz z doświadczeniami przywiózł do domu wielu zachodnich artystów, doradców i wojskowych. Wszyscy oni mieli uczyć Rosjan i zaszcześcić w państwie moskiewskim zachodnioeuropejski postęp. Wiele z nich, nie mając perspektyw w rodzinnym kraju, w Rosji potrafiło zrobić błyskotliwą karierę.

Piotr Wołyński

XIX wiek

Odwieczny problem

Większość dróg, którymi poruszamy się dziś, to stare szlaki pobrukowane zostały dopiero w 2. połowie XIX wieku. A był to proces powolny.

Rosjanie dzielili drogi bite na dwie kategorie. Podobnie było w powiecie lipnowskim. Pierwszym typem były trasy państwowe, a drugim ziemskie. Każde 300 km szos posiadało swojego naczelnika, co nie pomagało znacząco w ich utrzymaniu. W przypadku dróg ziemskich było podobnie jak z dzisiejszymi trasami w obrębie województwa. Najważniejsze arterie (dziś powiedzielibyśmy wojewódzkie) były nazywane traktami I kategorii. Poniżej nich znajdowały się drogi powiatowe, a na samym dole te III kategorii, a więc wiejskie i polne.

Jeśli zepsuła się nawierzchnia trasy „powiatowej”, łataną nią z tzw. powinności gminnej. Na czym ona polegała? Mieszkańcy każdej gminy musieli zapłacić powinność w naturze (gruz, ziemia, robocizna) lub w pieniądzu. O tym kiedy należy płacić, decydował wójt. W Lipnie za drogi tej kategorii odpowiadał burmistrz. Za te najniższej kategorii odpowiadali mieszkańcy wsi.

Najważniejszą trasą w lipnowskim był trakt gubernialny wiodący z Lipna, a kończący się na moście łyżwowym na Wiśle. Mierzył dokładnie 21 wiorst i 131 sążni.

Drogi oczywiście niszczyły się, mimo że nie poruszały się po nich 60-tonowe zestawy samochodów ciężarowych. Brakowało jednak przepisów, które mówiłyby, jak szeroki ma być rozstaw kół wozów czy maksymalna waga pojazdów. Po jesiennych deszczach przeładowany wóz robił na drodze większe koleiny niż 1000 tirów na asfalcie.

Planując modernizację traktów często kierowano się niezrozumiałymi dla mieszkańców przesłankami. W 1879 roku obywatele Rypina protestowali, ponieważ władze postanowiły wyremontować trasę do Mławy, z której korzystało mało osób. Postulowano, aby w to miejsce wyremontować o wiele ważniejszą arterię do Dobrzynia czy do Lipna.

Powiat lipnowski należał do najuboższych, jeśli chodzi o drogi bite. W początku lat 80. na dokończenie czekały jeszcze dojazdy z Lipna do Lubicza i druga z Lipna do Sierpca. Dukty w guberni płockiej nie przestawały być przedmiotem troskliwej opieki i ciągłego zainteresowania gubernatora płockiego, generała majora hrabiego Siergieja Iwanowicza Tołstoja.

W 1882 roku naczelnik guberni płockiej zdecydował o tym, że należy ukończyć układanie drogi bitej z Kikoła do Zbójna i dalej do Ugoszcza i Rypina.

Nowe trakty bite niosły ze sobą niedogodności. Największą z nich były wibracje spowodowane ruchem kół po nierównej nawierzchni. Wiele woźniców kierowało więc jedną oś wozu na pobocze. W ten sposób powstawały doły. Pobocza były niszczone także przez konie. Większość była podkuta na przednie kopyta, dlatego woźnica nie chcąc narażać zwierząt na utratę zdrowia, posyłał konie poboczem. Większość dróg, które zbudowano w II połowie XIX w., funkcjonuje do dnia dzisiejszego. Wielokrotnie były przebudowywane i dostosowywane do aktualnych potrzeb.

(pw)



Drogowców w XIX wieku nie męczyła zima i śnieg, ale wiosna i konieczność równania dróg, które stawały się często rzekami błota

Horoskop

Koziorożec (22.12.-20.01.)

Z Ktoś uparcie wtrąca się w Twoje życie uczuciowe do tego stopnia, że sam nie możesz podjąć żadnej decyzji. Zrób coś z tym, bo możesz stracić ukochaną osobę. Tupnij nogą i zacznij wymagać szacunku.

Wodnik (21.01.-19.02.)

W Przyda Ci się nieco więcej optymizmu, bo od pewnego czasu przebywasz w towarzystwie smutnych ludzi i ten nastrój się udziela. Pomyśl, jak doładować baterie. Może zaplanujesz kolację z przyjaciółmi?

Ryby (20.02.-20.03.)

R Widzisz przed sobą nowe możliwości, ale uważaj, bo mogą okazać się pułapką. Nie będziesz nastrojony do działania, ale trzeba przełamać tę niemoc. W sprawach sercowych wielkie namiętności.

Baran (21.03.-21.04.)

B Zwariowany czas. Spodziewaj się kontroli w pracy i tego, że wszystkie dokumenty będą potrzebne od ręki. Skup się, a powinno pójść dobrze. Dokonasz w tym tygodniu wielu dobrych wyborów.

Byk (21.04.-21.05.)

B Miłość, zauroczenie, flirty przesłonią Ci rzeczywistość w tym tygodniu. Spodziewaj się wielu zaproszeń na imprezy towarzyskie. Niewykluczone, że na jednej z nich poznasz kogoś, kto rzuci Cię na kolana.

Bliznięta (22.05.-22.06.)

B Będzie to trudny tydzień, ale zapoczątkuje konieczne zmiany. Staraj się nie unosić honorem, nie działaj pod wpływem emocji. To nie wniesie niczego dobrego. Chcesz zmienić pracę? W porządku, ale trzaskanie drzwiami szefowi przed nosem nie jest dobrym rozwiązaniem.

Rak (22.06.-22.07.)

69 Spodziewaj się nawału spraw urzędowych i w pracy, i w domu. Będzie mnóstwo papierkowej roboty, której nie znosisz. Jakoś trzeba się będzie z tym uporać. W miłości nic nowego, spokojnie, bez fajerwerków.

Lew (23.07.-23.08.)

L Obiecujący tydzień, jeśli wziąć pod uwagę sprawy finansowe. Jest szansa, że w końcu dostaniesz podwyżkę, o którą od dawna zabiegasz. Wszystkie zmiany, jakie przyjdą Ci do głowy, z powodzeniem wcielisz w życie.

Panna (24.08.-23.09.)

mp To będzie ciężki tydzień. Spadnie na Twoją głowę wiele spraw wymagających natychmiastowego załatwienia. Nie przejmuj się zbytnio, w sprawach zawodowych radzisz sobie nawet z tym, co niemożliwe.

Waga (23.09.-22.10.)

W Jeśli dotąd siedziałeś z założonymi rękoma i nie bardzo wiedziałeś, co z sobą zrobić, teraz rzeczywistość zmusi Cię do działania. Czekają Cię liczne spotkania i wyjazdy. Wykorzystaj je do poznania nowych ludzi.

Skorpion (24.10.-22.11.)

m Twoja cierpliwość została nagrodzona. Nadszedł czas, kiedy wszystkie plany zostaną z powodzeniem realizowane. Działaj, a wiele zyskasz. A na dodatek nie będziesz się czuć ani samotny, ani smutny.

Strzelec (23.11.-21.12.)

X Bardzo dobry czas na załatwianie spraw, które dotąd traktowałeś po macoszemu. W miłości spokojnie, ale dobrze będzie, gdy nauczysz się czytać między wierszami. Partner mówi Ci, choć nie wprost, czego oczekuje.

KRZYŻÓWKI PANORAMICZNE

Spóź.: węgierskie wino deserowe wysokiego gatunku.	▼	Bot.: dawniej: kobyлина; Prostý miecz hu-sarski	▼	Żartobliwie: konkurent, zalotnik.	Muz.: żywy, sko-czny taniec lu-dowy popular-ny w Irlandii.	▼	Marie-Domini-que (1895-1990), fr. teo-log i filozof, do-minikanin;	Miasto nad rze-ką Psioł (Ukr.) Catalina Albert y Paradis	▼	Żegl.: jadalnia na statku. Na pustyni Thar miasto	▼	6
▶		9	▶	▶	Tytuł opery Jea-na Martinona. Zawiera witami-nę C	▶	5	▶		▶		
Port lotniczy Krakowa	▶						Kingsley, pisarz angielski	▶				
Pow. genetyki i cytologii				10			Jean (1908-82), fr. rysownik					
▶		3										
Taśma na mu-chy	▶				Wypukłość z tkaniny Rzeką w Kazach-stanie	▶				Płynie przez Goleniów		Geogr.: mias-to na Honsiu (Japonia).
▶			8				Szkoło ołowio-we, silnie rozsz-czepiające świa-tło białe.	▶				▶
Film R. Polań-skiego	▶			4		2	Antonio dos San-tos Ramalho (ur. 1935), po-rtug. polityk, ge-nerał;		7	1		
Muz.: pieśń tró-badurów skła-dająca się ze strofek 6-7 wie-rszowych.			Przejazd przez środek góry	▶					Grupa wysp koło Nowej Gwinei	▶		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			

Kulinarne ABC, czyli uczniowie Zespołu Szkół w Kowalewie Pomorskim proponują

Uczniowie klasy I technikum żywienia i usług gastronomicznych, pod-czas zajęć praktycznych w „Akademii gastronomicznej”, upiekli bułeczki drożdżowe faszerowane cebulką z serem. Na deser przyrządzili aromatycz-ny kisiel jabłkowy z nutką żurawiny.

Cebularze

Składniki: 1 kg mąki, 300 ml mleka, 10 dag drożdży, 3 żółtka, 12 dag masła, sól i pieprz do smaku, 1 kg cebuli, olej do posmarowania blachy, 30 dag żółtego sera, papryka mielona do smaku.

Sposób wykonania: Przygotować rozczyń z drożdży i ciepłego mleka. Do przesianej mąki dodać rozpuszczone w mleku drożdże oraz żółtka z cu-krem ubite na parze. Następnie dodać szczyptę soli i wszystkie składniki wymieszać. Rozpuścić masło i dodać je do ciasta. Ciasto wyrobić, przykryć i odstawić w ciepłe miejsce.

Cebulę pokroić w talarki, zeszklić na patelni. Ser zetrzeć na tarce o drob-nych oczkach i wymieszać z mieloną papryką. Z wyrośniętego ciasta formo-wać cienkie placki i wyciąć szklanką krążki. Każdy rozwałkować na grubość ok. 0,5 cm. Na środku każdego krążka ułożyć cebulę i posypać serem z pa-pryką. Układać na blasze posmarowanej olejem. Piec w temperaturze 180 stopni C przez około 25 minut.

Kisiel jabłkowy

Potrzebne składniki na 5 porcji: 30 dag jabłek, 700 ml wody, 20 dag cukru, 8 dag mąki ziemniaczanej, sok z cytryny, żurawina.

Sposób wykonania: Umyte jabłka obrać, opłukać i zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Obierki wygotować w wodzie, zaś wywar po odcedze-niu osłodzić i dodać do smaku sok z cytryny. Z mąki ziemniaczanej i wody przygotować zawiesinę, którą należy wlać do wywaru i zagotować, dodając utarte jabłka. Całość wymieszać i podzielić na porcje. Można udekorować żurawiną lub innymi owocami.

Smacznego!



Mateusz Lewandowski układa cebularze na blaszce

Pogoda

Czwartek 13.02.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



temperatura minimalna/odczuwalna/maksymalna

4/5/6

3/3/5

ciśnienie

1007 hPa

1005 hPa

wiatr

11 km/h

11 km/h

śnieg/deszcz

0 mm

0 mm

Piątek 14.02.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



4/5/5

3/3/4

1003 hPa

1002 hPa

10 km/h

11 km/h

0,4 mm

0,4 mm

Sobota 15.02.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



4/5/6

2/2/3

1001 hPa

1002 hPa

11 km/h

13 km/h

0 mm

0 mm

Niedziela 16.02.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



5/5/6

3/4/5

1006 hPa

1010 hPa

13 km/h

12 km/h

0 mm

0 mm

Gmina Lipno

Europejskie obchody dnia babci i dziadka

W miniony piątek dzieci z Samorządowego Przedszkola w Radomicach świętowały ze swoimi ukochanymi dziadkami. Były popisy aktorskie, wokalne, własnoręcznie przygotowane laurki oraz mnóstwo czułości.

Samorządowe Przedszkole w Radomicach funkcjonuje dzięki wsparciu Europejskiego Funduszu Społecznego. W piątkowy poranek uczęszczające do placówki dzieci odwiedzi ich dziadkowie. Radości nie było końca. Maluchy zaprezentowały się bowiem z najlepszej, bo artystycznej strony i obsypały babcie i dziadków piosenkami, wierszykami i buziakami.

Gośćmi gali byli wójt gminy Lipno Andrzej Szychulski oraz koordynatorzy projektu współfinansowanego przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego: Wiolet-

ta Cichowicz i Adrian Zalewski, a więc wszyscy ci, dzięki którym zaangażowaniu europejskie przedszkole w Radomicach istnieje.

Kunszt artystyczny milusińskich obserwowały z zapartym tchem ich przedszkolanki, dyrektorki Zespołu Szkół im. Marii Konopnickiej w Radomicach oraz kierownik Biblioteki Wiejskiej w Radomicach Danuta Swarczewicz.

– Dzieci recytowały wiersze i śpiewały piosenki dla wszystkich babć i dziadków, a na twarzach gości widać było wzruszenie oraz uśmiech podczas całej uroczystości

– wspomina Adrian Zalewski, pracownik Urzędu Gminy w Lipnie.

Na koniec dziadkowie zostali zaproszeni na słodki poczęstunek przygotowany przez rodziców przedszkolaków. Goście podziękowali brawami dzieciom za trud włożony w przygotowanie takiej wzruszającej uroczystości, a w zamian otrzymali laurki i buziaki od najmłodszych. Wszyscy opuszczali Świetlicę Wiejską w Radomicach z wielkim uśmiechem na twarzach i serdecznymi podziękowaniami za wszystkie niespodzianki.

**Lidia Jagielska,
fot. nadesłane**



Wielgie

Nuda? Dzieci mają na nią sposób

Ośrodek Kultury i Biblioteka Gminy Wielgie organizują dla wszystkich dzieci z terenu gminy akcję pod nazwą „Aktywne ferie w Gminie Wielgie”. Najmłodsi wykorzystali wolny czas w stu procentach.

W pierwszym tygodniu ferii zimowych w Wielgim różnorodne zajęcia organizowane były każdego dnia. Zaczęło się od zajęć plastycznych w bibliotece w Wielgim. Drugiego dnia najmłodsi mogli podziwiać spektakl pt. „Skecz o tolerancji” w wykonaniu Teatru Maska, który odbył

się w sali widowiskowej przy ul. Szkolnej 5A. Lekcje plastyczne oraz wykonywanie odlewów gipsowych i taniec nowoczesny wypełniły dzieciom czas w kolejnych dniach. Za to w sobotę 8 lutego odbył się bal karnawałowy dla dzieci. Były tańce przy muzyce, gry i konkursy z nagrodami, wszystko także

w sali widowiskowej. Moc atrakcji przygotowano dla chętnych także w drugim tygodniu „aktywnych ferii”. Całość zakończą zajęcia tańca nowoczesnego w piątek 14 lutego.

(ak), fot. Andrzej Korpalski i nadesłane



Konkurencje drużynowe



Zajęcia w Filii Bibliotecznej nr 2 w Czarnem prowadziła Justyna Baranowicz



Trzeba było też nadmuchać balony



Podczas zabawy karnawałowej było wiele konkursów dla dzieci



W jednej z konkurencji było trzeba niszczyć balony



Zajęcia z papieroplastyki odbyły się w pierwszych dniach ferii. Prowadziła je Agnieszka Kurowska



Wystawiono prace uczniów

Tłuchowo

Poznawali świat

Dzięki współpracy z międzynarodową organizacją studencką AIESEC w Toruniu, do Szkoły Podstawowej im. Bohaterów Westerplatte w Tłuchowie przyjechali zagraniczni studenci, którzy w ramach wolontariatu prowadzili dla dzieci zajęcia w języku angielskim.

Niecodzienni goście przybliżyli uczniom kulturę swoich ojczyzn: Sherry Qiu opowiadała o Chinach, Rashid Vindiza dzielił się wiedzą o Kirgistanie, a Rufet Hebibov o Azerbejdżanie. Podczas zajęć dzieci m.in. ćwiczyły pismo chińskie, prowadziły krótkie dialogi w ojczystych językach gości. Uczniowie korzystali także z sali sportowej, biorąc udział w zajęciach prowadzonych przez nauczycieli naszej szkoły.

Poza tym uczniowie wraz z gośćmi byli na wycieczce w Skansenie Wsi Mazowieckiej w Sierpcu. Oglądali prezentację multimedialną pt. "Zwyczajne i obrzędowe

bożonarodzeniowe na Mazowszu" i robili tradycyjne zabawki na choinkę. Zwiedzali także z przewodnikiem wystawę "Boże Narodzenie na Mazowszu", prezentowaną w 10 chałupach z przełomu XIX i XX wieku. Największą atrakcją był jednak kulig, zakończony pieczeniem kiełbasek przy ognisku.

W miniony czwartek uczniowie i studenci byli razem w Płocku. Zwiedzili starówkę, katedrę i Muzeum Mazowieckie. Na miejscim lodowisku zaprezentowali swoje umiejętności łyżwiarskie, a balsamem na nabite siniaki była uczta w w restauracji.

(ak), fot. nadesłane



Chłopcy bawili się w grę na spostrzegawczość



Wizyta w skansenie w Sierpcu



Dalecy przybyśże z dyrektorką Małgorzatą Kamińską



Pamiątkowe zdjęcie uczestników ferii

REKLAMA

Wybierz smartfon LTE już za 1 zł

Nexus 5 to zaprojektowany przez LG smartfon z oryginalnym systemem Android™ 4.4 KitKat® od Google. Dodatkowo ma wyświetlacz Full HD IPS 5 cali i aparat 8 Mpx z optyczną stabilizacją obrazu. Samsung Galaxy S III LTE to inteligentny smartfon. Ma mnóstwo funkcji ułatwiających życie: Direct Call, Smart Stay i S Beam. Ma też niezwykle wyświetlacz 4,8 cala HD Super AMOLED. Oba smartfony mają superszybki Internet 4G LTE.

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

LTE na terenie wybranych miejscowości. Sprawdź szczegóły i zasięg LTE na www.play.pl

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

Piłka nożna

Pierwszy sparing na minus

LZS Orion Popowo rozegrał pierwszy sparing w zimowym okresie przygotowawczym. Rywalem był juniorski zespół Lidera Włocławek, który jest wymagającym przeciwnikiem. Nasza drużyna uległa włocławianom 1:3.

Trener Łukasz Szczepkowski w tym meczu nie mógł skorzystać z kilku podstawowych zawodników takich jak: Filip Wiśniewski, Patryk Sobczak, Kamil Bącela, Bartek Chyliński, Kamil Kotarski. Po raz pierwszy zaś wystąpił młody Arek Lewkowicz (któremu należą się szczególne brawa za debiut), a także były zawodnik Cheko Skórzno, Cezary Łaszewski. Pierwszy sparing miał posłużyć do wypróbowania zawodników na różnych pozycjach. W całym spotkaniu zdecydowanie przeważała drużyna Lidera. Pierwsza bramka padła dość przypadkowo. Po wrzucie z lewej strony boiska strzał oddał napastnik rywala. Piłka odbiła się od słupka, trafiła bramkarza Oriona i wpadła do siatki. W pierwszej odsłonie zespół z B-klasy popełniał wiele błędów, na szczęście przeciwnicy albo byli nieskuteczni, albo w trudnych sytuacjach bronił Michał Rutkowski.

Ale Popowo także starało się atakować. Warto wspomnieć o mocnym strzale Arkadiusza Szarłata, który trafił w poprzeczkę bramki. Również po mocnym strzale Dawida Mroza wspaniałą interwencją popisał się golkeeper Lidera. To wszystko działo się jeszcze w pierwszej odsłonie me-

czu. Druga połowa to ponowna dominacja gospodarzy. Na 2:0 Lider podwyższył po strzale z 16 metrów i rykoszecie, natomiast na 3:0 po indywidualnej akcji skrzydłowego. Orionowi udało się jednak zdobyć gola honorowego. Po dokładnym podaniu Marcina Frątczaka sam na sam z bramkarzem rywala znalazł się Rafał Stankiewicz. Gracz z Popowa minął golkipera i strzelił do pustej bramki.

Wynikiem spotkania nie powinni się w Popowie specjalnie przejmować, zwłaszcza biorąc pod uwagę aktualny etap przygo-

towań Oriona. Kolejna okazja do sprawdzenia się już w najbliższą sobotę. Również na sztucznym boisku we Włocławku ekipa z B-klasy zagra z juniorami młodszymi Włocławii Włocławek.

Skład Oriona z meczu z Liderem: Rutkowski - Lewkowicz, Kantorski, Szymański, Literski - Szarłat, Frątczak, Jędrzejewski, Osendowski - Nęcka, Samodulski. Na zmiany wchodził: Mróz, Pilewski, Łaszewski, Stankiewicz, Słomczewski.

(ak), fot. nadesłane



Pierwszy mecz sparingowy w tym roku piłkarze Oriona Popowo (na żółto) rozegrali na boisku ze sztuczną murawą we Włocławku

Piłka nożna

Witecki uratował remis Mienia

Pierwszy mecz kontrolny rozegrali piłkarze Mienia Lipno. Pod wodzą Marcina Bartczaka nasza drużyna zremisowała z Sokołem Radomin 4:4. Aż trzy gole zdobył dla lipnowian niezawodny Roman Witecki.

Przygotowania do rundy wiosennej czwartej ligi kujawsko-pomorskiej ruszyły pełną parą. Po tym jak nowym trenerem Mienia Lipno został Marcin Bartczak, który w przeszłości zarówno grał jak i pełnił funkcję szkoleniowca w lipnowskim klubie, rozpoczęły się sparingi. W pierwszym z nich Mień zagrał w Toruniu z Sokołem Radomin, drużyną ligi okręgowej. Niespodziewanie mecz lepiej rozpoczęli niżej notowani rywale, którzy już po kwadransie prowadzili 1:0. Ale bardzo szybko, bo już po pięciu minutach, wyrównał Roman Witecki. Najlepszy napastnik Mienia jeszcze do przerwy podwyższył na 2:1.

Ale początek drugiej połowy był fatalny dla lipnowian, którzy pozwolili rywalom zdobyć aż dwa gole i przegrywali 2:3. Gdy na 3:3

wyrównał Patryk Romanowski, znowu chwila nieuwagi spowodowała utratę kolejnego gola. Na 4:3 podwyższyli rywale trafiając z rzutu karnego. Na szczęście trener Bartczak ma w swoim zespole wspomnianego Witeckiego, który na kwadrans przed końcem meczu uratował remis, zdobywając tym samym swoją trzecią bramkę. Do końca wynik nie uległ już zmianie i zawodnicy obu zespołów zeszli z boiska przy remisie 4:4.

– Pojechaliśmy na ten mecz w dość eksperymentalnym składzie, uzupełnionym o kilku juniorów. Mielśmy sporą przewagę, ale niestety wkradły się błędy w obronie. Sokół objął prowadzenie po przypadkowym golem. Dopóki graliśmy, mieliśmy przewagę. Ale w drugiej połowie dały też znać o sobie braki kondycyjne

niektórych naszych zawodników. Dobrze, że mamy niezawodnego Romka Witeckiego. Co do wyniku, jest on sprawą drugorzędną. Teraz piłkarze mają szlifować formę. Wyniki powinny przyjść w lidze – mówi Jarosław Ciemiecki, prezes Mienia Lipno.

Okazja do sprawdzenia się w drugim sparingu przed lipnowianami już w bieżącym tygodniu w sparingach ze Startem Radziejów i Łokietkiem Brześć Kujawski.

Skład Mienia z meczu z Sokołem Radomin: Małecki-Serafin, Gracyk, zaw. testowany, Strużyna -Obermeyer, Kleczkowski, Gajda, Trejda, Kozicki-Witecki. Na zmiany weszli: Narczewski, Borowiecki, Romanowski, Więczkowski.

Andrzej Korpalski

Piłka halowa

Tłuchowo na turnieju

W niedzielę 9 lutego odbył się Gminny Turniej Futsalowy w Tłuchowie. Do rywalizacji stanęło osiem 5-osobowych zespołów. W finale FC Koper pokonał Jasień Team 1:0.

Zawody zorganizował Zarząd Gminnego Zespołu Sportowego Tłuchowia. Uczestniczyć w turnieju mógł każdy, niezależnie od wieku, czy płci. Jedynym warunkiem było złożenie 5-osobowej drużyny, złożonej z mieszkańców gminy Tłuchowo. Zawody rozegrano w sali sportowej przy SP w Tłuchowie. Rywalizacja rozpoczęła się

o godzinie 10:00. Do gry zgłosiło się osiem zespołów, które podzieliło na dwie grupy. Po rozgrywkach grupowych rozegrano półfinały oraz mecze o trzecie i pierwsze miejsce. Najlepszym zespołem futsalowym w gminie Tłuchowo został FC Koper, który w finale pokonał nieznacznie Jasień Team 1:0.

(ak)

Grupa A

United – FC Koper	0:4
Dream Team – Jasień Team	0:3
FC Koper – Jasień Team	1:1
United – Dream Team	2:1
Dream Team – FC Koper	0:8
Jasień Team – United	6:1

Zespół	Punkty	Bramki
1. FC Koper	7	13-1
2. Jasień Team	7	10-2
3. United	3	3-11
4. Dream Team	0	1-13

Grupa B

Niezniszczalni – Mysłakówko	5:1
Young Oldboys – Zbieranina	4:2
Mysłakówko – Zbieranina	3:0
Niezniszczalni – Young Oldboys	3:0
Young Oldboys – Mysłakówko	9:0
Zbieranina – Niezniszczalni	2:4

Zespół	Punkty	Bramki
1. Niezniszczalni	9	12-3
2. Young Oldboys	6	13-5
3. Mysłakówko	3	4-14
4. Zbieranina	0	4-11

1/2 Finału

FC Koper – Young Oldboys	1:1 k. 3:1
Niezniszczalni – Jasień Team	0:5

Mecz o 3 miejsce

Young Oldboys – Niezniszczalni	4:2
--------------------------------	-----

Finał

FC Koper – Jasień Team	1:0
------------------------	-----

Składy finalistów:

FC Koper: Kleczkowski, Koprowicz, Krzemiński, Obernikowicz, Wiśniewski, Witkowski.

Jasień Team: D.Grabski, S.Grabski, Kalinowski, Olaszewski, Sztubecki, Zalewski.

Zarząd GZS Tłuchowia chce podziękować wszystkim uczestnikom za to, że dzięki nim udało się zorganizować ten turniej. Gratulujemy zwycięzcom i zapraszamy ponownie za rok.

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

CLI TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO

Piłka halowa

Wygrana lidera ligii

W sobotę 8 lutego odbyły się mecze VII kolejki Dobrzyńskiej Ligi Futsalu. Cenne zwycięstwo odniósł Transfer, dzięki czemu powiększył przewagę nad rywalami do 6 punktów.

Sobotnie zmagania rozpoczął pojedynek właśnie Transferu z Suradówkiem. Ostatnie niepowodzenia lipnowian (remis i porażka) oraz fakt, że przystępowali do tego meczu w bardzo okrojonym składzie sprawiły, że o zwycięstwo lidera tabeli było bardzo trudno. Przez długi czas utrzymywał się w tym spotkaniu remis. Dopiero bramka zdobyta w ostatniej minucie przez Krzysztofa Spisza dała zwycięstwo Transferu 2:1. W następnym meczu Terazlipno pokonało ZEWiK 5:3. Cztery gole zdobył w tym spotkaniu Sławomir Szajgicki (na co dzień piłkarz Wisły Dobrzyń).

Piąte zwycięstwo z rzędu za-

notował Dyblin. Drużyna, która w rundzie rewanżowej poniosła tylko jedną porażkę, tym razem pokonała Młodą Gwardię 4:2. Zwycięstwo mogło być bardziej okazałe (prowadzenie 4:0), ale Młoda Gwardia grała do końca i po zdobyciu dwóch goli zmniejszyła rozmiary porażki. W spotkaniu Grochowalska z Sędziowie padł remis 4:4. Jeszcze 3 minuty przed końcem Sędziowie prowadzili 4:2, ale Grochowalsk nie odpuszczał. Najpierw zdobył bramkę kontaktową, a w ostatniej akcji meczu, po uderzeniu z rzutu rżnego i rykoszecie, wyrównującą bramkę zdobył Marcin Kryger.

W ostatnim spotkaniu VII

kolejki Agromlecch wysoko pokonał Drzewiarza 7:1. Tak okazało się zwycięstwo było sporą niespodzianką, ponieważ drużyna z Lipna przystąpiła do tego meczu bardzo osłabiona. W klasyfikacji drużyn i strzelców nadal dominuje Transfer, który w obu przypadkach powiększył dorobek punktowy. Lider tabeli ma 6 punktów przewagi nad Agromlecchem i Drzewiarzem. Wśród strzelców pozycję umocnił Krzysztof Spisz. Zawodnik Transferu ma już 25 trafień i wyprzedza drugiego w klasyfikacji Patryka Jasińskiego o 5 goli.

(ak),

fot. nadesłane

Tabela DLF po VI kolejce rundy rewanżowej						
Lp.	Drużyna	M	Pkt.	Z	R	B
1	Transfer	16	38	12	2	63:42
2	Agromlecch	17	32	10	2	72:43
3	Drzewiarz	16	32	10	2	55:49
4	Dyblin	16	31	10	1	59:46
5	Sędziowie	16	23	7	2	49:45
6	Suradówek	17	22	6	4	52:51
7	Młoda Gwardia	17	21	7	0	71:69
8	ZEWiK	16	16	4	4	52:53
9.	Grochowalsk	17	15	4	3	53:70
10.	Terazlipno	16	15	4	3	41:44
11.	Oldboys Wisła	16	12	3	3	22:62

Piłka nożna

Przygotowują się do walki o utrzymanie w A-klasie

Wydźwignięcie się z przedostatniego miejsca w tabeli nie będzie łatwe, ale piłkarze Wichra Wielgie wierzą w sukces i wiosną będą chcieli zdobyć tyle punktów, by nie spaść do najniższej klasy rozgrywkowej. Niedawno rozpoczęli przygotowania do rundy rewanżowej A-klasy.

Przypominamy, że Wichra Wielgie w tabeli A-klasy wyprzedza tylko jednego rywala (o 2 punkty Lecha Dobrego) i gdyby na takiej pozycji pozostał, bardzo prawdopodobny byłby jego spadek do B-klasy. Ale piłkarze Wichra chcą pozostać w swojej lidze, dlatego zespół już w połowie stycznia rozpoczął przygotowania do rundy wiosennej. Po miesiącu treningów nasza drużyna rozegra też pierwszy mecz kontrolny. Póki co wiadomo, że nie będzie większych zmian w kadrze zespołu. Na razie nikt nie odchodzi, ale trudno też mówić o wzmocnieniach. Za-

to są szanse na dokooptowanie 2-3 nowych graczy. Dobrą informacją jest to, że w klubie pozostaje trener Wasielewski.

Piłkarze z Wielkiego treningi rozpoczęli 16 stycznia. Od tego czasu mają zajęcia na hali lub na orliku przynajmniej dwa razy w tygodniu. Z frekwencją piłkarzy jest różnie, na zajęcia przychodzi 12-14 zawodników, choć w kadrze jest ich więcej. Pewne jest, że przed rundą wiosenną potrzebnych będzie kilka spotkań kontrolnych. Już w najbliższą niedzielę Wichra zagra na boisku ze sztuczną nawierzchnią we Włocławku z czo-

łowym zespołem B-klasy, Lubieńską Kujawską. Tydzień później zmierzy się z juniorami starszymi Lidera Włocławek. Załatwiony jest też sparing z Sadownikiem Waganiec na 15 marca. Do tego czasu powinno udać się zorganizować jeszcze dwa mecze, ale rywale na razie nie są znani.

A-klasa wystartuje w weekend 5-6 kwietnia. Wichra w inaugurację wiosny zagra u siebie z Orłem Służewo. Jednak do tego czasu piłkarzy z Wielkiego czeka jeszcze wiele pracy w przedsezonowych przygotowaniach.

(ak)

Sport

Obleżenie ośrodka sportu

Atrakcyjną ofertę dla dzieci przygotował Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Lipnie. Każdego dnia odbywają się tu zajęcia sportowe, z których uczniowie chętnie korzystają.

Podopieczni MOSiR-u mają do dyspozycji krytą pływalnię oraz dwie sale ćwiczeń. W ramach „Zimowego Pływania” ratownicy Lipnowskiego Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego prowadzili zajęcia na basenie. Od początku zimowiska obok pływania były gry i zabawy rekreacyjne, z ping-pongiem i piłkarzykami na czele. W

pierwszym tygodniu ferii zajęcia odbywały się w godz. od 10 do 14. Urozmaiceniem w drugim tygodniu były turnieje: piłkarskie, siatkówkowe, koszykówki i mini waterpolo. Ostatni akcent zimowych wakacji z MOSiR-em to wspólne ognisko. A najważniejsze przez całe zajęcia były radość i uśmiech dzieci.

(ak), fot. MOSiR Lipno



Najmłodsi adepci sportu w Lipnie wprost nie mogli doczekać się wejścia na obiekty MOSiR-u



Dzieciaki fantastycznie bawiły się na basenie



Energie mogły spożytkować na urządzeniach do ćwiczeń, np. na rowerku