

ISSN 1689-8664
Indeks: 252190
9 771689 866003

REKLAMA W CLI
tel. (56) 682 26 80

KIKÓŁ
Bractwo Kurkowe
stawia pomnik

str. 2

LIPNO
Kontrowersji
wokół stacji LPG
ciąg dalszy

str. 6

LUSTRACJA
Czy teczka pracy
TW Kuby zawiera
prawdę?

str. 4

REKLAMA

PRYWATNE ŚWIADCZENIE MEDYCZNE

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

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

Citomed
Lecznice Citomed Sp. z o.o.
ISO 9001:2000
Toruń, ul. M. Skłodowskiej-Curie 73

CZWARTEK
5 sierpnia
2010
nakład 3200 egz.
ISSN: 1689-8664
1,49zł
w tym 0% VAT
nr 31/2010 (76)

CLI



TYGODNIK REGIONU LIPNOWSKIEGO

Lipno

Tańsze ciepło na Reymonta

Budowa miejskiego ciepłociągu przebiega zgodnie z harmonogramem. Prace zakończą się we wrześniu, a więc przed nadchodzącym sezonem grzewczym. Odbiorcy, którzy dotychczas korzystali z kotłowni olejowej, po zmianie podłączenia jeszcze w tym roku powinni odczuć różnicę w wysokości rachunków za energię cieplną.

W maju br. burmistrz Janusz Dobroś przekazał Przedsiębiorstwu Usług Komunalnych w Lipnie projekt i pozwolenie na budowę miejskiego systemu grzewczego na odcinku od ulicy Polnej do osiedla Reymonta. Obecnie prace są zaawansowane i wszystko wskazuje na to, że zostaną zakończone w terminie, czyli we wrześniu tego roku.

– Budowa przebiega zgodnie z harmonogramem – informuje Marcin Kawczyński, szef Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych. Roboty ziemne wykonuje PUK, natomiast montażem ciepłociągu zajmuje się firma wyłoniona w drodze przetargu. Do wybudowanej sieci ciepłowniczej w pierwszej kolejności podłączone zostaną Gimnazjum Publiczne nr 1 i Szkoła Podstawowa nr 2. Następnie przyłączy ciepłociąg do bloków spółdzielczych i komunalnych zastąpi kotłownię olejową przy osiedlu Reymonta. W dalszej kolejności będą mogły podłączyć

się obiekty użyteczności publicznej, położone w pobliżu przebiegającego ciepłociągu.

– Do nowej sieci grzewczej będzie podłączona duża część miasta – mówi prezes Kawczyński. – Właściciele domów jednorodzinnych, zainteresowani korzystaniem z miejskiego systemu grzewczego, mogą składać do nas podania, bo chcielibyśmy podłączyć jak najwięcej odbiorców indywidualnych. Prezes PUK-u wyjaśnia, że decyzja o możliwości przyłączenia do sieci grzewczej będzie zależała od położenia danej nieruchomości, odległości od ciepłociągu i kosztów.

– Chcę również sprostować pojawiające się nieścisłości o rzekomych planach podłączenia się

do kotłowni olejowej i wyraźnie zaznaczyć, że będziemy podłączać się do kotłowni węglowej – wyjaśnia Marcin Kawczyński.

Wszyscy odbiorcy, którzy dotychczas korzystali z kotłowni olejowej już w najbliższym okresie grzewczym powinni odczuć różnicę w wysokości rachunków za energię cieplną. Cały koszt budowy ciepłociągu i remontu kotłowni „Konwektor” wyniesie 3,5 miliona złotych. Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych przeznaczyło na tę inwestycję 500 tysięcy złotych, natomiast 3 miliony złotych, w formie wkładu pieniężnego, przekazał urząd miejski ze swojego budżetu.

Lidia Jagielska



Powstanie ciepłociągu ma rozwiązać problemy z wysokimi rachunkami za ciepło w niektórych rejonach miasta

Skępe

Zderzenie w Boguchwale



W niedzielę późnym popołudniem w Boguchwale (gmina Skępe) kierujący polonezem 24-letni mieszkaniec gminy Mochowo prawdopodobnie jechał zbyt szybko drogą gruntową, stracił panowanie nad kierownicą i uderzył w przód jadącego z przeciwnej strony volkswagena. 44-letnia pasażerka ostatniego z aut trafiła do szpitala. Obaj kierowcy byli trzeźwi.

Dobrzyń nad Wisłą

Święto plonów coraz bliżej

Trwają przygotowania do dożynek wojewódzkich, które odbędą się 29 sierpnia w Dobrzyniu nad Wisłą. Dla mieszkańców zagrają „Feel” i „Kombi”.

Uroczystości dożynkowe rozpoczną się na stadionie przy ulicy Sportowej. O godzinie 10.00 odbędzie się koncert orkiestr dętych, godzinę później msza święta dziękczynna za plony, którą odprawi arcybiskup Tadeusz Kondrusiewicz. Po nabożeństwie nastąpi przemarsz korowodu dożynkowego ulicami miasta na plac przy ulicy Robotniczej, gdzie odbędzie się oficjalne otwarcie imprezy oraz część obrzędowa święta plonów.

O godzinie 15.00 rozpocznie się część artystyczna, podczas której rozstrzygnięty zostanie między innymi konkurs wojewódzki na wieńiec dożynkowy. Wyłoniony będzie laureat tytułu „Rolnik Powiatu Lipnowskiego 2010”. O godzinie 17.00 wystąpi pierwsza muzyczna gwiazda, zespół „Feel”. Oprócz niego na scenie zaprezentują się zespoły ludowe, lokalni wokaliści, kabarety,

będą też pokazy, konkursy i wystawy. Wieczór zakończy „Kombi”.

W Dobrzyniu przygotowania do uroczystości trwają. Można rezerwować miejsca dla wystawców komercyjnych i niekomercyjnych. Przygotowano cztery parkingi dla poszczególnych grup, które będą dojeżdżać do Dobrzynia. Organizatorzy apelują do wszystkich indywidualnych gości, którzy wybierają się na dożynki, by umieścić za przednią szybą białą kartkę. Ułatwi to pracę odpowiednim służbom, które wskażą miejsce postojowe. Dla tych, którzy będą przyjeżdżać z kierunku Lipna i Włocławka, przewidziano trzy parkingi przy ulicy Lipnowskiej. Dla osób, które przyjadą od strony Tłuchowa, parking będzie przy ulicy Sportowej. Autobusy mogą zatrzymać się przy ulicy Lipnowskiej, na przystanku PKS.

Patrycja Wałęsa

OGŁOSZENIE PŁATNE

„WIKSBUD” Sp. z o.o.
wyznacza nagrodę
za wskazanie
sprawcy włamania
i kradzieży gotówki
z siedziby
przedsiębiorstwa

Tel. kontaktowy 781 835 018

Lipno

Wynióś do skupu

Kryminalni zatrzymali sprawcę kradzieży z włamaniem do mieszkania przy ulicy Piłsudskiego w Lipnie.

W miniony wtorek do lipnowskiej komendy zgłosił się mężczyzna z informacją, że nieznanemu sprawcy włamał się do mieszkania, z którego ukradł metalowe i żeliwne elementy, stanowiące wyposażenie łazienki (wannę, baterię zlewozmywakową) oraz drzwi od pieca kaflowego. Wszystko sprze-

dał w skupie złomu.

Tego samego dnia policjanci ustalili sprawcę, którym okazał się 31-letni mieszkaniec Lipna. Był pijany, więc trafił do aresztu. Po wytrzeźwieniu przedstawiono mu zarzuty. Grozi mu do 10 lat więzienia.

(aba)

Tłuchowo

Wkrótce lepsza droga

Ruszyły prace zmierzające do poprawy nawierzchni drogi wojewódzkiej, która przebiega przez centrum Tłuchowa. Utrudnienia w ruchu potrwać do połowy października.

Prawie 1,3 mln zł kosztować będzie, rozpoczęta w lipcu, przebudowa drogi wojewódzkiej z Tłuchówka do Tłuchowa. Odcinek o długości blisko 1 km biegnie do przystanku PKS w centrum Tłuchowa. Prace obejmują poszerzenie obecnej drogi oraz wzmocnienie nawierzchni jezdni. Przystępując do pracy, zarząd dróg wojewódzki w planach ujął także remont chodników, zjazdów

i skrzyżowań oraz wymianę kraężników i znaków drogowych. Inwestycję poprzedziła budowa kanalizacji deszczowej, na którą gmina wydała 1,1 mln zł.

W czasie przebudowy drogi kierowcy będą musieli liczyć się z utrudnieniami w ruchu. Zgodnie z założeniami, prace potrwać do 15 października.

Patrycja Wałęsa



Już za kilkanaście dni piesi będą chodzić po nowych chodnikach, na których obecnie trwają prace

Lipno

Biblioteka ładniejsza

W Miejskiej Bibliotece Publicznej zakończył się remont. Oprócz malowania ścian i wymiany lamp, wydzielono specjalne miejsce dla starszych Czytelników.

– W wypożyczalni dla dorosłych uruchomiliśmy „Kącik Seniora”, w którym odwiedzający nas będą mogli w sposób przyjemny zregenerować swoje siły, poczytać też książkę. Zakupiliśmy w tym celu sofę i stół – mówi dyrektor Ewa Charyton.

Po wakacjach MBP planuje wygospodarować osobną przestrzeń i utworzyć w oddziale dla dzieci „Kącik Małego Czytelnika”,

w którym prowadzone będą regularne zajęcia z dziećmi, zachęcające je do kontaktu z książką poprzez wspólne czytanie oraz prowadzenie zajęć edukacyjnych. Meble będą dostosowane wielkością i kolorystką do najmłodszych czytelników, a tablica korkowa stanie się miejscem ekspozycji prac plastycznych.

(aba)

Kikół

Bractwo stawia pomnik

W następną sobotę w centrum Kikoła stanie pomnik upamiętniający 90. rocznicę „Cudu nad Wisłą”. To inicjatywa Kurkowego Bractwa Strzeleckiego Ziemi Dobrzyńskiej.



Członkowie Kurkowego Bractwa Strzeleckiego Ziemi Dobrzyńskiej

(w 90. rocznicę odzyskania niepodległości), kościele w Czernikowie (w 70. rocznicę wybuchu II

wojny światowej).

Adrianna Błaszkwicz

Bractwo, mające siedzibę w Woli, w tym roku świętuje swoje 10-lecie. Zarządza nim rada, którą tworzą Sylwester Śmigiel (starszy bractwa), Jan Krzysztof Ardanowski (podstarszy), Krzysztof Rolczyk (podskarbi), Janusz Wiśniewski (marszałek), Anna Papierska (pisarz) i o. Mieczysław Jankowski (kapelan). W szeregach jest 13 braci kurkowych i tuzin sióstr.

– Propagujemy idee patriotyczne i niepodległościowe, prowadzimy działania z zakresu kultury i tradycji historycznej – opowiada Sylwester Śmigiel. – Organizujemy coroczne strzelanie o tytuł króla i królowej KBSZD, a także strzelania upamiętniające ważne wydarzenia i rocznice.

W 2002 roku członkowie bractwa ufundowali klejnoty brackie. Są to dwa srebrne łańcuchy króla i królowej, przedstawiające herb ziemi dobrzyńskiej. Klejnot króla zawiera dwa ryngrafy Matki Boskiej Oborskiej i Matki Boskiej Skępskiej. Obowiązkiem każdego króla i królowej jest wzbogacenie łańcucha szlachetnym kamieniem.

KBSZD jest członkiem Zjednoczenia KBS RP. Od dwóch lat posiada sztandar, na którym znajdują się elementy brackie, a także herb ziemi dobrzyńskiej namalowany przez prof. Stanisława Tabisza. Na sztandarze widnieją także madonny ze Skępego i Obór oraz podobizna patrona bractw kurkowych św. Szczepana, która jest kopią rzeźby z klasztoru w Trutowie.

Bractwo ufundowało kilka tablic, upamiętniających ważne wydarzenia z historii Polski. Znajdują się one w Trutowie (pamięci walczących o wolność ojczyzny), sanktuarium w Oborach (z okazji 25. rocznicy powstania Solidarności), sanktuarium w Skępem



Dzięki pomnikowi i jego otoczeniu poprawi się estetyka centralnego kikolskiego placu

PROGRAM UROCZYSTOŚCI 14 SIERPNIA

14.00 – msza święta koncelebrowana w kościele parafialnym p.w. św. Wojciecha BM w Kikole pod przewodnictwem księdza biskupa Bronisława Dembowskiego

15.00 – przemarsz na Plac Kościuszki

15.15 – apel

- złożenie meldunku dowódcy garnizonu
- wprowadzenie pocztów sztandarowych
- odegranie hymnu państwowego i podniesienie flagi państwowej
- apel pamięci
- salwa honorowa
- przemówienie organizatora uroczystości
- przemówienia okolicznościowe
- dokonanie aktu odsłonięcia pomnika
- poświęcenie pomnika
- złożenie kwiatów
- odprowadzenie Wojskowej Asysty Honorowej
- koncert patriotyczny w wykonaniu orkiestry wojskowej

TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO

CLI

www.cli.info.pl

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

Lipno

Odzyskają dach nad głową

Rodziny poszkodowane w katastrofie budowlanej, spowodowanej wybuchem gazu, zimę spędzą w nowych mieszkaniach.



fot. L. Jagielska

Dom przy ul. Komunalnej jest już zadaszony

Przypomnijmy, że 11 maja br. miasto obiegła wiadomość o wybuchu gazu w parterowym budynku wielorodzinnym przy ulicy Komunalnej 2. Dach nad głową straciło wówczas 6 rodzin. 31 maja, podczas nadzwyczajnej sesji rady miejskiej, radni jednogłośnie podjęli uchwałę o zmianie w budżecie miasta i przeznaczeniu 300 tys. zł na odbudowę domu. W związku z wyrażeniem zgody przez radnych na nabycie udziałów w nieruchomości gruntowej przy ulicy Komunalnej 2 na własność miasta, prace budowlane rozpoczęły się niezwłocznie.

– Chciałbym, aby poszkodowane rodziny tak szybko, jak to tylko będzie możliwe, powróciły do nowo wybudowanego domu i zapomniały o tragedii, która je spotkała – mówił burmistrz Lipna Janusz Dobroś. Budowa ma zakończyć się jesienią. – Wszystko przebiega zgodnie z planem, prace przy odbudowie nieruchomości są zaawansowane – informuje Wojciech Świtalski, zastępca burmistrza.

Koszt wybudowania 1 m kwadratowego budynku przy ulicy Komunalnej wynosi 1,5 tys. zł.

Lidia Jagielska

Lipno

A może market?

Radni uchwalili plan zagospodarowania przestrzennego obszaru między rzeką Mień a ulicą 22 Stycznia.

Podczas ostatniej sesji rady miejskiej, która odbyła się w ubiegłym tygodniu, inżynier miasta Robert Kapuściński przedstawił miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego w zakresie obejmującym obszar pomiędzy ulicą 22 Stycznia a rzeką Mień.

– Powracamy do idei obiektu wielkopowierzchniowego, jaka była już podnoszona w 2008 roku – zauważył radny Jaromir Piotrkiewicz. – Przemawiają za tym wpływy do budżetu miasta z podatków od nieruchomości i nowe etaty pracowni, ale zastanawiam się, czy mieszkańcy wiedzą o zamiarze powrotu władz do poprzedniej koncepcji?

Piotrkiewicz przypomniał protesty osób mieszkających przy ulicy 22 Stycznia, organizowane przeciwko budowie kolejnych obiektów

handlowych.

– Czy w toku tego postępowania zachowane zostały wszystkie procedury? – pytał radny Paweł Banasik.

– Na każdym etapie przewidziane są konsultacje społeczne i takie się odbyły – mówił Robert Kapuściński. – Wyjaśniłem wszelkie problemy, nie ma mowy o jakichkolwiek zastrzeżeniach, że ktoś nie został poinformowany o tym fakcie.

Inżynier miasta wyjaśnił, że przygotowanie planu zagospodarowania przestrzennego terenu przez urząd miejski w żaden sposób nie przesądza o powstaniu w danym miejscu konkretnego obiektu. – Trudno przewidzieć czy inwestor tam coś zrobi, to już nie zależy od nas – podsumowuje Kapuściński.

Lidia Jagielska



Multioferta



TELEWIZJA INTERNET TELEFON



3
w cenie
1

Darmowy Internet i Telefon w każdym pakiecie telewizyjnym*

Nawet 2 GB i 30 minut miesięcznie

Zapraszamy do Autoryzowanego Punktu Sprzedaży

M-Punkt

LIPNO

ul. Mickiewicza 2a, tel. (54) 288 28 08
czynne pn.-pt. 9:00 - 17:00, sb. 9:00 - 13:00

www.cyfrowypolsat.pl

Tłuchowo

Coś dla mam, coś dla dzieci

W minionym tygodniu dzieci z sołectwa Trzcianka wzięły udział w warsztatach plastycznych. Odbyły się one w ramach Projektu Aktywności Lokalnej, finansowanego z unijnych pieniędzy, w którym uczestniczą miejscowe panie.

W warsztatach, prowadzonych przez Michała Kowalskiego, uczestniczyło jedenastu najmłodszych mieszkańców sołectwa Trzcianka. To dzieci kobiet biorących udział w PAL-u.

Dzieci uczyły się chińskiej sztuki składania papieru oraz malowały, wykonywały prace z plasteliny. Warsztaty zakończyły się konkursem prac. Trudno było wybrać zwycięzcę, dlatego wszyscy otrzymali pamiątkowe dyplomy i nagrody rzeczowe. To jednak nie koniec niespodzianek. 28 sierpnia w Trzciance odbędzie się piknik na zakończenie lata.

W Projekcie Aktywności Lokalnej w Trzciance bierze udział sześć pań. W ramach programu mają zaplanowane działania środowiskowe oraz uczestnictwo w doradztwie zawodowym



Maluchy z dyplomami i pracami wykonanymi podczas warsztatów

i treningu kompetencji społecznych. Wezmą udział w kursie dekoracji wnętrz wraz z elementem decoupage. Dzięki projektowi, pa-

nie będą miały również możliwość skorzystania z badań profilaktycznych.

Patrycja Wałęsa

Lustracja

Czy teczka pracy zawiera prawdę?

Sąd Okręgowy w Toruniu nadal rozstrzyga czy Janusz D. złożył nieprawdziwe oświadczenie lustracyjne, zatajając nim swoją współpracę ze służbami PRL. Przesłuchiwać będą kolejni świadkowie.

Podczas czerwcowej rozprawy zeznawało pięciu świadków. Każdy z nich znał Janusza D. z działalności opozycyjnej. Czwooro z nich potwierdziło, że wiedzieli, że w latach 80. Janusz D. był wzywany na milicję, zatrzymywany. On sam miał im tłumaczyć, że chodziło o sprawę związkową.

Jeden ze świadków mówił, że jakiś funkcjonariusz odwiedził Janusza D. w pracy i rozmawiali, ale kiedy ta wizyta miała miejsce i czego dotyczyła – nie wiadomo.

Kolejna osoba podkreślała szczególne zaangażowanie Janusza D. w działalność związkową. Był częstym gościem potajemnych spotkań ludzi ze środowiska „Solidarności” i nawet po tym, kiedy go zatrzymano, nikogo nie dotknęły żadne represje, co miało świadczyć o wiarygodności Janusza D., o tym, że jest „czysty”.

– Wiadomo, że Janusz D. był aresztowany i parę dni siedział. Opowiadał, że był często wzywany na policję, przesłuchiwany, że SB stale się go czepia. Ale w mojej ocenie to był człowiek prawy, za Polskę oddałby życie – mówiła inna osoba.

Podczas czerwcowej rozprawy sędzia obszernie cytował materiały zgromadzone w Instytucie Pamięci Narodowej, zawarte w teczkę pracy TW Kuba.

24 lipca 1985 r. sporządzono notatkę o kandydacie na tajnego współpracownika. Był aktywistą NSZZ „Solidarność”. Sąd Rejonowy w Rypinie prowadził przeciwko niemu postępowanie dotyczące prowadzenia nielegalnej działalności w stanie wojennym. Chodziło o przeprowadzenie 14 grudnia 1981 wśród członków załogi WZGM referendum odnośnie wypowiedzenia się na temat przeprowadzenia strajku generalnego w tym zakładzie. 16 lutego 1982 r. zapadł wyrok. Janusza D. uznano winnym, jednak sąd odstąpił od wymierzenia kary, biorąc pod uwagę odstąpienie oskarżonego od udziału w działalności związku zawodowego.

Teczka pracy TW Kuba zaczyna się od wniosku o opracowanie kandydata na TW. Był on rozpracowywany przez TW Ania, TW Marek i za pośrednictwem KS (kontakt służbowy – red.) ZSz MG WJ. Świadek, który sporządzał te materiały, nie pamiętał, kim były osoby o tych pseudonimach i inicjałach. Wypełnił też kwestionariusz osobowy. Tak określił w nim kandydata na TW: „inteligentny, rozmawiał swobodnie, udzielał konstruktywnych wypowiedzi, ale zauważyłem, że nie chce, by kole-



Czy tak, z przymrużeniem oka, wyglądały kontakty pracownika operacyjnego z TW Kuba? Czy materiały zgromadzone w teczkę pracy były zgodne ze stanem faktycznym czy stanowiły fikcję? Sąd szuka odpowiedzi m. in. na te pytania dzy zauważyli, że ze mną rozmawia.”

Kolejna pozycja w teczkę pracy to uzasadnienie pozyskania do współpracy. Cel: zapewnić dopływ informacji z WZGM w Skępem. Miały one dotyczyć zarządzania zakładem, faktów marnotrawienia mienia, działalności związku zawodowego oraz politycznej aktywności pracowników. Kandydat na TW, jako zaopatrzeniowiec w WZGM w Skępem, szef komisji zakładowej „Solidarności”, cieszył się – zdaniem pracownika operacyjnego – zaufaniem załogi był ceniony jako kolega, stąd też SB stwierdziło, że będzie dobrze gromadził informacje.

18 września 1985 r. esbek spotkał się z kandydatem na TW w Skępem. Janusz D. miał wtedy określić siebie jako dobrego pracownika i wspomnieć, że problemem w WZGM jest picie alkoholu w pracy. Mówił podobno, że ma autorytet w pracy i poznał psychikę każdego. Według materiałów IPN powiedział też, że ocenia swoją działalność w „Solidarności” jako błąd, ale nie jest jej wrogiem. Nadmienił, że swoją postawą wpłynie na ograniczenie spożycia alkoholu w zakładzie. Kolejne spotkania ustalono na następny dzień, godz. 8.35.

Tego dnia esbek zabrał Janusza D. spod poczty w Skępem. Pojechali do Kukowa. Janusz D. nie zwolnił się z pracy, tylko na 2 godz. wpisał się w książkę wyjść prywatnych, bo tego dnia nie było ani dyrektora, ani kierownika. Miał powiedzieć, że dyrektor nie interesuje się sprawami pracowników. Gdy esbek zaproponował mu współpracę, Janusz D. zapytał, czy koledzy z pracy będą o tym wiedzieli. Ten zaprzeczył i pobrał od TW jedną informację pisemną, napisaną przez niego własnoręcznie.

W rubryce „rezultat pozyska-

nia” esbek napisał: „19.09.1985 Kukowo. Pozyskałem go do współpracy. Uzyskałem potwierdzenie operacyjnych możliwości pozyskania informacji”. Kolejna rubryka – informacje: „Atmosfera w moim zakładzie jest dobra. Około 80 proc. przystąpi do wyborów, a 20 proc. nie przystąpi, bo nie znają ludzi, na których mogliby głosować (nie są związani z naszym regionem). Część pracowników weźmie udział w wyborach, by mieć święty spokój. Wspominałem na terenie zakładu o fakcie ulotek, ale okazało się, że już wcześniej o tym słyszeli. Było to jak jechał do pracy żukiem. Lekarz mówił, że widział jedną ulotkę, że byli w Skępem. Przy tej rozmowie było ok. 10 osób.”

Świadek potwierdził, że informacje te zaczerpnął z rozmowy z Januszem D. Według niego, były one istotne, ale sam ich przydatności nie oceniał – przysłał je dalej. Inni świadkowie, wśród nich osoba, która podróżowała do pracy żukiem, nie potwierdziły tych faktów.

Kolejne informacje z teczki: „Kandydat własnoręcznie napisał zobowiązanie do współpracy. Na spotkania TW będzie dojeżdżał samochodem, miejsce spotkań to koniec Skępego, droga w kierunku Tłuchowa”.

– Po rozmowie pozyskaniowiec nie mogła pozostać próżnia. Więc

REKLAMA

**PROFESJONALNA
AUTO-KASACJA**

**Kikół, ul. Spółdzielcza 1
(były SKR)**

tel. 887 41 28 58

**PŁACIMY!
TRANSPORT GRATIS**

ustaliłem miejsce i datę następnego spotkania – tłumaczył świadek.

Ustalono, że spotkania będą odbywać się raz w miesiącu, rano w Skępem. Jeżeli TW Kuba będzie chciał się skontaktować z oficerem, zadzwoni pod numer 2621 i powie: „Tu Kuba. Zawieź mnie na wesele”. Oznaczało to, że spotkanie odbędzie się kolejnego dnia o godz. 9.00. Gdy TW Kuba odbierze w domu telefon i będzie mowa o kablach elektrycznych, to spotkanie odbędzie się z inicjatywy SB. Kolejne umówiono na początek października 1985 r.

W materiałach IPN jest jeszcze jedna notatka, sporządzona rzekomo przez Janusza D., a mówiąca o kontroli w księgowości WZGM w Skępem: „w zakładzie zrobiło się na początku poruszenie, ale teraz nikt na to nie zwraca uwagi”. Kolejny dokument to zobowiązanie z 1987 roku „o zachowaniu w tajemnicy faktu współpracy”. Świadek zeznał, że Janusz D. podpisał je w jego obecności.

Teczka kończy się protokołem oceny współpracy. Wiadomo z niego, że odbyło się pięć spotkań, dwa w godzinach pracy, a trzy po godz. 15.00. Sporządzono z nich trzy informacje pisemne i dwie ustne. TW Kuba dostał do wykonania osiem zadań, z czego tylko jedno wypełnił w całości, jedno częściowo, a sześć wcale. Jedna przekazana przez niego informacja została wykorzystana do spraw operacyjnych, a cztery do ogólnoinformacyjnych.

Sąd zwrócił uwagę na to, że w teczkę nie ma listy tych ośmiu zadań ani pisemnego potwierdzenia Janusza D., że się z nimi zapoznał. Świadek nie wiedział, co się z nimi stało.

Kolejna kartka – postanowienie o rozwiązaniu współpracy – TW Kuba WZ 6658. „TW nie wykazywał zainteresowania współpracą. Informacje nie miały

wartości operacyjnej. Długie przerwy w spotkaniach, bo był chory i zrywał terminy. TW unikał współpracy. Z 8 zadań do realizacji, wykonał tylko 2. 28 listopada 1986 roku oświadczył, że nie będzie nic realizował. Nie przychodził na spotkania, lekceważył mnie (esbeka – red.) i unikał.”

Sąd: – Dlaczego Janusz D., według dokumentów i zeznań, podjął współpracę z SB, a potem zachowywał się w taki sposób?

Świadek: – Skoro jest dobrowolne podjęcie współpracy, to chciał w tym uczestniczyć. To, co zawarłem w notatkach, kwestionariuszu, miało odzwierciedlenie w stanie faktycznym. Nie mogłem zmyślać.

Sąd: – Czy pan szantażował Janusza D.?

Świadek: – Nie.

Sąd: – Czy Janusz D. podjął współpracę niedobrowolnie? Czy SB miała coś na niego?

Świadek: – Z jego strony była dobrowolność. Informacje, które od niego pozyskiwałem, np. o wyborach, wynikały z zadań, jakie były przede mną stawiane przez przełożonych w danym czasie.

Janusz D. nie miał pytań do świadka. Wyraził jednak wątpliwość czy to, o czym on mówił, jest prawdą.

Kolejną rozprawę sąd wyznaczył na 8 września. Do Biura Lustracyjnego IPN w Warszawie zgłosił się mieszkaniec Lipna, który chce zeznawać. Twierdzi on, że ma wiedzę na temat działalności Janusza D. z okresu, kiedy był rejestrowany jako TW, a także z okresu późniejszego. Rzekomo posiada też informacje na temat Lipnowskiego Komitetu Obywatelskiego i niszczenia dokumentów przez ludzi, którzy w nim pracowali.

**Adrianna Błaskiewicz
ilustracja Piotr Wołyński**

REKLAMA

**Niskoprocentowe
orzeźwienie**

**Wielkopolska
SKOK**

Pożyczka od 6%

LIPNO ul. 3 Maja 5, tel.: (054) 288 34 24

Wielkopolska SKOK posiada CERTYFIKAT PN-EN ISO 9001:2001

***infolinia 0801 801 001**

www.wielkopolskaskok.pl

Kikół

Majątki radnych

Stanisław Będlin

Zgromadził około 5 tys. zł oszczędności. Posiada dom o powierzchni 220 m kw. i o wartości ponad 288 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego wartego 840 tys. zł. Zarobił na nim ponad 43 tys. zł. Dieta radnego wyniosła ponad 3 tys. zł. Jeździ samochodem osobowym marki daewoo z 2001 roku lub skodą tego samego rocznika. Zaciągnął kredyt na 55 tys. zł.

Leszek Celmer

Posiada dom o powierzchni 100 m kw., o wartości 120 tys. zł. Ma gospodarstwo rolne, które wycenia na 300 tys. zł. Z tego tytułu osiągnął dochód 25 tys. zł. Dieta radnego wyniosła ponad 4 tys. zł.

Grzegorz Chojnicki

Posiada dom o powierzchni 80 m kw. i o wartości 80 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego o powierzchni 36 ha, które wycenia na 750 tys. zł. Jest członkiem rady nadzorczej Spółdzielni Mleczarskiej „ROTR”. Z tego tytułu osiągnął dochód 10 tys. zł. Ma trzy samochody osobowe: mercedesa z 1995 roku, opła z 1997 roku i volkswangena z 2001 roku. Musi spłacić 245 tys. zł kredytu.

Andrzej Danielecki

Zaoszczędził 10 tys. zł. Posiada dom o powierzchni 200 m kw., o wartości 200 tys. zł, oraz mieszkanie warte 200 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego o powierzchni 44 arów i o wartości 10 tys. zł. Dieta radnego wyniosła ponad 3 tys. zł. Otrzymał on około 26 tys. zł renty strukturalnej. Jeździ oplem z 2002 roku.

Tomasz Detmer

Zgromadził 35 tys. zł oszczędności. Posiada dom o powierzchni 300 m i o wartości 200 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego

o powierzchni 56 ha, które wycenia na 1,5 mln zł. Zarobił na nim około 80 tys. zł. Za pełnienie funkcji radnego otrzymał prawie 3 tys. zł. Jeździ volkswagenem z 1996 roku lub volkswagenem z 2005 roku. Zaciągnął kredyt na ponad 600 tys. zł.

Janusz Kozicki

Posiada dom o powierzchni 170 m kw. i o wartości 215 tys. zł. Dieta radnego wyniosła ponad 4 tys. zł. Dochód z tytułu najmu wyniósł ponad 6 tys. zł.

Grzegorz Lewandowski

Zgromadził około 20 tys. zł. Posiada dom o powierzchni 260 m i o wartości 100 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego o powierzchni 19,8 ha, które wycenia na 490 tys. zł. Zarobił na nim 150 tys. zł. Z umowy o dzieło otrzymał ponad 1 tys. zł. Ma do spłaty kredyt na 20 tys. zł.

Sylwester Maślewski

Posiada dom o powierzchni 110 m kw. o wartości 150 tys. zł. Prowadzi własne gospodarstwo rolne warte 100 tys. zł. Z tego tytułu osiągnął dochód prawie 4 tys. zł. Dieta radnego wyniosła ponad 3 tys. zł.

Dariusz Mokwiński

Posiada dom o powierzchni 79 m kw. i o wartości 200 tys. zł. Dieta radnego wyniosła ponad 3 tys. zł. Otrzymał on ponad 11 tys. zł renty. W ubiegłym roku zaciągnął kredyt hipoteczny na 50 tys. zł.

Mieczysław Sławkowski

Posiada mieszkanie o powierzchni 42 m kw. Radny nie podaje wartości lokalu. Otrzymał on ponad 11 tys. zł renty. Dieta radnego wyniosła ponad 3 tys. zł.

Małgorzata Rzepczyńska

Posiada dom o powierzchni 100 m o wartości 150 tys. zł. Jest nauczycielką w Zespole Szkół Technicznych w Lipnie. Z tego tytułu

osiągnęła dochód ponad 42 tys. zł. Za pracę na rzecz starostwa powiatowego otrzymała ponad 3 tys. zł. Jeździ skodą z 2009 roku. Ma do spłaty ponad 22 tys. zł kredytu.

Elżbieta Sadowska

Zgromadziła 12 tys. zł oszczędności. Posiada dom o powierzchni 100 m kw. i o wartości 100 tys. zł. Dieta radnej wyniosła ponad 4 tys. zł. Otrzymała ponad 19 tys. zł emerytury.

Jacek Sadowski

Zaoszczędził 15 tys. zł. Posiada dom o powierzchni 180 m kw. i o wartości 180 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego o powierzchni około 13 ha, które wycenia na 350 tys. zł. Zarobił na nim 15 tys. zł. Jest członkiem rady nadzorczej KBS – Aleksandrów Kujawski. Zatrudniony jest jako nauczyciel w Szkole Podstawowej w Woli. Wynagrodzenie z umowy o pracę wyniosło ponad 42 tys. zł. Otrzymał ponad 3 tys. zł diety radnego. Jeździ fordem z 2005 roku. Zaciągnął kredyt na ponad 50 tys. zł.

Paweł Zagrabski

Zgromadził 10 tys. zł oszczędności. Posiada dom o powierzchni 120 m kw. i o wartości 150 tys. zł. Jest właścicielem gospodarstwa rolnego o powierzchni 30 ha, które wycenia na 800 tys. zł. Zarobił na nim 50 tys. zł. Prowadzi własną działalność gospodarczą: sklep spożywczo-przemysłowy. Z tego tytułu osiągnął dochód 15 tys. zł. Zaciągnął kredyt na zakup gruntów rolnych.

Jarosław Rosłonowski

Zgromadził 10 tys. zł oszczędności. Posiada dom o powierzchni 147 m kw. i o wartości 140 tys. zł. Zatrudniony jest jako nauczyciel w Publicznym Gimnazjum w Kikole i Publicznym Gimnazjum w Suminie. Z tego tytułu osiągnął dochód ponad 49 tys. zł. Dieta radnego wyniosła 6 tys. zł. Ma do spłaty kredyt hipoteczny – 134 tys. zł.

Milena Mizikowska

Powiat

Witajcie!



Radosław Bartosz urodził się 31 lipca. Syn Katarzyny i Adama z Kikoła ważył 2,1 kg, mierzył 47 cm.



Aleksander Bartosz, brat bliźniak Radosława, ważył 2,7 kg i mierzył 50 cm.



Adrian Bigorajski przyszedł na świat 1 sierpnia. Pierwszy syn Marcina i Ilony z miejscowości Blinno ważył 2,57 kg i mierzył 49 cm.



Nicola Walentyn urodziła się 28 lipca, ważyła 3,18 kg i mierzyła 56 cm. Jest pierwszym dzieckiem Pawła i Żanety z Radomic.



Maja Kijewska urodziła się 28 lipca, ważyła 3,1 kg i mierzyła 55 cm. Jest pierwszym dzieckiem Krzysztofa i Joanny z Popowa.



Szymon Kwiatkowski z Wygody urodził się 27 lipca, mierzył 60 cm i ważył 3,9 kg. Jest synem Pawła i Ewy oraz bratem Filipa.

REKLAMA

BEZPŁATNA INFOLINIA 800 700 900
TEL. 71 797 22 30 KOSZT POŁĄCZENIA ZGODNY Z TARYFĄ OPERATORA
www.aigbank.pl

**AIG Bank...
i masz wszystko!**

Lipno
ul. Mickiewicza 2a
czynne: pon.-pt. 9.00-17.00

AIG BANK POLSKA SA **finanse dla domu**

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

REKLAMA

OC od 131 zł

**15 towarzystw
w 1 miejscu**

www.cuk.pl

**Centrum Ubezpieczeń
Komunikacyjnych**

CUK

Lipno: ul. 3 Maja 3 (obok POLomarkietu)
tel. 054 287 34 78, 785 926 296

Kontrowersji wokół stacji LPG ciąg dalszy

Starostwo Powiatowe ponownie rozpatruje sprawę związaną z budową stacji LPG przy ulicy Okrzei, o której pisaliśmy w ub. tygodniu. – Nasze zdanie w niektórych kwestiach prawnych jest odmienne od opinii wojewody – informuje sekretarz powiatu.

W poprzednim numerze informowaliśmy Czytelników o tym, że wojewoda kujawsko-pomorski 31 maja br. uchylił zaskarżoną decyzję starosty lipnowskiego, zatwierdzając projekt budowlany i udzielając pozwolenia na budowę stacji LPG, przekazując sprawę do ponownego rozpatrzenia przez organ pierwszej instancji. Dzisiaj wracamy do sprawy.

– Podtrzymuję wszystkie argumenty przemawiające za wydaniem pozytywnej decyzji zatwierdzającej projekt budowlany i udzielającej pozwolenia na budowę stacji LPG – mówi Dariusz Kapuściński, naczelnik wydziału architektury i budownictwa starostwa powiatowego. – Nie znajduję po prostu podstaw do odmownego załatwienia sprawy.

Należy jednak pamiętać, że zgodnie z prawem, decyzja podjęta przez organ odwoławczy nie zezwala na przyjęcie innego stanowiska niż orzeczone w rozstrzygnięciu i jest ostateczna w administracyjnym toku instancji. – Jesteśmy związani tą decyzją wojewody – przyznaje Zbigniew Chmielewski, sekretarz powiatu. – Wszystkie uwagi organu II instancji zawarliśmy w stosownym postanowieniu, jakie wydaliśmy w związku z koniecznością ponownego rozpatrywania sprawy. Niezmiennie uważam jednak, że pracownik starostwa nie popełnił błędu przy wykonywaniu swoich obowiązków. Cieszę się, że postępowanie toczy się nadal, ponieważ dłuższe rozpatrywanie każdej ze spraw pomaga wszystkim podmiotom wydawać trafniejsze decyzje, chociaż, niestety, wydłuża to czas oczekiwania stron na wynik. Jednak w przypadkach skomplikowanych, a z takim mamy niewątpliwie tu do czynienia, jest to konieczne.

Zarówno sekretarz powiatu, jak i naczelnik wydziału architektury i budownictwa zgodnie oświadczają, że ich zdanie w wielu kwestiach rozstrzygniętych w decyzji organu odwoławczego jest odmienne od zdania wojewody.

– Na dalszym etapie postępowania rozstrzygnie się, czyje poglądy są trafniejsze pod względem prawnym – przekonuje Chmielewski. – Zapewniam, że wszystkie czynności wykonaliśmy w sposób przejrzysty i zgodny z literą prawa.

Chmielewski nie zgadza się również z wypowiedziami mieszkańców, że w starostwie zaginął złożony przez nich protest: – Ten dokument jest w naszych aktach, mamy również przygotowaną odpowiedź.

Rzeczywiście, sekretarz powiatu jest w posiadaniu zarówno protestu mieszkańców, opatrzonego podpisami, jak i odpowiedzi (informującej mieszkańców, że obecnie „nie jest prowadzone w wydziale architektury postępowanie w sprawie tej inwestycji”), podpisanej przez Dariusza Kapuścińskiego 3 września 2008 roku, a skierowanej do Wandy Gładkowskiej z prośbą o poinformowanie o treści pisma pozostałych wnioskodawców.

– Wykonaliśmy wszystko, co do nas należało, nie udało się natomiast skutecznie doręczyć tego pisma. Próbowaliśmy dwukrotnie, ale adresat był nieobecny. Mamy na to dowody w postaci tzw. zwrotek z napisem: adresat nieobecny, awizowano. Poza tym wówczas, kiedy ten protest mieszkańców wpłynął nie toczyło się jeszcze postępowanie w sprawie wymienianej inwestycji – opowiada Chmielewski.

– To absurd – odpowiada Wanda Gładkowska. – Z całą stanowczością potwierdzam to, co mówiłam wcześniej, nie było na pewno żadnej próby doręczenia pisma komukolwiek z 16 osób podpisanych pod protestem. Czekaliśmy cierpliwie i nikt z nas nie otrzymał ani odpowiedzi, ani nie znalazł w skrzynce dokumentu pocztowego wzywającego do odebrania przesyłki. Przecież to nie mieści się w głowie, że osobom stale zamieszkującym w danym miejscu, na dodatek emerytom przebywającym w domu, nie udało się doręczyć korespondencji. Po upływie pół roku od złożenia tego protestu, odwiedziliśmy starostwo powiatowe i właśnie wówczas dowiedzieliśmy się, że żadnego takiego pisma w dokumentach nie ma, złożyliśmy więc dokument tej samej treści ponownie, mogę się domyślać, że to właśnie ten jest w aktach, ale my również nie doczekaliśmy się odpowiedzi – podsumowuje pani Wanda. – Jeżeli już wówczas mieli gotową odpowiedź, to dlaczego nie zawarli tego w decyzji o pozwoleniu na budowę? – dziwi się inna osoba podpisana pod protestem. – Wojewoda też napisał, że nie uwzględnili na-

szych zarzutów, a przecież chyba miał dokumentację. Gdyby próbowano nam doręczyć to pismo, to by doręczono.

– W decyzji wojewody czytamy o braku odniesienia się do sprzeciwu mieszkańców – przyznaje sekretarz Chmielewski. – Moim zdaniem, ich zarzuty nie miały charakteru prawnego i dlatego nie uwzględniliśmy ich w uzasadnieniu decyzji, nie odnosimy się bowiem do jakichkolwiek kwestii pozamerytorycznych.

Kodeks postępowania administracyjnego stanowi, że o skutkach prawnych można mówić tylko wtedy, gdy nastąpiło prawidłowe doręczenie pisma. Osobom fizycznym doręcza się korespondencję w ich mieszkaniu albo miejscu pracy, a w razie koniecznej potrzeby także w każdym miejscu, gdzie się adresata zastanie za pokwitowaniem, na które składa się data doręczenia i podpis odbiorcy. Jeżeli odbierający pismo uchyli się od potwierdzenia doręczenia lub nie może tego uczynić, doręczający sam stwierdza datę oraz wskazuje osobę, która odebrała pismo i przyczynę braku podpisu. Jeżeli natomiast adresat odmawia przyjęcia pisma, zwraca się je nadawcy z adnotacją o odmowie jego przyjęcia i datą odmowy. Pismo wraz

z adnotacją włącza się do akt sprawy i wtedy uznaje się, że pismo zostało doręczone w dniu odmowy jego przyjęcia przez adresata.

Naczelnik wydziału architektury i budownictwa starostwa nie zgadza się z rozstrzygnięciami spornych kwestii, zawartymi w decyzji wojewody. – Jestem przekonany, że zastosowałem odpowiednie przepisy prawne przy rozpatrywaniu tej sprawy. Wiem również, że decyzja wojewody jest dla nas wiążąca i dlatego, zgodnie z przewidzianym trybem postępowania, zostało już wydane postanowienie zobowiązujące inwestora do wykonania zaleceń wojewody – informuje Dariusz Kapuściński. – Po ponownym złożeniu do nas projektu, a przed wydaniem decyzji, strony zostaną poinformowane i będą miały możliwość wypowiedzenia się co do zebranych dowodów i materiałów.

Naczelnik Kapuściński, broniąc swoich racji, wyraża przypuszczenie, że najbardziej prawdopodobną przyczyną takiej reakcji ze strony wojewody jest błędne zastosowanie i interpretacja przepisów prawa przez osoby upoważnione do rozpatrzenia odwołania. – Wiele argumentów podniesionych przez organ odwoławczy dotyczy baz, a nie stacji paliw. Moim zdaniem, wojewoda po prostu pomylił się – opowiada Kapuściński. – Nie powinien mieć zastosowania w tym przypadku przepis mówiący o zakazie pozostawienia na terenie stacji słupa napowietrznej linii niskiego napięcia, stosując bowiem przepis wskazany przeze mnie ważne jest jedynie zachowanie odpowiedniej, czyli 10-metrowej odległości od rzutu skrajnego przewodu sieci elektroenergetycznej. Nie zgadzam się również z koniecznością przedłożenia

przez inwestora oświadczenia stosownej jednostki o zapewnieniu dostaw energii, ponieważ działka jest zabudowana i prąd jest doprowadzony. To projektant sprawdza, czy moc jest wystarczająca, a jakiegokolwiek oświadczenie nie jest potrzebne. Wojewoda błędnie zastosował przepis nakazujący oświetlenie placu. Projekt został również pozytywnie zaopiniowany przez rzeczoznawcę przeciwpożarowego, więc nie widzę tu potrzeby uzupełniania dokumentacji o rodzaj planowanego wyposażenia stacji w urządzenia przeciwpożarowe. Czekam, aż inwestor odniesie się do wskazanych zarzutów i wówczas dopiero będę dalej rozpatrywał sprawę – podsumowuje naczelnik wydziału architektury. Dariusz Kapuściński zapewnia, że zachowane zostaną wszystkie procedury i parametry przewidziane przez ustawodawcę. Odległość od budynków mieszkalnych, która musi wynosić 30 metrów, w tym przypadku, z powodu zastosowania zbiornika podziemnego, zmniejsza się o połowę. Nie ma natomiast obowiązku ogrodzenia stacji, zależy to od właściciela, a wywiązanie się z obowiązku zapewnienia pasa zieleni przewidzianego w danym projekcie sprawdza nadzór budowlany.

Zbigniew Chmielewski, sekretarz powiatu zapewnia, że sprawa będzie rozpatrzona wnikliwie, dokładnie, z poszanowaniem interesów stron i zgodnie z obowiązującym prawem. – To, że decyzja nasza została uchylona, nie jest ani niczym nadzwyczajnym, ani w żaden sposób nie przesądza o ostatecznym finale sprawy – mówi Chmielewski. – Mam nadzieję, że rozstrzygnięcie zadowoli wszystkie strony sporu.

Lidia Jagielska

Komendant rozdaje pluszaki



Komendant mł. insp. Dariusz Garbarczyk wyszedł z inicjatywą, by goście zaproszeni na powiatowe święto policji przynieśli ze sobą, zamiast kwiatów, maskotki i piłki. W minionym tygodniu prezenty te trafiły na ręce Iwony Mikołajczyk, dyrektora Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej w Lipnie, i z pewnością ucieszyły jej podopiecznych.

Wielgie

Jak się żyje w... Złowodach?

Nasi dziennikarze wyruszyli w teren i odwiedzają Was, Drodzy Czytelnicy, w miejscach zamieszkania. Opowiedzcie im o swoich radościach oraz problemach. O tych ostatnich na bieżąco rozmawiamy z władzami miast i gmin.

Złowody to mała miejscowość położona w gminie Wielgie, o charakterze typowo rolniczym. W ostatnim czasie we wsi wyremontowano świetlicę wiejską.

Mieszkańcy bardzo się cieszą, bo zyskali miejsce do spotkań. Brakuje jeszcze kilku elementów, w tym odpowiedniego wyposażenia, żeby budynek mógł w pełni

spełniać swoją rolę.

Ludzie zgodnie twierdzą, że powinna zacząć działać w Złowodach jakaś organizacja społeczna, która z pewnością pozytywnie

wpłynęłaby na życie kulturalne wsi. Panowie liczą, że kobiety reaktywują istniejące przed laty Koło Gospodyń Wiejskich. Na brak miejsca dla siebie narzekają mło-

dzi mieszkańcy wsi. Przydałoby się boisko do gry w piłkę i plac zabaw.

Tekst i fot.
Patrycja Wałęsa

Złowody

Ewa Spryszyńska

– Mieszkam w Kurowie, ale jest to sołectwo Złowody. Od 15 lat związana jestem z tym terenem. Prowadzę gospodarstwo rolne, wychowuję czwórkę dzieci. Podoba mi się krajobraz, a zwłaszcza cisza i spokój. Do tego wieś jest bardzo dobrze położona. Blisko mamy do Lipna, Włocławka i Wielgiego. Problem stanowi dojazd. Jeżeli ktoś ma samochód to dobrze, gorzej jeśli trzeba przemieszczać się komunikacją publiczną. W ostatnich latach zlikwidowano większość kursów autobusów PKS. Kolejną bolączką jest brak odpowiedniego miejsca dla młodzieży. Przydałoby się boisko sportowe i plac zabaw. W Złowodach jest świetlica wiejska, ostatnio zmodernizowana. Cieszymy się z tego bardzo, ale brakuje jeszcze odpowiedniego wyposażenia, żeby w pełni mogła służyć mieszkańcom.

Agata Żebrowska

– Mieszkam w Złowodach od 17 lat. Razem z mężem prowadzę działalność gospodarczą. Mam dwoje dzieci. Córka jest w wieku gimnazjalnym, syn od września będzie dojeżdżał do szkoły do Włocławka. Nie jest lekko, ale nie narzekam. Byle nie było gorzej. Dobrze mi się żyje w Złowodach. Sąsiedzi życzliwi, można liczyć na ich pomoc w czasie prac polowych. Drogi nie są złe, ale powinny być lepiej utwardzone. W Wielgiem załatwiamy większość spraw, sklepy są bardzo dobrze zaopatrzone. Od wsi gminnej dzieli nas jedynie 7 km. Bardzo się cieszymy z modernizacji świetlicy wiejskiej. Chcielibyśmy, żeby wójt jeszcze trochę w nią zainwestował, bo brakuje nam wyposażenia. We wsi nie ma miejsca dla dzieci i młodzieży. Uważam, że boisko rozwiązałoby ten problem.

Lech Chojnacki

– W Złowodach prowadzę gospodarstwo rolne. Walory tej małej miejscowości to cisza i spokój. Mamy we wsi sklep spożywczy, niedaleko jest do miasta. Świetlica wiejska została wyremontowana, świetnie się prezentuje, przyjemnie jest posiedzieć w środku. Jednak brakuje ogrzewania, budynek powinien być również pomalowany. Chciałbym, żeby porządnie utwardzono drogi gruntowe. Korzysta z nich wiele osób, lepsza jakość wpłynęłaby na komfort jazdy. Pobocza powinny być częściej czyszczone. Droga jest zarośnięta, gałęzie prawie ocierają się o samochód. Stwarza to sytuacje niebezpieczne. Krótki odcinek drogi, która łączy nas z Zadusznikami, wymaga modernizacji. Nawierzchnia jest fatalna.

Teresa Ryczkowska

– Mieszkam w Złowodach 33 lata. Mam troje dzieci, dwoje z nich założyło już swoje rodziny. Żyje się tu dobrze, sąsiedzi są życzliwi. Mieszkam przy drodze powiatowej. Kilka kroków dzieli mnie od sklepu i świetlicy wiejskiej. 25 lat temu moja rodzina przekazała grunt pod budowę świetlicy. W ostatnim czasie budynek wyremontowano, ma kuchnię, są też łazienki. Wielkie słowa uznania należą się wójtowi Wiewiórskiemu. Dzięki jego zaangażowaniu sołectwo zyskało piękną salę. Dobrze, że wójt wspiera tak małe miejscowości jak nasza. Niestety, na razie brakuje wyposażenia, ale mam nadzieję, że się to wkrótce zmieni. Bardzo żałuję, że nie funkcjonuje już Koło Gospodyń Wiejskich. Przed laty również byłam w jej szeregach. Przez długi czas pełniłam funkcję skarbnika. Z pewnością KGW byłoby inicjatorem różnych uroczystości we wsi. Chcielibyśmy, żeby organizowany był między innymi Dzień Kobiet, Dzień Dziecka.

A tak z innej beczki, to drogi gruntowe wymagają utwardzenia.

Grzegorz Kwiatkowski

– Mieszkam w Złowodach od urodzenia. Zostałem w gospodarstwie rolnym, które prowadzili rodzice. Doskonale pamiętam wieś sprzed laty, kiedy zakładano światło, wodę, budowano szosę, później podłączano telefony. Widzę duże zmiany, jakie tu zaszły. Niebawem będziemy mieli podłączony internet. Dobrze byłoby, gdyby drogi gruntowe miały nawierzchnię lepszej jakości. Chciałbym, żeby świetlica wiejska została pomalowana, wówczas budynek zyska na atrakcyjności. Trzeba też zagospodarować plac przed świetlicą i zrobić parkingi. Od dawna myślę o reaktywacji Koła Gospodyń Wiejskich. Chciałbym, żeby panie zaczęły działać. Z pewnością byłyby motorem różnych inicjatyw. Wpłynęłoby to bardzo korzystnie na integrację mieszkańców. Brakuje także osoby, która sprawowałaby nadzór nad świetlicą, w pewien sposób była jej gospodarzem.

Marta Radomska

– Dobrze mi się żyje w Złowodach. Do szkoły dojeżdżałam do Włocławka, mimo dużego problemu z autobusami. Ale dla chcącego nie ma nic trudnego. W Złowodach jest cicho i spokojnie, ładne widoki za oknem, można wypocząć. We wsi jest sklep, nie trzeba dalej jeździć po zakupy. Jednak nie ma miejsca, w którym młode osoby mogłyby spędzać czas wolny. Jest nas spora grupa, nie mamy się gdzie spotykać. Nie będziemy wysiadywać na przystanku, to nie wypada. W Złowodach wyremontowano świetlicę, moglibyśmy z niej korzystać, gdyby doposażyć ją w stół do ping-ponga bądź bilarda. Poza brakiem rozrywek nic innego mi nie przeszkadza. Szkoda, że nie ma u nas baru albo organizowanych co jakiś czas dyskotek.

Wielgie

Echa „Jak się żyje...?”

Na stronie „Mój dom” prezentowaliśmy opinie mieszkańców o Czarnem. Wójt Tadeusz Wiewiórski opowiada dziś o możliwościach rozwiązania przedstawionych przez mieszkańców problemów.

– Mieszkańcy Czarnego nie mogą doczekać się modernizacji remizy.

– Byli mieszkańcy przekazali gminie nieodpłatnie działkę budowlaną, która przeznaczona będzie pod rozbudowę obecnej remizy. Przygotowanie dokumentacji już zostało zlecone. Zapoznam mieszkańców z przygotowaną dokumentacją techniczną. Jeśli tylko zajdzie taka potrzeba, mieszkańcy będą mieli okazję zgłosić swoje sugestie. Ich wnioski zostaną przez nas uwzględnione. Przewiduję, że w przyszłym roku rozpoczniemy modernizację tego obiektu.

– W złym stanie jest nawierzchnia drogi na odcinku Czarnie-Józefowo. Czy planowana jest jej naprawa?

– W tym roku rozpoczniemy prace nad tą inwestycją. Dokumentacja techniczna została

wykonana. 9 lipca ogłoszono przetarg, a 23 lipca wyłoniono wykonawcę. Na początku wybudowany zostanie odcinek asfaltowy o długości 400 m, na kolejnym 350 m położony będzie tłuczeń. Zadanie zrealizujemy przy wsparciu Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych. W tym roku wykonamy 750 m tej drogi, to zadanie będzie kontynuowane w kolejnych etapach.

– W centrum Czarnego jest plac, który mógłby zostać zagospodarowany na parking z ławeczkami i pasem zieleni. Jego przebudowa korzystnie wpłynęłaby na wizerunek miejscowości.

– Ten plac jest bardzo ładnie usytuowany. Chciałbym, żeby jeszcze w tym roku został przebudowany. Sprawa jednak się opóźnia, ze względu na trudności z ustaleniem własności gruntu. Niestety, nie są to sprawy proste. Mam jednak nadzieję, że uda się zrealizować to zadanie przed końcem roku. Wszystko zależy od tego, kiedy starostwo przekaze nam teren. Z pewnością parkingi z elementami zieleni wpłyną korzystnie na estetykę Czarnego.

Już niebawem będziemy robić chodnik w kierunku Suszewa. Na ten cel zarząd dróg przekazał nam kostkę, zatrudnieni w gminie pracownicy interwencyjni wykonają pozostałą część zadania. Także w tym roku przy szkole podstawowej w Czarnem będzie budowany plac zabaw. W połowie inwestycja ta wsparta jest środkami z zewnątrz. Koszt całości tego zadania to 115 tys. zł. Będzie to nowoczesny plac zabaw, z tartanową nawierzchnią. Drugi taki powstanie w Zadusznikach.

– Mieszkańcy potrzebują również kanalizacji.

– Zauważyłem taką potrzebę, dlatego też opracowano koncepcję budowy kanalizacji. Inną sprawą jest to, czy będziemy realizować zadanie. Tak naprawdę nie wiemy, ile mieszkańców chciałoby się przyłączyć do kanalizacji. Jeżeli nie byłaby to duża liczba to sądzę, że musielibyśmy rozważyć opłacalność tego przedsięwzięcia. Dlatego też muszę zrobić rozeznanie, ile osób byłoby zainteresowanych.

Patrycja Wałęsa

Lipno

Impreza prewencyjna

W minioną sobotę Stowarzyszenie Integracja i Współpraca z Torunia zaprosiło mieszkańców Lipna na festyn rodzinny. Oprócz zabawy, promowano też bezpieczeństwo podczas wakacji.

W imprezie wzięli udział policjanci z lipnowskiej komendy. Dużym zainteresowaniem uczestników festynu cieszył się pokaz tresury i umiejętności owczarków niemieckich. Chętni, pod czujnym okiem technika kryminalistyki, mogli zrobić sobie odciski palców.

Dzieci korzystały ze sprzętu policyjnego, wsiadały do radiowozu czy siadały na motorach.

Aktorzy z teatru „Baj Pomorski” poruszyli w spektaklu temat bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Milusińscy brali też udział w licznych konkursach i quizach

związanych z bezpieczeństwem, zachowaniem się miejscach publicznych oraz na temat szkodliwości i zapobiegania spożywaniu używek przez dzieci i młodzież.

Gwiazdą wieczoru był Dariusz Kordek.

(aba)



Można było zrobić odciski palców, a nawet całej dłoni

Powiat

Waszym zdaniem

Zapytaliśmy naszych Czytelników czy nawiązują kontakty z innymi za pośrednictwem internetu?



– Jakiś czas temu przez internet poznałam bardzo sympatycznego chłopaka z Warszawy. Utrzymujemy kontakt do dziś, często rozmawiamy przez telefon. Dzięki szybkim łączom jest możliwa przyjaźń na odległość – mówi Karolina Ziembakowska z Wierznicy.



– Dzięki internetowi na jednym z portali społecznościowych udało mi się poznać kolegów z nowej szkoły. Mieliśmy okazję porozmawiać i zobaczyć się przed rozpoczęciem roku szkolnego – mówi Przemek Wyszyński z Dobrynia nad Wisłą.



– Typowej znajomości damsko-męskiej nie zawarłam, ale dzięki forum poznałam wielu znajomych z dyskoteki, do której jeżdżę. Znajomości utrzymujemy do dziś, często się spotykamy i razem bawimy – mówi Aneta Bartosiewicz z Chalina.



– Korzystam z internetu, ale nie praktykuję zawierania jakichkolwiek znajomości tą drogą. Po prostu nie czuję takiej potrzeby – mówi Michał Kamiński z Ostrowitego.



– Już wielokrotnie zdarzyło mi się zawrzeć znajomość za pośrednictwem internetu i jestem z tego bardzo zadowolony. Uważam, że jest to wspaniały sposób na powiększanie grona znajomych – Daniel Pawlak z Konotopia.



– Tak, zdarzyło mi się zawrzeć znajomość za pośrednictwem internetu. Traktuję sieć jako bardzo dobrą formę szukania nowych kontaktów – mówi Jolanta Wenderlich z Lipna.

INFORMATOR

Wakacyjne zajęcia organizowane przez MOSiR w Lipnie

11 sierpnia, godz. 10.00 – rowery – stadion miejski

18 sierpnia, godz. 10.00 – lekkoatletyka – stadion miejski

25 sierpnia, godz. 10.00 – beachsoccer – boisko w parku

Pląsy w Bakalarce

W każdy ostatni piątek miesiąca w godz. 18.00-22.00 Klub Muzyczny „Bakalarka” przy ul. Piłsudskiego w Lipnie zaprasza na wieczorki taneczne.

Konkurs fotograficzny

Do 24 września można dostarczać do Miejskiego Centrum Kulturalnego w Lipnie prace, które wezmą udział w konkursie fotograficznym „Obiektyw pełen zwierzaków”. Celem konkursu jest ukazanie przyjaźni i wzajemnych relacji między człowiekiem a zwierzęciem. Bohaterami prac mogą być zwierzęta domowe, np. psy, koty, oraz inne, mniej popularne. Prace (max 5 szt.) należy nadsyłać do 24 września, w formie gotowych wydruków, na adres MCK, lub dostarczyć osobiście do sekretariatu. Format zdjęć: min. 13/18 cm, max 30/40 cm.

Kikół

Urodziny Karmelickiej

Sobotnie obchody dziesięciolecia Karmelickiej Ochotniczej Straży Pożarnej rozpoczęły się mszą świętą w kaplicy w Woli. Podczas apelu przed strażnicą wręczone zostały odznaczenia.

Karmelicka Ochotnicza Straż Pożarna powstała w 2000 roku, jest stowarzyszeniem o charakterze katolickim, działającym przy klasztorze karmelickim w Trutowie. Członkami organizacji są zakonnicy i mieszkańcy parafii

oraz osoby związane z trutowskim klasztorem.

Obecnie w szeregach straży jest 21 dziewcząt i 47 panów. KOSP nie jest członkiem Związku Ochotniczych Straży Pożarnych, jednak w pełni współpracuje

z innymi druhami. Karmelickich strażaków wyróżniają mundury z bordowym lampasem i bordowymi otokami na czapkach oraz z symbolami wskazującymi łączność z karmelitami.

(red)

ODZNACZENIA

Medal „Za Zasługi dla Pożarnictwa”

złoty – Ryszard Pipczyński

srebrny – Wojciech Piotrowski

brązowy – Agnieszka Błaszkiwicz, Elżbieta Brzustewicz, Renata Gołębiwska, Monika Marciniak, Sylwester Śmigiel, Małgorzata Zawadzka

Wzorowy Strażak

Paweł Błaszkiwicz, Marcin Florkowski, Sławomir Florkowski, Sylwia Florkowska, Anna Jabłońska, Dawid Karaś, Joanna Karaś, Mateusz Mroczkowski, Marcin Sawicki, Marta Sawicka, Marek Wachowski, Jan Zawadzki, Jarosław Ziółkowski, Waldemar Ziółkowski, Marian Kozłowski, Kazimierz Gajewski, Karol Drozdowski, Paweł Tułowiecki

Za wysługę 10 lat

Grzegorz Maślewski, Piotr Maślewski, Adam Drozdowski, Zbigniew Wachowski, Lech Piechocki, o. Mieczysław Jankowski, Sylwester Śmigiel, Józef Szmelter, Zbigniew Zalewski, Jarosław Buczkowski



Uroczystość rozpoczęła się od wciągnięcia na maszt flagi państwowej



Odnaczeni za zasługi dla pożarnictwa



Odnagę za wysługę 10 lat odbiera Zbigniew Wachowski



Józef Szmelter ma na piersi Order Pro-roka Eljasza – najwyższe odznaczenie Karmelickiej Straży Pożarnej



Uroczysty apel



Po części oficjalnej przyszedł czas na biwakowanie

Tłuchowo

Pokolorowali świat

Zgodnie z hasłem przewodnim „Wakacje bez nudów”, na dzieci w Tłuchowie każdego dnia czeka dużo atrakcji. Ostatnio, dzięki malarskim zdolnościom najmłodszych, betonowe powierzchnie zmieniły się w dzieła sztuki.

Plac w Tłuchowie zmienił się w wielką pracownię plastyczną. Odbył się tam plener pod tytułem „Malowanie po betonie”, adresowany do najmłodszych artystów. Wykorzystując kredę chodnikową, dzieci z grupy artystycznej malowały to, co im wyobraźnia podpowiadała. Szary beton zamienił się w kolorowy collage.

– Nie stawialiśmy dzieciom żadnych wymogów. Otrzymali kartony ze specjalną kredą chodnikową i stworzyli to, na co mają ochotę. Tematyka była dowolna, jest jednak zrozumiałe, że dominowały elementy wakacyjnego krajobrazu: morze, słońce, kwiaty – mówi Wioletta Krzysztoforska, dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury w Tłuchowie.

W wakacyjnym konkursie plastycznym „Co w trawie piszczy” nagrodzono prace Basi Siecińskiej, Małgosi Osińskiej, Remigiusza Karczewskiego, Wiktorii Sałaty, Julii Jankowskiej, Kacpra Jankowskiego i Emilii Stawskiej.

Na dzieci z grupy artystycznej w wakacje czeka jeszcze wiele interesujących zajęć. W najbliższym czasie odbędzie się plener fotograficzny, będzie też wakacyjne malowanie twarzy. Powstałe prace będzie można obejrzeć na specjalnej wystawie, zorganizowanej podczas dożynek gminnych. Zajęcia realizowane są dzięki środkom uzyskanym przez GOK z Programu Integracji Społecznej.

Patrycja Wałęsa



fol. P. Wałęsa

Weronika, Iza i Ola to najmłodsze uczestniczki pleneru „Malowanie na betonie”



Basia Siecińska kredą wyczarowała ogród z kwiatami i motylami



Wiktorii Sałata namalowała morze

Sprawdź auto zanim wyjedziesz

Wakacje sprzyjają podróżom, warto jednak pamiętać, że każdy dalszy wyjazd wymaga kontroli pojazdu. Szczególnie, gdy panują upały.

Każdy kierowca przed udaniem się w dłuższą podróż powinien sprawdzić stan techniczny swojego samochodu. W pierwszej kolejności trzeba zwrócić szczególną uwagę na układy pojazdu, w których w czasie pracy wydziela się ciepło. Należy dokonać przeglądu układu kierowniczego, hamulcowego, chłodniczego, jezdnego (ogumienie) oraz silnika. Kontroli trzeba również poddać ilość płynu w układzie chłodzącym oraz prawidłowość działania wentylatora. Istotne jest także sprawdzenie cieczy chłodzącej silnika. Możemy to uczynić wzrokowo lub udając się na stację diagnostyczną, gdzie dokładnych oględzin dokona diagnosta.

Przed podróżą należy również uzupełnić zapasy części samochodowych oraz płynów eksploatacyjnych. Powinno się sprawdzić poziom ciśnienia w kole zapasowym i w miarę konieczności dopompować powietrze. W bagażniku powinien znaleźć się zestaw najpopularniejszych kluczy, pakiet bezpieczników, a także podnośnik.

– W podróż warto zabrać ze sobą rezerwę oleju silnikowego oraz cieczy chłodzącej, gdyż w tak wysokiej temperaturze oprócz normalnego zużycia zachodzi także ich parowanie. Warto również sprawdzić stan techniczny gaśnicy. Jej konserwacji możemy dokonać tylko w uprawnionych zakładach usług pożarniczych – podpowiada autoryzowany diagnosta Jan Rusinek.

Kontrola układów ma wpływ na pracę pojazdu, jednak komfort podróży w tych nieprzyjemnych warunkach również jest niezwykle istotny. W czasie jazdy na wygodę kierowcy i pasażerów ma wpływ temperatura oraz nieprzyjemne zapachy wewnątrz pojazdu.

W celu obniżenia temperatury wewnątrz auta należy używać głównie klimatyzacji. Otwieranie okien w czasie jazdy przy dużych prędkościach pojazdów jest niewskazane ze względu na przewiewy. Klimatyzację powinniśmy



Diagnosta Jan Rusinek radzi jak kierowca powinien przygotować auto przed wakacyjną podróżą

poddawać cyklicznemu przeglądowi przynajmniej raz na rok, tzn. poddać kontroli ilość płynu oraz prawidłowość funkcjonowania sprężarki. Można tego dokonać tylko w specjalistycznych zakładach. Użytkownicy pojazdów natomiast mogą zdiagnozować usterki po włączeniu klimatyzacji na podstawie osiągania wymaganej temperatury.

Niekiedy pozostałości, których nie zbierze odkurzacz powodują, iż w kabinie unoszą się nieprzyjemne zapachy, zwielenione przez panujące upały. Stosując zawieszki zapachowe można tylko zlikwidować swąd czasowo, nie zwalczając przyczyny. W celu całkowitego pozbycia się zanieczyszczeń powietrza można zastosować nowoczesną metodę, jaką jest ozonowanie. Wykonuje się je

poprzez podłączenie odpowiedniego urządzenia do wlotu i wylotu powietrza w kabinie, szczelnego jej zamknięcia na około pół godziny, a następnie odprowadzenia zanieczyszczonego powietrza na zewnątrz. Po czym przez piętnaście minut następuje wietrzenie wnętrza pojazdu, dzięki czemu jest on pozbawiony wszelkich zanieczyszczeń powietrza.

Kiedy już kierowca znajduje się w drodze jego auto jest narażone na „przegrzanie się silnika”. Gdy tylko temperatura silnika zbliży się do 100 stopni bądź spod maski wydobywa się para należy zatrzymać pojazd. Powinno się włączyć ogrzewanie na najwyższą pozycję w celu przewietrzenia silnika oraz odprowadzenia nadmiaru temperatury.

Paulina Szulc

PRAWNIK RADZI

Porad prawnych udziela adwokat Roman Brymora.

DOWODY SŁUŻĄCE USTALENIU I ZAPRZECZENIU OJCOSTWA

Szczególne znaczenie mają w postępowaniu sądowym dowody, za pomocą których możliwe jest ustalenie, kto jest ojcem dziecka. Najpopularniejsze i najczęściej stosowane to: dowód z grupowego badania krwi, analizy DNA, dowód antropologiczny i inne dowody przyrodnicze, tj. badanie stopnia dojrzałości płodu, badanie zdolności zapłodnienia, dowód związany z użyciem środków zapobiegających ciąży, badanie śliny, badanie właściwości smakowych człowieka, dowód z linii papilarnych.

Pobranie krwi w celu jej zbadania w sprawach o zaprzeczenie ojcostwa może nastąpić tylko za zgodą osoby, której krew ma być pobrana, a jeżeli osoba nie ukończyła 13 lat lub jest ubezwłasnowolniona całkowicie - tylko za zgodą jej przedstawiciela ustawowego. Krew dziecka pobiera się do badania po ukończeniu przez nie 6 miesięcy. Dowód ten może uzasadniać ustalenie, że określony mężczyzna nie może być ojcem dziecka swojej żony. Opiera się on na tym, że dziecko pewne cechy krwi musi odziedziczyć po jednym lub drugim z rodziców. Jeśli cech krwi dziecka nie można uzasadnić cechami krwi ani matki, ani domniemanego ojca, dowodzi to tego, że dany mężczyzna nie jest ojcem.

Badanie kodu genetycznego DNA obecnie jest bardzo popularne i polega na indywidualnym rozpoznaniu materiału genetycznego zawartego w kwasie DNA komórki. Ekspertyzy DNA dokonywane są w Bydgoszczy, Wrocławiu, Poznaniu, Lublinie. Przeprowadzenie tego dowodu przez Sąd i uzyskanie wyniku pozytywnego, że dana osoba jest ojcem dziecka, nie zwalnia sądu od przeprowadzania dowodu z zeznań świadków i stron w sposób wyczerpujący. Sąd może ponownie przeprowadzenie badań, gdy zachodzą uzasadnione okoliczności podważające prawidłowość przeprowadzenia tego dowodu. Można też uznać, że dowód ten należy ponowić, gdy wbrew wynikowi tych badań - inne dowody przeprowadzone w sprawie jednocześnie wskazują na niepodobieństwo ojcostwa mężczyzny.

Do innych dowodów należą dowody przyrodnicze, nie dające samo przez się podstawy do wykluczenia ojcostwa, ale jednak mogą być one wykorzystane przy ocenie większego lub mniejszego prawdopodobieństwa ojcostwa.

Badanie stopnia dojrzałości płodu ma charakter w zasadzie do-



wodu z opinii biegłego z zakresu medycyny. Badanie zdolności zapłodnienia - ma na celu wyjaśnienie, czy w okresie koncepcyjnym mężczyzna był zdolny do zapłodnienia kobiety. Niezbędne jest badanie specjalistyczne z zapewnieniem tożsamości osoby badanej. Nie można jako jedynej i wystarczającej dowodu traktować zwykłego zaświadczenia lekarskiego stwierdzającego niepłodność osoby badanej. W procesie o ustalenie ojcostwa pozwany mężczyzna może bronić się zarzutem, że poddał się on sterylizacji.

Stosowanie środków antykoncepcyjnych, nawet jeśli zostanie przeprowadzony dowód, że były stosowane przez mężczyznę czy kobietę, nie może być w zasadzie traktowane jako podstawa do wyłączenia ojcostwa. W celu wyjaśnienia okoliczności związanych ze stosowaniem środków antykoncepcyjnych należy dopuścić dowód z opinii biegłego. Na podstawie badania śliny możliwe też jest niekiedy wykluczenie ojcostwa, jednak dowodu z właściwości smakowych człowieka i dowodu z linii papilarnych nie stosuje się ze względu na trudności do ich przeprowadzania.

Przeprowadzenie tych dowodów jednak nie może zastąpić zeznań świadków, przesłuchania stron, który pomimo tego, że dowód z badania grupy krwi czy DNA wykazuje, że dana osoba jest ojcem, musi zostać przez Sąd przeprowadzony w sposób wyczerpujący.

Podstawa prawna: Kodeks Postępowania Cywilnego z 1964 r.

adwokat Roman Brymora

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

CLI TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO

Kikół

Z kijkami po uzdrowisku

W Inowrocławiu mieszkańcy Kikoła i okolic ćwiczyli chodzenie z kijkami, czyli nordic walking. To kolejne przedsięwzięcie towarzystwa „Szansa”.

Warsztaty trwały dwa dni i mogły odbyć się dzięki pieniądзом Programu Integracji Społecznej. Ich uczestnicy najpierw zapoznali się z teorią. O sześciu krokach prowadzących do opanowania techniki opowiedziała im instruktorka Dorota Gołata. Dwie 15-osobowe grupy

szkoliły się kilka godzin. Drugiego dnia wszyscy wybrali się na długi spacer po inowrocławskim parku.

Pobyty uwieczniono na zdjęciach i okiem kamery. Powstanie z tego krótki film instruktażowy, który znajdzie się na stronie internetowej kikolskiego urzędu.

Wszyscy, którzy chcą zadbać o swoje zdrowie i poprawić kondycję, mogą przyjść na cotygodniowe środowowe spotkania pt. „Wychodzić zdrowie z nordic walking”. Pierwsze odbędzie się 18 sierpnia o godz. 17.00 nad miejscowym jeziorem.

(aba)



TYGODNIK REGIONU LIPNOWSKIEGO PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

CZWARTEK 20:00 POLSAT - SZCZĘŚLIWY DZIEŃ

Komedia, 145 min, USA (1996)

Melanie Parker jest rozwiedziona i samotnie wychowuje syna. Nie przeszkadza jej to jednak w pracy w biurze projektów i odnoszeniu sukcesów jako architekt... do czasu. Dzień, w którym los zetknął ją z Jackiem Taylorem - popularnym dziennikarzem nowojorskiej gazety, a zarazem samotnym ojcem koleżanki jej syna ze szkoły, stał się przełomem w jej dotychczasowym życiu. Jack jak tornado wdarł się w jej uporządkowany, dokładnie zaplanowany świat.

PIĄTEK 00:10 TVN - CHŁOPCY Z FERAJNY

Dramat, 170 min, USA (1990)

Film "Chłopcy z ferajny" to opowieść o losach gangsterskiej grupy powiązanej z włoską mafią. Narratorem, a zarazem głównym bohaterem jest Henry Hill, w którego żyłach płynie sycylijsko - irlandzka krew. Swą karierę w gangsterskim świecie zaczynał już od najmłodszych lat wbrew sprzeciwom ojca. Gdy młodzieniec spostrzegł, w jak łatwy sposób można zarobić równowartość kilkunastu ówczesnych pensji, zszedł na stałe z właściwej ścieżki. Z czasem dorobił się szacunku, wspomnianych wielkich pieniędzy i grona wydawałoby się zaufanych przyjaciół. Gdy w grę wchodzi jednak duże kwoty, a ryzyko jest ogromne, wieloletnia przyjaźń schodzi na dalszy plan.

Dzieło Scorsese ukazuje brutalność i brak norm moralnych, które cechują krąg szemranych interesów. Mottem filmu mogłaby być słynna fraza - "Po trupach do celu". Bohaterowie zaspokajają bowiem swe wygórowane potrzeby i pomnażają fortunę dzięki nieczym uczynom. Przekupują różnorakich urzędników, bądź stróżów prawa. Gangsterzy poprzez zdady żon i brak poświęcania uwagi rodzinie podważają rolę tej jednej z najważniejszych wartości. Gdy sytuacja zdaje się być beznadziejna, to właśnie rodzina okazuje się jedyną ostoją i źródłem wsparcia...

SOBOTA 23:55 TVN - FREDDY KONTRA JASON

Horror, 120 min, USA (2003)

Na Elm Street chyba już nikt nie pamięta o Freddy'm Kruegerze. Istotnie, ten jest już w piekle i wydaje się, że nie ma sposobu, aby się stamtąd wydostał. Jest jednak ktoś, kto może (niekoniecznie z własnej inicjatywy) pomóc mu w tym. Ten ktoś to Jason Voorhees, morderca znad Crystal Lake. Podszuwając się pod matkę Jasona, Pamelę Voorhees, Freddy nakłania Voorheesa, aby ten udał się na Ulicę Wiązów i mordował, siejąc w mieszkańcach strach-swojego wielkiego sprzymierzeńca. To właśnie dzięki niemu bowiem Freddy był tak potężny. Wszystko idzie po myśli Freddy'ego, dopóki grupka nastolatków nie odkrywa jego planów i postanawia sprowadzić Kruegera do świata żywych, gdzie nie jest tak potężny jak w świecie koszmaru. Do swojego planu "angażują" Jasona, który znów staje się marionetką, tym razem w ich rękach. Przy okazji pragnęliby też pozbyć się i Jasona. Rozpoczyna się pojedynek morderców. Jednakże, tak jak Freddy'emu, również i nastolatkom sytuacja wymyka się spod kontroli.

PONIEDZIAŁEK 22:15 POLSAT - NA FALI

Animowany, 85 min, USA (2007)

Słońce, plaża, ciepłe morze z wysokimi falami to marzenie każdego surfera. Nie wszyscy miłośnicy tego sportu mają jednak szczęście urodzić się w ciepłym klimacie. Cody Maverick, mały pingwin skalny, mieszka w zapadłej dziurze na Antarktydzie. Mieszkańcy wioski uważają go za lenia, gdyż zamiast sortować ryby, młody pingwin woli spędzać czas na fali. Jego los odmieni się, gdy na Antarktydę dotrze poszukiwacz utalentowanych surferów. Na gorącej wyspie Pen Gu, Cody zakocha się w pięknej ratownicze, zaprzyjaźni z wyluzowanym Kurczakiem i zmierzy się ze zdobywcą dziewięciu pucharów, Tankiem Evansem. Odda również hold oraz wielką przysługę zmarłemu mistrzowi o przezwisku Big Z.

TVP 1

06:00 Kawa czy herbata?
08:45 Fantaghiro (24) - serial
09:15 Legenda Nezha (32) - serial
09:45 Kyle XY (21) - serial
10:30 Smaki polskie
10:45 Jak zostać ogrodnikiem (5) - dokument
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Ily, wy, oni
13:00 Warszawa 2010 - koncert w 66. rocznicę powstania warszawskiego (4) - muzyka
13:25 Don Matteo (9) - serial
14:25 Plebania (1502) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Przebojowa noc - rozrywka
15:25 Klan (1869) - serial
15:55 Klan (1870) - serial
16:25 Moda na sukces (5100) - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Tour de Pologne
19:05 Nutella Mini Tour de Pologne
19:10 Halo, tu Hania! (46) - serial
19:30 Wiadomości
19:55 Sport
20:05 Kronika Tour de Pologne
20:10 Pogoda
20:25 Ranczo (18) - serial
21:30 Sprawa dla reportera - dokument
22:25 Życie po życiu (4) - serial
23:25 Życie po życiu (5) - serial
00:20 Dziewczyny - dokument
00:45 Zagadkowa Jedynka - rozrywka
01:45 Główny podejrzany VII: Końcowy akt (1) - film fabularny
05:30 Telezakupy

tvn

06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Zorro (9) - serial
08:30 Szczególne lata Toma i Jerry'ego (13) - serial
08:55 Taniec z gwiazdami (10) - rozrywka
11:15 Granie na ekranie - rozrywka
11:50 Mango - Telezakupy
12:50 Na Wspólnej (1230) - serial
13:18 Na Wspólnej (1231) - serial
13:46 Na Wspólnej (1232) - serial
14:15 W-11 wydział śledczy - serial
14:55 Detektywi - serial
15:25 Tajemnice Smallville (17) - serial
16:25 Rozmowy w toku - talk show
17:25 Sąd rodzinny (151) - serial
18:25 Detektywi - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy - serial
20:50 Dzień próby - film fabularny
23:20 Szymon Majewski Show (11) - rozrywka
00:20 Orange Warsaw Festival - odliczanie (6) - rozrywka
00:50 Bez śladu (17) - serial
01:50 Uwaga!
02:10 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
03:15 Telesklep
03:40 Tajemnice Smallville (17) - serial
04:35 Nic straconego
05:40 Uwaga!

kinor

08:00 10 dni do wojny - film fabularny
20 marca 2003 roku Wielka Brytania i Stany Zjednoczone wyruszyły na wojnę do Iraku. Film to bezkompromisowe spojrzenie na okoliczności tej decyzji i jej pierwsze skutki.
09:55 Detektyw Murdoch: Dzieło Tesli (13) - serial
10:55 Ikonokłasci: Madeleine Albright i Ashley Judd - dokument
11:55 Cztery pory roku - film fabularny
13:15 Zapasy - film krótkometrażowy
13:50 Król szczurów - film fabularny
16:15 Poirot - Trzecia lokatorka - film fabularny
18:00 Good bye, Lenin! - film fabularny
20:10 Liverpool - film fabularny
21:45 Big Nothing - film fabularny
23:20 Punkt zapalny - film fabularny
01:10 Czas, który pozostał - film fabularny
02:35 Co dzień bliżej nieba - film fabularny
04:20 Sławna jak Sarajewo - film fabularny
05:50 Lekcja tańca w domu - film krótkometrażowy

TVP 2

06:15 Powszechny spis rolny 2010
06:50 W krainie władcy smoków (10) - serial
07:20 M.A.S.H. (80) - serial
07:55 Codzienna 2 m 3 (40) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka
11:00 Familiada - rozrywka
11:30 Telezakupy
12:05 3. Międzynarodowy Festiwal i Konkurs Filmów Animowanych ANIMATOR 2010 - dokument
12:15 Jak wychowywać malucha (4) - dokument
13:10 Kariera Nikodema Dyzmy (1) - serial
14:15 Dom (15) - serial
15:45 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (5) - dokument
16:00 Program lokalny
16:30 M jak miłość (735) - serial
17:25 Głotyna - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Gorący temat - publicystyka
18:40 Sport-telegram
18:45 Pogoda
18:55 Barwy szczęścia (423) - serial
19:30 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (6) - dokument
19:35 Kabaret na lato - rozrywka
20:10 Wirus - film fabularny
21:55 Dr House (104) - serial
22:50 Tancerze (11) - serial
23:50 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (7) - dokument
00:00 Gwiazda śmierci - film fabularny
05:00 Echa Panoramy
05:30 Tajemnice Doliny Nilu (1) - dokument

tvn

06:25 Na Wspólnej (709) - serial
06:55 Superniania (8) - rozrywka
07:55 Życie przede wszystkim (8) - serial
08:50 Ostry dyżur (78) - serial
09:50 Kobra - oddział specjalny (14) - serial
10:55 Telezakupy
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka
13:35 Prawo pożądania (133) - serial
14:35 Superniania (9) - rozrywka
15:35 Niania (106) - serial
16:05 Życie przede wszystkim (9) - serial
17:05 Kobra - oddział specjalny (15) - serial
18:05 Ostry dyżur (79) - serial
19:05 Przyjaciecie (5) - serial
19:35 Niania (107) - serial
20:05 Kryptonim "Nina" - film fabularny
22:15 Jedenasta godzina (1) - serial
23:10 Hycel - film fabularny
01:00 Arkana magii - rozrywka
05:35 Weronika Mars (7) - serial

CANAL+

06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:00 Łapu capu
07:10 Nie przegap
07:20 Simpsonowie (18) - serial
07:45 Łapu capu
08:00 Solaris - film fabularny
09:40 Jak to się robi - film fabularny
11:05 X-Men II - film fabularny
13:25 Pociąg - film fabularny
15:05 Ocaleni - film fabularny
16:45 The Killers w Royal Albert Hall - muzyka
17:50 Gra dla dwojga - film fabularny
20:00 Łapu capu
20:10 Simpsonowie (19) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łapu capu
21:00 Mentalista (9) - serial
21:50 Trauma (18) - serial
22:40 Na wskroś nowoczesna Millie - film fabularny
01:00 28 dni później - film fabularny
02:55 Wielka majówka - film fabularny
04:30 Łapu capu ekstra - rozrywka
05:30 Smacznego, telewizorku - film fabularny

4

06:00 Nowy dzień z Polsat News
06:55 TV market
07:10 Fortuna Wiedzy (791) - rozrywka
07:55 Strażnik Teksasu (12) - serial
08:55 Słodkie zmartwienia (34) - serial
09:25 Piękni (3) - serial
10:25 Ostry dyżur (12) - serial
11:25 Szpital na perypetiach (16) - serial
11:55 Rodzina zastępcza plus (177) - serial
12:55 Synowie (4) - serial
13:25 I kto tu rządzi? (34) - serial
14:00 Miodowe lata (108) - serial
14:45 Świat według Bundych (199) - serial
15:10 Świat według Bundych (200) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (172) - serial
17:00 Dlaczego ja? (40) - serial
18:00 Miodowe lata (109) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (202) - serial
20:00 Szczęśliwy dzień - film fabularny
22:25 Wallander: Zamki na piasku - film fabularny
00:20 Zagadkowa Noc - rozrywka
03:00 Tajemnice losu
05:00 Wstawaj! Gramy! (1306) - rozrywka

4

06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:20 Zbuntowani (164) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
09:20 Modne gwiazdy (2) - dokument
10:20 Moj grzech (79) - serial
11:20 Idiotki nie idą do nieba (138) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 Dekoratornia - film telewizyjny
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
15:00 Drogowka
15:20 Rodzina Serrano (58) - serial
17:00 Zbuntowani (165) - serial
18:00 Modne gwiazdy (3) - dokument
19:00 Moj grzech (80) - serial
20:00 Galileo
21:00 Wirtualna broń - film fabularny
23:00 Hamburger Hill - film fabularny
01:20 Big Brother V - rozrywka
02:20 Muzyczne listy - muzyka
03:20 Quincy Jones and Friends - Live at Montreux 1996 - muzyka
04:20 TV market

EUROSPORT

08:30 Puchar Narodów w Hickstead
09:30 Mistrzostwa Europy w Kazaniu
10:00 Tour de Pologne
11:30 Arsenal Londyn - AC Milan
12:00 AC Milan - Olympique Lyon
12:30 Open de Natation w Paryżu
13:30 Open de Natation w Paryżu
14:30 Francja - Hiszpania
15:30 Zawody w Norwegii
16:30 Tour de Pologne
17:30 Tour de Pologne
19:00 Eurogole - skrót wiadomości
19:10 Zawody w Norwegii
20:00 Liga Mistrzów w Irlandii
21:00 Fight Club
22:30 Clash Time - Spotkanie z gwiazdami
22:35 Watts
22:40 Tydzień z World Wrestling Entertainment
23:10 Vintage Collection
00:10 Clash Time - Spotkanie z gwiazdami
00:15 Tour de Pologne
01:15 Watts



06:00 Kawa czy herbata?
08:45 Owocowe ludki (17) - serial
09:15 Na wysokiej fali (15) - serial
09:50 Kyle XY (22) - serial
10:40 Pomyśl na mieszkanie (7) - dokument
11:05 Wędrowki z europeleakiem
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Wojna światów - dokument
12:55 Warszawa 2010 - koncert w 66. rocznicę powstania warszawskiego (5) - muzyka
13:25 Don Matteo (10) - serial
14:25 Plebania (1503) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Przebiegowa noc - rozrywka
15:25 Klan (1871) - serial
15:50 Klan (1872) - serial
16:20 Polska pięknieje (13) - dokument
16:25 Moda na sukces (5101) - serial
16:50 Kawa czy herbata?
16:55 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski - Rajd Rzeszowski
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Tour de Pologne
19:05 Nutella Mini Tour de Pologne
19:10 Kraina elfów (18) - serial
19:30 Wiadomości
19:55 Sport
20:05 Kronika Tour de Pologne
20:10 Pogoda
20:25 Gdzie jest Fred? - film fabularny
22:30 Tygrys ludojad - film fabularny
00:05 Zio Frankenstein - film fabularny
01:45 Siostrzane więzi - film fabularny
05:55 Dwie strony medalu (81) - serial



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Zorro (10) - serial
08:30 Szczecińskie lata Toma i Jerry'ego (1) - serial
08:55 Taniec z gwiazdami (10) - rozrywka
11:00 Granie na ekranie - rozrywka
11:50 Mango - Telezakupy
12:50 Na Wspólnej (1233) - serial
13:18 Na Wspólnej (1234) - serial
13:46 Na Wspólnej (1235) - serial
14:15 W-11 wydział śledczy - serial
14:55 Detektywi - serial
15:25 Tajemnice Smallville (18) - serial
16:25 Rozmowy w toku - talk show
17:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (541) - serial
18:25 Detektywi - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:00 Władca Piersścieni: Powrót Króla - film fabularny
00:10 Chłopcy z ferajny - film fabularny
03:00 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
04:05 Telesklep
04:30 Tajemnice Smallville (18) - serial
05:35 Uwaga!
05:55 Mango - Telezakupy



08:00 Przekłete oko proroka - film fabularny
09:55 W oku kamery - dokument
10:35 Puszka Pandory - film fabularny
12:40 Kraina wiecznego szczęścia - film fabularny
14:30 Nawiedzony dwór - film fabularny

Jim, agent nieruchomości, postanawia wykorzystać podróż służbową do wystawionej na sprzedaż posesji i zabrać ze sobą żonę i dzieci. Rodzina trafia do dworu, gdzie pełno jest duchów i dziwnych zjawisk.

16:10 Nie jesteśmy aniołami - film fabularny
18:05 Godziny - film fabularny
20:10 Krew jak czekolada - film fabularny
22:00 Prawdziwa historia - Milczenie owiec - dokument
23:00 Wieźień nienawisci - film fabularny
01:10 Straszny film II - film fabularny
02:35 Kung-fu - film fabularny
04:25 Molo - film fabularny
05:15 Na trasie - film krótkometrażowy
05:50 Caracas - film krótkometrażowy



06:20 W krainie władcy smoków (11) - serial
06:50 W krainie władcy smoków (12) - serial
07:20 M.A.S.H. (81) - serial
07:55 Codzienna 2 m 3 (41) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka
10:55 Telezakupy
11:30 Wakacyjne przypadki w Prowansji - film fabularny
13:10 Kariera Nikodema Dyzym (2) - serial
14:15 Dom (16) - serial
16:00 Program lokalny
16:30 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (8) - dokument
16:35 Daleko od szosy (5) - serial
18:00 Panorama
18:25 Gorący temat - publicystyka
18:40 Sport-telegram
18:50 Pogoda
19:00 Barwy szczęścia (424) - serial
19:30 Kabaret na lato - rozrywka
20:10 Kabaretowy Klub Dwójki (18) - rozrywka
21:05 Hit dekady (6) - rozrywka
22:25 Samotny ojciec - film fabularny
00:00 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (9) - dokument
00:05 Podkomisarz Brenda Johnson (18) - serial
00:55 Podkomisarz Brenda Johnson (19) - serial
05:00 Słowo na niedzielę
05:05 Zagadka chińskich mumii - dokument



06:25 Na Wspólnej (710) - serial
06:55 Superniania (9) - rozrywka
07:55 Życie przede wszystkim (9) - serial
08:50 Ostry dyżur (79) - serial
09:50 Kobra - oddział specjalny (15) - serial
10:55 Telezakupy
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka
13:35 Prawo pożądania (134) - serial
14:35 Superniania (10) - rozrywka
15:35 Niania (107) - serial
16:05 Życie przede wszystkim (10) - serial
17:05 Kobra - oddział specjalny (16) - serial
18:05 Ostry dyżur (80) - serial
19:05 Przyjaciele (6) - serial
19:35 Niania (108) - serial
20:05 Butch i Sundance - film fabularny
21:50 Tajemnice rodzinne - film fabularny
23:35 Sześć stóp pod ziemią (4) - serial
00:45 Arkana magii - rozrywka
05:35 Misja Martyna - extra - rozrywka



07:00 Łapu capu
07:10 Nie przegap
07:20 Simpsonowie (19) - serial
07:45 Łapu capu
08:00 Dzielný Despero - film fabularny
09:40 We śnie - dokument
11:05 Ciosy - film fabularny
12:50 Instykt wilka - Gorzkie kwiaty - film fabularny
14:30 To nie tak, jak myślisz, kotku! - film fabularny
16:20 Enid - film fabularny
17:55 The Host - Potwór - film fabularny
20:00 Łapu capu
20:10 Simpsonowie (20) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łapu capu
21:00 Kings of Leon - koncert w Londynie - muzyka
22:50 Ip Man - film fabularny
00:45 Instykt wilka - Upadłe anioły - film fabularny
02:25 Cudownie ocalony - film fabularny
04:00 Prześladowca II - Śmiertelny objazd - film fabularny
05:25 Brunet wieczorową porą - film fabularny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
06:55 TV market
07:10 Fortuna Wiedzy (792) - serial
07:55 Strażnik Teksasu (13) - serial
08:55 Słodkie zmartwienia (35) - serial
09:25 Piękni (4) - serial
10:25 Ostry dyżur (13) - serial
11:25 Szpital na perypetiach (17) - serial
11:55 Rodzina zastępcza plus (178) - serial
12:55 Synowie (5) - serial
13:25 I kto tu rządzi? (35) - serial
14:00 Miodowe lata (109) - serial
14:45 Świat według Bundych (201) - serial
15:10 Świat według Bundych (202) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (173) - serial
17:00 Dlaczego ja? (41) - serial
18:00 Miodowe lata (118) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (203) - serial
20:00 Polska - Niemcy
22:15 Ostrzeżenia - film fabularny
00:00 Ekipa Ameryka - Policjanci z jajami - film fabularny
02:15 Tajemnice losu
05:00 Wstawaj! Gramy! (1307) - rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:20 Zbuntowani (165) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
09:20 Modne gwiazdy (3) - dokument
10:20 Mój grzech (80) - serial
11:20 Idiotki nie idą do nieba (139) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 AlleGra
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
15:00 Drogówka
15:15 Rodzina Serrano (59) - serial
17:00 Zbuntowani (166) - serial
18:00 Modne gwiazdy (4) - dokument
19:00 Mój grzech (81) - serial
20:00 Spadkobiercy (4) - rozrywka
21:00 1000 złych uczynków (11) - serial
21:30 Włatcy móch (6) - serial
22:05 Jazda figurowa - talk show
23:05 Gorące sąsiadki - film fabularny
01:00 Big Brother V - rozrywka
02:00 Big Brother V - rozrywka
03:10 Muzyczne listy - muzyka
04:00 TV market
04:50 Eric Clapton - Crossroads Blues Festival (1) - muzyka
05:30 Mała czarna - talk show



08:30 Mistrzostwa Europy w Kazaniu
09:00 FIA WTCC
09:30 Tour de Pologne
11:00 Zawody w Norwegii
12:00 Liga Mistrzów
12:30 Celtic Glasgow - Olympique Lyon
13:00 Arsenal Londyn - AC Milan
13:30 Liga Europejska
14:00 AC Milan - Olympique Lyon
14:30 Arsenal Londyn - Celtic Glasgow
15:00 Brazylia - Argentyna
16:15 Portugalia - USA
17:30 Zawody w Norwegii
18:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
19:00 Eurogole - skrót wiadomości
19:10 Tour de Pologne
20:30 Intercontinental Rally Challenge na Maderze
21:00 Turniej WTA w San Diego
00:45 Letnia Grand Prix w Hinterzarten



06:25 Trzeba się dobrze spisać - dokument
06:55 Powszechny spis rolny 2010
07:25 Rok w ogrodzie
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Las bliżej nas
08:40 Ziarno
09:10 Klub przyjaciół Myszki Miki (28) - serial
09:40 Złota raczka (6) - serial
10:10 Hannah Montana (36) - serial
10:40 Kyle XY (23) - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Ssaki morskie (2) - dokument
12:50 Rycerze i rabusie (4) - serial
13:40 Kawa czy herbata?
13:50 Zabójczy wirus: w pogoni za wrogiem - dokument
14:40 Kawa czy herbata?
14:55 Z góry - film fabularny
16:20 Warszawa 2010 - koncert w 66. rocznicę powstania warszawskiego (6) - muzyka
16:45 Kawa czy herbata?
16:50 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski - Rajd Rzeszowski
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Tour de Pologne
19:00 Moi przyjaciele: Tygrys i Kubus (17) - serial
19:30 Wiadomości
19:50 Sport
20:00 Kronika Tour de Pologne
20:05 Pogoda
20:20 Godsend - film fabularny
22:10 Kawa czy herbata? - film fabularny
22:20 Brygady Tygrysa - film fabularny
00:35 Wojna jest wszędzie - film fabularny
02:20 Mój chłopak zombie - film fabularny
05:35 Telezakupy
05:55 Dwie strony medalu (82) - serial



08:00 SamSam (11) - serial
08:10 Geronimo Stilton (9) - serial
08:35 Raczujące melodyjki (13) - serial
09:00 Dzień dobry wakacje
11:25 Orange Warsaw Festival (4) - rozrywka
11:55 Uwaga! Pirat
12:45 You can dance - Po prostu tańcz! (7) - rozrywka
14:20 Majka (89) - serial
14:47 Majka (90) - serial
15:14 Majka (91) - serial
15:41 Majka (92) - serial
16:08 Majka (93) - serial
16:35 Cztorej pancerni i pies (1) - serial
17:50 Cztorej pancerni i pies (2) - serial
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Błękitna fala - film fabularny
22:10 Naga broń 2 1/2 - film fabularny
23:55 Freddy kontra Jason - film fabularny
01:55 Kuba Wojewodzki (8) - talk show
02:55 Uwaga!
03:15 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
04:20 Telesklep
04:45 Nic straconego
05:35 Uwaga!
05:55 Mango - Telezakupy



08:00 Najlepsze w świecie - film fabularny
09:45 Szkoła stewardes - film fabularny
11:25 Vince niepokonany - film fabularny
13:20 Dziewczyny z kalendarza - film fabularny
15:20 Anatomia morderstwa - film fabularny
18:10 Pod słońcem Toskanii - film fabularny
20:10 Flintstonowie: Niech żyje Rock Vegas! - film fabularny
23:50 Cop Land - film fabularny

Freddy Heflin marzył o wstąpieniu do policji. Był szczęśliwy, gdy w jego rodzinnym mieście, Garrison, wybrano go szeryfem. Wówczas okazało się, że musi zwalczyć tych, których do tej pory podziwiał.

01:45 Brutalny glina - film fabularny
03:30 Sławna jak Sarajewo - film fabularny



06:10 Tylko Kaśka (4) - serial
06:45 Wojna domowa (15) - serial
07:30 Przygody psa Cywila (1) - serial
08:05 Siedem życzeń (2) - serial
09:00 ZOO story (8) - dokument
09:25 Klub kemping (8) - dokument
09:35 Kocham cię, Polsko! (34) - rozrywka
11:05 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (60) - dokument
11:35 Makłowicz w podróży
12:10 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (10) - dokument
12:20 Po drugiej stronie lustra - film fabularny
14:00 Familiada - rozrywka
14:30 Cztorej pancerni i pies (14) - serial
15:35 Widzew Łódź - Lech Poznań
15:45 Widzew Łódź - Lech Poznań
16:45 Widzew Łódź - Lech Poznań
17:50 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:20 Sport-telegram
18:25 Pogoda
18:35 Bulionerzy (40) - serial
19:05 Tak to leciało! - rozrywka
20:10 Urodziny kabaretu RAK (1) - rozrywka
21:20 Gala śląskiej piosenki (2) - kultura
22:20 Nieugięci - film fabularny
00:10 Festiwal Filmu i Sztuki Dwa Brzegi 2010 - Kazimierz Dolny/Janowiec nad Wisłą (11) - dokument
00:25 W petli czasu (8) - serial
01:15 Mafijny klan (8) - serial
05:55 Rajske klimaty (12) - serial



06:05 Chwila prawdy - rozrywka
07:05 Telezakupy
09:10 Tajemnice Smallville (16) - serial
10:10 Frasier (21) - serial
10:40 Pokojówka - film fabularny
12:25 Diabli nadali (13) - serial
12:55 Diabli nadali (14) - serial
13:25 Diabli nadali (15) - serial
13:55 Diabli nadali (16) - serial
14:25 Diabli nadali (17) - serial
14:55 Zgrywus - film fabularny
16:55 Przyjaciele (2) - serial
17:25 Przyjaciele (3) - serial
17:55 Przyjaciele (4) - serial
18:25 Przyjaciele (5) - serial
19:00 Przyjaciele (6) - serial
19:30 Wiercipięta - film fabularny
21:15 Kontrakt małżeński - film fabularny
23:15 Tunel - film fabularny
01:35 Jaja ze stali (3) - rozrywka
02:15 Arkana magii - rozrywka
05:35 Misja Martyna - extra - rozrywka



07:10 Łapu capu
07:25 Biała sukienka - film fabularny
08:40 Łapu capu ekstra - rozrywka
09:20 Złap mnie, jeśli potrafisz - film fabularny
11:45 Vida - film krótkometrażowy
12:10 Aktualności filmowe
13:05 Mistrzowski organizm (3) - dokument
14:05 Tajemnice zwierząt (2) - dokument
15:05 Sekretne życie pszczoł - film fabularny
17:00 Alternatywne abrakadabra - film krótkometrażowy
17:30 Detektyw Monk (16) - serial
18:25 Dragonball - Ewolucja - film fabularny
20:00 12 rund - film fabularny
21:55 Ciacho - film fabularny
00:00 Trzy królestwa - film fabularny
02:30 Berlin Calling - film fabularny
04:20 Nikt nie jest doskonały - dokument
05:00 Przepis na "Ciacho" - Kuchnia filmowa - dokument
05:25 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:15 Scooby Doo, gdzie jesteś? (4) - serial
07:45 Babar zwycięzca - film fabularny
09:15 Kot w butach - film fabularny
10:55 Dziupla Cezara (8) - serial
11:40 I kto tu rządzi? (15) - serial
12:10 I kto tu rządzi? (16) - serial
12:45 Mamuśki (8) - serial
13:15 Ewa gotuje
13:45 Dom nie do poznania (134) - rozrywka
14:45 Się kręci (182) - rozrywka
15:45 Jaś Fasola (5) - rozrywka
16:15 Polska - Dominikana
18:30 Studio
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (204) - serial
20:00 Kabaret na Topie (15) - rozrywka
21:00 Kabaret na Topie (16) - rozrywka
22:00 Hotel 52 (8) - serial
23:00 Magnolia - film fabularny
03:00 Tajemnice losu
04:40 TV market
05:00 Wstawaj! Gramy! (1308) - rozrywka



06:20 AlleGra
06:50 Jazda figurowa - talk show
07:50 Rajd Finlandii
08:50 Małe potwory - film fabularny
11:00 Galileo
12:00 Mała czarna - talk show
13:00 Eric Clapton - Crossroads Blues Festival (2) - muzyka
13:30 AlleGra
14:00 V-Max
14:30 Swatch FIVB World Tour 2010 w Starych Jabłonkach
15:50 Swatch FIVB World Tour 2010 w Starych Jabłonkach
17:00 Gliniarze z Melbourne (4) - serial
18:00 Łowcy burz - dokument
19:00 Galileo
20:00 Spadkobiercy (5) - rozrywka
21:00 Zawodowcy - film fabularny
23:30 Kłamca - film fabularny
01:40 O czym marzą faceci - film fabularny
03:25 Gary Moore - Live at Montreux - muzyka
04:20 TV market
04:40 Peter Green & Splinter Group Live - muzyka
05:20 Lalola (78) - serial



08:30 Intercontinental Rally Challenge na Maderze
09:00 Brazylia - Argentyna
10:00 Tour de Pologne
11:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
12:00 Turniej WTA w San Diego
12:45 Turniej WTA w San Diego
14:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
15:00 Brazylia - USA
16:15 Portugalia - Argentyna
17:30 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
18:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
19:45 Tour de Pologne
20:45 Intercontinental Rally Challenge na Maderze
21:15 Turniej WTA w San Diego
22:00 Turniej WTA w San Diego
23:45 Fight Club



06:25 Powszechny spis rolny 2010
07:00 Transmisja mszy św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:30 Ssaki morskie (2) - dokument
09:05 Wakacje z duchami (4) - serial
09:40 Pies przed sądem - film fabularny
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Kawa czy herbata?
13:00 Wiadomości
13:15 Rycerze i rabusie (5) - serial
14:10 Winnetou (5) - film fabularny
16:10 Kawa czy herbata?
16:45 Kawa czy herbata?
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Przysłań (8) - serial
18:15 Jaka to melodia? - wydanie specjalne - rozrywka
18:55 Nutella Mini Tour de Pologne
19:00 Chip i Dale (29) - serial
19:30 Wiadomości
19:50 Sport
20:00 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski - Rajd Rzeszowski
20:05 Pogoda
20:20 Dom nad rozlewiskiem (6) - serial
21:20 Dom nad rozlewiskiem (7) - serial
22:15 Kawa czy herbata?
22:25 Dowód - film fabularny
00:15 Zabawa w Boga - film fabularny
03:30 Stan wyjątkowy (5) - serial



08:00 SamSam (12) - serial
08:10 Geronimo Stilton (10) - serial
08:35 Raczkujące melodyjki (14) - serial
09:00 Cztery pancerni i pies (1) - serial
10:10 Cztery pancerni i pies (2) - serial
11:15 Nikomu ani słowa - film fabularny
13:15 Co za tydzień
13:45 Usta usta (8) - serial
14:40 Szymon Majewski Show (11) - rozrywka
15:40 Orange Warsaw Festival (4) - rozrywka
16:10 Spotkania Doroty (9) - rozrywka
16:45 Smaki Miasta
17:20 Spokojnie, to tylko awaria - film fabularny
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Moje wielkie greckie wesele - film fabularny
22:00 Klub szalonych dziewic (5) - serial
23:00 W roli głównej - rozmowa
23:30 Californication (8) - serial
00:10 Bez skazy (5) - serial
01:10 Bez skazy (6) - serial
02:05 Uwaga!
02:25 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
03:30 Telesklep
03:55 Nic straconego
05:10 Nic straconego
05:40 Uwaga!



08:00 Kierunek: Islandia - film krótkometrażowy
08:25 Major Dundee - film fabularny
10:35 Emma - film fabularny
12:45 W dżungli - film krótkometrażowy
13:20 Deszczowa piosenka - film fabularny
15:15 Kate i Leopold - film fabularny
17:25 Poirat: Rendez-vous ze śmiercią - film fabularny
19:10 Za drzwiami Actors Studio - dokument
20:10 Flintstonowie - film fabularny
21:50 Pozwól mi wejść - film fabularny

Pewnego wieczoru 12-letni Oscar poznaje Eli - równie samotną jak on dziewczynkę. Wraz z jej pojawieniem się w okolicy dochodzi do kilku morderstw. Okazuje się, że Eli jest wampirzycą.

23:55 Teksaska masakra piłą mechaniczną - film fabularny
01:30 Co dzień bliżej nieba - film fabularny
03:15 Najlepsze w świecie - film fabularny
04:50 Olek - film fabularny
05:35 Bracia - film krótkometrażowy



06:05 Ostoja
06:35 Szaleństwo Majki Skowron (1) - serial
07:10 Przygody psa Cywila (2) - serial
07:50 Pajęczarki - film fabularny
09:40 Łagodna na drodze
09:55 Wenecja nieznana (1) - dokument
11:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (83) - dokument
11:35 Makłowicz w podróży
12:10 Gwiazda szeryfa - film fabularny
14:00 Familiada - rozrywka
14:30 Złotopolscy (1100) - serial
15:00 Szansa na sukces (150) - rozrywka
16:05 Na dobre i na złe (406) - serial
17:05 Lubuskie warte zachodu - wino, kabaret i śpiew - muzyka
18:00 Panorama
18:20 Sport-telegram
18:25 Pogoda
18:35 Bullonerzy (41) - serial
19:05 Tak to leciało! - rozrywka
20:05 Kabaretowa Noc Listopadowa Gdynia 2009 (1) - rozrywka
21:00 Okrucieństwo nie do przyjęcia - film fabularny
22:45 Magazyn Ekstraklasy - Szybka piłka
23:25 Józef Skrzek i SBB - koncert na Wiśle (1) - muzyka
00:20 Maciej Hen o filmie "Fotografie mojego taty" - kultura
00:25 Fotografie mojego taty - dokument
05:50 Rajskie Klimaty (13) - serial



06:05 Chwila prawdy - rozrywka
07:05 Telezakupy
09:10 Tajemnice Smallville (17) - serial
10:05 Frasier (22) - serial
10:40 Frasier (23) - serial
11:10 Wiercipięta - film fabularny
12:55 Plotkara (16) - serial
13:55 Tak nieliczni - film fabularny
16:20 Butch i Sundance - film fabularny
18:05 Miasteczko Twin Peaks (6) - serial
19:10 Uwaga, faceci! (10) - serial
20:05 Tunel - film fabularny
22:30 Fringe: Na granicy światów (10) - serial
23:35 Tupac: Zmartwychwstanie - dokument
01:45 Arkana magii - rozrywka
05:35 Weronika Mars (8) - serial



06:00 Łąpu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:00 Problem komarów i inne opowieści - dokument
08:00 Tajemnice zwierząt (1) - dokument
09:00 Na wskroś nowoczesna Millie - film fabularny
11:25 Niebieski słoń - film fabularny
12:50 Łąpu capu ekstra - rozrywka
13:25 Australia - film fabularny
16:20 Przystanek Woodstock 2010 - Nigel Kennedy Quintet - muzyka
17:45 Mentalista (9) - serial
18:35 Aktualności filmowe
19:35 Nie przegap
19:45 Łąpu capu
20:00 Przerwane objęcia - film fabularny
22:10 Zapaśnik - film fabularny
00:05 Oszukana - film fabularny
02:25 Łza księcia ciemności - film fabularny
04:00 Muzyka - muzyka
04:30 Łąpu capu ekstra - rozrywka
05:00 Aktualności filmowe
05:30 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:10 Co nowego u Scooby'ego? (6) - serial
07:40 Kaczor Donald przedstawia (47) - dla dzieci
08:15 Scooby Doo, gdzie jesteś? (5) - serial
08:45 Gumisie (1) - serial
09:15 Gumisie (2) - serial
09:45 Kacze opowieści (18) - serial
10:15 Kacze opowieści (19) - serial
10:45 Balonowa farma - film telewizyjny
12:40 Nieodparty urok - film fabularny
14:45 Kabaret na Topie (15) - rozrywka
15:40 Jas Fasola (12) - rozrywka
16:15 Polska - USA
18:30 Studio
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Klepskich (205) - serial
20:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (9) - serial
21:00 Wzór (8) - serial
22:00 Kości (19) - serial
23:00 Gotowe na wszystko (16) - serial
00:00 Gotowe na wszystko (17) - serial
01:00 Magazyn sportowy
03:00 Tajemnice losu
04:40 TV market
05:00 Wstawaj! Gramy! (1309) - rozrywka



06:20 Dekoratornia - film telewizyjny
06:50 Małe potwory - film fabularny
09:00 Aladyn - film fabularny
11:00 Galileo
12:00 Mała czarna - talk show
13:00 Dekoratornia (243) - film telewizyjny
13:30 Lowcy burz - dokument
14:30 Swatch FIVB World Tour 2010 w Starych Jabłonkach
15:50 Swatch FIVB World Tour 2010 w Starych Jabłonkach
17:00 Grand Prix Węgier
17:30 Hollywoodzkie pojedynki (8) - rozrywka
18:00 Gliniarze z Melbourne (5) - serial
19:00 Galileo
20:00 Spadkobiercy (6) - rozrywka
21:00 Odjazdowa randka - film fabularny
23:10 Regina (23) - serial
23:40 Regina (24) - serial
00:10 Regina (25) - serial
00:40 Regina (26) - serial
01:10 Aladyn - film fabularny
03:05 Adam kontra Miłosz - rozrywka
03:30 Blur - For One Night Only - muzyka
04:30 TV market
04:55 V-Max
05:20 Lalola (79) - serial



08:30 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
10:00 Tour de Pologne
11:00 Turniej WTA w San Diego
12:30 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
14:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
15:45 Fotofinisz
17:00 Mityng EAA w Lucernie
19:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
20:30 Najlepsze walki w USA
21:30 Portugalia - Brazylia
22:30 Intercontinental Rally Challenge na Maderze
23:00 Turniej WTA w San Diego
00:45 Letnia Grand Prix w Hinterzarten



06:00 Kawa czy herbata?
08:45 Owocowe ludki (18) - serial
09:15 Na wysokiej fali (16) - serial
09:50 Siedme niebo (3) - serial
10:35 Dziesięć lat mniej (1) - dokument
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Szerokie tory (72) - dokument
13:05 Kabaretowa Jedynka - rozrywka
13:25 Don Matteo (11) - serial
14:30 Plebania (1504) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Przebojowa noc - rozrywka
15:25 Klan (1873) - serial
15:50 Klan (1874) - serial
16:20 Polska pięknieje (14) - dokument
16:25 Moda na sukces (5102) - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Celownik
17:50 Alternatywy 4 (9) - serial
19:10 Halo, tu Hania! (47) - serial
19:30 Wiadomości
19:55 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Nieustraszone (15) - serial
21:20 Kopalnie króla Salomona - film fabularny
23:10 Ekstradycja III (4) - serial
00:10 Zagadkowa Jedynka - rozrywka
01:15 Sokół Maltański - film fabularny



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Zorro (11) - serial
08:30 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego (2) - serial
08:55 Taniec z gwiazdami - rozrywka
10:55 Granie na ekranie - rozrywka
11:50 Mango - Telezakupy
12:50 Na Wspólnej (1236) - serial
13:18 Na Wspólnej (1237) - serial
13:46 Na Wspólnej (1238) - serial
14:15 W-11 wydział śledczy - serial
14:55 Detektywi - serial
15:25 Tajemnice Smallville (19) - serial
16:25 Rozmowy w toku - talk show
17:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (542) - serial
18:25 Detektywi - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy - serial
20:50 Dowody zbrodni (10) - serial
21:50 Dr House (11) - serial
22:50 Dr House (12) - serial
23:50 Rodzina Soprano (9) - serial
00:55 Dr House (11) - serial
01:55 Co za tydzień
02:25 Uwaga!
02:45 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
03:50 Telesklep
04:15 Tajemnice Smallville (19) - serial
05:05 Nic straconego
05:40 Uwaga!



08:00 Najlepsze w świecie - film fabularny
09:40 Na trasie - film krótkometrażowy
10:25 Liverpool - film fabularny
12:00 W oku kamery - dokument
12:40 Kung-fu - film fabularny
14:40 Szkoła stewardes - film fabularny
16:20 Sezon na kaczki - film fabularny
Dwaj czternastolatki postanawiają spędzić nudne popołudnie na oglądaniu telewizji i graniu w gry wideo. Spokój burzy burza pojawienie się sąsiadki, Rity, która chce skorzystać z kucharki.
18:00 Rozstania i powroty - film fabularny
20:10 Ostatni kowboj - film fabularny
22:10 Ali - film fabularny
00:55 Veronica Guerin - film fabularny
02:35 Olek - film fabularny
03:50 Co dzień bliżej nieba - film fabularny
05:55 Scherzo - film krótkometrażowy



06:20 Trzeba się dobrze spisać (1) - dokument
06:50 W krainie władcy smoków (13) - serial
07:25 M.A.S.H. (82) - serial
07:55 Codzienna 2 m 3 (42) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje
10:40 Aleja gwiazd: Olga Borys (9) - kultura
11:00 Familiada - rozrywka
11:25 Telezakupy
12:05 Bibuła (1) - dokument
12:40 Znaki czasu
13:00 Kariera Nikodema Dyzy (3) - serial
14:05 Córki McLeoda (114) - serial
14:55 Laskowik & Malicki (1) - rozrywka
16:00 Program lokalny
16:30 M jak miłość (736) - serial
17:25 Jeden z dziesięciu - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Gorący temat - publicystyka
18:40 Sport-telegram
18:45 Pogoda
19:00 Barwy szczęścia (425) - serial
19:30 Kabaret na lato - rozrywka
20:10 Protokół - film fabularny
22:00 Czas honoru (23) - serial
23:00 Agata kontra Agata (2) - film fabularny
00:45 Rosja. Podróż z Jonathanem Dimbleby (5) - dokument
01:50 Obrobieć VIP-a (11) - serial
02:15 Obrobieć VIP-a (12) - serial
02:45 Technicy-magicy (6) - serial
05:50 Rajskie Klimaty (14) - serial



06:25 Na Wspólnej (711) - serial
06:55 Superniania (10) - rozrywka
07:55 Życie przede wszystkim (10) - serial
08:50 Ostry dyżur (80) - serial
09:50 Kobra - oddział specjalny (16) - serial
10:55 Telezakupy
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka
13:35 Prawo pożądania (135) - serial
14:35 Superniania (11) - rozrywka
15:35 Niania (108) - serial
16:05 Życie przede wszystkim (11) - serial
17:05 Kobra - oddział specjalny (17) - serial
18:05 Ostry dyżur (81) - serial
19:05 Przyjaciele (7) - serial
19:35 Niania (109) - serial
20:05 Tajemnice rodzinne - film fabularny
21:50 Seks w wielkim mieście (13) - serial
22:25 Seks w wielkim mieście (14) - serial
23:00 Wyjęty spod prawa Josey Wales - film fabularny
01:45 Arkana magii - rozrywka
05:35 Weronika Mars (9) - serial



06:00 Łąpu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:00 Łąpu capu
07:10 Nie przegap
07:20 Simpsonowie (20) - serial
07:45 Łąpu capu
08:00 Kobieta z prowincji - film fabularny
09:55 Frost/Nixon - film fabularny
12:00 Detektyw Monk (16) - serial
12:50 Rok, w którym się poznaliśmy - film fabularny
14:35 Łąpu capu ekstra - rozrywka
15:15 Miłość na wybiegu - film fabularny
17:00 Mistrzowski organizm (2) - dokument
18:00 Skazani na siebie - film fabularny
20:00 Łąpu capu
20:10 Simpsonowie (21) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łąpu capu
21:00 Trzy królestwa - film fabularny
23:30 Mistrzowski organizm (4) - dokument
00:30 Złodziejski kodeks - film fabularny
02:10 Cała naprzód - film fabularny
03:40 Przypis na "Ciacho" - Kuchnia filmowa - dokument
04:05 Muzyka - muzyka
04:30 Łąpu capu ekstra - rozrywka
05:00 Aktualności filmowe
05:30 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News
06:55 TV market
07:10 Fortuna Wiedzy (793) - rozrywka
07:55 Strażnik Teksasu (14) - serial
08:55 Słodkie zmartwienia (36) - serial
09:25 Piękni (5) - serial
10:25 Ostry dyżur (14) - serial
11:25 Szpital na perypetiach (18) - serial
11:55 Rodzina zastępcza plus (179) - serial
12:55 Synowie (6) - serial
13:25 I kto tu rządzi? (36) - serial
14:00 Miodowe lata (118) - serial
14:45 Świat według Bundych (203) - serial
15:10 Świat według Bundych (204) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Malanowski i Partnerzy (174) - serial
17:00 Dlaczego ja? (42) - serial
18:00 Miodowe lata (122) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Klepskich (206) - serial
20:00 Witajcie w dżungli - film fabularny
22:15 Na falli - film fabularny
01:00 Zagadkowa Noc - rozrywka
03:00 Tajemnice losu
05:00 Wstawaj! Gramy! (1310) - rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:20 Zbuntowani (166) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
09:20 Modne gwiazdy (4) - dokument
10:20 Mój grzech (81) - serial
11:20 Idiotki nie idą do nieba (140) - serial
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 V-Max
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
15:00 Drogówka
15:15 Rodzina Serrano (60) - serial
17:00 Zbuntowani (167) - serial
18:00 Modne gwiazdy (5) - dokument
19:00 Mój grzech (82) - serial
20:00 Galileo
21:00 Wycisk szczurów - film fabularny
23:15 Armstrong i Miller show (6) - serial
23:55 Big Brother V - rozrywka
00:55 Big Brother V - rozrywka
02:25 Mała czarna - talk show
03:20 Muzyczne listy - muzyka
04:10 TV market
04:50 Chick Corea - Remembering Budd Powell (1) - muzyka
05:20 Lalola (80) - serial



08:30 Intercontinental Rally Challenge na Maderze
09:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
09:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
11:30 Pool Talk - gość specjalny
11:45 Mityng EAA w Lucernie
13:00 Turniej WTA w San Diego
14:30 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
16:00 Pool Talk - gość specjalny
16:15 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
17:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
18:45 Pool Talk LIVE
19:00 Eurogole - skrót wiadomości
19:10 Mityng EAA w Lucernie
20:00 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
20:45 Clash Time - Spotkanie z gwiazdami
20:50 Watts
21:00 Tydzień z World Wrestling Entertainment
21:30 Vintage Collection
22:25 Clash Time - Spotkanie z gwiazdami
22:30 Pool Talk - gość specjalny
22:45 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
00:00 Pool Talk LIVE
00:15 Mityng EAA w Lucernie



06:00 Kawa czy herbata?
08:45 Przyjaciele z podwórka (28) - serial
09:15 Legenda Nezha (33) - serial
09:45 Siódme niebo (4) - serial
10:35 Miejsce z historią (14) - dokument
10:50 Pomysł na mieszkanie (8) - dokument
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Moje lalki - dokument
13:05 Kabaretowa Jedynka - rozrywka
13:25 Don Matteo (12) - serial
14:25 Plebania (1505) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Przebojowa noc - rozrywka
15:25 Klan (1875) - serial
15:55 Klan (1876) - serial
16:25 Moda na sukces (5103) - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Celownik
17:50 Zmienińcy (9) - serial
19:00 Przebojowa noc - rozrywka
19:05 Bali (42) - serial
19:30 Wiadomości
19:55 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Gorycz tropików (5) - serial
21:30 Piękna Angelika - film fabularny
23:25 Szczęśliwy oddalenie (6) - serial
00:15 Szczęśliwy oddalenie (7) - serial
01:00 Zagadkowa Jedynka - rozrywka
02:10 Szczekać na świat - film fabularny



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Zorro (12) - serial
08:30 Szczęśliwe lata Toma i Jerry'ego (3) - serial
08:55 Taniec z gwiazdami - rozrywka
10:50 Granie na ekranie - rozrywka
11:50 Mango - Telezakupy
12:50 Na Wspólnej (1239) - serial
13:18 Na Wspólnej (1240) - serial
13:46 Na Wspólnej (1241) - serial
14:15 W-11 wydział śledczy - serial
14:55 Detektywi - serial
15:25 Tajemnice Smallville (20) - serial
16:25 Rozmowy w toku - talk show
17:25 Sąd rodzinny (152) - serial
18:25 Detektywi - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy - serial
20:50 Bez śladu (18) - serial
21:50 Usta usta (9) - serial
22:50 Kuba Wojewódzki (9) - talk show
23:50 Klub szalonych dziewcz (5) - serial
00:50 Dr House (12) - serial
01:50 Uwaga!
02:10 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
03:15 Telesklep
03:40 Tajemnice Smallville (20) - serial
04:35 Co za tydzień
05:40 Uwaga!



08:00 Kierunek: Islandia - film krótkometrażowy
08:25 10 dni do wojny - film fabularny
10:25 Poirot - Trzecia lokatorka - film fabularny
12:15 Ikonokłasci: Madeleine Albright i Ashley Judd - dokument
13:15 Pod słońcem Toskanii - film fabularny
15:15 Mali agenci - film fabularny
16:25 Strefa mroku - film fabularny
18:45 Cztery pory roku - film fabularny
20:10 Wallander (1) - film fabularny
21:55 Wiatr buszujący w jęczmieniu - film fabularny
00:20 Roman i Magda - film fabularny
02:00 Teksaska masakra piłą mechaniczną - film fabularny
03:25 Prawdziwa historia - Milczenie owiec - dokument
04:15 Sławna jak Sarajewo - film fabularny
05:00 Na trasie - film krótkometrażowy
05:35 Kierunek: Islandia - film krótkometrażowy



06:25 Festiwal ekumeniczny w Ustroniu - dokument
06:50 W krainie władcy smoków (14) - serial
07:20 M.A.S.H. (83) - serial
07:55 Codzienna 2 m 3 (43) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje
10:40 Aleja gwiazd: Andrzej Nejman (21) - kultura
11:00 Familiada - rozrywka
11:30 Telezakupy
12:05 Smutna opowieść o dwóch gatunkach - dokument
13:05 Kariera Nikodema Dyzmy (4) - serial
14:05 Córki McLeoda (115) - serial
14:55 Szansa na sukces (145) - rozrywka
16:00 Program lokalny
16:30 M jak miłość (737) - serial
17:25 Gilotyna - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Gorący temat - publicystyka
18:40 Sport-telegram
18:45 Pogoda
19:00 Barwy szczęścia (426) - serial
19:35 Kabaret na lato - rozrywka
20:10 Zemsta mnicha (2) - film fabularny
21:45 07 zgłoś się (6) - serial
22:55 Trzeci oficer (4) - serial
23:55 Trzeci oficer (5) - serial
01:00 Diamenty - dokument
02:00 Oblicza Ziemi (10) - dokument
05:50 Rajske klimaty (15) - serial



06:25 Na Wspólnej (712) - serial
06:55 Superniania (11) - rozrywka
07:55 Życie przede wszystkim (11) - serial
08:50 Ostry dyżur (81) - serial
09:50 Kobra - oddział specjalny (17) - serial
10:55 Telezakupy
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka
13:35 Prawo pożądania (136) - serial
14:35 Superniania (1) - rozrywka
15:35 Niania (109) - serial
16:05 Życie przede wszystkim (12) - serial
17:05 Kobra - oddział specjalny (1) - serial
18:05 Ostry dyżur (82) - serial
19:05 Przyjaciele (8) - serial
19:35 Niania (110) - serial
20:05 Wyjęty spod prawa Josey Wales - film fabularny
22:45 Seks w wielkim mieście (15) - serial
23:25 Seks w wielkim mieście (16) - serial
00:05 Hycel - film fabularny
01:50 Arkana magii - rozrywka
05:35 Weronika Mars (10) - serial



06:00 Łąpu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:00 Łąpu capu
07:10 Nie przegap
07:20 Simpsonowie (21) - serial
07:45 Łąpu capu
08:00 Falszywa dwunastka - film fabularny
09:40 Klasa - film fabularny
11:55 Zezowate szczęście - film fabularny
13:50 Pełnym głosem - film fabularny
15:25 Nowe stanowisko - film fabularny
17:00 Opowieści dziwnej treści - trzy swinki - film fabularny
18:20 Instykt wilka - Gorzkie kwiaty - film fabularny
20:00 Łąpu capu
20:10 Simpsonowie (22) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łąpu capu
21:00 Elitarni - film fabularny
23:00 12 rund - film fabularny
00:55 Czas surferów - film fabularny
02:25 Plątki - W stronę samopoznania - dokument
03:30 Aktualności filmowe
04:00 Muzyka - muzyka
04:30 Łąpu capu ekstra - rozrywka
05:00 Aktualności filmowe
05:30 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News
06:55 TV market
07:10 Fortuna Wiedzy (794) - serial
07:55 Strażnik Teksasu (15) - serial
08:55 Słodkie zmartwienia (37) - serial
09:25 Piękni (6) - serial
10:25 Ostry dyżur (15) - serial
11:25 Szpital na perypetiach (19) - serial
11:55 Rodzina zastępcza plus (180) - serial
12:55 Synowie (7) - serial
13:25 I kto tu rządzi? (37) - serial
14:00 Miodowe lata (122) - serial
14:45 Świat według Bundych (205) - serial
15:10 Świat według Bundych (206) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (175) - serial
17:00 Dlaczego ja? (43) - serial
18:00 Miodowe lata (124) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (207) - serial
20:00 Klejnot Nilu - film fabularny
22:15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (58) - serial
23:15 Zmowa milczenia - film fabularny
01:20 Zagadkowa Noc - rozrywka
03:00 Tajemnice losu
05:00 Wstawaj! Gramy! (1311) - rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:20 Zbuntowani (167) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
09:20 Modne gwiazdy (5) - dokument
10:20 Mój grzech (82) - serial
11:20 Kłaczuch - rozrywka
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 Hollywoodzkie pojedynki (8) - rozrywka
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
15:05 Rodzina Serrano (61) - serial
16:55 Zbuntowani (168) - serial
18:00 Mój grzech (83) - serial
19:00 Mój grzech (84) - serial
20:00 Galileo
21:00 Ciemne wody - film fabularny
22:55 Armstrong i Miller show(7) - serial
23:35 Big Brother V - rozrywka
00:35 Hamburger Hill- film fabularny
02:55 Muzyczne listy - muzyka
03:45 Komenda
04:10 TV market
04:55 Chick Corea - Remembering Budd Powell (2) - muzyka
05:15 Lalola (81) - serial



08:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
09:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
11:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
12:15 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
13:45 Mityng EAA w Lucernie
15:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
15:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
16:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
17:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
18:30 Pool Talk LIVE
18:45 Eurogole - skrót wiadomości
18:55 Letnia Grand Prix w Hinterzarten
20:00 Najlepsze walki w USA
21:00 Ran Nakash - Victor Barragan
23:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
00:30 Pool Talk LIVE
00:45 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie



06:00 Kawa czy herbata?
08:45 Owocowe ludki (19) - serial
09:15 Na wysokości fali (17) - serial
09:50 Siódme niebo (5) - serial
10:35 Chopin2010.pl - muzyka
11:00 Pora na doktora
11:20 Telezakupy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Raj
13:00 Kabaretowa Jedynka - rozrywka
13:25 Don Matteo (13) - serial
14:25 Plebania (1506) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Przebojowa noc - rozrywka
15:25 Klan (1877) - serial
15:50 Klan (1878) - serial
16:20 Polska pięknieje (15) - dokument
16:30 Moda na sukces (5104) - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Celownik
17:50 Czerdziestolatek (17) - serial
18:55 Przebojowa noc - rozrywka
19:05 Pocoyo (12) - serial
19:15 Nauki i przyjaciele (5) - serial
19:30 Wiadomości
19:55 Sport
20:00 Rajd Brazylii
20:05 Pogoda
20:15 Polska - Kamerun
20:25 Polska - Kamerun
22:40 Ekstradycja III (5) - serial
23:40 Zagadkowa Jedynka - rozrywka
00:45 Edith i Marcel - film fabularny



06:00 Mango - Telezakupy
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka
08:00 Zorro (13) - serial
08:30 Szczęśliwe lata Toma i Jerry'ego (4) - serial
08:55 Taniec z gwiazdami - rozrywka
10:50 Granie na ekranie - rozrywka
11:50 Mango - Telezakupy
12:50 Na Wspólnej (1242) - serial
13:18 Na Wspólnej (1243) - serial
13:46 Na Wspólnej (1244) - serial
14:15 W-11 wydział śledczy - serial
14:55 Detektywi - serial
15:25 Tajemnice Smallville (21) - serial
16:25 Rozmowy w toku - talk show
17:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (543) - serial
18:25 Detektywi - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy - serial
20:50 Prawdziwa zbrodnia - film fabularny
23:25 Dziewczyna do towarzystwa - film fabularny
01:25 Uwaga!
01:45 Po co spać, jak można grać? - rozrywka
02:50 Telesklep
03:15 Tajemnice Smallville (21) - serial
04:15 Nic straconego
05:40 Uwaga!



08:00 Dom wesolej starości - film krótkometrażowy
08:25 Gwiazdy poranne - film fabularny
10:10 Za drzwiami Actors Studio - dokument
11:10 Informator - film fabularny
13:55 Szyja żyrafa - film fabularny
15:30 W oku kamery - dokument
16:10 Godziny - film fabularny
20:10 Najszczęśliwsza dziewczyna na świecie - film fabularny
22:05 Elita zabójców - film fabularny
00:15 W dżungli - film krótkometrażowy
00:45 Jak we śnie - film fabularny
02:35 Beautiful - film fabularny
Niezależny filmowiec z Wrocławia, Piotr Matwiejczyk, stał się znany dzięki amatorskim parodiom. Będąc właścicielem amatorskiej wytwórni "Mufion Pictures", pozyskuje do filmów profesjonalnych aktorów.
03:35 Łabędzi śpiew - film fabularny
05:35 Milan - film krótkometrażowy



06:25 Znaki czasu
06:50 W krainie władcy smoków (15) - serial
07:20 M.A.S.H. (84) - serial
07:55 Codzienna 2 m 3 (44) - serial
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje
11:00 Familiada - rozrywka
12:05 Rzym niezany (1) - dokument
13:05 Kariera Nikodema Dyzmy (5) - serial
14:05 Córki McLeoda (116) - serial
14:55 XIV Międzynarodowy Festiwal Piosenki i Kultury Romów (2) - kultura
16:00 Program lokalny
16:30 M jak miłość (738) - serial
17:25 Gilotyna - rozrywka
18:00 Panorama
18:25 Gorący temat - publicystyka
18:40 Sport-telegram
18:45 Pogoda
19:00 Barwy szczęścia (427) - serial
19:35 Kabaret na lato - rozrywka
20:10 Żelazny orzeł III: Asy - film fabularny
21:55 Dr House (105) - serial
22:55 Tancerze (12) - serial
23:55 Skrzywdzeni przez los - film fabularny
01:50 Michał Urbaniak i Golec uOrkiestra - muzyka
05:45 Rajske klimaty (16) - serial



06:25 Na Wspólnej (713) - serial
06:55 Superniania (1) - rozrywka
07:55 Życie przede wszystkim (12) - serial
08:50 Ostry dyżur (82) - serial
09:50 Kobra - oddział specjalny (1) - serial
10:55 Telezakupy
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka
13:35 Prawo pożądania (137) - serial
14:35 Superniania (2) - rozrywka
15:35 Niania (110) - serial
16:05 Życie przede wszystkim (13) - serial
17:05 Kobra - oddział specjalny (2) - serial
18:05 Ostry dyżur (83) - serial
19:05 Przyjaciele (9) - serial
19:35 Niania (111) - serial
20:05 Bez granic - film fabularny
22:40 Seks w wielkim mieście (17) - serial
23:15 Seks w wielkim mieście (18) - serial
23:55 Plotka - film fabularny
01:50 Arkana magii - rozrywka
05:35 Weronika Mars (11) - serial



06:00 Łąpu capu ekstra - rozrywka
06:30 Muzyka - muzyka
07:00 Łąpu capu
07:10 Nie przegap
07:20 Simpsonowie (22) - serial
07:45 Łąpu capu
08:00 Jedwabne życie - film fabularny
09:45 Dzielný Despero - film fabularny
11:20 Smarkula - film fabularny
13:10 Futurama - W zielonej dzikiej dali - film fabularny
14:40 Marley i ja - film fabularny
16:40 Mentalista (9) - serial
17:30 Detektyw Monk (16) - serial
18:25 Ricky - film fabularny
20:00 Łąpu capu
20:10 Simpsonowie (23) - serial
20:35 Nie przegap
20:45 Łąpu capu
21:00 Instykt wilka - Pogrzebane psy nie gryzą - film fabularny
22:40 South Park (10) - serial
23:10 South Park (11) - serial
23:45 Ciacho - film fabularny
01:45 Sierpień - film fabularny
03:10 Muzyka - muzyka
03:30 Aktualności filmowe
04:00 Muzyka - muzyka
04:30 Łąpu capu ekstra - rozrywka
05:00 Aktualności filmowe
05:30 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News
06:55 TV market
07:10 Fortuna Wiedzy (795) - serial
07:55 Strażnik Teksasu (16) - serial
08:55 Słodkie zmartwienia (38) - serial
09:25 Piękni (7) - serial
10:25 Ostry dyżur (16) - serial
11:25 Szpital na perypetiach (20) - serial
11:55 Rodzina zastępcza plus (181) - serial
12:55 Synowie (8) - serial
13:25 I kto tu rządzi? (38) - serial
14:00 Miodowe lata (124) - serial
14:45 Świat według Bundych (207) - serial
15:10 Świat według Bundych (208) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (176) - serial
17:00 Dlaczego ja? (44) - serial
18:00 Miodowe lata (125) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (208) - serial
20:00 Switch - film fabularny
22:15 Telemaniak - film fabularny
00:25 Maska diabła - film fabularny
02:30 Zagadkowa Noc - rozrywka
03:30 Tajemnice losu
05:00 Wstawaj! Gramy! (1312) - rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka
07:20 Zbuntowani (168) - serial
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
09:20 Mój grzech (83) - serial
10:20 Mój grzech (84) - serial
11:20 Kłaczuch - rozrywka
12:20 Muzyczne listy - muzyka
13:30 Chick Corea - Remembering Budd Powell (3) - muzyka
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka
15:00 Drogówka
15:20 Rodzina Serrano (62) - serial
17:00 Zbuntowani (169) - serial
18:00 Mój grzech (85) - serial
19:00 Mój grzech (86) - serial
20:00 Galileo
21:00 Nikomu ani słowa - film fabularny
23:20 Horne and Corden: Komicy bez klasy (1) - rozrywka
00:00 Big Brother V - rozrywka
01:00 Odjazdowa randka - film fabularny
03:05 Muzyczne listy - muzyka
03:55 Komenda
04:20 TV market
04:55 Dekoratornia - film telewizyjny
05:00 AlleGra
05:20 Lalola (82) - serial



08:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
09:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
11:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
12:15 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
13:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
14:30 Zawody w Norwegii
15:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
16:30 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
17:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
18:45 Pool Talk LIVE
19:00 Eurogole - skrót wiadomości
19:15 Wednesday Selection
19:50 Puchar Narodów w Dublinie
20:50 Zawody w Portugalii
21:20 Riders Club
21:25 Turniej z cyklu US PGA - Turning Stone Resort Championships
22:25 Europejski turniej kobiet - Irish Open
22:35 Golf Club
22:40 Yacht Club
22:45 Wednesday Selection
23:00 Droga do Mistrzostw Europy w Polsce i na Ukrainie
00:00 Mistrzostwa Europy w Budapeszcie
01:15 Pool Talk LIVE

Powiat

Renty strukturalne po nowemu

Już we wrześniu ma odbyć się nabór wniosków o przyznanie rent strukturalnych. O nowych zasadach mówi Przemysław Kuczkowski, zastępca dyrektora ARiMR w Toruniu.

– Bardzo wielu rolników pyta o to, czy jeszcze w tym roku będą mogli składać wnioski o przyznanie rent strukturalnych?

– Zgodnie z informacją przekazaną na konferencji prasowej ministra rolnictwa i rozwoju wsi oraz prezesa ARiMR, planowane jest do końca lipca 2010 ogłoszenie naboru wniosków na renty strukturalne, który rozpocznie się 1 września 2010r.

– Według prognoz, aby dostać rentę strukturalną w tej edycji programu spełnić będzie należało więcej niż dotychczas wymagań. Jakie są nowe wytyczne?

– Rentę strukturalną przyznaje się producentowi rolnemu będącemu osobą fizyczną prowadzącą na własny rachunek działalność rolniczą w gospodarstwie rolnym, jeżeli łącznie spełnia on następujące warunki: ukończył 55 lat, lecz nie osiągnął wieku emerytalnego i nie ma ustalonego prawa do emerytury lub renty; prowadził nieprzerwanie działalność rolniczą w gospodarstwie rolnym co najmniej 10 lat bezpośrednio poprzedzających złożenie wniosku o rentę strukturalną i w okresie ostatnich 10 lat podlegał przez okres co najmniej 5 lat ubezpieczeniu emerytalno-rentowemu i w dniu złożenia wniosku o rentę nie posiadał zaległości w opłaceniu składek. Poza tym rolnik musi być wpisany do ewidencji producentów, stanowiącej część krajowego systemu ewidencji producentów, ewidencji gospodarstw rolnych oraz ewidencji wniosków o przyznanie płatności. Jeśli chodzi o rzecz kluczową, czyli powierzchnię przekazanego gospodarstwa to musi ono mieć co najmniej 6 ha. Zmianie uległ sposób przekazania gospodarstwa rolnego. Warunek przekazania gospodarstwa rolnego uważa się za spełniony jeżeli: zostały przekazane wszystkie użytki rolne wchodzące w skład tego gospodarstwa, będące zarówno przedmiotem odrębnej



własności rolnika i jego małżonka, jak również przedmiotem ich współwłasności. Przekazanie musi nastąpić przez przeniesienie własności gospodarstwa rolnego w całości na rzecz następcy, przy czym powierzchnia użytków rolnych następcy nie może być mniejsza niż średnia powierzchnia gruntów rolnych w gospodarstwie rolnym w kraju. W przeciwnym wypadku następca powinien uzupełnić powierzchnię użytków rolnych w terminie określonym na podstawie rozporządzenia w ramach działania „Ułatwienie startu młodym rolnikom” albo - przez przeniesienie własności gospodarstwa rolnego w całości na powiększenie jednego gospodarstwa rolnego. W przypadku przekazywania gospodarstwa rolnego o powierzchni użytków rolnych większej niż 10 ha, powierzchnia użytków rolnych wchodzących w skład gospodarstwa rolnego po powiększeniu powinna być większa co najmniej o 10% od powierzchni użytków rolnych wchodzących w skład przekazywanego gospodarstwa rolnego. Wprowadzono również możliwość uzupełnienia przez następcę niektórych warunków w terminie późniejszym, tj. jeżeli na dzień przekazania gospodarstwa rolnego: następca nie posiada odpowiednich kwalifikacji zawodowych w zakresie wykształcenia oraz w przypadku, gdy powierzchnia użytków rolnych wchodzących w skład przekazywanego następcy gospodarstwa rolnego jest mniejsza niż średnia powierzchnia gruntów

rolnych w kraju, warunki te będą mogły być spełnione w terminie 3 lat (który określony został w przepisach dotyczących działania „Ułatwienie startu młodym rolnikom”).

– Renty strukturalne były pomysłem dzięki któremu zmniejszyć się miała w Polsce liczba gospodarstw mało powierzchniowych. Tymczasem wciąż występuje znaczne rozdrobnienie gospodarstw. Czy właśnie z tego powodu wprowadzono zmiany z zasadach uzyskiwania rent strukturalnych?

– Celem nowelizacji rozporządzenia ministra rolnictwa i rozwoju wsi jest zwiększenie wpływu niniejszego działania na poprawę struktury gospodarstw rolnych, przyczyniając się do bardziej racjonalnego i efektywnego wykorzystania środków programu, przy jednoczesnym uwzględnieniu konieczności zabezpieczenia interesów finansowych Unii Europejskiej.

– Na jakie pieniądze będzie mógł liczyć rolnik ubiegający się o rentę strukturalną?

– Zgodnie z treścią w/w rozporządzenia wysokość renty strukturalnej wynosi 1013 zł. Zwiększa się o ją 676 zł, jeżeli wnioskodawca pozostaje w związku małżeńskim i są spełnione warunki określone przepisami prawa. Świadczenie zwiększa się o 102 zł, w przypadku przekazania osobie w wieku poniżej 40 lat gospodarstwa rolnego o łącznej powierzchni użytków rolnych większej niż 10 ha. Powyższe kwoty nie będą waloryzowane.

Piotr Wołyński

SOŁTYS



Z DZIENNIKA SOŁTYSA

Romana Narożnego
z Nowej Wsi

Pozytywnie załatwione sprawy:

Sołtysem jestem już 20 lat. Drugą kadencję pełnię także funkcję radnego. Na sołectwo składają się trzy wsie: Chalinek, Nowa Wieś i Oleszyńskie Rumunki. Zamieszkuje je 635 osób. To typowo rolnicze miejscowości, w których, niestety, nie działają żadne organizacje i stowarzyszenia. W Nowej Wsi znajduje się Dom Pomocy Społecznej. W obrębie sołectwa działalność prowadzi również prywatni przedsiębiorcy budowlani. Dzieci dowożone są autobusem do szkoły w Wielgim. W Nowej Wsi mamy cztery lampy. W ciągu tych lat, kiedy jestem sołtysem, udało się zwodociągować wieś. Większość gospodarzy ma założone przydomowe oczyszczalnie ścieków. Położony został nowy dywanik asfaltowy na trasie Wielgie – Witkowo. Na bieżąco naprawiamy drogi gruntowe, szlakę zastąpiliśmy gruzem. Dla dzieci w Nowej Wsi i Chalinku postawiono nowe wiaty przystankowe.

Plany na przyszłość:

W planach mamy budowę drogi o nawierzchni utwardzonej, łączącej drogę wojewódzką z powiatową na odcinku Nowa Wieś – Oleszno. Cieszymy się również, że udało się rozwiązać kwestię świetlicy wiejskiej, której do tej pory nie posiadaliśmy. Starostwo powiatowe zgodziło się na 3 lata wydzierżawić nam pomieszczenie po portierni w DPS. Już niebawem zostanie wyremontowane na cele świetlicy.

Problemy wsi:

Do tej pory bardzo odczuwaliśmy brak świetlicy wiejskiej. Dla sołectwa to duży problem, ale tak jak wcześniej wspomniałem, ta kwestia niebawem zostanie rozwiązana. Przy drodze wojewódzkiej powinna być ścieżka rowerowa. Poprawiłoby się bezpieczeństwo, szczególnie dzieci i osób starszych. Poza tym wieś się starzeje, młodzi kształcą się i nas opuszczają. Małe miejscowości powoli się wyludniają.

Patrycja Wałęsa

Oznaczenia

Europejski liść

Gwieździsty listek na zielonym tle – to nowy symbol, który pojawił się na części produktów rolniczych, które kupujemy w sklepach. Od 1 lipca tak zwany „Euro-liść” musi zawsze widnieć na pakowanej żywności organicznej, którą wytworzono w jednym z państw UE i która spełnia wymagane normy.

Logo niesie ze sobą dwa jasne przesłania: przyroda i Europa. Komisja Europejska zarejestrowała ten znak jako wspólny znak towarowy. Logo zaprojektował student z Niemiec, Dušan Milenković. Zwyciężyło ono w ankiecie internetowej, którą przeprowadzono po konkursie skierowanym do studentów sztuk plastycznych w UE.

Nowe logo ekologiczne jest drugim symbolem stosowanym do oznaczania produktów ekolo-

gicznych w UE. Pierwszy symbol został wprowadzony pod koniec lat 90. i był stosowany na zasadach dobrowolności.

PW



REKLAMA

**SKUP
BYDŁA
POURAZOWEGO
ODBIÓR Z DOMU
tel. 605 275 830**

**FIRMA DAMIROL
PROWADZI SKUP ZBOŻA
Z BEZPOŚREDNIM ODBIOREM
Z GOSPODARSTWA
F.P.H.U. DAMIROL Środki do Produkcji Rolnej
Borek 2, 87-410 Kowalewo Pomorskie
tel. 56 688 74 57, kom: 698 647 084, 662 062 710**

Wielgie

Książki na tapecie



W minioną środę odbyło się kolejne spotkanie Dyskusyjnego Klubu Książki. Jest to projekt realizowany w ramach Programu Integracji Społecznej przez Stowarzyszenie Rozwoju Gminy Wielgie „Przyszłość” przy współpracy z Biblioteką Publiczną Gminy Wielgie. Kto lubi rozmawiać o książkach, dzielić się wrażeniami po ich przeczytaniu, powinien koniecznie wstąpić do DKK. Tym razem czytelnicy mieli okazję podzielić się wrażeniami na temat książki „Przystupa” autorstwa dziennikarki Agencji Reutersa i „Gazety Wyborczej” Grażyny Plebanek. Na kolejnym spotkaniu, które odbędzie się 25 sierpnia, na tapecie będzie „Gobelin” Barbary Kosmowskiej.

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

CLI TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO

REKLAMA

Gabinet Medycyny Estetycznej
W Bobrowie k. Brodnicy

Wykonujemy:

BOTOX

JEDYNA SKUTECZNA
LIKWIDACJA ZMARSZCZEK
(kurze łapki, czoło, unoszenie brwi,
zmarszczki palacza, trójkąt Marsa)

MEZOTERAPIA

SKUTECZNE ODŻYWIANIE SKÓRY
TWARZY I SZYI

WYPEŁNIACZE

WYPEŁNIANIE
(wypełnianie głębokich bruzd,
konturowanie twarzy, powiększanie ust,
Volumetria.)

INTRALIPOTERAPIA

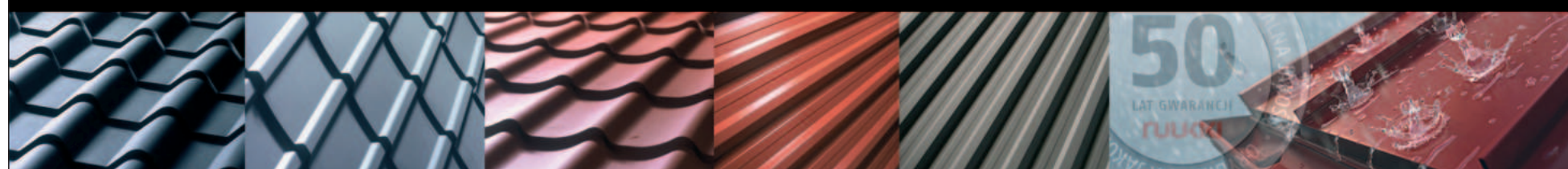
NOWOŚĆ NIECHIRURGICZNE USUWANIE
TKANKI TŁUSZCZOWEJ
(Podbródek, brzuch, pośladki, uda)

WIĘCEJ INFORMACJI UDZIELAMY:
Tel. 666-32-85-19 www.estetykabobrowo.pl

REKLAMA

**Najmocniejsze pokrycia dachowe
DEKARSTWO i CIESIELSTWO**

Blachodachówki i blachy trapezowe: Bratex Dachy „Hestia” Blachy trapezowe: T-8, T-14, T-18, T-35 Blachodachówki: Ruukki



merlin.pl

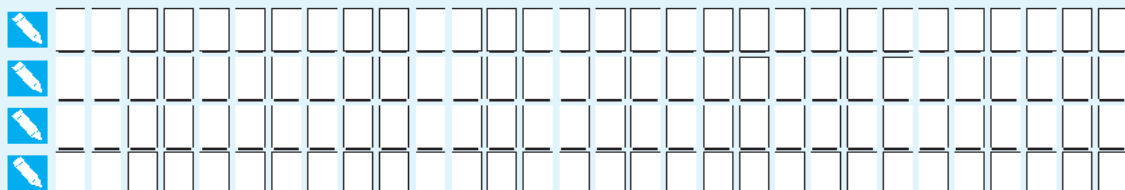
www.filmweb.pl

www.empik.com

REKLAMA

REKLAMA

Niemcy: lekarz pediatria, pielęgniarka, kucharz, opiekun osób starszych, specjalista restaurator, recepcjonista/recepcjonistka, pracownik gastronomii w systemie rotacyjnym, kucharka



informator

Pogotowie ratunkowe
numer alarmowy 999
Lipno, ul. Nieszawska 6
tel. (054) 288 02 99

Szpital Powiatowy
ul. Nieszawska 6
87-600 Lipno
tel. (054) 288 02 00

Straż Pożarna
numer alarmowy 998
lub 112 z telefonów kom.

Komenda Powiatowa
Państwowej Straży Pożarnej
ul. Sportowa 16
87-600 Lipno
tel. (054) 288 65 62

Policja
numer alarmowy 997
lub 112 z telefonów kom.

Komenda Powiatowa Policji
87-600 Lipno
ul. Kościuszki 22
tel. (054) 231 86 05

Pogotowie energetyczne 991
Pogotowie gazowe 992
Pogotowie ciepłownicze 993
Pogotowie wodno-kanalizacyjne 994

Administracja

Urząd Miejski
w Lipnie
ul. Dekerta 8
87-600 Lipno
tel. (054) 288 42 11

Urząd Miejski
w Dobrzyniu n/Wisłą
87-610 Dobrzyń n/Wisłą
ul. Szkolna 4a
tel. (054) 253 10 02

Urząd Miejski
w Skępem
ul. Kościelna 2
87-630 Skępe
tel. (054) 287 72 01

Starostwo Powiatowe
w Lipnie
ul. Sierakowskiego 10 B
87-600 Lipno
tel. (054) 287 20 39

Agencja Restrukturyzacji
i Modernizacji Rolnictwa
87-630 Skępe
ul. Wymyslińska 2
tel. (054) 287 84 03

Urząd Skarbowy
87-600 Lipno
ul. Staszica 4
tel. (054) 287 28 32

Powiatowy Urząd Pracy w Lipnie
87-600 Lipno
ul. Okrzei 7
tel. (054) 288 67 50

Urząd Gminy Lipno
ul. Mickiewicza 29
87-600 Lipno
tel. (054) 287 25 19

Urząd Gminy Chrostkowo
87-602 Chrostkowo
tel. (054) 287 00 39

Urząd Gminy Bobrowniki
ul. Nieszawska 10
87-617 Bobrowniki
tel. (054) 251 4904

Urząd Gminy Kikół
87-620 Kikół
tel. (054) 289 46 70

Urząd Gminy Tłuchowo
87-605 Tłuchowo
tel. (054) 287 62 60

Urząd Gminy Wielgie
87-603 Wielgie
ul. Starowiejska 8
tel. (054) 289 73 80

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Włocławska 16 a
87-600 Lipno
tel. (054) 287 23 24

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
ul. Mickiewicza 58
87-600 Lipno
tel. (054) 288 66 46

Zarząd Dróg Powiatowych w Lipnie
87-600 Lipno
ul. Wojska Polskiego 8
tel. (054) 287 20 46

PKP
Dworzec Kolejowy Lipno
87-600 Lipno
ul. Kolejowa 5
tel. (054) 287 23 45

PKS
Dworzec Autobusowy Lipno
87-600 Lipno
ul. 22 Stycznia 2
tel. (054) 287 22 58

Horoskop 5 – 11 sierpnia

Koziorożec (22.12.-20.01.)



Pierwsze dni nadchodzącego tygodnia nie wniosą niczego nowego i będą wielce monotonne, lecz później z godziny na godzinę wszyst-

ko będzie się poprawiać. Istotne sprawy zyskają na znaczeniu, a wszystkie błachostki okażą się banalne. Zbliżające się dni to idealny okres na odpoczynek. Spędzaj dużo mniej czasu w barze, wybierz się na basen – poprawi to Twoje samopoczucie.

Byk (21.04.-21.05.)



Nie zwlekaj z wizytą u lekarza. Prawdopodobnie Twoje dolegliwości są powiązane ze stresem. Korzystny układ planet spowoduje, że ludzie spod znaku Byka staną się optymistycznie nastawieni, co może dobrze wpłynąć na ich samopoczucie i życie rodzinne. Poniedziałek nie wróży niczego pozytywnego, jednak możesz spodziewać się miłej niespodzianki pod koniec tygodnia.

Panna (24.08.-23.09.)



Gwiazdy wspierają Cię. Jeżeli wykorzystasz ich pozytywną siłę i rzucisz się w wir akcji, wraz z nią będziesz w stanie osiągnąć to, co do tej pory było nieosiągalne. Jeśli pośród spraw, którymi się interesujesz, występują przedsięwzięcia budzące obawy, dobrze jest zabrać się za nie właśnie teraz. Ludzie spod znaku Panny powinni uzbroić się w wiele uporów, bo pozwoli on urzeczywistnić plany.

Wodnik (21.01.-19.02.)



Nadchodzące dni to dobry czas na spędzenie chwil z przyjaciółmi. Układ gwiazd, niestety, nie sprzyja dobremu samopoczuciu. Będziesz próbował zredukować spore stresy, uciekając od nich. Ktoś z otoczenia oskarży Ciebie o niechlujstwo. Najlepszym rozwiązaniem będzie, byś dla świętego spokoju zostawił te oskarżenia w spokoju i ich nie komentował. Nie naciśkaj przez jakiś czas na partnera.

Bliznięta (22.05.-22.06.)



W najbliższym czasie dotrze do Ciebie nowa idea, która pomoże rozwiązać znaczące problemy. Z realizacją pewnych planów należy poczekać. Miłe słowa będą Ci teraz potrzebne. Trzymaj się z daleka od osoby spod znaku Byka, ponieważ jest ona nieszczerą. Pamiętaj, aby nie poganiać biegu wydarzeń, bo wszystko ma swoje przeznaczenie. Ktoś najbliższy posądzi Cię o brak kultury.

Waga (23.09.-22.10.)



Nie oglądaj się na innych, rób swoje. Ludzie chcą przeszkadzać Ci w tym, ale specyficzne ułożenie planet pomoże Ci i wyjdiesz z tego zwycięsko. Ten tydzień to dobry czas na spędzenie chwil w gronie rodzinnym. Warto też zadbać o swoje zdrowie. Na początku tygodnia możesz spodziewać się zaskakującej informacji. Ostatni weekend był Ciebie szczęśliwy, spróbuj utrzymać dotychczasową sytuację.

Ryby (20.02.-20.03.)



Zacznesz stawiać dręczące, a nawet trudne pytania przełożonym i współpracownikom. Nie bój się, pamiętaj o maksymie: kto pyta, nie błądzi. Mając na uwadze własny rozwój, zapisz się na kursy doszkalające. Zdobyta wiedza i umiejętności podniosą Twoją wartość zawodową. Połowa zbliżającego się tygodnia przyniesie dużo ciekawych wydarzeń. Postaraj się nie zawracać na siebie uwagi.

Rak (22.06.-22.07.)



Przez kilka przyszłych dni Twoja energia istotnie spadnie. Pospiesz do najbliższej apteki po witaminy. Pamiętaj też, że dobre jedzenie to podstawa pogodnego nastroju. Gwiazdy w tym tygodniu będą Ci sprzyjać. Sprawia, że osiągniesz duży sukces w sferze miłosnej, zatem warto się wykazać. Osobiście sprawdzisz, że wyciąganie pochopnych wniosków nie płaci.

Skorpion (24.10.-22.11.)



Zbliżający się okres to początek nowych zadań. Wreszcie zrealizujesz zaległe cele, ale bez pomocy krewnych będzie szło z oporami. Nie przejmuj się tym i działaj szybko. Ten tydzień jest najlepszy na gromadzenie potrzebnych danych. Zacznesz zadawać dociekliwe i zarazem ambitne pytania współpracownikom. Zapisz się na lektoraty z języków obcych.

Baran (21.03.-21.04.)



Koniec następnego tygodnia powinien być dla osób spod znaku Ryby korzystny w sferze biznesowej. Większość rzeczy będzie się układać tak, jak chcą. Zbliżające się dni to dobry okres, aby skończyć wszystkie zatargi. Poświęćaj znacznie więcej czasu bliskiej Ci osobie. Pamiętaj, że masz tylko jedno życie i nie powinno się tracić czasu na awantury.

Lew (23.07.-23.08.)



Nadchodzące dni to bardzo dobry czas na odpoczynek, wykorzystaj go. Pozostawaj mniej czasu w pracy, udaj się za miasto – spotęguje to Twoje siły vitalne. Wiedz, że czasem pierwotne wrażenie dotyczące obcej osoby jest mylące, dlatego zachowaj przezorność. Lwy czeka szalony bieg, ich aktywność w tym tygodniu przekroczy poziom stu procent.

Strzelec (23.11.-21.12.)



Ludzie spod znaku Strzelca będą nerwowi, co może niekorzystnie wpłynąć na ich pracę oraz życie miłosne. Połowa zbliżającego się weekendu przyniesie mało ciekawych faktów. Staraj się nie wyróżniać w pracy, a bardzo wiele na tym zyskasz. Ściśle kontroluj wydatki. Poprawy stanu portfela możesz spodziewać się dopiero w przyszłym tygodniu.

wróżka Adelajda

Pogoda	Czwartek 5.08.2010		temperatura	ciśnienie	wiatr	deszcz
	dzień 7:00 - 19:00		minimalna/odczuwalna/maksymalna			
	noc 19:00 - 7:00		18/24/30	996 hPa	7 km/h	1 mm
	noc 19:00 - 7:00		19/21/24	994 hPa	10 km/h	8,6 mm
	Piątek 6.08.2010					
	dzień 7:00 - 19:00		15/19/22	999 hPa	23 km/h	1,9 mm
	noc 19:00 - 7:00		11/15/18	1006 hPa	12 km/h	0 mm
	Sobota 7.08.2010					
	dzień 7:00 - 19:00		16/21/26	1007 hPa	15 km/h	0 mm
	noc 19:00 - 7:00		13/18/20	1008 hPa	10 km/h	1,9 mm
	Niedziela 8.08.2010					
	dzień 7:00 - 19:00		17/20/25	1009 hPa	16 km/h	0,3 mm
	noc 19:00 - 7:00		11/16/19	1011 hPa	7 km/h	0 mm

Zagadki Profesora

LUDOŻERCY I MISJONARZE

Trzech misjonarzy podróżuje po Afryce w towarzystwie trzech ludożerców. Ludożercy już się nawrócili, ale stało się to niedawno. Całe towarzystwo przybywa nad brzeg rzeki. Ludzie mają ze sobą jedynie niewielką nadmuchiwaną łódkę, która mieści dwie osoby, i jedno wiosło. Wszyscy trzech misjonarze i jeden ludożerca potrafią wiosłować. Misjonarze zdają sobie sprawę, że nie wolno zostawić na żadnym brzegu jednocześnie więcej ludożerców niż misjonarzy, bo to się może źle skończyć.

Pytanie: w jaki sposób udało się misjonarzom przeprawić przez rzekę, nie narażając się na zjedzenie?

Podpowiedź: do rozwiązywania najlepiej jest używać zapałek. Trzy zapałki z główkami – to misjonarze, dwie połówki bez główek – to ludożercy i wreszcie połówka z główką – wiosłujący ludożerca.

Odpowiedź dotycząca zagadki z poprzedniego numeru:

W gotowym kwadracie sztachetki od góry z lewej strony, na dół do prawej mają następującą numerację: 4, 2, 5, 6, 1, 3, 8, 7. Według tego porządku łatwo już teraz ułożyć kwadrat z widocznymi na nim tylko gwiazdkami.

HUMOR

– To straszne, czym dzisiaj zajmują się lekarze! – mówi dyrektor wydziału pewnego urzędu do burmistrza. – Wyobraź sobie, że dziś rano księgo-wa zwolniła się u mnie, żeby pójść do przychodni, a wróciła z nową fryzurą!

Dwóch malców siedzi w piaskownicy i dyskutuje:
– Mój tata jest najszybszy na świecie!
– A wcale że nie!
– A wcale że tak! Jest urzędnikiem. Pracuje codziennie do piątej, a w domu jest piętnaście po czwartej.

Szef do pracowników: – Nie chcę żadnych przytakiwaczy dookoła siebie. Niech każdy pracownik mówi mi to, co myśli, nawet jeśli ma go to kosztować utratę pracy!

Krochmal		Stolica Peru	Końcowa część powieści	5	Kracze na drzewie	17	Zdjęcie, folka Talia, stan	Słodkie lekarstwo		Zasób, rezerwa	
Ogół duchowieństwa	6			18	Nauka o świetle			13	23		
Cięta, trafna odpowiedź								Wspañiale postanie		Imię Terentiew	
					Ochrona Znak muzyczny						
		20									
Dymi na dachu				16	7		Przyrody w książce	21			
Drażek lino-skoczka		Np. wino			Druk reklamowy	Tylny żagiel	Życie, istnienie	1	Gruby w kniei	11	Koczownik azjatycki
						Letni domek				19	
Niść chirurgiczna	Olej skalny		Żona lorda						Wyspa Napoleona	14	Rulon
		3	Czuły w zębie								
Wełna na owcy											
Utwór poetycki					15	Pogląd odrzucający wiarę w Boga					8
							Wziętka w kartach				2
		12									
Płak wodny											
Trzosa, kabza					10		Płycizna rzeczna				4
						Niemężność chodzenia					9
				22							

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 23 utworzą rozwiązanie -
- aforyzm Antoniego Regujskiego.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

QUICHE Z PORAMI

Składniki:

- 300 g mrożonego ciasta francuskiego
oliwa
mielony pieprz
150 g wędzonego łososia
1/4 l śmietany
- 2 duże pory
sól
gałka muskatołowa
1/2 pęczka koperku
3 jajka

Sposób przyrządzenia:

Płaty francuskiego ciasta ułożyć jeden obok drugiego na wysypanej mąką stolnicy i rozmrozić. Odciać korzenie i końce porów. Pokroić pory w cienkie plasterki i dokładnie umyć w zimnej wodzie. Na dużej patelni rozgrzać oliwę i, stale mieszając, podsmażyć pory. Przyprawić solą, pieprzem i gałką muskatołową, podlać wodą. Gotować na dużym ogniu, aż płyn odparuje. Zdjąć z kuchenki i ostudzić. Rozgrzać piekarnik do 200 st. C. Pokroić wędzonego łososia w kostkę. Koperkę drobno posiekać. Płaty francuskiego ciasta zwilżyć wodą, ułożyć jeden obok drugiego i rozwałkować na placek o średnicy trochę większej od tortownicy. Dno i brzegi tortownicy opłukać zimną wodą i wyłożyć ciastem. Połowę porów ułożyć na spodzie, posypać kostkami wędzonego łososia, koperkiem i przykryć resztą porów. Śmietanę i jajka dokładnie roztrzepać, przyprawić solą, pieprzem i gałką muskatołową. Równomiernie polać sosem farsz. Piec quiche 30-40 minut na środkowej półce piekarnika. Odczekać 15 minut i dopiero pokroić.

QUICHE ZE SZPINAKIEM

Składniki:

- 1 szkl. mleka
1/2 łyżeczki soli
1 mała cebula
ser parmezan
- 3 łyżki masła
6 jajek
1 szkl. świeżego szpinaku
pieprz, suszony koperek

Sposób przyrządzenia:

Nagrząć piekarnik do 190°C. Natłuścić formę. Wymieszać w blenderze na wysokich obrotach mleko, masło, sól, jajka i cebulę na gładką masę. Wlać mieszaninę do foremki. Wmieszać szpinak do mieszaniny z jajek i równo rozprowadzić. Piec przez 20 minut aż quiche przestanie być płynny i lekko zbrązowieje na wierzchu. Wyjąć, posypać parmezanem i ponownie włożyć do piekarnika na kolejne 5 minut.

SUDOKU

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

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

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

QUICHE LORRAINE

Składniki:

- 1 op. gotowego ciasta francuskiego
4 jajka
sól
posiekana natka pietruszki
- 260 g chudego boczku
3/4 szkl. śmietany
pieprz
100 g parmezanu

Wyjąć ciasto z folii, delikatnie rozwinąć i wyłożyć nim okrągłą formę, posmarowaną masłem i wysypaną tartą bułką. Ciasto docisnąć do brzegów formy tak, by wykroił się jej kształt. Resztki wyrzucić. Całą powierzchnię ciasta nakłuć widelcem, ewentualnie wysypać grochem. Zapieć krótko w temp. 200 st. przez ok. 10 minut, wystudzić. Boczek pokroić w kosteczkę i lekko podsmażyć na patelni. Nałożyć na ciasto. Dokładnie roztrzepać jajka z dodatkiem śmietany, doprawić solą, pieprzem i posiekaną pietruszką. Masę jajeczną wylać na boczek. Na wierzchu posypać parmezanem lub jakimś innym twardym, żółtym serem. Piec w temp. 200 st. przez około 20 minut. Wegetarianie mogą zastąpić boczek podgotowanym kalafiejem lub brokułami.



Pokonali Armie Czerwoną

15 sierpnia mija 90. rocznica bitwy pod Warszawą. Wojsko polskie pokonało Armie Czerwoną. Historycy uważają, że polski sukces uchronił Europę przed komunizmem. Gdyby nie zwycięstwo nad Wisłą, Polska i inne kraje mogłyby stać się kolejnymi republikami radzieckimi.

Do pierwszych starć z Armią Czerwoną doszło na początku lutego 1919 roku. Wówczas polskie wojska zajmowały Kresy Wschodnie, które opuszczali niemieccy żołnierze. Z drugiej strony na teren ten wkraczali Rosjanie. Konfrontacja była tylko kwestią czasu.

W pierwszym etapie wojny polsko-sowieckiej wojsko polskie zajęło ogromne obszary: od Dyneburga na północy do Kamieńca Podolskiego na południu. Polacy w porozumieniu z Ukraińcami Semenem Petlurą przeprowadzili w kwietniu udaną ofensywę w kierunku Kijowa. Stolica Ukrainy została zdobyta 7 maja 1920 roku. Niestety, był to najdalszy zasięg wojsk polskich.

Kilka dni po zdobyciu Kijowa ruszyła kontrofensywa radziecka. Główne uderzenie zostało wyprowadzone na północ od bagien poleskich. Na Warszawę maszerowali żołnierze Frontu Zachodniego pod dowództwem Michaiła Tuchaczewskiego.

2 lipca 1920 roku Tuchaczewski wydał sławną dyrektywę 1896 do rozpoczęcia ofensywy przez Front Zachodni – „(...) po trupie Polski wiedzie droga do ogólnego wszechświatowego pożaru. Na Wilno, Mińsk, Warszawę – marsz”.

W tym samym czasie na południu zaatakował sowiecki Front Południowo-Zachodni pod dowództwem Aleksandra Jegorowa, z Józefem Stalinem jako komisarzem politycznym Frontu, którego głównym celem był Lwów.

Uderzenie Armii Czerwonej pod względem taktycznym i operacyjnym polegało na koncentracji dużych sił ruchomych na prawym, północnym skrzydle Frontu Zachodniego, systematycznym przeskrzydłaniu wojska polskiego przez znajdujący się na skrajnej prawej flance sowieckiej korpus kawalerii Gaj-Chana i ciągłym odpychaniu polskiego frontu północnego od granicy polsko-litewskiej, a następnie polsko-niemieckiej, wychodzeniu

3. Korpusu 4. Armii na skrzydło Wojska Polskiego i spychaniu go na południe, na błota poleskie.

Taktyka ta dała niespodziewane dobre rezultaty. Nastąpił szybki odwrót wojsk polskich, najpierw na linię starych okopów niemieckich (wojny pozycyjnej niemiecko-rosyjskiej z roku 1916), a po kolejnych manewrach oskrzydających kawalerii Gaj-Chana, w końcu lipca, wojska rosyjskie stanęły na linii Bugu. Armia Czerwona pokonała w krótkim czasie ponad 400 kilometrów. Wbrew rozkazowi Piłsudskiego, wojsko polskie oddało bez poważniejszego oporu twierdzę Brześć.

10 sierpnia linia frontu znalazła się na wysokości Przasnysza, Wyszki, Siedlec, a 3. Korpus Kawalerii bił się w Mławie, docierając ostatecznie do Działdowa. Tego dnia Tuchaczewski wydał dyrektywę do opanowania Warszawy. Pragnął on sforsować Wisłę na północ od miasta, odciąć zaopatrzenie z Gdańska, a na-



Polski plakat propagandowy nawołujący do wstępowania w szeregi wojska

stepnie uderzyć na Warszawę od północy i zachodu.

Do decydującego starcia doszło w połowie sierpnia pod Warszawą. 13 sierpnia, w pierwszym dniu bitwy, nastąpiło gwałtowne natarcie dwóch sowieckich związków taktycznych. Atakowały one Warszawę z kierunku północno-wschodniego. Dwie rosyjskie dywizje, które miały w nogach przeszło 600 kilometrów marszu, uderzyły pod Radzyminem. Toczyły się tu ciężkie walki. Aby odciążyć ten fragment frontu, na północ od stolicy z kontruderzeniem ruszyła 5. armia pod dowództwem generała Sikorskiego. 15 sierpnia Polacy odzyskali Radzymin.

Na lewym skrzydle frontu polskiego sytuacja układała się niepomyślnie. 4. Armia Szuwajewa i 3. Korpus Kawalerii Gaja parli na Płock, Włocławek i Brodnicę, a w rejonie Nieszawy rozpoczęli już forsowanie Wisły. Pod wpływem trwożnych wiadomości, które napływały z rejonu Warszawy oraz Włocławka i Brodnicy, naczelny wódz zdecydował się rozpocząć manewr zaczepny znad

dolnego Wieprza.

16 sierpnia 1920 r. rozpoczęło się kontruderzenie. Dywizje grupy uderzeniowej, mające ogromną przewagę nad słabą sowiecką Grupą Mozyrską, ruszyły szerokim frontem, by już w drugim dniu natarcia dotrzeć do szosy Warszawa – Brześć. Pozwoliło to wyjść na tyły wojsk sowieckich pod Warszawą. 17 sierpnia siły polskie osiągnęły linię Biała Podlaska – Międzyrzec – Siedlce – Kałuszyn – Mińsk Mazowiecki. W tym samym czasie reszta wojsk polskich przeszła do kontrofensywy na całej długości frontu. 5. Armia znad Wkry uderzyła na XV i III armie bolszewicką.

Część sił sowieckich, 3. korpus kawalerii Gaj-Chana oraz część 4. i 15. armii (6 dywizji), nie mogąc się przebić na wschód, 24 sierpnia 1920 roku przekroczyła granicę niemiecką i została internowana na terytorium Prus Wschodnich. Polacy triumfowali. Rosjanie byli w rozsypce, musieli się wycofać.

Szymon
Wiśniewski



† Zawiadamiamy, że
27 lipca
zmarł

Stanisław
Czachorowski

lat 69

† Zawiadamiamy, że
2 sierpnia
zmarł

Zbigniew Andrzej
Poćwiardowski

lat 56

† Zawiadamiamy, że
30 lipca
zmarł

Benjamin Zdzisław
Ardanowski

lat 91

† Zawiadamiamy, że
31 lipca
zmarła

Stanisława
Olkowska

lat 91

**Kondolencje
przyjmujemy
w formie
ogłoszeń płatnych
pod nr tel.
(56) 682 26 80**

Porady specjalisty

Magnez od nerwów

Magnez zaliczany jest do makroelementów. Ponad połowa jego ilości w organizmie człowieka występuje w kościach, ok. 40-45% znajduje się w tkankach miękkich, przede wszystkim w mięśniach.

Magnez bierze udział w przewodnictwie nerwowym i skurczu mięśni oraz w wielu procesach metabolicznych. Wykazuje właściwości o działaniu uspokajającym, zmniejsza pobudliwość komórek nerwowych, bo poraża zwoje nerwowe układu autonomicznego, zwiększając ich działanie hamujące a osłabiając pobudzające. Jony magnezu rywalizują z jonami wapnia w zakończeniach nerwowych, przez co zapobiegają nadmiernemu pobudzeniu.

Magnez jest więc regulatorem układu nerwowego. Przy przewlekłym jego niedoborze w tkankach nerwowych może dojść do deficytu ważnej dla procesów zapamiętywania substancji – dopaminy. Wówczas pojawiają się kłopoty z pamięcią. Spełnia również ważną funkcję w profilaktyce i terapii różnych chorób, np. depresji.

Szczególne znaczenie pierwiastek ten odgrywa w walce ze stresem. Dzieje się to na drodze trzech typów mechanizmów neurohormonalnych. Stres zmniejsza stężenie insuliny (hormonu oszczędzającego magnez), pobudza wydzielanie hormonów gruczołu tarczowego (zwiększa magnezurę), powoduje nadmierne wydzielanie adrenaliny (doprowadza do utraty magnezu przez nerki oraz zwiększa lipolizę). Te czynniki wywołują niedobór magnezu. Stres zatem zaburza regulację homeostazy magnezu. Z kolei niedobór magnezu jest jednym z czynników warunkujących wrażliwość na stres. Powstaje więc błędne koło pomiędzy niedoborem magnezu a stresem. Niedobór magnezu zwiększa wrażliwość na stres, podczas gdy stres dodatkowo zwiększa niedobór magnezu.

Pierwiastek ten wchłaniany jest w jelicie cienkim. Zapotrzebowanie na niego zależy jednak od wieku, stanu fizjologicznego. Średnio dziennie kształtuje się na poziomie 300-400 mg/dobę. Z kolei w okresie ciąży kobieta powinna spożywać dodatkowo 50 mg, zaś w czasie laktacji ok. 80 mg tego składnika mineralnego.

Aby zapewnić właściwą podaż magnezu, należy zadbać o prawidłową dietę. Jego źródłem w naszej diecie są rośliny zielo-



ne, strączkowe (soja), kukurydza, awokado, banany, ziarna zbóż (kasza gryczana, jęczmienna), kakao, czekolada, orzechy, migdały, mleko. Żywność obfitująca w magnez nie należy do głównych składników naszej diety. Produkty bogate w niego są bowiem wysokokaloryczne. Nie da się pogodzić z dietą zrównoważoną pod względem energetycznym. Głównym źródłem magnezu w codziennej diecie powinny zatem być produkty roślinne, szczególnie ziarna zbóż i zielone części roślin.

Ważnym elementem w dostarczaniu organizmowi odpowiedniej ilości magnezu, prócz jego zawartości w diecie, jest przyswajalność oraz wpływ innych składników na jego wchłanianie i wykorzystanie. Biodostępność magnezu zależy od obecności w diecie różnych składników pokarmowych, na przykład innych pierwiastków czy substancji antyodżywczych. Na ogół przyjmuje się, że wchłanianie magnezu wzmagają: witamina D, sód, białko zwierzęce. Z kolei zmniejszone wchłanianie powodują m.in. fityniany, tanina, kwas szczawowy, metale ciężkie. Fityniany zmniejszają wchłanianie tego pierwiastka prawdopodobnie przez tworzenie kompleksu magnezowo – wapniowo – fitynianowego, przez co zmniejszają rozpuszczalność i dostępność magnezu w jelicie. Należy również pamiętać, że duża zawartość tłuszczu w diecie ogranicza, a nawet uniemożliwia przyswajanie magnezu w ilości wystarczającej dla organizmu, a to ze względu na powstawanie mydeł magnezowych.

Najbardziej istotnym czynnikiem, zapewniającym optymalne



warunki dla wchłaniania magnezu, jest spożywanie możliwie różnorodnych produktów spożywczych. Bywa tak, że produkt stosunkowo mało bogaty w magnez jest cenniejszy, gdyż jest spożywany często lub w dużych ilościach. Np. pieczywo zawiera tylko około 10 mg magnezu w 100 g, ale jest stałym i znaczącym składnikiem diety. Istotnym źródłem magnezu jest też woda pitna. Twarde wody zawierają dużą jego ilość, bo nawet 120 mg/dm³ i to łatwiej wchłania-nego niż z innych źródeł.

Zbyt małą ilość tego składnika w diecie prowadzi do niedoborów. Powodują one m.in. trudności z koncentracją, bezsenność, poranne zmęczenie (nawet po wielu godzinach snu), stany niepokoju i lęku, zawroty i bóle głowy, skurcze i „mrowienie” mięśni, napadowe bicie serca, nudności, wypadanie włosów oraz ich łamliwość, a także podatność na infekcje.

Należy również dodać, iż wyniki epidemiologiczne wskazują, że na terenach gdzie woda zawiera więcej magnezu, mniejsza jest częstotliwość występowania miażdżycy.

specjalista ds. żywienia
Karolina Słupczewska

Co jest w żywności?

Pestycydy w jabłkach

Pestycydy (inne terminy: środki szkodnikobójcze, przeciw-pasożytnicze, środki ochrony roślin) należą do grupy związków chemicznych o dużej sile działania toksycznego, które świadomie, chociaż pod kontrolą, są wprowadzane do środowiska życia człowieka.

Pestycydy są to substancje pochodzenia naturalnego i syntetycznego, stosowane w rolnictwie do zwalczania chorób roślin, regulacji ich wzrostu, usuwania chwastów, do zwalczania szkodników i chorób grzybowych. Są także używane w budynkach mieszkalnych do zwalczania owadów i gryzoni.

Rozkład pestycydów zachodzi głównie na drodze biochemicznej, fotochemicznej i chemicznej. Niejednokrotnie produkty rozpadu mogą być bardziej toksyczne niż związek wyjściowy. Okres pozostawiania ich w glebie zależy od rodzaju substancji aktywnej, temperatury otoczenia, opadów powodujących ich wymywanie w głąb gleby i aktywności mikroorganizmów glebowych oraz promieni słonecznych powodujących ich rozkład.

Preparaty zawierające pestycydy występują w różnej formie użytkowej. Zawierają one jeden lub kilka związków chemicznych, które są substancjami aktywnie służącymi do zwalczania szkodników. Oprócz tego w ich skład wchodzi szereg nieaktywnych substancji – nośników, rozpuszczalników, tensydów (środki powierzchniowo aktywne), rozcieńczalników itp.

W zależności od zastosowanego nośnika, pestycydy mogą być ciałem stałym lub cieczą. Na etykiecie każdego środka chemicznego znajduje się symbol informujący o jego formie użytkowej.

Podział pestycydów w zależności od kierunku zastosowania: zoocydy (środki do zwalczania szkodników zwierzęcych), bakteriocydy (środki do zwalczania bakterii), herbicydy (środki do zwalczania chwastów), totalne (niszczące wszystkie rośliny), wybiórcze (niszczące określone gatunki roślin), regulatory wzrostu (inhibitory, stymulatory), fungicydy (środki grzybobójcze).

Klasyfikacja toksykologiczna pestycydów

Pestycydy powinny charakteryzować się dużą toksycznością w stosunku do szkodników, małą toksycznością w stosunku do pozostałych organizmów, głównie wodnych i człowieka, odpowiednią trwałością, dużą podatnością na biodegradację tak, aby po spełnieniu swojej funkcji nie szkodziły środowisku, nie kumulowały się

w nim.

Przykładem pestycydu stosowanego masowo w latach 60. w Polsce, głównie do zwalczania stonki ziemniaczanej, a w Azji do zwalczania komarów roznoszących malarię, jest DDT – pestycyd z grupy chloroorganicznych. Okazało się, że zarówno DDT (Azotox) jak i produkty jego rozkładu (DDE, DDD) są bardzo trwałe. Kumulują się w glebie i tkance tłuszczowej zwierząt. Mimo że nie stosuje się go już od lat, nadal znajduje się w łańcuchu pokarmowym i jego ślady oraz produktów jego rozkładu wykrywa się nadal w środkach spożywczych.

Każdy z pestycydów posiada określony przez producenta okres karencji, czyli czas, który musi upłynąć od ostatniego zabiegu do zbioru plodów rolnych, aby produkty spożywcze nie stanowiły zagrożenia dla zdrowia człowieka.

Pozostałość pestycydów w żywności, według definicji podanej przez FAO/WHO, jest to suma związków chemicznych obecnych w produkcie spożywczym w wyniku stosowania pestycydów (substancja macierzysta oraz produkty jej przemiany lub rozkładu). W celu ochrony zdrowia ludności opracowano tzw. Najwyższe Dopuszczalne Poziomy Pozostałości pestycydów w poszczególnych surowcach i produktach spożywczych (tzw. NDP). Wyrażone są one w mg/kg produktu. Od 1 września 2008 roku w całej Unii Europejskiej obowiązują ujednolicone przepisy w zakresie dopuszczalnego poziomu pozostałości pestycydów w żywności. Nowe przepisy mają chronić konsumentów i ułatwić wymianę handlową między krajami, zapewniając jednocześnie najwyższy poziom bezpieczeństwa żywności.

Oznaczanie zawartości pestycydów w żywności jest analitycznie bardzo skomplikowane z uwagi na śladowe ilości badanych związków, ich zróżnicowane formy chemiczne, a także różnorodność produktów spożywczych, z których należy je wyizolować. Niezbędna jest do tego wysokiej klasy nowoczesna aparatura, duże ilości ultraczystych rozpuszczalników organicznych i doświadczony zespół analityków.

oprac. (bla)
materiały WSSE Kraków

Aby pokryć 25% dziennego zapotrzebowania na magnez wystarczy spożyć np.:

pestki dyni	2 łyżki
kakao	5 płaskich łyżeczek
kasza gryczana	50 g
jabłko ze skórką	1 sztuka
biała fasola	50 g
orzechy włoskie	1 garść

Lekkoatletyka

Poradnik biegacza

Przez najbliższe tygodnie w naszym tygodniku ukazywać się będzie rubryka pt. „Poradnik biegacza”. Pomocą eksperta służyć nam będzie trener Bogdan Oskwarek – wychowawca mistrzów Polski. Pierwszy odcinek poświęcamy sprzętowi, który potrzebny jest do rozpoczęcia przygody z bieganiem.

– Załóżmy, że jestem zupełnym amatorem i pragnę poprawić swoją kondycję oraz zdrowie biegając. W jaki sprzęt powinienem się zaopatrzyć? Jakiego trzeba kupić buty, ile one kosztują, czym różnią się od zwykłego obuwia?

– Buty to najważniejszy element sprzętu do biegania, podstawowa inwestycja. Od tego trzeba zacząć, by bieganie dało nam więcej korzyści niż szkód. Jakiego obuwia? Wybór jest bardzo duży, zarówno pod względem technologicznym, estetycznym, jak i oczywiście cenowym. Polecam wizytę w specjalistycznym sklepie sportowym. W zależności od naszej wagi, kilometrażu, terenu po którym biegamy czy też obserwacji stopy, sprzedawca wskaże nam odpowiednie obuwie. Oto kilka podstawowych zasad kupowania butów. Buty dobrze jest kupować po południu, kiedy po całym dniu nogi są zmęczone i nabrzmiały. Podczas biegu również będą one obrzmiewać i but nie powinien ich wtedy uciskać, należy mieć na sobie takie skarpetki, jakich będzie się używać podczas biegu, zawsze należy przymierzyć oba buty. U większości ludzi stopy delikatnie różnią się rozmiarem. But musi być więc dopasowany tak, aby nie uciskał większej stopy. Duży palec u stopy powinien mieć swobodę ruchu. Z drugiej jednak strony, but powinien dobrze trzymać stopę, więc jeżeli przesuniemy ją



Bogdan Oskwarek

maksymalnie do przodu, pięta powinna nam się nadal dobrze trzymać. Pięta nie powinna ruszać się w bucie podczas biegu i ocierać ścięgna Achillesa. Takie ocieranie może powodować nieprzyjemne rany, jak również powoduje szybkie zniszczenie wyściółki obuwia. But powinien być dopasowany od pierwszej chwili. Nie należy oczekiwać, że się rozchodzi. Buty do biegania robione są tak, aby pasowały od razu oraz są na tyle wytrzymałe, że się nie rozciągają. Uważam, że na przyzwoite buty do biegania warto wydać 150-200 zł. Bardzo dobre buty kupimy już

za 300 zł, a wyższa półka to 500 zł i więcej. Buty do biegania cechuje dobra amortyzacja i na to powinniśmy zwrócić uwagę przy zakupie pierwszej pary.

– Jakiego obuwia należy unikać, rozpoczynając bieganie?

– Zapewne biegać da się w każdym obuwie, są również zwolennicy biegania boso. Problem tkwi w tym, po jakim podłożu będziemy biegać. Większość ludzi, szczególnie początkujących, biega po asfalcie, który jest podłożem bardzo twardym i nie zapewniającym żadnej amortyzacji. Takie bieganie w nieodpowiednich butach często powoduje bóle i przemęczenie stóp, bóle stawów i kręgosłupa, a także znacząco zwiększa ryzyko urazów. Dlatego jeśli nie możemy kupić sobie odpowiednich butów do biegania, biegajmy tylko po miękkim podłożu (las, bieżnia żużlowa, trawa). Ogólnie wszystkich zachęcam do biegania po takim podłożu, asfalt w ostateczności i na zawodach ulicznych.

– Jaki strój jest odpowiedni?

– Przede wszystkim taki, który nie krępuje ruchów. Dobrze, jeśli wykonany jest z naturalnych włókien, przepuszczających powietrze. Jeśli mocno świeci słońce, wieje wiatr lub jest zimno, trzeba pamiętać o nakryciu głowy.

Piotr Wołyński



SYTUACJA:

Mecz zakończył się po dogrywce remisem 0:0. Jednak jedna z drużyn w czasie meczu straciła dwóch zawodników, którzy otrzymali czerwone kartki. W czasie konkursu rzutów karnych swoje jedenastki wykonało 18 zawodników i zaistniał problem, ponieważ w "okrojonej" z dwóch graczy drużynie nie miał już kto podejść do jedenastki. Co powinien zrobić sędzia?



DECYZJA:

Redukcja składu liczniejszej drużyny

Sędzia już przed konkursem rzutów karnych powinien poinformować liczniejszą drużynę o konieczności zredukowania swojego składu do dziewięciu zawodników. W ten sposób unika się niepotrzebnego zamieszania podczas wykonywania rzutów karnych i teoretycznie piłkarze mogą wykonywać jedenastki w nieskończoność.

SYTUACJA:

Obrońca jednej z drużyn brutalnym faulem zasłużył na to, żeby sędzia pokazał mu czerwoną kartkę. Tymczasem ukarany zawodnik ignoruje decyzję sędziego i gra dalej jakby nic się nie stało.



DECYZJA:

Odczekanie 2 minut i koniec meczu

WYJAŚNIENIE SĘDZIEGO:

Jeżeli zawodnik wykluczony z gry odmówi opuszczenia boiska, wówczas sędzia odczekuje dwie minuty i może zakończyć mecz. Jeżeli zawody zostały zakończone przed upływem regulaminowego czasu gry, to nie upoważnia sędziego do rozstrzygnięcia czy jedna czy druga drużyna podlega dyskwalifikacji. Rozstrzyga o tym dopiero kolegium związku piłkarskiego. Sędzia ogranicza się do opisanego zajścia w pomeczowym raporcie

Siatkówka

Puchar został w Jastrzębiu

W Jastrzębiu odbył się I Otwarty Turniej Piłki Siatkowej Plażowej o Puchar Wójta Gminy Lipno. Trofeum zdobyli gospodarze.

W imprezie wzięło 12 par z miejscowego LZS, Chemika Bydgoszcz, a poza tym drużyny z Karnkowa, Kikoła, Lipna oraz Torunia. Ze względu na niesprzyjającą aurę nie dojechały pary z Płocka, Aleksandrowa Kujawskiego oraz Radziejowa. Turniej rozgrywano w systemie brazylijskim na dwóch boiskach.

Zwyciężyła para reprezentująca LZS Jastrzębie: Łukasz i Mateusz Błaszkwicz, która po trzysetowym pojedynku pokonała duet Chemika Bydgoszcz: Rafała Obermela i Łukasza Detmera. Trzecie miejsce wywalczyli Marcel Rozpędowski i Hubert Przerwa (LZS Jastrzębie), którzy w dwóch setach pokonali parę Maciej Wyborski (Toruń) i Michał Kanigowski (Kikół).

Puchary i dyplomy zwycięz-



Uczestnicy pierwszego turnieju

com turnieju wręczyli wójt Andrzej Szychulski, radny Andrzej Chojnicki oraz prezes LZS Jastrzębie Marcin Chojnicki.

Zapraszamy na II Otwarty Turniej Piłki Siatkowej Plażowej

o Puchar Wójta Gminy Lipno, który odbędzie się w Maliszewie w najbliższą niedzielę. Początek o godz. 9.30.

(MaJ)

Piłka nożna

Mień rozpoczyna sezon

Piłkarze Mienia Lipno zakończyli przygotowania do nowego sezonu. Cel postawiony przez zarząd klubu trenerowi Marcinowi Bartczakowi to awans do IV ligi. W przerwie letniej nasi piłkarze rozegrali pięć spotkań kontrolnych. Już w sobotę pierwszy mecz na stadionie miejskim z Liderem Włocławek.

Mień przygotowania rozpoczął od wyjazdowej porażki z Pomorzaniem Toruń. Przegrana 6:2 zostaje w pamięci, jednak dodać trzeba, że piłkarze z Lipna na ten mecz wyjechali w okrojonym składzie. Bramki dla przyjezdnych zdobyli Bartczak oraz Szymański. Kolejne spotkanie Mień rozegrał z Kasztelanem Sierpc, w którym to pojedynku padł bezbramkowy remis. Spotkanie obfitowało w sytuacje podbramkowe, jednak ani piłkarze z Lipna ani z Sierpca nie potrafili ułokować futbolówki w siatce.

Zawodnicy MKS-u do następnej potyczki z czwartoligowym LTP Lubanie przystąpili zmobilizowani i dość pewnie pokonali zawodników z Lubania 3:1. Bramki dla naszej drużyny zdobywali Ośmiałowski, Gawroński, Stasiak.

Kolejne spotkanie to remis z Startem Radziejów. Wynik 2:2 nie zadowolił żadnej ze stron. Celnie do bramki piłkarzy z Radziejowa strzelali w tym spotkaniu Ośmiałowski i Kępiński.

Ostatnie kontrolne spotkanie piłkarze Mienia rozegrali z Amateorem Maszewo. Zaprezentowali się

efektywnie. Rezultat 4:1 i bramki Wiśniewskiego, Jańczaka oraz dwie Stasiaka napawają optymizmem przed zbliżającą się inauguracją nowego sezonu.

W pierwszych czterech kolejkach piłkarze Mienia aż trzy spotkania rozegrają na własnym stadionie

– Cel minimum na początek sezonu to 10 punktów w czterech meczach. Walczyć będziemy oczywiście o komplet tak, aby dobrze rozpoczętym sezonem kontrolować dalszą część rozgrywek – mówi trener Mienia Marcin Bartczak.

Przed nowym sezonem do zespołu dołączył Jarosław Mańka z Jagiellonki Nieszawa. Prawdopodobnie jeszcze przed sobotą do rozgrywek zostanie zgłoszony zawodnik z Nigerii, który ostatnio występował w Elanie Toruń. Do drużyny również dołączyli juniorzy oraz Marcin Bartczak, który będzie grającym trenerem.

W sobotę zapraszamy, wraz z piłkarzami Mienia Lipno, na inaugurację sezonu 2010/2011. Początek meczu o godz. 17.00.

Krzysztof Sławkowski



Marcin Bartczak ma za zadanie wprowadzić swoją drużynę do IV ligi

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

CLI TYGODNIK REGIONU
LIPNOWSKIEGO

REKLAMA

Centrum Handlowe
87-500 RYPIN, ul. Bielawki 12

FACHOWIEC
PODŁOGA ŚCIANA DRZWI

1200 m2 sprzedaży
- dział płytek 450m2
- dział podłóg i paneli 350 m2
- studio farb
- studio tapet
- projektowanie wnętrz gratis*

Otwarte
pon.-pt. 8.00-18.00
sob. 9.00-16.00
nd. 9.00-15.00

*przy zakupie materiału uwzględnionego w projekcie

Rynna 110 8.50 zł/mh brutto
Rura spadowa 110 (3 mb) 13.67 zł/mh brutto

REKLAMA

 **NOWY ODDZIAŁ W LIPNIE!**

www.bgz.pl

**PIENIĄDZE SĄ DLA LUDZI
NA 3 MAJA 14**

Skorzystaj z promocji na otwarcie!
**Pożyczka TU i TERAZ z opłatą przygotowawczą
obniżoną o 50%**

Szczegóły promocji w oddziale

Zapraszamy
ul. 3 Maja 14
tel. 54 288 35 44

Opłata za połączenie według cennika operatora



 **Bank BGZ**
Pieniądze są dla ludzi

Jedziemy do... Mogilna

Mogilno leży na Szlaku Piastowskim i jest jednym z jego atrakcyjniejszych punktów oraz przystanią dla turystów zainteresowanych historią państwa polskiego. Amatorzy aktywnego spędzania czasu wolnego mogą tu np. odbyć kurs nurkowania. Miłośnicy natury na pewno się nie zawiodą, jeśli odwiedzą jedno z kilku gospodarstw agroturystycznych w okolicy.

Mogilno to miasto w województwie kujawsko-pomorskim, w powiecie mogileńskim, położone nad Jeziorem Mogileńskim. Należy do najstarszych osad pogranicza Wielkopolski, datującą się powstaniem opactwa benedyktynów. Połączenia komunikacyjne zapewnia linia kolejowa Poznań – Gdynia i droga wojewódzka nr 254, które sprawiają, że dojazd do Poznania, Bydgoszczy czy Konina jest łatwy.

Nazwa miasta wywodzi się od słowa mogiła. Dawniej oznaczało ono wzniesienie, pagórek.

Najwcześniejsze ślady istnienia osady pochodzą z VII w., a najstarsze informacje o Mogilnie dotyczą osadzenia zakonu benedyktynów z Tyńca przez Kazimierza Odnowiciela. Sam klasztor i kościół wybudował już jego następca Bolesław Śmiały. Początkowo Mogilno było osadą służebną, później targową, a 17 maja 1398 roku Władysław Jagiełło nadał Mogilnu prawa miejskie, wraz z nimi ustalono godło miasta: trzy krzyże przecinające się pośrodku tarczy.

Do roku 1833 Mogilno było miejscowością klasztorną. W 1774 roku zostało siłą włączone do zaboru pruskiego, w latach 1806-1815 znajdowało się na terytorium Księstwa Warszawskiego, by ponownie na sto lat dostać się pod panowanie pruskie.

W latach 1898-1910 proboszczem tutejszej parafii pw. św. Jakuba był wybitny Wielkopolek i patriota – ks. Piotr Wawrzyniak, zwany Niekoronowanym Królem Polaków.

Mieszkańcy Mogilna mieli znaczący udział w powstaniu wielkopolskim. Po długich latach niewoli 1 stycznia 1919 roku miasto odzyskało niepodległość. Chwalebne karty historii zapisali sami mieszkańcy, broniąc Mogilna przed wkraczającymi oddziałami hitlerowców we wrześniu 1939 roku.

Mogilno leży na Szlaku Piastowskim i jest jednym z jego atrakcyjniejszych punktów oraz przystanią dla turystów zainteresowanych historią państwa polskiego.

W Mogilnie i okolicy warto odwiedzić:

- zespół poklasztorny zakonu benedyktynów wraz z kościołem św. Jana Apostoła. W jego nawach bocznych znajdują się jedyne w Wielkopolsce przykłady sklepień kryształowych. W murach klasztoru mieści się Europejskie

Centrum Spotkań „Wojciech Adalbert”. Pełni ono funkcję schroniska dla turystów i pielgrzymów. Dysponuje 60 miejscami noclegowymi, salami spotkań, zapleczem kulinarnym;

- kościół farny pod wezwaniem św. Jakuba Większego, zbudowany w 1511 r., oraz dzwonnica z przełomu XVIII i XIX w.;

- dawny budynek Banku Spółdzielczego z początku XX w., zbudowany w stylu weneckim z inicjatywy ks. Piotra Wawrzyniaka;

- Muzeum Ziemi Mogileńskiej w Chabsku, które mieści się 5 km od Mogilna, przy trasie Mogilno-Poznań. W muzeum znajdują się dobra naturalne i kulturowe dziedzictwo ziemi mogileńskiej. Najstarsze i zarazem najcenniejsze eksponaty należące do muzeum pochodzą z drugiej połowy XVIII w. i początków XIX w. Poza tym muzeum organizuje ekspozycje stałe i czasowe, tematycznie dotyczące historii, etnografii, kultury i sztuki ludowej regionu;

- ciekawe architektoniczne dworki (m. in. w Białotulu, Bielicach, Czarnotulu, Marcinkowie, Goryszewie, Gozdawie, Procyniu, Wieńcu), jak również zabytkowe drewniane i murowane, gotyckie i barokowe kościoły (m.in. w Gębicach, Kwieciszewie, Niestronnie, Wylatowie);

- krytą pływalnię, która dysponuje nieką sportową, nieką rekreacyjną oraz trójspiralną zjeżdżalnią o długości 64 m. Chętni mogą skorzystać z masażu, biczu wodnych, jacuzzi, sauny, a także z solarium, siłowni i kawiarni. Ośrodek organizuje kursy nauki i udoskonalania pływania, nurkowania, kurs na ratowników WOPR oraz aerobik wodny;

- Ośrodek Sportu, Rekreacji



i Rehabilitacji przy pomocy obok hali sportowej, który uruchomił wypożyczalnię sprzętu pływającego, dysponującą kajakami, rowerami wodnymi (dwu- i cztero-osobowymi) oraz łodzią zabezpieczającą;

- gospodarstwa w Chabsku, Kamionku i Wiczanowie. Oferują one noclegi w wyposażonych w łazienki pokojach oraz na polach namiotowych, sprzęt pływający, rekreację konną, tereny do gry w piłkę. Atrakcją może być domowe jedzenie, bądź biesiady przy grillu i ognisku;

- ośrodki w Gozdawie i Żabnie, które udostępniają pokoje hotelowe, pola namiotowe, restauracje, korty tenisowe, siłownie, baseny. Dworek w Gozdawie w swej ofercie posiada także rekreację konną i miejsca do wędkowania, a pod koniec 2009 roku jego właściciele otworzyli miasteczko westernowe.

**Do Mogilna
zaprasza
burmistrz
Leszek Duszyński**



Klasztor pobenedyktynski z XI wieku



Fontanna w parku miejskim



Mogileński ratusz



Spływ kajakowy po Jeziorze Mogileńskim