



**REKLAMA W CWA**  
**tel. (56) 682 26 80**

**Badania ratują  
ruiny**

Archeolodzy pracują na  
Podzamczu

str. 2

**Energia z wiatru**

Pierwszy wiatrak stanął  
w gminie Dębowa Łąka

str. 3

**Bezpłatna  
edukacja**

Powiatowe Centrum  
Pomocy Rodzinie  
pomaga zdobyć  
kwalifikacje

str. 5

REKLAMA

**PRYWATNE ŚWIADCZENIE MEDYCZNE**

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

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

**Citomed**  
LABORATORIA CYTOMED SP. Z O.O.  
ISO 9001:2000

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

**CZWATREK**

22 lipca  
2010

nakład 2200 egz.  
ISSN: 2080-0878

**1,49zł**

w tym 0% VAT

nr 29/2010 (69)

**CWA**



## TYGODNIK REGIONU WĄBRZESKIEGO

Powiat

# W upały pracujemy krócej?

**Upały dają się nam we znaki. Okręgowy Inspektorat Pracy w Bydgoszczy apeluje do pracodawców o skrócenie pracownikom czasu pracy. Wiele przedsiębiorstw i urzędów w naszym powiecie przesunęło lub skróciło godziny urzędowania.**

- Wysokie temperatury są bardzo niebezpieczne dla człowieka. W wyniku nasłonecznienia istnieje ryzyko przegrzania i udaru cieplnego. Zaostrzają się wszystkie choroby niedokrwienne, może dojść do spadku i wzrostu ciśnienia, do zawałów oraz udarów mózgowych. Należy unikać ekspozycji na słońce szczególnie w godzinach od 11 do 13. Nie można przesilać organizmu, trzeba oszczędzać się. Konieczna jest ochrona głowy, noszenie czapek, chustek. Bardzo ważne jest, by dużo pić napojów niegazowanych, niesłodkich, mineralizowanych. Przez parowanie człowiek traci wodę i elektrolity, które koniecznie należy uzupełnić. Woda nie może być lodowata, ponieważ może doprowadzić do szoku termicznego – mówi lekarz chorób wewnętrznych Ewa Żłobek.

W Kodeksie Pracy można znaleźć szczególne przepisy dotyczące pracy w trakcie upałów. Jest możliwość, by skrócić czas pracy poniżej ośmiu godzin dziennie

oraz 40 tygodniowo dla pracowników zatrudnionych w warunkach szczególnie uciążliwych. Może się to odbyć przez zmniejszenie liczby godzin pracy dziennie bądź tygodniowo lub poprzez wprowadzenie przerw. Nie wpływa to na wysokość wynagrodzenia pracownika.

Obowiązkiem pracodawcy jest również dopilnowanie, by

sprawnie działały urządzenia wentylacyjne i klimatyzacyjne. Ponadto należy zabezpieczyć okna przed nadmiernym nasłonecznieniem, np. poprzez zainstalowanie rolet, czy żaluzji.

Gdy temperatura przekracza w pomieszczeniu 28 stopni, lub w przypadku gdy praca wykonywana jest na otwartej przestrzeni i temperatura wynosi więcej niż 25



Pracownicy Urzędu Miasta nie narzekają. Wentylator oraz woda wystarczają w zupełności. Na zdjęciu Tomasz Zygnarowski i Marcela Łazarska z Wydziału Budownictwa, Inwestycji i Ochrony Środowiska

stopni pracodawca ma obowiązek dostarczyć pracownikom wodę. Napoje powinny być udostępnione nieodpłatnie i w takiej ilości, która zaspokaja potrzeby. Ponadto należy zadbać o udostępnienie pracownikom wody w celach higienicznych. Osoba wykonująca prace brudzące na otwartej przestrzeni powinna mieć zapewnione co najmniej 90 l wody dziennie.

Jeden z przepisów dotyczy również młodocianych pracowników. Należy zadbać by nie pracowali oni w pomieszczeniu, w którym temperatura przekracza 30 stopni Celsjusza, a wilgotność powietrza wynosi 65 %.

Jak sytuacja wygląda w wąbrzeskich zakładach pracy?

**dokończenie na str. 3**  
REKLAMA

BEZPŁATNA INFOLINIA 800 700 900  
TEL. KOD 71 797 22 30  
www.aigbank.pl

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

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

**KONKURS  
KONKURS  
KONKURS  
KONKURS**

**"ZAŁÓŻ KONTO  
ODBIERZ NAGRODĘ"**

Szczegóły w oddziale przy ul. 1 Maja 39, 87-200 Wąbrzeźno

**Bank BGZ**  
Pieniądze są dla ludzi



Wąbrzeźno

# Badania ratują ruiny

**Od początku lipca na Podzamczu trwają badania archeologiczne. Celem tych rozłożonych na przynajmniej dwa lata wykopalisk jest zbadanie terenu przed rozpoczęciem prac związanych z zagospodarowaniem terenu Podzamcza, które ma w przyszłości stać się turystyczną wizytówką Wąbrzeźna.**

W pracach uczestniczy dwudziestopięciosobowa grupa studentów archeologii UMK pod nadzorem doktora Marcina Wiewióry. Pomocą służy im dwóch wolontariuszy z Wąbrzeźna i ośmioosobowa grupa pracowników interwencyjnych, którzy są szczególnie przydatni przy cięższych pracach.

Jeżeli ktoś spodziewa się, że badania archeologiczne na Podzamczu przyniosą odkrycia na miarę skarbu ze Środy Śląskiej, może być rozczarowany. Ruiny wąbrzeskiego zamku biskupów chełmińskich na przestrzeni wieków zostały zniszczone i wyeksploatowane pod względem archeologicznym.

- Obecne badania mają na celu zbadanie aktualnego stanu ruin – mówi doktor Marcin Wiewióra. – Nasze prace mają charakter ratowniczy, chcemy dokładnie zbadać, co zostało z zamku i co w przyszłości będzie można wyeksponować. Wąbrzeski zamek zaczęto rozbierać na przełomie XVIII i XIX wieku. Jeszcze na początku dwudziestego wieku były tutaj fragmenty murów mające wysokość kilku metrów. Ostatecznie zamek został zniszczony przez „badania archeologiczne”, jakie prowadzili tutaj Niemcy w latach czterdziestych. Tak naprawdę była

to świadoma rozbiórka, na miejscu zamku miał stanąć budynek Hitlerjugend. Podobna, planowa rozbiórka zamku miała miejsce wiek wcześniej w Grudziądzu, kiedy to w latach 1801-1804, na polecenie Fryderyka Wilhelma II zniszczeniu uległ tamtejszy zamek. Więcej szczęścia miał zamek w Radzynie, ale tam zachowało się zadaszenie i przez wieki radzyński zamek „żył”. Mieściły się tam siedziby urzędów i dlatego dotrwał do dnia dzisiejszego w dobrym stanie. Tutaj nie spodziewamy się odnalezienia przedmiotów, powszechnie rozumianych jako „skarby”, w wypadku ruin będących w takim stanie jak wąbrzeskie jest to rzadkością. Dla mnie odkryciem będzie znalezienie pozostałości jakiegoś elementu architektonicznego w miejscu, w którym się go nie spodziewaliśmy. Także to, że w jakimś miejscu nie znajdziemy niczego, także będzie dla nas cenną informacją. Wąbrzeski zamek praktycznie nie ma zachowanej ikonografii, nasze prace pozwolą w wiarygodny sposób odtworzyć jego wygląd i powiedzą o tym, jak wyglądało życie na zamku. Niepodjęcie przez nas prac archeologicznych jeszcze pogorszyłoby stan ruin, które mogłyby zostać zniszczone, choćby podczas prac związanych z zagospodarowaniem

tego terenu.

Wyniki zaplanowanych na przynajmniej dwa lata badań będą miały wpływ na plany zagospodarowania Podzamcza, które będą musiały uwzględnić historyczne znaczenie tego miejsca. Średniowieczne mury z upływem czasu stały się bardzo kruche, być może część z nich po przebadaniu trzeba będzie zasypać.

- Zabytki niszczą nie tylko pod wpływem upływu czasu czy warunków pogodowych, zniszczyć je mogą także ludzie – mówi Marcin Wiewióra. – Czasami jedna wycieczka jest w stanie zniszczyć efekty naszej pracy przez bezmyślne zabieranie cegieł. Dlatego apeluję do tych, którzy przychodzą na Wzgórze Zamkowe, by zachowywali się bardzo ostrożnie, a najlepiej, by zwiedzali je wtedy, gdy prowadzimy tutaj prace.

Prace archeologiczne przebiegają sprawnie, mimo że ze względu na upał archeolodzy na początku lipca pracowali tylko przez sześć godzin dziennie.

- Na pewno na tempo prac ma wpływ zaangażowanie całej ekipy – wyjaśnia Marcin Wiewióra. – Studenci archeologii to najczęściej pasjonaci, tego kierunku nie wybiera się dzisiaj ze względu na perspektywę zdobycia atrakcyjnego zawodu, bo takiej perspektywy nie ma. Ochotnicy z Wąbrzeźna przyszli do nas sami, więc mogliśmy być pewni ich zaangażowania. Chciałem jednak pochwalić pracowników interwencyjnych. Coraz częściej zdarza się, że w badaniach archeologicznych, zwłaszcza finansowanych przez samorządy, w pracach bierze udział tego typu ekipa, ale z jakością ich pracy bywa już różnie. Ci panowie, którzy tutaj pracują, angażują się w swoją pracę, wykonują ją świetnie, choć

ze względu na pogodę mają naprawdę ciężką robotę.

Badania na Wzgórzu Zamkowym mają charakter ratowniczy. Ich zasadniczym celem, oprócz zdobycia wiadomości o przeszłości tego miejsca, jest zachowanie w jak najlepszym stanie pozostałości wąbrzeskiego zamku.

- Po przeprowadzeniu tego

typu badań zawsze pozostaje problem „co będzie potem?” – mówi doktor Wiewióra. – W wypadku ruin wąbrzeskiego zamku szansą dla tego miejsca jest wkomponowanie go w plan zagospodarowania Podzamcza. Ruiny będą wtedy zarówno dobrze wyeksponowane, jak i chronione przed dewastacją.

tekst i fot. Jarek Brzuska



Marcin Wiewióra prezentuje jeden z przedmiotów znalezionych podczas wykopalisk



Młodzi archeolodzy przy pracy



Pan Krzysztof jest jednym z pracowników interwencyjnych pracujących na Wzgórzu Zamkowym



Wykopalka odwiedziła także rycerze zmierzający na inscenizację bitwy pod Grunwaldem

TYGODNIK REGIONU  
WĄBRZESKIEGO

**CWA**  
www.cwa.info.pl

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

**Dział reklamy:**  
tel. (56) 68 22 680  
e-mail: 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.



Wąbrzeźno

## Dla tych, którzy szukają pracy

**Centrum Aktywizacji Zawodowej to nowa, wyspecjalizowana komórka Powiatowego Urzędu Pracy. Służy tym bezrobotnym, którzy zarejestrowali się w urzędzie, by znaleźć pracę, a nie otrzymywać zasiłek czy mieć opłacane ubezpieczenie**

Centrum skupia się wyłącznie na aktywnych działaniach w zakresie usług rynku pracy. Nastawione jest na klientów urzędu pracy, tj. osoby bezrobotne poszukujące pracy oraz pracodawców.

Pracownicy centrum ustalają indywidualny tok rozwoju zawodowego dla bezrobotnego. To tutaj zainteresowani znajdą wszelkie informacje dotyczące szkoleń zawodowych, stażu, prac interwencyjnych, robót publicznych czy przygotowania do zawodu w miej-

scu pracy.

Zadaniem centrum jest podejmowanie tylko takich działań, które mają wpływać na aktywizację i zatrudnienie petentów. Ponadto centrum udziela kompleksowej pomocy pracodawcom w rozwiązywaniu ich problemów i potrzeb związanych z rynkiem pracy.

- Adaptacja pomieszczeń na Centrum Aktywizacji Zawodowej jest już na ukończeniu. Zostały tam wstawione meble oraz urządzenia dostosowane do naszych

potrzeb. Pozostało nam już tylko zadbać o uzupełnienie drobnego wyposażenia, tablic czy gablot. Pracownicy już działają w nowych pomieszczeniach – mówi dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy Wojciech Dombrowski.

Centrum mieści się na parterze w budynku Starostwa Powiatowego w Wąbrzeźnie. Jest ono w widoczny sposób oznaczone.

Paulina Szulc



Nowe, wyremontowane pomieszczenia Centrum Aktywizacji Zawodowej. Na zdjęciu pośrednicy pracy – Jolanta Puczkarska oraz Marlena Muzalewska

Powiat

## W upały pracujemy krócej?

dokończenie ze str. 1

- W Urzędzie Miejskim zostały zakupione wiatraki. Jest dostarczana pracownikom zwiększona ilość zimnej wody. W pomieszczeniach nasłonecznionych zostały ponadto zainstalowane rolety. W związku z tym, iż jest to praca biurowa upał nie jest na tyle uciążliwy, żeby np. skracać dzień pracy – mówi zastępca kierownika Wydziału Budownictwa, Inwestycji i Ochrony Środowiska Tomasz Zygnarowski.

- Przesunięty został czas pracy archeologów, którzy prowadzą wykopaliska na Górze Zamkowej. Zaczynają o godzinie piątej, by skończyć czas pracy o 13 – dodaje kierownik Wydziału Promocji i Rozwoju Miasta Gizela Pijar.

Towarzystwo Budownictwa Społecznego również zadbało o swoich pracowników.

- Wszystko uzależnione jest

od typu robót oraz warunków. W przypadku, gdy osoby są zatrudnione przy pracach na wysokościach przesunięty zostaje czas pracy. Roboty zaczynają się od czwartej rano i trwają do 10 bądź 11. Gdy najgorszy upał daje się we znaki przewidziane są również przerwy między godziną 11 a 13. Czasami w miarę możliwości, jeśli pozwala na to charakter pracy, na te godziny najwyższych temperatur pracownicy przenoszą się do pomieszczeń. Woda jest dostarczana na bieżąco – mówi kierownik TBS Zdzisław Tomaszewski.

Główny Inspektorat Pracy kontroluje pracodawców czy przestrzegają przepisów. W minionym roku w okresie letnim przeprowadzono ok. 300 kontroli, z czego 200 z nich zakończyło się decyzjami o nieprawidłowościach.

W przypadku naruszenia przepisów, pracodawca zostaje obciążony mandatem w wysokości od 1 tys. zł do 2 tys. zł. W przypadku recydywy grzywna może wynosić do 5 tys. zł.

- Do tej pory nie dotarły do nas żadne sygnały, by przepisy dotyczące postępowania pracodawców w trakcie upałów były łamane. W związku z tym nie są przeprowadzane kontrole – mówi rzecznik OIP w Bydgoszczy Katarzyna Pietraszek.

Obowiązek zapewnienia pracownikom napojów podczas upałów wynika z Kodeksu pracy oraz rozporządzenia Rady Ministrów z 1996 r. w sprawie profilaktycznych posiłków i napojów.

Paulina Szulc

Nielub

## Dachował i zginął



W sobotę rano w Nielubiu kierowca bmw nie zapanował nad autem. Samochód na zakręcie drogi zjechał na pobocze, a następnie wywrócił się i dachował. Kierowca zginął na miejscu. Dwaj pasażerowie z obrażeniami ciała trafili do szpitala. Mundurowi wyjaśniają okoliczności wypadku.

Szyw, fot. KPP

Dębowa Łąka

## Elektrownia wiatrowa

**Rosnące ceny energii powodują, że wzrasta zainteresowanie uruchomieniem innych źródeł energii, przede wszystkim wiatraków. Pierwszy wiatrak postawiono w gminie Dębowa Łąka.**

Wiatrak z elementami towarzyszącymi stanął w Niedźwiedziu. Do elementów towarzyszących zaliczamy podziemną linię kablową, stację pomiarową, drogę dojazdową i plac manewrowy. Średnica wirnika wynosi około 53 metrów, wysokość wieży około 100 m, moc do 0,8 MW.

- Budowa elektrowni przyniesie wpływy podatkowe dla gminy, co umożliwi realizację celów publicznych. Wyniosą one 2% od wartości budowlę – mówi wójt gminy Dębowa Łąka Stanisław Szarowski.

Elektrownia wiatrowa jest zespołem urządzeń, których zadaniem jest produkcja energii elektrycznej, przy wyko-



Wiatrak z elementami towarzyszącymi stanął w Niedźwiedziu

rzystaniu turbiny wiatrowej.

tekst i fot.

Agnieszka Zielińska

OGŁOSZENIE PŁATNE

**AMROL**  
LIPNICA 30, 87-207 DĘBOWA ŁĄKA  
**ZATRUDNI**  
**operatora zachodnich maszyn rolniczych –**  
**kombajnista-traktorzystę**  
**oraz**  
**mechanika (serwisanta maszyn rolniczych)**  
**WYMAGANIA:**  
- znajomość obsługi zachodnich maszyn rolniczych (kombajny, ciągniki, maszyny uprawowo-siewne)  
- wykształcenie średnie techniczne  
- doświadczenie na podobnym stanowisku  
- zaangażowanie w pracę  
- dyspozycyjność  
- komunikatywność, pracowitość, dokładność  
- prawo jazdy kat. B  
**GWARANTUJEMY ZATRUDNIENIE W PRĘŻNIE ROZWIJAJĄCEJ SIĘ FIRMIE O UGRUNTOWANEJ POZYCJI NA RYNKU**  
**WIĘCEJ INFORMACJI POD NUMEREM TELEFONU 608 476 700**  
**APLIKACJĘ PROSZĘ PRZESŁAĆ NA ADRES e-mail: amrol@amrol.pl**



## Wąbrzeźno

## Oferty na giełdzie

Dziś w Powiatowym Urzędzie Pracy odbędzie się Giełda Pracy. Początek o godz. 10.00.

Jest to świetna okazja do spotkania się z pracodawcami, którzy mają wolne miejsca pracy.

Pracodawcy mają natomiast możliwość uzyskania informacji o zasadach zatrudnienia stażysty lub pracownika w ramach prac interwencyjnych, uzyskania do-

finansowania na wyposażenie miejsca pracy, zorganizowania szkolenia dla kandydatów na specjalistyczne stanowiska. Przedsiębiorcy w PUP mogą też liczyć na pomoc doradców zawodowych.

(kr)

## Powiat

## Wyprawka szkolna

Rodzice, którzy chcą otrzymać publiczną pomoc na zakup podręczników dla swoich dzieci, powinni już zacząć składać wnioski. Pomoc ta, określana mianem „wyprawki szkolnej”, przysługuje tylko osobom z rodzin najbiedniejszych. Trzeba pamiętać o zachowaniu terminu i skompletowaniu dokumentacji.

Wnioski na dofinansowanie podręczników szkolnych można składać do 10 września br. w szkole, do której dany uczeń będzie uczęszczał w roku szkolnym 2010/2011. Pomoc przyznawana jest dzieciom z rodzin najbiedniejszych. Chodzi tu o rodziny, w których dochód na osobę nie przekracza kwoty 351 złotych netto. Warto jednak zwrócić uwagę, że w wyjątkowych przypadkach wyprawka może zostać przyznana pomimo przekroczenia wspomnianego kryterium dochodowego. Możliwość taka istnieje, jeżeli w rodzinie ma miejsce w szczególności: ubóstwo, sieroctwo, bezdomność, długotrwała lub ciężka choroba, przemoc, bezradność w sprawach opiekuńczych, potrzeba ochrony macierzyństwa, alkoholizm, narkomania, niepełnosprawność. Szczegółowy wykaz tych nadzwyczajnych okoliczności zawiera art. 7 ustawy o pomocy społecznej.

Dofinansowaniem mogą być objęci uczniowie, którzy w roku szkolnym 2010/2011 rozpoczną naukę w klasach I-III szkoły podstawowej i w I klasie gimnazjum oraz uczniowie niepełnosprawni uczęszczający do wszystkich typów szkół.

Wyprawka szkolna może być przyznana tylko na wniosek, który składają rodzice ucznia, jego prawni opiekunowie lub rodzice zastępczy. Wniosek należy złożyć do dyrektora szkoły (w której będzie uczyło się dziecko w danym roku) w wyznaczonym, nieprzekraczalnym terminie do 10 września 2010 roku. Do wniosku musi zostać dołączone zaświadczenie o wysokości dochodów lub zaświadczenie o korzystaniu z

świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej w postaci zasiłku stałego lub okresowego. W uzasadnionych przypadkach dopuszcza się złożenie jedynie oświadczenia o wysokości dochodów.

Jeżeli rodzic ubiega się o przyznanie wyprawki pomimo przekroczenia kryterium dochodowego, z uwagi na nadzwyczajne okoliczności, o których była mowa wcześniej, do wniosku musi dołączyć stosowne uzasadnienie. Z jego treści musi wynikać, że za przyznaniem tej pomocy przemawiają ważne względy, np. ciężka choroba. Po dokonaniu zakupu podręczników rodzice zobowiązani są przedłożyć dyrektorom szkół dowód zakupu, czyli fakturę VAT, rachunek, paragon lub oświadczenie o zakupie podręczników.

Kwota dofinansowania zależy od tego, w jakiej klasie uczy się dziecko, nie pokrywa ona jednak w całości wydatków na zakup podręczników i pomocy naukowych. Pieniądze zostaną „oddane” rodzicom najpóźniej do 28 listopada 2010 roku.

Lidia Jagielska

REKLAMA

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

## Wąbrzeźno

## Wspomnienia nie spłoną

Na wąbrzeskim rynku wydawniczym ukazała się książka autorstwa Jarosława Herbowskiego „Pożarnictwo Wąbrzeźna na tle historii miasta”, która dokumentuje historię wąbrzeskich strażaków-ochotników. Publikacja, która została wydana przy okazji jubileuszu 135-lecia OSP w Wąbrzeźnie może zainteresować nie tylko sympatyków pożarnictwa, ale także wszystkich miłośników historii regionu.

Historia wąbrzeskich strażaków jest trwale związana z historią regionu. Dlatego autor książki rozpoczął ją od zarysu historii regionu. W kolejnych rozdziałach Jarosław Herbowski skupił się na opisanu historii pożarnictwa na ziemiach polskich i w regionie. Następnie autor zajął się przedstawieniem dziejów wąbrzeskiej straży pożarnej, dzieląc jej historię na okresy zaborów, dwudziestolecia międzywojennego, okupacji i pierwszych lat powojennych, a kończąc na początku lat dziewięćdziesiątych.

Praca nad tą książką zajęła mi pięć lat, to był ostatni moment, w którym mogłem jeszcze dotrzeć do żyjących świadków zdarzeń ważnych dla historii wąbrzeskiego pożarnictwa – mówi o swojej pracy Jarosław Herbowski. – Książka jest efektem połączenia moich życiowych pasji. Jestem absolwentem historii UMK, a zarazem strażakiem, postanowiłem więc spisać dzieje pożarnictwa w naszym mieście. Starłem się, by efekt mojej pracy był zarazem pracą naukową, jak i książką, którą z chęcią przeczyta każdy, kto zainteresowany jest historią regionu. Dlatego starałem się pisać tę książkę językiem zrozumiałym nie tylko dla historyków, ale dla wszystkich zainteresowanych dziejami regionu. Postanowiłem także przedstawić



Anna Polańska prezentuje nową książkę dostępną w Miejskim Punkcie Informacji

w niej postacią Zygmunta Teodora Kalksteina i Teofila Klińskiego, których określiłem mianem „niepospolitych dla Wąbrzeźna”. Pierwszy z nich był przedwojennym starostą wąbrzeskim, który został zamordowany w Nielubiu, a zarazem prezesem OSP w województwie pomorskim. Drugi z nich był długoletnim komendantem zawodowej straży pożarnej w Toruniu, związanym z Wąbrzeźnem przez związki rodzinne, do dzisiaj mieszka tutaj jego córka.

Ważnym elementem książki napisanej przez Jarosława Herbowskiego jest bibliografia. Czytelnik może w niej znaleźć kilkadziesiąt pozycji, w których pisano o Wąbrzeźnie i okolicach. Równie ciekawym pomysłem jest wzbogacenie książki o ponad sześćdziesiąt rycin i fotografii, dokumentujących losy wąbrzeskich strażaków. Archiwalne zdjęcia pozwalają uważnemu obserwatorowi wczuć się w atmosferę minionych czasów

i lepiej poznać historię miasta i regionu.

Historia wąbrzeskiego pożarnictwa, opisana w mojej książce, kończy się na początku lat dziewięćdziesiątych minionego stulecia – mówi Jarosław Herbowski. – To celowy zamysł, trudno mi było pisać o latach, w których samemu czynnie uczestniczyłem w życiu wąbrzeskich strażaków. Opisując minione dwadzieścia lat trudno byłoby mi zachować obiektywizm, ale mam nadzieję, że, być może pod wpływem lektury tej książki, znajdzie się ktoś, kto zajmie się napisaniem ciągu dalszego tej pracy.

Licząca 154 strony, estetycznie wydana książka dostępna jest w Miejskim Punkcie Informacji, mieszczącym się przy ul. Ponia-towskiego 8, gdzie można ją kupić za 12 złotych.

tekst i fot.

Jarek Brzuska  
REKLAMA

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

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

**DORADZTWO BEZPŁATNE!**

**PŁATNOŚĆ WYŁĄCZNIE PO UZYSKANIU ODSZKODOWANIA**

**POTRZEBUJESZ PROFESJONALNEJ POMOCY? DZWOŃ! tel. 608 380 227**



Wąbrzeźno

## Kurtyna wody dla ochłody

Upały, jakie w zeszłym tygodniu dotkliwie odczuli także mieszkańcy naszego regionu sprawiły, że wąbrzescy strażacy postanowili wykorzystać posiadany sprzęt nie tylko do gaszenia pożarów, ale także po to, by (dosłownie) schłodzić atmosferę na Placu Jana Pawła II. Dla wygody przechodniów rozstawiona została tam kurtyna wodna.

Kurtyna wodna jest prostym urządzeniem znajdującym się w wyposażeniu jednostek straży pożarnej. Przy jej pomocy strażacy z reguły zabezpieczają tłące się pogorzeliska lub neutralizują wycieki niebezpiecznych substancji. Tym razem strażacy, wzorem innych jednostek, postanowili wykorzystać tę „przenośną fontannę” dla ochłody przechodniów na wąbrzeskim rynku.

- Zaproponowaliśmy wykorzystanie kurtyny wodnej w takim celu władzom miasta i burmistrz zgodził się na to – mówią strażacy z Państwowej Straży Pożarnej w Wąbrzeźnie. – Urządzenie rozprasa w powietrzu kilkaset litrów wody na minutę, dzięki czemu przechodnie mają okazję poczuć ożywczy chłód. Kurtyna jest uruchamiana, gdy temperatura zbliża się do trzydziestu stopni Celsjusza w cieniu.

Kurtyna wodna została mo-



Wodna kurtyna daje chłód także sprzedawczyniom ze sklepów na Placu Jana Pawła II

mentalnie zaakceptowana przez mieszkańców miasta. Nie tylko dzieci, ale także dorośli, potrafili podczas upalnych dni przystanąć obok niej, a także zupełnie się

przemoczyć, byle tylko choć przez kilka chwil poczuć się rześko.

tekst i fot.  
Jarek Brzuska

Wąbrzeźno

## 0 pracę łatwiej „po angielsku”

Wąbrzeźno jest miastem, w którym bezrobocie ciągle jest problemem, z którym boryka się wielu mieszkańców miasta i regionu. Dlatego należy docenić wszelkie inicjatywy, które mają na celu pomoc w znalezieniu pracy. W wąbrzeskim urzędzie pracy zakończył się kurs nauki języka angielskiego, którego znajomość może pomóc mieszkańcom regionu w znalezieniu pracy.

Zajęcia zorganizowane w ramach programu „Język angielski dla początkujących” trwały od maja do początku lipca. Uczestniczyło w nich czternaście osób pochodzących z powiatu wąbrzeskiego. Kurs językowy został zorganizowany przez firmę EURO Edukacja Marlena Górską z Wąbrzeźna na zlecenie Powiatowego Urzędu Pracy w Wąbrzeźnie. Projekt ten był dofinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

Uczestnicy kursu uczestniczyli w 140 godzinach zajęć prowadzonych przez lektora języka angielskiego Andrzeja Górskiego. Uczestnictwo w programie dało im niepowtarzalną możliwość podniesienia swoich kwalifikacji w zakresie posługiwania się językiem angielskim. Otrzymali także na własność podręczniki, ćwiczenia, słowniki oraz dodatkowe materiały mające im pomóc w doskonaleniu znajomości języka obcego.

- Zajęcia były nastawione na stymulowanie swobodnego mówienia w naturalnych, realnych sytuacjach – mówi prowadzący kurs lektor Andrzej Górski. – Prowadziłem je, używając najnowocześniejszych metod dydaktycznych,

wykorzystując prezentacje multimedialne i programy komputerowe do nauki języka angielskiego. Istotną rolę w nauce języka pełni zdobycie umiejętności swobodnej rozmowy, dlatego kładłem duży nacisk na opanowanie sztuki konwersacji w języku obcym.

Uczestnicy szkolenia potrafili docenić zaangażowanie prowadzącego zajęcia oraz stosowane przez niego metody nauki języka obcego.

- Cieszę się, że podczas tego kursu opanowałam podstawy języka angielskiego na tyle, by móc się porozumiewać w sklepie, restauracji, hotelu czy na lotnisku – mówi jedna z uczestniczek kursu Magdalena Dubiela.

Inni uczestnicy kursu podkreślali, że podczas zajęć nauczyli się

pisać CV i list motywacyjny według standardów europejskich oraz zostali przygotowani do przeprowadzenia rozmowy kwalifikacyjnej z obcojęzycznym pracodawcą. Z relacji uczestników szkolenia wynikało także, że konwersacyjna forma nauki języka angielskiego była dla nich niezwykle motywująca oraz to, że w Wąbrzeźnie znalazło się wiele osób zainteresowanych tego typu kursami językowymi.

Jarek Brzuska,  
fot. nadesłane



Uczestnicy kursu języka angielskiego zorganizowanego przez wąbrzeski urząd pracy

Wąbrzeźno

## Bezpłatna edukacja

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie podejmuje działania, które mają pomóc stawiać pierwsze kroki na rynku pracy. W tym roku na aktywizację bezrobotnych PCPR ma prawie 150 tys. zł. Pieniądze pochodzą z Europejskiego Funduszu Społecznego.

Wsparciem objęci są pełnoletni wychowankowie oraz ci przebywający w rodzinie zastępczej od 15 do 25 roku życia, a także osoby niepełnosprawne. W ramach projektu realizowane są kursy i szkolenia w zakresie podnoszenia kwalifikacji oraz umiejętności zawodowych, trening kompetencji i umiejętności społecznych, warsztaty z doradztwa zawodowego, a także turnus rehabilitacyjny.

W tym miesiącu 11 osób ukończyło kurs komputerowy pod nazwą „Publikacje i grafika komputerowa”. Zajęcia trwały od 18 czerwca do 6 lipca. Jedną wychowanką na przełomie kwietnia i maja zrealizowała kurs kosmetyczny. W czerwcu również ukończony został kurs języka angielskiego, na który uczęszczali dwie osoby. Nauka rozpoczęła się w październiku 2009 r. Dofinansowanie obejmuje również naukę w szkołach policealnych. W tym roku skorzystały ze środków trzy osoby. Dwójka wychowanków kształci się w Policealnym Studium Centrum Edukacji Dorosłych w Chełmnie. Jedną zaś w Szkole Policealnej dla Dorosłych w Golubiu-Dobrzyniu. Jedną osobą również otrzyma częściowe dofinansowanie na pokrycie kosztów nauki na poziomie wyższym.

W ramach projektu na początku czerwca odbył się trening kompetencji i umiejętności społecznych. Uczestnicy zapoznali się z takimi zagadnieniami jak np. budowanie pracy w grupie, komunikacja społeczna, asertywność, autoprezentacja – kreowanie siebie, radzenie sobie ze stresem.

- Na wrzesień zaplanowane zostały warsztaty z zakresu doradztwa zawodowego. Szczególny nacisk będzie położony na umiejętność właściwego wyboru dalszego kształcenia czy ścieżki zawodowej. Ponadto w ramach zajęć przewidziana została nauka pisanie dokumentów aplikacyjnych, zapoznanie się z różnego rodzaju metodami poszukiwania pracy, a także odkrywanie swoich mocnych i słabych stron – mówi podinspektor,

doradca do spraw osób niepełnosprawnych Joanna Krause.

W tej części projektu uczestniczy 18 wychowanków rodzin zastępczych.

Projekt przewiduje również działania skierowane do osób niepełnosprawnych. Adresowany jest do nich „Program integracji społecznej i zawodowej osób niepełnosprawnych”. Uczestniczy w nim 7 osób niepełnosprawnych, w tym 4 kobiety oraz 3 mężczyzn.

W ramach programu zrealizowany był również dwudniowy trening kompetencji i umiejętności społecznych. Zakres zajęć obejmował budowanie współpracy w grupie, komunikację społeczną, inteligencję emocjonalną czy asertywność.

Dla osób niepełnosprawnych w lipcu odbywał się dwutygodniowy turnus rehabilitacyjny w Darłównie. Uczestnicy mieli zagwarantowane wyżywienie oraz rehabilitację. Jednocześnie realizowany był kurs komputerowy. Obejmował on zagadnienia związane z obsługą komputera, zapoznanie się z oprogramowaniem oraz naukę korzystania z internetu.

We wrześniu dla osób niepełnosprawnych przygotowane będą warsztaty z zakresu doradztwa zawodowego. Nauczą się aktywnego poszukiwania pracy, pisanie dokumentów aplikacyjnych, zapoznają się z zasobami i ograniczeniami lokalnego rynku pracy, a także z możliwościami zatrudnienia w zakładach pracy chronionej.

W ramach projektu w PCPR zatrudniony jest również doradca do spraw osób niepełnosprawnych.

W październiku odbędzie się seminarium podsumowujące projekt „Aktywna integracja drogą skutecznego rozwiązywania problemów społecznych w Powiecie Wąbrzeskim”. Jest on dofinansowany w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki. Realizowany jest od dwóch lat. Umowa zakłada działania do 2013 r.

Paulina  
Szulc  
REKLAMA

### CENTRUM POKRYĆ DACHOWYCH

#### Oferuje:

- pokrycia dachowe w szerokim wyborze
- okna dachowe i wyłazy
- więźby dachowe, łaty, deski
- wełnę mineralną
- systemy kominowe
- systemy rynnowe



LETNIA  
PROMOCJA !!!  
Blachodachówka  
od 16,99 zł  
Gonty  
od 19,99 zł

Kowalewo Pomorskie  
ul. Brodnicka 7B

tel. 666 216 665



Wąbrzeźno

# Koncert z burzą w tle

Podczas dwunastej edycji Wąbrzeskiego Maratonu Rockowego, która odbyła się w minioną sobotę w amfiteatrze na Podzamczu wystąpiło sześć zespołów. Wykonawcy z Dębowej Łąki, Grudziądza, Torunia, Aleksandrowa Kujawskiego i Łodzi zaprezentowali różne odmiany rockowego grania, ale ich muzykę łączyła jedna wspólna cecha: zagrana była na bardzo dobrym poziomie.

Pierwszy zaprezentował się zespół Josh Trip z Dębowej Łąki. W skład grającej od półtora roku formacji wchodziło: Witold Dębczyński (wokal), Marcin Zasadny (bas), Paweł Igliński (perkusja) i Mirosław Strocki (gitara). Zespół zagrał ciekawy, dynamiczny program, składający się z własnych utworów z ciekawymi, polskimi tekstami. Więcej o tym zespole napiszemy w jednym z najbliższych numerów „CWA”.

Następnie na scenę wyszła grudziądzka Provokacja. Zespół, który często występuje w Wąbrzeźnie zaskoczył publiczność zmianą składu, występując jako trio. Od ostatniego koncertu zmieniła się także muzyka zespołu, który gra teraz zdecydowanie cięższą odmianę rocka.

Wąbrzeskiej publiczności znane były także toruńskie zespoły Mindwhisper i Inglorius. Formacje te można wymienić jednym tchem, gdyż kilku muzyków wchodzi w skład obu tych zespołów. Podczas koncertu Mindwhi-

sper zmieniła się pogoda – nad amfiteatr zaczęła nadciągać burza, która stworzyła znakomite tło do gotyckiej muzyki prezentowanej przez zespół:

- Macie tu piękne miejsce do grania koncertów – mówiła Natalia Bassak, wokalistka zespołu. – Na pewno zapamiętam ten koncert z burzą w tle, śpiewało mi się kapitalnie, a publiczność, choć może niezbyt liczna bawiła się dobrze.

Występujący po Mindwhisper Inglorius zaprezentował ciężki, ale melodyjny metal, a następnie, już po zmroku, na scenie pojawiła się Horda z Aleksandrowa Kujawskiego, grająca prostego, dynamicznego rocka ubarwionego mocnym, kobiecym wokalem. Maraton rockowy zakończył się występem łódzkiego zespołu Neurotic, którego muzykę trudno było zakwalifikować do konkretnego, rockowego „podgatunku”.

Zespoły, które wystąpiły w sobotę, choć nie są zaliczane do polskiej, rockowej czołówki, za-

brzmiały bardzo dobrze. Widzowie maratonu mogli przekonać się o tym, że także mniej znani wykonawcy są w stanie dobrze zaprezentować ciekawy, własny materiał. W sobotę przez amfiteatr przewinęło się kilkuset widzów, a kilkadziesiąt osób wytrzymało od początku do końca imprezy.

- Jesteśmy przyzwyczajeni do grania przed niewielką publicznością, dzisiaj koncerty wyglądają tak wszędzie – powiedział wokalista grudziądzkiej Provokacji. – Może pewnym pomysłem na to, by wąbrzeski maraton rockowy stał się bardziej znaną imprezą byłoby zaproszenie jakiejś bardziej znanej kapeli? Nie chodzi mi o jakiś zespół żądający kosmicznych honorariów, ale o formację na tyle znaną, by na jej występ przyjechali fani z pobliskich miast. Wtedy, przy okazji występu takiego zespołu, lepiej promowałyby się mniej znane kapele.

tekst i fot.  
Jarek Brzuska



Maraton rockowy - Provokacja



Josh Trip z Dębowej Łąki



Horda z Aleksandrowa Kujawskiego



Lider zespołu Neurotic



Mindwhisper lubi grać przed wąbrzeską publicznością



Uczestnicy rockowego maratonu po koncercie



Miłośnikom rocka deszcz nie przeszkadzał w dobrej zabawie



Powiat

# Pracą okazali serce

**39 wolontariuszy w większości z Płużnicy pomagało powodzianom z gminy Wilków (województwo lubelskie). Najmłodsza ochotniczka miała 14 lat, najstarsza 60.**

Wolontariusze swoją podróż na południe Polski rozpoczęli w ubiegły piątek o godzinie. Autobus wyruszył popołudniu z Płużnicy, by po północy dotrzeć na miejsce. Ochotnicy nie liczyli na wielkie luksusy. Nocowali w wieloosobowych pokojach w miejscowym internacie. Mimo że od powodzi minęło już sporo czasu ryzyko wybuchu epidemii wciąż występuje na tych obszarach. Aby temu zapobiec wszyscy wolontariusze, którzy ukończyli 30. rok życia musieli zostać zaszczepieni przeciw tężcowi.

- Około godz. 10:00 dojechaliśmy do wsi Zastanów Karczmiski w gminie Wilków. Podzieleni zostaliśmy na 9 grup. Każda grupa skierowana została do innego gospodarstwa. Rozwiezieni zostaliśmy samochodami przez wolontariuszy, który również przyjechali w tym dniu pomagać powodzianom - mówi Marcin Skonieczka z Płużnicy, inicjator akcji.

Uczestnicy wyjazdu zajmowali się m.in. oczyszczaniem zalanych budynków z mebli, porządkowaniem obejść, skuwaniem tynków, zrywaniem podłóg itd. Tej soboty w gminie Wilków pomagało 170 wolontariuszy - niestety ciągle za mało.

Choć trudno w to uwierzyć pomoc, której udzielali wolontariusze z Płużnicy dla niektórych mieszkańców była pierwszą jaką otrzymali:

- Byliśmy pierwszymi osobami, które dotarły z pomocą do pani Janiny Kluziak, która mieszkała sama w drewnianym

domu, tuż obok wału przeciwpowodziowego. Przed pierwszą falą powodziową namawiano ją, żeby się ewakuowała. Ostatecznie po długich namowach wieczorem wzięła z domu torebkę i pojechała. Po resztę rzeczy chciała wrócić następnego dnia rano. Woda nie raz tu już podchodziła, więc spodziewano się, że będzie tak jak zawsze. Zwykle woda osiągała wysokość ok. pół metra i opadała po kilku dniach. Jednak tym razem było inaczej. Wał został przerwany dwukrotnie, a woda stała kilka tygodni. Jej dom został zalany do wysokości dachu. Najbardziej żałowała, że nie zabrała obrączki, którą miała po mamie oraz złote-

go łańcuszka. Gdy woda opadła, wróciła i szukała tych rzeczy. Dopiero po kilku dniach znalazła je w błocie.

Wyjazd zorganizowany został przez grupę kilku wolontariuszy. Przejazd autokaru sfinansowany został z budżetu gminy Płużnica.

- Zachęcamy mieszkańców innych gmin do organizowania podobnych wyjazdów. Chętnie podzielimy się naszymi doświadczeniami w tym zakresie. Szczegółowe informacje na temat akcji znaleźć można na stronie powodz.ngo.pl - zachęca Marcin Skonieczka.

PW  
fot. nadesłane



W domu pani Janiny Kluziak ślady powodzi są aż nadal widoczne



Do akcji przyłączyło się 39 wolontariuszy

Pływaczewo

## Kolonie rozpoczęte

**12 lipca rozpoczęły się półkolonie organizowane przez Stowarzyszenie „Nasza Gmina”. Dzięki pieniądзом zdobytym przez stowarzyszenie, grupy dzieci z Ryńska, Myśliwca, Jarantowic i Pływaczewa mogą ciekawie i zupełnie za darmo spędzić wakacje. My sprawdzaliśmy jak wyglądają kolonie w Pływaczewie.**

W Pływaczewie na zajęcia uczęszcza 30 dzieci. Zajęcia odbywają się codziennie od godz. 9 do 15. Opiekunowie starają się urozmaicać program półkolonii. W poniedziałek odbywają się zajęcia plastyczne, we wtorek rekreacyjno-sportowe, w środę organizowane są wyjazdy do gospodarstw agroturystycznych, w czwartek zajęcia rękodzielnicze, a w piątek dzieci uczestniczą w zajęciach kulinarnych. Poza tym cały czas do dyspozycji pozostaje sprzęt komputerowy zgromadzony w budynku remizy oraz księgozbiór tamtejszej biblioteki.

Podczas naszej wizyty trafiliśmy na zajęcia rękodzielnicze. Dzieci pod okiem instruktorki



Na zajęciach powstały prawdziwe dzieła sztuki

malowały obrazy na drewnie. Natomiast w piątek zajmowały się wypiekaniem faworków.

Zajęcia kolonijne w gminie Wąbrzeźno potrwają do 2 sierpnia.

tekst i fot. PW



Dzieci malowały na drewnie  
REKLAMA

**SERWIS, MONTAŻ**  
KLIMATYZACJI, OGRZEWAN POSTOJOWYCH  
W SAMOCHODACH  
tel. 784 982 738



Wąbrzeźno

# Rycerskie hece Nasz dzielnicowy

**Biblioteka poza możliwością wypożyczenia interesującej lektury, przygotowała dla dzieci na wakacje dodatkowe zajęcia. Projekt był współfinansowany przez Urząd Marszałkowski.**

Zajęcia w bibliotece uczestnicy rozpoczęli od spotkania z legendą. Przy pomocy literatury i internetu poznali legendy ziemi chełmińskiej, obyczaj rycerskie oraz herby. W tym celu zaprezentowano dzieciom prezentację multimedialną pn. „O-błądny rycerz”. Po wstępnym zebraniu informacji wszyscy udali się na spotkanie z Bractwem Rycerskim Zamku Radzyńskiego. Nauczyli się tam tańca średniowiecznego, grali w warcaby i posmakowali jadła rycerskiego. Uczestniczyli w pokazie walki i poznali części zbroi, a także odwiedzili komnatę z rycerskimi strojami. Następnie przenieśli się do świata współczesnego, gdzie wykonywali makiety zamku, witraże i herby według własnego pomysłu.

Drugi tydzień zajęć rozpoczął od lekcji historii na żywo, czyli odwiedzili zamek w Toruniu. Tam zdobywali certyfikat damy i rycerza oraz uczestniczyli w pokazie wybijania monety pamiątkowej

i odwiedzili komnatę strachów. Następnie odbył się miniturniej rycerski o tematyce historycznej.

Na zakończenie spotkań w bibliotece wspólnie przygotowali fotoreportaż z zajęć. Składał się on z kilku części. Uczestnicy opisali zdjęcia i przygotowywali notatkę do kroniki.

– Dwutygodniowy cykl zajęć zorganizowanych skończył się, ale biblioteka jest nadal czynna. Zapraszamy wszystkich miłośników do odwiedzin. Oprócz możliwości wypożyczenia ciekawej lektury dzieci mogą grać i rysować. Zawsze panuje miła i przyjazna atmosfera. Można obejrzeć przygotowane wystawy. Jedna jest poświęcona rocznicy Bitwy pod Grunwaldem a druga prezentuje prace laureatów konkursu „Wąbrzeźno - moje miejsce na ziemi” – mówi dyrektor biblioteki Aleksandra Kurek.

Agnieszka Zielińska  
fot. nadesłane

Wąbrzeźno

**Młodszy aspirant Łukasz Winkiel został wyróżniony w wojewódzkim plebiscycie na najpopularniejszego dzielnicowego. Zebrał najwięcej głosów w powiecie.**

W czasie wojewódzkich obchodów święta policji w Golu-biu-Dobrzyniu wręczono nagrody dzielnicowym wyróżnionym w plebiscycie na najpopularniejszego dzielnicowego Kujaw i Pomorza. Z terenu powiatu wąbrzeskiego najwięcej głosów zebrał młodszy aspirant Łukasz Winkiel. Dzielnicowy został nagrodzony przez marszałka województwa Piotra Całbeckiego.

Młodszy aspirant Łukasz Winkiel jest dzielnicowym w gminie Wąbrzeźno. Opiekuje się miejscowościami: Cymbark, Czysztchleb, Frydrychowo, Jarantowice, Jarantowiczki, Jaworze, Katarzynki, Łabędź, Myśliwiec, Plebanka, Prochy, Rozgard, Sicinek, Sitno, Stanisławki, Trzcianek, Wałycz i Wronie.

tekst i fot. Szymon Wiśniewski



Młodszy aspirant Łukasz Winkiel został wyróżniony przez marszałka województwa

## PRAWNIK RADZI

**Porad prawnych udziela adwokat Roman Brymora.**

**Umowy konsumenckie zawierane na odległość**

Konsumentem jest osoba fizyczna (człowiek) dokonująca czynności prawnej niezwiązanej bezpośrednio z jej działalnością gospodarczą lub zawodową. W praktyce w codziennym życiu często robimy zakupy przez internet, telefon i nie zdajemy sobie sprawy, że są to umowy w pełni chronione przez prawo. Często też nie wiemy, jakie prawa nam przysługują.

Któż z nas nie nabył chociaż raz czegoś od domokrażcy powszechnie zwanego akwizytorem? Do umów zawieranych poza lokalem przedsiębiorstwa należą właśnie umowy zawierane z akwizytorami, domokrażcami i te zawierane w każdym miejscu poza lokalem przedsiębiorcy. Przedsiębiorca przedstawiający nam swoją ofertę powinien spełnić obowiązek legitymacyjny: okazać dokument potwierdzający prowadzenie działalności gospodarczej i dodatkowo swój dokument tożsamości. Przedsiębiorca, przed zawarciem umowy na piśmie powinien poinformować konsumenta o prawie odstąpienia od umowy i powinien wręczyć mu wzór oświadczenia o odstąpieniu. Dodatkowo musi też zadbać o to, by konsument otrzymał pisemne potwierdzenie zawarcia umowy. Konsument może w ciągu 10 dni od zawarcia umowy odstąpić od niej bez po-

dania przyczyn i wtedy strony muszą zwrócić sobie wszystko, co otrzymały od siebie nawzajem przy zawarciu takiej umowy. Konsument, jeśli chce odstąpić od umowy, powinien złożyć oświadczenie o odstąpieniu na piśmie i wysłać je przed upływem terminu 10 dni od zawarcia umowy. Przedsiębiorca nie może żądać od nas żadnej sumy pieniężnej za to odstąpienie.

Innym rodzajem są umowy zawierane na odległość, do których należą właśnie umowy zawierane przez Internet, telefon, w postaci katalogu, sprzedaży wysyłkowej i wszystkie te zawierane przez przedsiębiorcę, którego jedynym sposobem działalności jest zawieranie umów na odległość. Przy takich umowach na przedsiębiorcy ciąży obowiązek informacyjny - powinien on najpierw zwrócić się do konsumenta o zgodę na przesłanie oferty (np. w formie katalogu). Najpóźniej w chwili złożenia propozycji zawarcia umowy konsument powinien być poinformowany o nazwie firmy przedsiębiorcy, organie rejestrującym, numerze KRS, podmiocie rejestrującym. Przedsiębiorca musi także poinformować nas o cenie ze wszystkimi jej składnikami oraz o kosztach i terminie dostawy towaru. Konsument ma prawo odstąpienia od umowy w terminie 10 dni od wydania rzeczy. Przedsiębiorca jest zobowiązany do potwierdzenia warunków umowy na

piśmie najpóźniej w momencie rozpoczęcia spełniania świadczenia. Jeśli tego nie zrobi - konsument ma prawo odstąpić od umowy nie w ciągu 10 dni, ale w ciągu 3 miesięcy. Przedsiębiorca powinien wykonać umowę i dostarczyć nam towar w terminie 30 dni. Jeśli nie może on spełnić świadczenia w tym czasie, powinien bez zwłoki zawiadomić o tym kupującego i zwrócić mu wszelkie koszty.

Zawierane na odległość mogą być też umowy dotyczące usług finansowych (umowy kredytu konsumenckiego, czynności ubezpieczeniowe, czynności bankowe, uczestnictwo w funduszach inwestycyjnych). Przedsiębiorcy prowadzący taką działalność na odległość muszą bezwzględnie informować nas o ryzyku związanym z taką usługą finansową oraz o pozasądowym rozstrzygnięciu sporów wynikających z umowy. Konsument ma prawo odstąpienia od takich umów w terminie 14 dni od ich zawarcia, a w przypadku zawarcia umowy ubezpieczenia na odległość można od niej odstąpić w terminie 30 dni.

**Podstawa prawna: Ustawa o szczególnych warunkach sprzedaży konsumenckiej adwokat Roman Brymora**



REKLAMA

**PRACUJESZ W MIKRO, MAŁYM LUB ŚREDNIM PRZEDSIĘBIORSTWIE?  
CHCESZ NAUCZYĆ SIĘ OBSŁUGI  
KOMPUTERA I INTERNETU?**

zapraszamy na 60-godzinne  
**BEZPŁATNE SZKOLENIA**

- podstawy obsługi komputera, • przeglądanie stron internetowych,
- obsługa poczty elektronicznej,
- podstawy obsługi pakietu biurowego MS Office

**Do wyboru zajęcia w Wąbrzeźnie i w Płużnicy  
w terminie od 1 września do 11 października 2010r.**



**Kurs trwa 12 dni,  
dwa razy w tygodniu  
od 16:00 do 20:00**

**Zapewniamy bezstresowe  
i profesjonalne  
prowadzenie zajęć!**

Więcej informacji:

**Centrum Technologii Informacyjnych e-Misja  
www.e-misja.org.pl • tel. 56 688 74 52**



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego





Wielkie Radowiska, Dębowa Łąka

# Afrykańskie wakacje

Gminna Biblioteka Publiczna w Dębowej Łące oraz Filia w Wielkich Radowiskach organizuje dla dzieci wspólne wakacyjne zabawy. Zajęcia są współfinansowane przez Urząd Marszałkowski województwa kujawsko-pomorskiego.

W pierwszym tygodniu dzieci poznały stroje, zwyczaje oraz muzykę afrykańską. Zapoznały się z bajkami dotyczącymi Afryki. Na zajęciach plastycznych uczestnicy pracowali w grupach nad makietą afrykańskiej wioski. Odbył się również turniej warcabowy, w którym zwyciężyła Monika Margalska i Przemysław Borowiak. W ostatnim dniu dzieci na podstawie filmu „Asterix i Obelix” malowały na szkle. Dla wszystkich codziennie była przygotowana słodka niespodzianka.

– Zajęcia są fajne. Wspólne zabawy, konkursy oraz gry są świetną okazją do pracy w grupie i stworzenia czegoś wspólnie – podsumowują uczestnicy zajęć.

Agnieszka Zielińska  
fot. nadesłane



Robienie strojów afrykańskich



Tworzenie makiety wioski afrykańskiej



Malowanie na szkle



Pokaz spódniczek afrykańskich

Wałycz

## Smacznie i zdrowo

W sobotę 10 lipca pracownicy Świetlicy Wiejskiej w Wałyczu zorganizowali wspólnie z paniami z Koła Gospodyń Wiejskich piknik rodzinny.

Od godziny 13 świetlicę opanały dzieci, które zajmowały się przygotowaniem zdrowych potraw np. sałatki owocowej czy zapiekanki. Degustacja przypadła do gustu uczestnikom pikniku. Maluchy za przygotowanie potraw otrzymały nagrody.

Uczestnicy zabawy mogli również zapoznać się z wystawą przygotowaną przez Miejską i Powiatową Bibliotekę Publiczną pt. „Powiatowe Migawki Biblioteczne”. W świetlicy przygotowano także wystawę prac, które dzieci i dorośli przygotowali podczas warsztatów rękodzielniczych, które odbyły się w świetlicy.

Wieczorem na pikniku brylowali już dorośli, którzy bawili się przy muzyce na świeżym powie-



Najmłodsza uczestniczka sobotnich zajęć w czasie degustacji

trzu. O gastronomię zadbało KGW z Wałycz. Wsparcia w przygotowaniu pikniku udzieliło również stowarzyszenie „Nasza gmina”.

PW



W zajęciach kulinarnych młodym kucharzom pomagały panie z KGW Wałycz



Dziewczynki pomagały młodszym koleżankom podczas przyrządzania sałatki



Chłopcy zajęli się przygotowaniem zapiekanek



Książką

# Rzeźba z gliny i wody

**W Gminnym Ośrodku Kultury w Książkach od 12 do 16 lipca trwała zorganizowana przy wsparciu finansowym Urzędu Marszałkowskiego i gminy „Wakacyjna Przygoda z Gliną”. Kilka tysięcy złotych wystarczyło, by dwadzieścioro dzieci z terenu gminy mogło w atrakcyjny sposób poznać techniki rzeźbienia w glinie. Co najważniejsze, dzięki temu dofinansowaniu, w projekcie uczestniczyły także dzieci niepełnosprawne.**

Uczestnicy „Wakacyjnej Przygody z Gliną” mieli okazję do tego, by pod okiem wykwalifikowanej kadry tworzyć ceramikę różnymi technikami i narzędziami, z zastosowaniem wielu sposobów zdobienia.

- Warsztaty skierowane były do dwudziestoosobowej grupy dzieci i młodzieży – mówi kierownik GOK w Książkach Marianna Ciupak. – Uczestniczyły

w nich dzieci aktywnie działające w naszym ośrodku oraz te, które zostały wytypowane do udziału w zajęciach przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej. W warsztatach tego typu mogły brać udział dzieci niepełnosprawne i dzięki współpracy z GOPS udało się nam do nich dotrzeć. Na zrealizowanie tego programu udało się nam pozyskać 4800 złotych z Urzędu Marszałkowskiego. Oprócz tych

pieniędzy mogliśmy także liczyć na finansowe wsparcie ze strony urzędu gminy i GOPS.

Warsztaty ceramiczne prowadzone były przez Tomasza Porazińskiego z Pracowni Rękodzieła Artystycznego „Garniec” z Koronowa. Prowadzący zajęcia postarał się o to, by dzieci jak najwięcej dowiedziały się nie tylko o samej technice rzeźbienia w glinie. W ciągu czterech dni zajęć dzieci

z gminy Książki dowiedziały się wiele także o znaczeniu i pochodzeniu gliny, z której wykonane są liczne przedmioty powszedniego użytku. Podczas kursu dzieci poznały wiele technik, które pozwoliły im opanować sztukę rzeźbienia w ekologicznym materiale, jakim jest glina. Dużo satysfakcji sprawiło zdobycie umiejętności posługiwania się kołem garncarskim i szklwienia gotowych rzeźb.

Końcowe efekty „Wakacyjnej Przygody z Gliną” można było zobaczyć podczas wystawy prac przygotowanych przez uczestników zajęć. Wśród widzów tej wystawy znaleźli się rodzice dzieci

uczestniczących w zajęciach, którzy potrafili docenić profesjonalny sposób prowadzenia warsztatów rzeźbiarskich.

Dla dzieci uczestniczących w tych zajęciach ważne było także to, że były one prowadzone w bardzo swobodny sposób. Oprócz przekazania wiedzy o sposobach rzeźbienia w glinie prowadzący starał się przede wszystkim o to, by dzieci nie nudziły się, wysłuchując teorii rzeźby – wiedzę o rzeźbie w ekologicznym materiale starał się przekazać w formie zabaw i konkursów.

**Jarek Brzuska,**  
fot. nadesłane



## Aktywnie spędzam czas...

### W TYM TYGODNIU W NASZYM POWIECIE

- 30 lipca (17.00 - 19.00) w Amfiteatrze na Podzamczu odbędzie się II Konkurs Piosenki Tanecznej  
- do 30 lipca w godz. 10.00 - 12.00 w Amfiteatrze na Podzamczu odbywać się będą zajęcia pn. „Słoneczne wakacje z WDK”. w programie: 22.lipca - turniej warcabowy, 23 lipca - wodne abc..., nauka pływania i zasady bezpiecznego zachowania się w wodzie, zawody pływackie grand prix, 27 lipca - dzień plastyczny (przygotowanie do balu), 28 lipca - w zdrowym ciele zdrowy duch (zabawy sportowe na plaży), 29 lipca - wakacyjny bal (wybór miss i mistera plaży)

### PLYWALNIA

ul. Matejki 2a, tel. 056 687 30 36  
godziny otwarcia: poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek, sobota i niedziela 8.00 – 22.00, środa 20.30 – 22.00  
Bilet zwykły: 10 lub 12 zł/h  
Bilet ulgowy: 7 lub 8 zł

### OŚRODEK CHOPINOWSKI SZAFARNIA

- 1 sierpnia o godz. 17.00 odbędzie koncert „Magiczne Skrzypce”. Wystąpi: „Arte con brio” - kwartet smyczkowy w składzie: Krystyna Prystasz - I skrzypce, Przemysław Nawrocki - II skrzypce, Mirosław Przybył - altówka, Agata Jarecka - wiolonczela oraz Marika Przybył - skrzypce. W programie utwory A. Piazzolla, P. Sarasate, N. Paganini, G. Gershwin, V. Monti, F. Mancini, C. Gardel.

### OSADA KARBÓWKO ELGISZEWO K. CIECHOCINA

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

6 osób) 70zł/godzina; mini golf 20zł/godzina  
OSADA KARBÓWKO  
JAZDA KONNA  
Lonża - 30 zł / 30 minut  
Jazda na padoku - 40 zł/h  
Jazda w teren - 55 zł/h  
Oprawadki dla najmłodszych - 10 zł/15 minut  
telefon 695-850-452

### SZKOŁA RYCERSKA

GOLUB-DOBRZYŃ  
tel 0 56 683 24 66  
- nauka jazdy 30 min. – 35 zł  
- jazda w ujeżdżalni 60 min. – 35 zł

### PARK LINOWY TORUŃ

Barbarka, ul. Przysiecka 13  
tel. 727 645 380  
Park czynny w lipcu: 10.00-20.00  
Bilet zwykły: 20 lub 25 zł  
Bilet ulgowy: 15 lub 20 zł

### PLANETARIUM TORUŃ

ul. Franciszkańska 15-21,  
Repertuar:  
PONIEDZIAŁEK  
12:00 Wyprawa po ogień i lód (dla dzieci)  
13:30 Lato pod gwiazdami  
14:45 Wehikuł czasu  
16:00 Osiem planet ?

sala Orbitarium wejścia: 11:20, 12:45, 14:15, 15:30  
WTOREK  
11:00 Cudowna podróż (dla dzieci)  
12:15 Barwy kosmosu (dla dzieci)  
13:30 Lato pod gwiazdami  
15:00 Osiem planet ?  
16:15 Wehikuł czasu  
17:30 Makrokosmos  
sala Orbitarium wejścia: 11:45, 13:00, 14:15, 15:45, 17:00  
ŚRODA  
11:00 Cudowna podróż (dla dzieci)  
12:15 Wyprawa po ogień i lód (dla dzieci)  
13:30 Lato pod gwiazdami  
15:00 Wehikuł czasu  
16:15 Osiem planet ?  
17:30 Makrokosmos  
sala Orbitarium wejścia: 11:45, 13:00, 14:15, 15:45, 17:00  
CZWARTEK  
11:00 Cudowna podróż (dla dzieci)  
12:15 Barwy kosmosu (dla dzieci)  
13:30 Lato pod gwiazdami  
15:00 Osiem planet ?  
16:15 Wehikuł czasu  
17:30 Makrokosmos  
sala Orbitarium wejścia: 11:45, 13:00, 14:15, 15:45, 17:00

PIĄTEK  
11:00 Cudowna podróż (dla dzieci)  
12:15 Wyprawa po ogień i lód (dla dzieci)  
13:30 Lato pod gwiazdami  
15:00 Wehikuł czasu  
16:15 Osiem planet ?  
17:30 Makrokosmos  
sala Orbitarium wejścia: 11:45, 13:00, 14:15, 15:45, 17:00  
SOBOTA  
11:30 Cudowna podróż (dla dzieci)  
12:45 Makrokosmos  
14:00 Lato pod gwiazdami  
15:15 Wehikuł czasu  
16:30 Osiem planet ?  
17:45 Lato pod gwiazdami  
sala Orbitarium wejścia: 12:15, 13:30, 14:45, 16:00, 17:15  
NIEDZIELA  
11:30 Barwy kosmosu (dla dzieci)  
12:45 Makrokosmos  
14:00 Lato pod gwiazdami  
15:15 Wehikuł czasu  
16:30 Osiem planet ?  
sala Orbitarium wejścia: 12:15, 13:30, 14:45, 16:00  
**Informacje o organizowanych imprezach można przesyłać e-mailem na adres: redakcja@wpr.info.pl**



## HITY TYGODNIA

## CZWARTEK 23:00 TVN 7 - AMERYKAŃSKI NINJA V

Akcja, 110 min, USA (1993)

Joe (David Bradley), mistrz wschodnich sztuk walki, na prośbę swego chińskiego mistrza Tetsu (Pat Morita) opiekuje się jego 13-letnim bratankiem Hiro (Lee Reyes), przy okazji ucząc go kilku chwytów. Pewnego razu mieszkająca w sąsiedztwie Lisa (Anne Dupont) na ich oczach zostaje uprowadzona przez Węża, groźnego ninja. Na polecenie swego szefa Glocka, właściciela fabryki produkującej chemikalia, porywacz chce wywieźć dziewczynę do Ameryki Południowej. Ma ona być tam przetrzymywana, by, zagwarantować, że jej ojciec - genialny uczony, doktor Strobel (Aharon Ipale) - skończy opracowywać formułę nowego gazu, który ma być użyty jako broń biologiczna. Szantażowany naukowiec - który początkowo sądził, że nowy specyfik będzie wykorzystywany w rolnictwie - nie ma innego wyjścia, jak kontynuować pracę. Nie wie jednak, że Joe i Hiro niepostrzeżenie dostali się na pokład samolotu, którym leci przestępca wraz ze swoją ofiarą. Zrobią wszystko, by pokonać złego wojownika i pomóc Lisie, zwłaszcza, że chłopiec rozpoznaje w Wężu mordercę swego ojca.

## PIĄTEK 22:20 TVP 2 - AMERICAN PIE: WESELE

Komedia, 105 min, USA (2003)

Jim (Jason Biggs) oświadcza się Michelle (Alyson Hannigan) w restauracji, a ona przyjmuje oświadczenie. Zaczynają się gorączkowe przygotowania do ślubu. Michelle choć, aby jej ślub był doskonały. Jim stara się zrobić jak najlepsze wrażenie na swoich przyszłych teściach, Haroldzie (Fred Willard) i Mary (Deborah Rush), jednak będzie się musiał sporo napracować, bo pierwsze spotkanie nie zaliczy do udanych. Wkrótce pojawia się Cadence (January Jones), siostra Michelle, w której zakochują się Stifler (Seann William Scott) i Finch (Eddie Kaye Thomas). Stifler rywalizując z Finchem zaczyna udawać gentelmana. A czasu do ślubu pozostaje coraz mniej.

## SOBOTA 22:25 TVP 1 - CZARNY ŚWIT

Sensacyjny, 115 min, USA (1997)

W tajemniczych okolicznościach wychodzi na jaw, że były agent CIA Jonathan Cold (Steven Seagal - Liberator, Wpół do śmierci) uwalnia z więzienia niebezpiecznego handlarza bronią i na domiar złego pomaga grupie terrorystów wejść w posiadanie broni nuklearnej, która ma być użyta do ataku na Stany Zjednoczone. Cold był uznany za zmarłego, czemu więc nagle okazuje się, że żyje i na dodatek wszystko wskazuje na to, że pomaga terrorystom. CIA stara się za wszelką cenę rozwikłać tę zagadkę, tymczasem kraj znajduje się w poważnym niebezpieczeństwie.

## PONIEDZIAŁEK 23:00 POLSAT - BOMBA ZEGAROWA

Dramat, 115 min, USA (2006)

Eddy Kay (Biehn) prowadzi spokojny tryb życia. Pewnego wieczoru wracając z pracy jest świadkiem wybuchu pożaru. Z płonącego domu ratuje kobietę i jej dziecko. Media kreują go na bohatera. Szef tajnego oddziału CIA pułkownik Taylor (Jordan) przypadkowo w telewizji rozpoznaje w Eddym wziętego za zmarłego przed laty członka swojej grupy. Uznaje, że Kay stanowi swoją osobą duże zagrożenie dla wielu funkcjonariuszy CIA, a także obecnie trwającej operacji mającej na celu zmianę ustroju w USA. Nieświadomy faktu, że Eddy po ostatnim nieudanym zadaniu nie pamięta nic ze swojej przeszłości, postanawia go zlikwidować. Próby zamachów okazują się nieskuteczne. Doprowadzają jednak do tego, że Kay zaczyna odzyskiwać świadomość kim naprawdę jest.

06:00 Kawa czy herbata?  
08:45 Fantaghiro (22) - serial  
09:15 Legenda Nezha (28) - serial  
09:45 Szkoła złamanych serc (204) - serial  
10:30 Smaki polskie  
10:45 Jak zostać ogrodnikiem (3) - dokument  
11:20 Telezakupy  
12:00 Wiadomości  
12:10 Agrobiznes  
12:35 My, wy, oni  
13:00 Kabaretowa Jedynka (3) - rozrywka  
13:25 Don Matteo (23) - serial  
14:25 Plebania (1492) - serial  
15:00 Wiadomości  
15:10 Pogoda  
15:15 Przebojowa noc - rozrywka  
15:25 Klan (1849) - serial  
15:55 Klan (1850) - serial  
16:25 Moda na sukces (5085) - serial  
17:00 Teleexpress  
17:15 Pogoda  
17:25 Moda na sukces (5086) - serial  
17:50 Czerdziejstolek (14) - serial  
18:50 Przebojowa noc - rozrywka  
19:05 Halo, tu Hania! (42) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:55 Sport  
20:05 Czar Tour de Pologne  
20:10 Pogoda  
20:25 Ranczo (15) - serial  
21:30 Sprawa dla reportera - dokument  
22:15 Życie po życiu (1) - serial  
23:15 Życie po życiu (2) - serial  
00:10 Ulubieniec. Historia Pietera - Dirka Uysa - dokument  
01:05 Zagadkowa Jedynka - rozrywka  
02:10 Wirus zagłady (2) - film fabularny  
05:10 Telezakupy  
05:30 Monarch Cove (14) - serial

06:00 Mango - Telezakupy  
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka  
08:00 Zorro (19) - serial  
08:30 Szczenięcie lata Toma i Jerry'ego (3) - serial  
08:55 Millionerzy - rozrywka  
09:50 Podróż w nieznane (5) - serial  
10:50 Granie na ekranie - rozrywka  
11:50 Mango - Telezakupy  
12:50 Na Wspólnej (1200) - serial  
13:15 Na Wspólnej (1201) - serial  
13:45 Na Wspólnej (1202) - serial  
14:15 W-11 wydział śledczy - serial  
14:55 Detektywi - serial  
15:25 Tajemnice Smallville (7) - serial  
16:25 Rozmowy w toku - talk show  
17:25 Sąd rodzinny (147) - 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 Wehikuł czasu - film fabularny  
22:50 Szymon Majewski Show (9) - rozrywka  
23:50 Orange Warsaw Festival (3) - rozrywka  
00:20 Bez śladu (15) - serial  
01:15 Uwaga!  
01:35 Po co spać, jak można grać? - rozrywka  
02:40 Telesklep  
03:05 Tajemnice Smallville (7) - serial  
04:00 Nic straconego  
05:40 Uwaga!

08:00 Lekcja tańca w domu - film krótkometrażowy  
08:25 Przekłute oko proroka - film fabularny  
10:20 Detektyw Murdoch: Tajemnicze mumie (9) - serial  
11:20 Detektyw Murdoch: Kłątwa domu Beatonów (10) - serial  
12:20 Prawdziwa historia - Tożsamość Bourne'a - dokument  
13:20 Anatomia morderstwa - film fabularny  
16:10 Krew jak czekolada - film fabularny  
18:00 Rozstania i powroty - film fabularny  
20:10 Z podniesionym czołem - film fabularny  
21:45 Noce wiosennego upojenia - film fabularny  
Wang Ping jest żonaty i jednocześnie zaangażowany w homoseksualny romans. Kochanka przedstawia jako znajomego ze studiów. Jego żona, Lin Xue, nie daje się jednak zwieść tej naiwnej mistyfikacji.  
00:05 Adaptacja - film fabularny  
02:00 Towarzysz Pedersen - film fabularny  
04:00 Gwiazdy poranne - film fabularny  
05:45 Istoty - film krótkometrażowy

06:20 Sto tysięcy bocianów (8) - dokument  
06:50 Dwa światy (24) - serial  
07:25 M.A.S.H. (70) - serial  
07:55 Codzienna 2 m 3 (30) - serial  
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje  
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka  
11:00 Familiada - rozrywka  
11:30 Telezakupy  
12:05 Galapagos (3) - dokument  
13:10 Czarne chmury (1) - serial  
14:15 Dom (11) - serial  
16:00 Program lokalny  
16:30 M jak miłość (727) - serial  
17:25 Gilotyna - rozrywka  
18:00 Panorama  
18:25 Gorący temat - publicystyka  
18:40 Sport-telegram  
18:45 Pogoda  
19:00 Barwy szczęścia (413) - serial  
19:35 Kabaret na lato - rozrywka  
20:10 To ja, złodziej - film fabularny  
22:00 Dr House (100) - serial  
22:55 Tancerze (7) - serial  
23:50 Tajemnica Chloe (2) - film fabularny  
05:00 Echa Panoramy  
05:30 Człowiek wśród ludzi

06:15 Mamy cię! - rozrywka  
07:35 Życie na fali (14) - serial  
08:30 Ostry dyżur (68) - serial  
09:30 Kobra - oddział specjalny (4) - serial  
10:35 Telezakupy  
12:15 Apetyt na kasę - rozrywka  
13:15 Prawo pożądania (123) - serial  
14:15 Mamy cię! - rozrywka  
15:35 Niania (96) - serial  
16:05 Życie na fali (15) - serial  
17:05 Kobra - oddział specjalny (5) - serial  
18:05 Ostry dyżur (69) - serial  
19:05 Przyjaciele (19) - serial  
19:35 Niania (97) - serial  
20:05 Pseudonim Rosomak - film fabularny  
22:00 Wyrok (12) - serial  
23:00 Amerykański Ninja V - film fabularny  
00:50 Arkana magii - rozrywka  
05:15 112 - na każde wezwanie (106) - serial  
05:45 Na Wspólnej (700) - serial

06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka  
06:30 Muzyka - muzyka  
07:00 Łapu capu  
07:10 Nie przegap  
07:20 Simpsonowie (8) - serial  
07:45 Łapu capu  
08:00 Tragedia na Hillsborough - dokument  
08:55 Enid - film fabularny  
10:25 Smarkula - film fabularny  
12:15 Joe Strummer - Niepisana przyszłość - dokument  
14:25 Jak być kochaną - film fabularny  
16:10 Zagadki sfinksy - film fabularny  
17:50 Ile waży koń trojański? - film fabularny  
20:00 Łapu capu  
20:10 Simpsonowie (9) - serial  
20:35 Nie przegap  
20:45 Łapu capu  
21:00 Mentalista (7) - serial  
21:50 Trauma (16) - serial  
22:40 Speed II - wyścig z czasem - film fabularny  
00:50 Powrót do Brideshead - film fabularny  
03:00 Przepis na "Ciacho" - Kuchnia filmowa - dokument  
03:30 Aktualności filmowe  
04:00 Muzyka - muzyka  
04:30 Łapu capu ekstra - rozrywka  
05:15 Skarb - film fabularny

06:00 Nowy dzień z Polsat News  
07:00 TV market  
07:15 Fortuna Wiedzy (781) - rozrywka  
08:00 Strażnik Teksasu (2) - serial  
09:00 Słodkie zmartwienia (24) - serial  
09:30 90210 (24) - serial  
10:25 Ostry dyżur (2) - serial  
11:25 Szpital na perypetiach (6) - serial  
11:55 Rodzina zastępcza plus (167) - serial  
12:55 Mamuśki (24) - serial  
13:25 I kto tu rządzi? (24) - serial  
14:00 Miodowe lata (60) - serial  
14:45 Świat według Bundych (179) - serial  
15:10 Świat według Bundych (180) - serial  
15:50 Wydarzenia  
16:10 Pogoda  
16:15 Interwencja  
16:30 Malanowski i Partnerzy (162) - serial  
17:00 Dlaczego ja? (30) - serial  
18:00 Miodowe lata (60) - serial  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (105) - serial  
20:00 Wisła Kraków - FK Szawle  
22:10 Wallander. Fotograf - film fabularny  
00:10 Zagadkowa Noc (497) - rozrywka  
03:10 Tajemnice losu  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1292) - rozrywka

06:10 Muzyczne listy - muzyka  
07:20 Zbuntowani (154) - serial  
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
09:20 Berlin, Berlin (5) - serial  
10:25 Mój grzech (69) - serial  
11:25 Idiotki nie idą do nieba (128) - serial  
12:25 Muzyczne listy - muzyka  
13:30 Dekoratornia - film telewizyjny  
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
15:00 Drogówka  
15:15 Rodzina Serrano (48) - serial  
16:55 Zbuntowani (155) - serial  
17:55 Berlin, Berlin (6) - serial  
19:00 Mój grzech (70) - serial  
20:00 Galileo  
21:00 Chybiony cel - film fabularny  
23:10 Droga do rajy - film fabularny  
01:40 Big Brother V - rozrywka  
02:40 Big Brother V - rozrywka  
03:35 Muzyczne listy - muzyka  
04:25 TV market  
05:15 Jazda figurkowa - talk show

08:30 Puchar Narodów w Akwizgranie  
09:30 Hiszpania - Portugalia  
10:15 Holandia - Anglia  
11:00 Tour de France  
12:10 Planeta Armstronga  
12:15 Tour de France  
17:45 Mecz towarzyski  
19:00 Eurogole - skrót wiadomości  
19:10 Liga Mistrzów w Irlandii  
20:00 Fight Club  
22:00 Tour de France  
22:55 Planeta Armstronga  
23:00 Vintage Collection  
00:00 Tydzień z World Wrestling Entertainment  
00:30 Tour de France  
01:25 Planeta Armstronga



TVP 1

06:00 Kawa czy herbata?  
08:45 Owocowe ludki (11) - serial  
09:15 Na wysokiej fali (9) - serial  
09:50 Szkoła złamanych serc (205) - serial  
10:40 Pomyśl na mieszkanie (5) - dokument  
11:05 Wędrowki z europlecakiem  
11:20 Telezakupy  
12:00 Wiadomości  
12:10 Agrobiznes  
12:35 Wojna światów - dokument  
12:55 Kabaretowa alternatywa - rozrywka  
13:25 Don Matteo (24) - serial  
14:25 Plebania (1493) - serial  
15:00 Wiadomości  
15:10 Pogoda  
15:15 Przebojowa noc - rozrywka  
15:25 Klan (1851) - serial  
15:50 Klan (1852) - serial  
16:20 Polska pięknieje (7) - dokument  
16:25 Moda na sukces (5087) - serial  
16:45 Kawa czy herbata?  
17:00 Teleexpress  
17:15 Pogoda  
17:25 Moj pierwszy ślub - film fabularny  
19:05 Kraina elfów (16) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:55 Sport  
20:05 Czar Tour de Pologne  
20:10 Pogoda  
20:25 Tata duch - film fabularny  
22:00 W paszczy krokodyla - film fabularny  
23:40 Teksaska masakra piłą mechaniczną - film fabularny  
01:25 W słusznej sprawie (1) - serial  
02:45 W słusznej sprawie (2) - serial  
05:30 Telezakupy

tvn

06:00 Mango - Telezakupy  
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka  
08:00 Zorro (20) - serial  
08:30 Szczególne lata Toma i Jerry'ego (4) - serial  
08:55 Milionerzy - rozrywka  
09:50 Podróż w nieznane (7) - serial  
10:50 Granie na ekranie - rozrywka  
11:50 Mango - Telezakupy  
12:50 Na Wspólnej (1203) - serial  
13:15 Na Wspólnej (1204) - serial  
13:45 Na Wspólnej (1204) - serial  
14:15 W-11 wydział śledczy - serial  
14:55 Detektywi - serial  
15:25 Tajemnice Smallville (8) - serial  
16:25 Rozmowy w toku - talk show  
17:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (535) - serial  
18:25 Detektywi - serial  
19:00 Fakty  
19:30 Sport  
19:40 Pogoda  
19:50 Uwaga!  
20:00 Władca Pierścieni: Dwie wieże - film fabularny  
23:35 Królowa ringu - film fabularny  
01:55 Uwaga!  
02:10 Po co spać, jak można grać? - rozrywka  
03:15 Telesklep  
03:40 Bardzo Dzik Zachód - film fabularny  
05:15 Nic straconego  
05:35 Uwaga!  
05:55 Mango - Telezakupy

kino

08:00 Ichthys - film krótkometrażowy  
08:20 Zaczne grzechy - film fabularny  
09:55 Za drzwiami Actors Studio - dokument  
10:55 Persepolis - film fabularny  
12:40 15:10 do Yumy - film fabularny  
14:25 Kate i Leopold - film fabularny  
16:35 Sezon na kaczki - film fabularny  
18:15 Vince niepokonany - film fabularny

Oparta na faktach historia Vince'a Papale'a, który spełnił największe marzenie - dostalsiędo drużyny Philadelphia Eagles i został jednym z najlepszych jej zawodników.

20:10 Szkoła stewardes - film fabularny  
21:50 Portrety - dokument  
22:00 Rzeczy, które robisz w Denver, będąc martwym - film fabularny  
00:05 Stan gry (1) - serial  
01:10 Stan gry (2) - serial  
02:05 Stan gry (3) - serial  
03:00 Stan gry (4) - serial  
03:55 Stan gry (5) - serial  
04:50 Stan gry (6) - serial  
05:55 Katia - film krótkometrażowy

TVP 2

06:20 Dwa światy (25) - serial  
06:50 Dwa światy (26) - serial  
07:20 M.A.S.H. (71) - serial  
07:55 Codzienna 2 m 3 (31) - serial  
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje  
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka  
10:55 Telezakupy  
11:30 Wakacyjne przypadki nad jeziorem Garda - film fabularny  
13:05 Czarne chmury (2) - serial  
14:05 Dom (12) - serial  
16:00 Program lokalny  
16:30 Daleko od szosy (3) - serial  
18:00 Panorama  
18:25 Gorący temat - publicystyka  
18:40 Sport-telegram  
18:45 Pogoda  
19:00 Barwy szczęścia (414) - serial  
19:35 Kabaret na lato - rozrywka  
20:10 Kabaretowy Klub Dwójki (14) - rozrywka  
21:10 Hit dekady - rozrywka  
22:20 American Pie: Wesele - film fabularny  
00:05 Podkomisarz Brenda Johnson (14) - serial  
01:00 Podkomisarz Brenda Johnson (15) - serial

tvn

06:15 Mamy cię! - rozrywka  
07:35 Życie na fali (15) - serial  
08:30 Ostry dyżur (69) - serial  
09:30 Kobra - oddział specjalny (5) - serial  
10:35 Telezakupy  
12:15 Apetyt na kasę - rozrywka  
13:15 Prawo pożądania (124) - serial  
14:15 Mamy cię! - rozrywka  
15:35 Niania (97) - serial  
16:05 Życie na fali (16) - serial  
17:05 Kobra - oddział specjalny (6) - serial  
18:05 Ostry dyżur (70) - serial  
19:05 Przyjaciele (20) - serial  
19:35 Niania (98) - serial  
20:05 Przybysz z daleka - film fabularny  
22:05 Narodziny - film fabularny  
00:05 Sześć stóp pod ziemią (2) - serial  
01:05 Arkana magii - rozrywka  
05:15 Misja Martyna - finał (2) - rozrywka  
05:45 Chwila prawdy - rozrywka

CANAL+

07:00 Łapu capu  
07:10 Nie przegap  
07:45 Łapu capu  
08:00 Opowieści dziwnej treści - Złotowłosa i 3 misie - film fabularny  
09:20 Jak to się robi - film fabularny  
10:45 Rok, w którym się poznaliśmy - film fabularny  
12:25 Nowe stanowisko - film fabularny  
13:55 Cień - film fabularny  
15:30 Cudowne święta Jonathana - film fabularny  
17:10 Australia - film fabularny  
20:00 Łapu capu  
20:10 Simpsonowie (10) - serial  
20:35 Nie przegap  
20:45 Łapu capu  
21:00 Złodzijski kodeks - film fabularny  
22:50 Instynkt wilka - Mord w Bergen - film fabularny  
00:30 Świetliki w ogrodzie - film fabularny  
02:10 Zabójca - film fabularny  
03:40 Domowe piekło - film fabularny  
05:20 Mój Nikifor - film fabularny

TVP 1

06:00 Nowy dzień z Polsat News  
06:55 TV market  
07:10 Fortuna Wiedzy (782) - rozrywka  
07:55 Strażnik Teksasu (3) - serial  
08:55 Słodkie zmartwienia (25) - serial  
09:25 Kaszmirowa mafia (1) - serial  
10:25 Ostry dyżur (3) - serial  
11:25 Szpital na perypetiach (7) - serial  
12:00 Rodzina zastępcza plus (168) - serial  
13:00 Mamuśki (25) - serial  
13:30 I kto tu rządzi? (25) - serial  
14:00 Miodowe lata - serial  
14:45 Świat według Bundych (181) - serial  
15:10 Świat według Bundych (182) - serial  
15:50 Wydarzenia  
16:10 Pogoda  
16:15 Interwencja  
16:30 Malanowski i Partnerzy (163) - serial  
17:00 Dlaczego ja? (30) - serial  
18:00 Miodowe lata (76) - serial  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (126) - serial  
20:00 Karate Kid II - film fabularny  
22:20 W imię zasad - film fabularny  
00:25 Purpurowe skrzypce - film fabularny  
03:15 Tajemnice losu  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1293) - rozrywka

4

06:10 Muzyczne listy - muzyka  
07:20 Zbuntowani (155) - serial  
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
09:20 Berlin, Berlin (6) - serial  
10:25 Mój grzech (70) - serial  
11:25 Idiotki nie idą do nieba (129) - serial  
12:25 Muzyczne listy - muzyka  
13:30 AlleGra  
14:00 Dziewczyny z fortuną - film fabularny  
15:00 Drogówka  
15:15 Rodzina Serrano (49) - serial  
16:55 Zbuntowani (156) - serial  
17:55 Berlin, Berlin (7) - serial  
19:00 Mój grzech (71) - serial  
20:00 Spadkobiercy (25) - rozrywka  
21:00 1000 złych uczynków (7) - serial  
21:30 1000 złych uczynków (8) - serial  
22:05 Jazda figurowa - talk show  
23:05 Tajna agentka: Gra na punkty - film fabularny  
01:10 Big Brother V - rozrywka  
02:35 Muzyczne listy - muzyka  
03:30 Komenda  
03:55 TV market  
04:30 Mała czarna - talk show

EUROSPORT

08:30 Hiszpania - Portugalia  
09:15 Holandia - Anglia  
10:15 Tour de France  
11:10 Planeta Armstronga  
11:15 Mecz towarzyski  
12:15 Tour de France  
14:10 Planeta Armstronga  
14:15 Tour de France  
17:30 Holandia - Anglia  
18:00 Turniej towarzyski Uhren Cup  
18:45 Eurogole - skrót wiadomości  
18:55 Turniej towarzyski Uhren Cup  
20:00 Mecz towarzyski  
20:30 Turniej towarzyski Uhren Cup  
22:30 Tour de France  
23:20 Planeta Armstronga  
23:30 PBA Tour w USA  
00:30 Tour de France  
01:25 Planeta Armstronga

TVP 1

06:25 Nowy Testament (18) - serial  
06:55 Powszechny spis rolny 2010  
07:30 Rok w ogrodzie  
08:00 Wiadomości  
08:10 Pogoda  
08:15 Las bliżej nas  
08:40 Ziarno  
09:10 Klub przyjaciół Myszk Miki (65) - serial  
09:40 Złota rączka (5) - serial  
10:10 Hannah Montana (35) - serial  
10:40 Szkoła złamanych serc (206) - serial  
11:45 Kawa czy herbata?  
12:00 Wiadomości  
12:10 Zabójcze lato (2) - dokument  
12:40 Tygrysy Europy (18) - serial  
13:40 Dziennik badacza rekinów - dokument  
14:40 Kawa czy herbata?  
14:50 Opactwo Northanger Abbey - film fabularny  
16:45 Kawa czy herbata?  
17:00 Teleexpress  
17:15 Pogoda  
17:25 Kopalnie króla Salomona (1) - film fabularny  
18:50 Kawa czy herbata?  
19:00 Moi przyjaciele: Tygrys i Kubus (15) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:50 Sport  
20:00 Czar Tour de Pologne  
20:05 Pogoda  
20:20 Błękitna głębia - film fabularny  
22:15 Kawa czy herbata?  
22:25 Czarny świt - film fabularny  
00:20 Dziennik sierzanta Fridaya - film fabularny  
02:00 Więzienie dla świrów - film fabularny  
05:55 Dwie strony medalu (78) - serial

tvn

08:00 SamSam (7) - serial  
08:10 Geronimo Stilton (5) - serial  
08:35 Raczujące melodyjki (9) - serial  
09:00 Dzień dobry wakacje  
11:25 Orange Warsaw Festival - odliczanie (4) - rozrywka  
11:55 Turbo sQUADem przez Maroko  
12:25 You can dance - Po prostu tańcz! (7) - rozrywka  
14:00 Trzy po trzy - numery z kwatery (8) - serial  
14:30 Majka (80) - serial  
14:57 Majka (81) - serial  
15:24 Majka (82) - serial  
15:51 Majka (83) - serial  
16:18 Majka (84) - serial  
16:45 Wizytówki festiwalowe 2010 - rozrywka  
16:50 Giganciki - film fabularny  
19:00 Fakty  
19:25 Sport  
19:35 Pogoda  
19:45 Uwaga!  
20:00 Bardzo Dzik Zachód - film fabularny  
22:15 Człowiek roku - film fabularny  
00:35 Mortal Kombat: Unicestwienie - film fabularny  
02:25 Kuba Wojewódzki (3) - talk show  
03:25 Uwaga!  
03:45 Po co spać, jak można grać? - rozrywka  
04:50 Telesklep  
05:35 Uwaga!  
05:55 Mango - Telezakupy

kino

08:00 Puszka Pandory - film fabularny  
10:15 Król szczurów - film fabularny  
12:40 Wróć do mnie - film fabularny  
14:45 Miesiąc nad jeziorem - film fabularny  
16:30 Detektyw Murdoch: Kat (11) - serial  
17:30 Detektyw Murdoch: W negliżu (12) - serial  
18:30 Dams i bandyci - film fabularny  
20:10 Kraina wiecznego szczęścia - film fabularny  
22:00 Nie trzeba się zarzekać - film fabularny  
23:50 Punkt zapalny - film fabularny  
01:40 Piątek trzynastego - film fabularny

W 1958 r. nad jeziorem Crystal Lake doszło do serii morderstw, których okoliczności nigdy nie zostały wyjaśnione. Steve Christy, nowy właściciel tych terenów, nie wierzy, że okolica jest przeklęta.

03:15 Olek - film fabularny  
04:30 Łabędzi śpiew - film fabularny  
05:10 Kierunek: Islandia - film krótkometrażowy  
05:35 September - film krótkometrażowy

TVP 2

06:00 Tylko Kaska (2) - serial  
06:35 Wojna domowa (11) - serial  
07:30 Podróż za jeden uśmiech (4) - serial  
08:00 Dziewczyna i chłopak (6) - serial  
08:55 ZOO story (6) - dokument  
09:15 Klub kemping - dokument  
09:25 Kocham cię, Polsko! (32) - rozrywka  
10:55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (58) - dokument  
11:25 Makłowicz w podróży  
12:05 Taki jak tata - film fabularny  
14:00 Familiada - rozrywka  
14:30 Cztery pancerni i pies (10) - serial  
15:35 Cztery pancerni i pies (11) - serial  
16:40 Najmniejszy kulturyści świata - dokument  
17:30 Słowo na niedzielę  
17:35 Wstęp wolny! - kultura  
18:00 Panorama  
18:20 Sport-telegram  
18:25 Pogoda  
18:35 Bullonerzy (38) - serial  
19:15 Tak to leciało! (65) - rozrywka  
20:10 XIV Międzynarodowy Festiwal Piosenki i Kultury Romów (1) - kultura  
21:15 XIV Międzynarodowy Festiwal Piosenki i Kultury Romów (2) - kultura  
22:15 XIV Międzynarodowy Festiwal Piosenki i Kultury Romów (3) - kultura  
23:20 Spartan - film fabularny  
01:10 W pętli czasu (6) - serial  
01:55 Mafijny klan (6) - serial  
05:05 Słowo na niedzielę  
05:10 Ekstremalne wędrowki (2) - dokument  
05:55 Rajske Klimaty (2) - serial

tvn

06:45 Telezakupy  
08:50 Tajemnice Smallville (12) - serial  
09:45 Frasier (14) - serial  
10:15 Frasier (15) - serial  
10:45 Księga baśni - film fabularny  
12:25 Diabli nadali (3) - serial  
12:55 Diabli nadali (4) - serial  
13:25 Diabli nadali (5) - serial  
13:55 Diabli nadali (6) - serial  
14:25 Diabli nadali (7) - serial  
14:55 Okruszek i Piegus - film fabularny  
16:55 Przyjaciele (16) - serial  
17:25 Przyjaciele (17) - serial  
17:55 Przyjaciele (18) - serial  
18:25 Przyjaciele (19) - serial  
18:55 Przyjaciele (20) - serial  
19:30 Pantofelek Kopciuszka - film fabularny  
21:15 Jak tylko potrafisz - film fabularny  
23:40 Tornado (1) - film fabularny  
01:25 Jaja ze stali (1) - rozrywka  
02:05 Arkana magii - rozrywka  
05:20 Misja Martyna - extra - rozrywka  
05:50 Chwila prawdy - rozrywka

CANAL+

07:10 Łapu capu  
07:25 To nie tak, jak myślisz, kotku! - film fabularny  
09:20 Niesamowici bracia Bloom - film fabularny  
11:20 Fałszywa dwunastka - film fabularny  
13:05 Mistrzowski organizm (1) - dokument  
14:00 Atlantycki las deszczowy i cykl życia - dokument  
14:55 Sędzia - film krótkometrażowy  
15:20 Gra dla dwojga - film fabularny  
17:30 Detektyw Monk (14) - serial  
18:15 Miłość na wybiegu - film fabularny  
20:00 Radio na fali - film fabularny  
22:20 Max Payne - film fabularny  
00:05 Fala - film fabularny  
01:55 Nienarodzony - film fabularny  
03:20 Lektor - film fabularny  
05:00 Aktualności filmowe  
05:30 Muzyka - muzyka

TVP 1

06:00 Nowy dzień z Polsat News  
07:00 Niekończąca się opowieść (4) - film fabularny  
09:10 Charlie Brown i jego kompania - film fabularny  
10:55 Dziupla Cezara (6) - serial  
11:40 I kto tu rządzi? (11) - serial  
12:10 I kto tu rządzi? (12) - serial  
12:45 Mamuśki (6) - serial  
13:15 Ewa gotuje  
13:45 Studio F1  
14:00 Grand Prix Niemiec  
15:05 Studio F1  
15:20 Się kręci (179) - rozrywka  
15:50 Odlotowcy - film fabularny  
17:50 Orły z Bostonu (6) - serial  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (164) - serial  
20:00 Kabaret na Topie (13) - rozrywka  
21:00 Kabaret na Topie (14) - rozrywka  
22:00 Hotel 52 (7) - serial  
23:00 Piknik Country Mragowo 2010 - muzyka  
01:00 Zagadkowa Noc (498) - rozrywka  
03:00 Tajemnice losu  
04:40 TV market  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1294) - rozrywka

4

06:00 AlleGra  
06:30 Czarny Korsarz - film fabularny  
09:05 Magiczne paleczki - film fabularny  
11:00 Galileo  
12:00 Mała czarna - talk show  
13:00 Alicia Keys - Diaries (1) - muzyka  
13:30 AlleGra  
14:00 Alicia Keys - Diaries (2) - muzyka  
14:30 W czepku urodzeni - film fabularny  
16:55 Hollywoodzkie pojedynki (4) - rozrywka  
17:25 Kinomania - kultura  
17:55 Samochód przyszłości - dokument  
19:00 Galileo  
20:00 Spadkobiercy (26) - rozrywka  
21:00 Kasia Ballou - film fabularny  
23:05 Świntuch - następnego dnia - film fabularny  
01:10 Krokodyl zabójca - film fabularny  
03:05 Crowded House - Farewell to the World - muzyka  
04:05 TV market  
04:35 Yehudi Menuhin - koncert skrzypcowy Brahmsa - muzyka  
05:20 Lalola (68) - serial  
05:35 Alicia Keys - Diaries (3) - muzyka  
05:55 Kinomania - kultura

EUROSPORT

08:30 Turniej towarzyski Uhren Cup  
10:00 Tour de France  
11:25 Planeta Armstronga  
11:30 Mistrzostwa Świata kobiet do lat 20 w Niemczech  
13:30 Tour de France  
14:10 Planeta Armstronga  
14:15 Tour de France  
17:30 Mistrzostwa Świata kobiet do lat 20 w Niemczech  
18:00 Mistrzostwa Świata kobiet do lat 20 w Niemczech  
20:00 Anglia - Francja  
20:45 Global Champions Tour w Chantilly  
22:00 Tour de France  
22:55 Planeta Armstronga  
23:00 Fight Club  
01:00 Tour de France  
01:55 Planeta Armstronga





06:25 Powszechny spis rolny 2010  
07:00 Transmisja mszy św.  
z Sanktuarium Bożego  
Miłosierdzia w Krakowie  
Łagiewnikach  
08:00 Tydzień  
08:35 Zabójcze lato (2) - dokument  
09:05 Wakacje z duchami (2) - serial  
09:40 Milionerzy - film fabularny  
11:35 Kawa czy herbata?  
11:50 Między ziemią a niebem  
12:00 Anioł Pański  
12:15 Między ziemią a niebem  
12:45 Kawa czy herbata?  
13:00 Wiadomości  
13:10 Rycerze i rabusie (1) - serial  
14:00 Winnetou (4) - film fabularny  
15:55 Południowy Pacyfik (5)  
- dokument  
17:00 Telexpress  
17:10 Pogoda  
17:20 Przysłań (7) - serial  
18:10 Jaka to melodia? - rozrywka  
18:55 Kawa czy herbata?  
19:00 Chip i Dale (27) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:50 Sport  
20:00 Czar Tour de Pologne  
20:05 Pogoda  
20:20 Dom nad rozlewiskiem (3)  
- serial  
21:20 Dom nad rozlewiskiem (4)  
- serial  
22:10 Kawa czy herbata?  
22:25 Pieska miłość - film fabularny  
00:05 Lot nad kukuczym gniazdem  
- film fabularny  
02:20 Stan wyjątkowy (3) - serial



08:00 SamSam (8) - serial  
08:10 Geronimo Stilton (6) - serial  
08:35 Raczkujące melodyjki (10)  
- serial  
09:00 Pascal: po prostu gotuj  
09:35 Trzy po trzy - numery z kwatery  
(8) - serial  
10:05 Jak dobrze wyglądać nago (5)  
- rozrywka  
10:35 Jak dobrze wyglądać nago (6)  
- rozrywka  
11:05 Duma: Podróż do domu  
- film fabularny  
13:10 Co za tydzień  
13:40 Usta usta (6) - serial  
14:40 Szymon Majewski Show (9)  
- rozrywka  
15:40 Orange Warsaw Festival  
- odliczanie (5) - rozrywka  
16:10 Spotkania Doroty - rozrywka  
16:45 Smaki Miasta  
17:15 Wizytówki festiwalowe 2010  
- rozrywka  
17:20 Akademia policyjna VII - Misja  
w Moskwie - film fabularny  
19:00 Fakty  
19:25 Sport  
19:35 Pogoda  
19:45 Uwaga!  
20:00 Alex i Emma - film fabularny  
22:00 Klub szalonych dziewic (3)  
- serial  
23:00 Druga strona medalu  
- talk show  
23:35 Californication (6) - serial  
00:15 Bez skazy (1) - serial  
01:15 Bez skazy (2) - serial  
02:10 Uwaga!  
02:30 Po co spać, jak można grać?  
- rozrywka  
03:35 Telesklep  
04:00 Nic straconego  
05:10 Nic straconego  
05:40 Uwaga!



08:00 Prawdziwa historia - Ucieczka  
z Alcatraz - dokument  
08:50 Wyspa złoczyńców  
- film fabularny  
10:30 K-Pax - film fabularny  
12:40 Na szlaku  
- film krótkometrażowy  
13:20 Bunt na Bounty - film fabularny  
15:40 Kraina wiecznego szczęścia  
- film fabularny  
Śmierć przyjaciela z dzieciństwa  
sprawia, że Bobby Garfield wraca do  
rodzinnego miasteczka. Odżywają  
wspomnienia o przyjaźni z tajemniczym  
mężczyzną, którego poznał, mając 11  
lat.  
17:35 Szkoła stewardes  
- film fabularny  
19:10 Za drzwiami Actors Studio  
- dokument  
20:10 Cop Land - film fabularny  
22:05 Pan Ibrahim i kwiaty Koranu  
- film fabularny  
23:50 Noce wiosennego upojenia  
- film fabularny  
02:00 Sławna jak Sarajewo  
- film fabularny  
03:45 Molo - film fabularny  
05:55 Klaudia Love  
- film krótkometrażowy



06:20 Ostoja  
06:50 Wojna domowa (12) - serial  
07:25 Podróż za jeden uśmiech (5)  
- serial  
08:00 Bo oszalałem dla niej  
- film fabularny  
09:45 Łagodna na drodze  
10:00 Genialne zwierzęta (4)  
- dokument  
11:05 Wojciech Cejrowski - boso  
przez świat (81) - dokument  
11:35 Makłowicz w podróży  
12:10 Uczeń Merlina (2)  
- film fabularny  
14:00 Familiada - rozrywka  
14:30 Złotopolscy (1098) - serial  
15:05 Szansa na sukces - rozrywka  
16:15 Na dobre i na złe (404) - serial  
17:10 Kabaret Paraniernormalni  
- Niebezpiecznie śmieszni  
- rozrywka  
18:00 Panorama  
18:20 Sport-telegram  
18:25 Pogoda  
18:35 Bulionerzy (39) - serial  
19:10 Tak to leciało! (61) - rozrywka  
20:05 Festiwal Piosenki Rosyjskiej  
w Zielonej Górze (1) - muzyka  
21:10 Festiwal Piosenki Rosyjskiej  
w Zielonej Górze (2) - muzyka  
22:05 Festiwal Piosenki Rosyjskiej  
w Zielonej Górze (3) - muzyka  
22:35 Champion - film fabularny  
00:15 Biała lokomotywa - koncert  
piosenek Edwarda Stachury  
- muzyka  
05:55 Rajskie klimaty (3) - serial



06:50 Telezakupy  
08:55 Tajemnice Smallville (13)  
- serial  
09:50 Frasier (16) - serial  
10:20 Frasier (17) - serial  
10:50 Odpowiedź mile widziana  
- film fabularny  
12:40 Plotkara (14) - serial  
13:40 Jak tylko potrafisz  
- film fabularny  
16:05 Przybysz z daleka  
- film fabularny  
18:05 Miasteczko Twin Peaks (4)  
- serial  
19:10 Uwaga, faceci! (8) - serial  
20:05 Tornado (1) - film fabularny  
21:50 Fringe: Na granicy światów (8)  
- serial  
22:50 Zabójcza przyjaźń  
- film fabularny  
00:45 Arkana magii - rozrywka  
05:15 112 - na każde wezwanie (107)  
- serial  
05:45 Na Wspólnej (701) - serial



06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka  
06:30 Muzyka - muzyka  
07:00 Sekret chińskiej zupy miłosnej  
- dokument  
08:00 Atlantycki las deszczowy i cykl  
życia - dokument  
08:55 Speed II - wyścig z czasem  
- film fabularny  
11:05 Dziewczyny z drużyny V  
- film fabularny  
12:50 Jedwabne życie - film fabularny  
14:35 Łapu capu ekstra - rozrywka  
15:10 Mustang z Dzikiej Doliny  
- film fabularny  
16:40 Skazani na siebie  
- film fabularny  
18:45 Mentalista (7) - serial  
19:35 Nie przegap  
19:45 Łapu capu  
20:00 Sekretne życie pszczoł  
- film fabularny  
21:55 Poznaj moich Spartan  
- film fabularny  
23:25 Telefon - film fabularny  
00:50 Dzieci kukurydzy  
- film fabularny  
02:15 Kobieta z prowincji  
- film fabularny  
04:00 Muzyka - muzyka  
04:30 Łapu capu ekstra - rozrywka  
05:00 Aktualności filmowe  
05:30 Muzyka - muzyka



06:00 Nowy dzień z Polsat News  
07:00 Co nowego u Scooby'ego? (5)  
- serial  
07:30 Kaczor Donald przedstawia  
(45) - dla dzieci  
08:05 Scooby Doo, gdzie jesteś? (3)  
- serial  
08:35 Gumisie (5) - serial  
09:05 Gumisie (6) - serial  
09:35 Kacze opowieści (14) - serial  
10:05 Kacze opowieści (15) - serial  
10:35 Letnia przygoda - film fabularny  
12:55 Jas Fasola - rozrywka  
13:30 Studio F1  
14:00 Grand Prix Niemiec  
16:00 Studio F1  
16:15 Jas Fasola (2) - rozrywka  
16:50 Kabaret na Topie (13)  
- rozrywka  
17:50 Kabaret na Topie (14)  
- rozrywka  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (174)  
- serial  
20:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami  
(7) - serial  
21:00 Wzór (6) - serial  
22:00 Kości (17) - serial  
23:00 Gotowe na wszystko (12)  
- serial  
00:00 Gotowe na wszystko (13)  
- serial  
01:00 Magazyn sportowy  
03:00 Tajemnice losu  
04:40 TV market  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1295)  
- muzyka  
- rozrywka



06:25 Dekoratornia - film telewizyjny  
06:55 Magiczne paleczki  
- film fabularny  
08:50 Droga do Rio - film fabularny  
11:00 Galileo  
12:00 Mała czarna - talk show  
13:00 Dekoratornia - film telewizyjny  
13:30 Samochód przyszłości  
- dokument  
14:40 Cień - film fabularny  
17:00 Hollywoodskie pojedynki (5)  
- rozrywka  
17:30 VIP - kultura  
18:00 Gliniarze z Melbourne (1)  
- serial  
19:00 Galileo  
20:00 Spadkobiercy (27) - rozrywka  
21:00 Miejsce na ziemi - film fabularny  
23:00 Regina (15) - serial  
23:30 Regina (16) - serial  
00:05 Regina (17) - serial  
00:35 Regina (18) - serial  
01:05 Chybiony cel - film fabularny  
03:10 Yehudi Menuhin - koncert  
skrzypcowy Brahmsa - muzyka  
04:10 TV market  
04:40 Sopot TOPtrendy Festiwal  
2008 - muzyka  
05:25 Lalola (69) - serial



08:30 Mistrzostwa Świata kobiet do  
lat 20 w Niemczech  
10:00 Tour de France  
10:55 Planeta Armstronga  
11:00 Watts  
11:15 ETC Cup w Salzburgu  
11:45 Superpuchar Porsche  
w Hockenheim  
12:30 Tour de France  
14:00 Watts  
14:15 Tour de France  
18:00 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
18:30 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
20:30 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
21:45 Watts  
22:00 Tour de France  
22:55 Planeta Armstronga  
23:00 Weekend w sportach  
motorowych  
23:15 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
00:15 Tour de France  
01:10 Planeta Armstronga  
01:15 Weekend w sportach  
motorowych



06:00 Kawa czy herbata?  
08:45 Owocowe ludki (12) - serial  
09:15 Na wysokiej fali (10) - serial  
09:45 Szkoła złamanych serc (207)  
- serial  
10:35 Dziesięć lat mniej (4)  
- dokument  
11:20 Telezakupy  
12:00 Wiadomości  
12:10 Agrobiznes  
12:35 Szerokie tory - dokument  
13:05 Kabaretowa Jedynka (4)  
- rozrywka  
13:30 Don Matteo (1) - serial  
14:30 Plebania (1494) - serial  
15:00 Wiadomości  
15:10 Pogoda  
15:20 Przebojowa noc - rozrywka  
15:25 Klan (1853) - serial  
15:55 Klan (1854) - serial  
16:20 Polska pięknieje (8) - dokument  
16:25 Moda na sukces (5088) - serial  
17:00 Telexpress  
17:15 Pogoda  
17:25 Moda na sukces (5089) - serial  
17:50 Alternatywy 4(8) - serial  
18:55 Przebojowa noc - rozrywka  
19:05 Halo, tu Hania! (43) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:55 Sport  
20:05 Czar Tour de Pologne  
20:10 Pogoda  
20:25 Nieustraszone (13) - serial  
21:20 W obliczu śmierci  
- film fabularny  
23:40 Ekstradycja II (9) - serial  
00:40 Zagadkowa Jedynka - rozrywka  
01:45 Czarny narcyz - film fabularny



06:00 Mango - Telezakupy  
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka  
08:00 Zorro (21) - serial  
08:30 Szczecińskie lata Toma  
i Jerry'ego (5) - serial  
08:55 Milionerzy - rozrywka  
09:50 Kuchenne koszmary (1)  
- dokument  
10:50 Granie na ekranie - rozrywka  
11:55 Mango - Telezakupy  
12:55 Na Wspólnej (1206) - serial  
13:23 Na Wspólnej (1207) - serial  
13:51 Na Wspólnej (1208) - serial  
14:20 W-11 wydział śledczy - serial  
15:00 Detektywi - serial  
15:35 Tajemnice Smallville (9) - serial  
16:25 Rozmowy w toku - talk show  
17:20 Wizytówki festiwalowe 2010  
- rozrywka  
17:25 Sędzia Anna Maria  
Wesołowska (536) - 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 (8) - serial  
21:50 Dr House (7) - serial  
22:50 Dr House (8) - serial  
23:50 Rodzina Soprano (7) - serial  
00:55 Co za tydzień  
01:25 Dr House (7) - serial  
02:25 Uwaga!  
02:45 Po co spać, jak można grać?  
- rozrywka  
03:50 Telesklep  
04:15 Tajemnice Smallville (9) - serial  
05:05 Nic straconego  
05:40 Uwaga!



08:00 Scherzo - film krótkometrażowy  
08:10 Cztery pory roku - film fabularny  
09:35 Anatomia morderstwa  
- film fabularny  
12:25 Jak w niebie - film fabularny  
Światowej sławy kompozytor Daniel  
Dareus, zmęczony dotychczasowym  
życiem, postanawia wrócić do rodzinnej  
miejscowości i odpocząć od muzyki.  
Mężczyzna pozostaje  
nierozpoznany przez miejscowych.  
14:45 Gwiazdy poranne  
- film fabularny  
16:30 Krew jak czekolada  
- film fabularny  
18:20 Poirot: Rendez-vous  
ze śmiercią - film fabularny  
20:10 Strefa mroku - film fabularny  
22:05 Drzwi w podłodze  
- film fabularny  
00:05 Cztery pokoje - film fabularny  
01:55 Prawdziwa historia - Amityville  
- dokument  
02:45 Sławna jak Sarajewo  
- film fabularny  
04:30 Molo - film fabularny  
05:45 Istoty - film krótkometrażowy



06:20 Trzeba się dobrze spisać (4)  
- dokument  
06:50 W krainie władcy smoków (1)  
- serial  
07:20 M.A.S.H. (72) - serial  
07:50 Codzienna 2 m 3 (32) - serial  
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje  
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka  
11:00 Familiada - rozrywka  
11:30 Telezakupy  
12:05 Gry i zabawy dziecięce  
- dokument  
12:35 Znaki czasu  
13:00 Czarne chmury (3) - serial  
14:05 Córki McLeoda (108) - serial  
15:00 Laskowik & Malicki - Niedziela  
wieczór (1) - rozrywka  
16:00 Program lokalny  
16:30 M jak miłość (728) - 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 (415) - serial  
19:35 Kabaret na lato - rozrywka  
20:10 Licencja na wychowanie (13)  
- serial  
20:45 Licencja na wychowanie (14)  
- serial  
21:20 Czas honoru (21) - serial  
22:20 Cel - film fabularny  
00:05 Rosja. Podróż z Jonathanem  
Dimblebym (3) - dokument  
01:15 Obrobieć VIP-a (7) - serial  
01:40 Obrobieć VIP-a (8) - serial  
02:10 Technicy-magicy (4) - serial  
05:50 Rajskie klimaty (4) - serial



06:15 Mamy cię! - rozrywka  
07:35 Życie na fali (16) - serial  
08:30 Ostry dyżur (70) - serial  
09:30 Kobra - oddział specjalny (6)  
- serial  
10:35 Telezakupy  
12:15 Apetyt na kasę - rozrywka  
13:15 Prawo pożądania (125) - serial  
14:15 Mamy cię! - rozrywka  
15:35 Niania (98) - serial  
16:05 Życie przede wszystkim (1)  
- serial  
17:05 Kobra - oddział specjalny (7)  
- serial  
18:05 Ostry dyżur (71) - serial  
19:05 Przyjaciele (21) - serial  
19:35 Niania (99) - serial  
20:05 Zabójcza przyjaźń  
- film fabularny  
22:05 Seks w wielkim mieście (1)  
- serial  
22:45 Seks w wielkim mieście (2)  
- serial  
23:20 Dzika banda - film fabularny  
02:05 Arkana magii - rozrywka  
05:35 112 - na każde wezwanie (108)  
- serial



06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka  
06:30 Muzyka - muzyka  
07:00 Łapu capu  
07:10 Nie przegap  
07:20 Simpsonowie (10) - serial  
07:45 Łapu capu  
08:00 Bibliotekarz III - Przeklęty  
kielich Judasza - film fabularny  
09:35 Mały smok  
- film krótkometrażowy  
09:50 Czerwony Baron - film fabularny  
12:00 Detektyw Monk (14) - serial  
12:45 Transporter - film fabularny  
14:20 Opowieści dziwnej treści - trzy  
świnki - film fabularny  
15:35 Żona dla Australijczyka  
- film fabularny  
17:10 Dziewiątka z marzeń  
- dokument  
18:20 Vicky Cristina Barcelona  
- film fabularny  
20:00 Łapu capu  
20:10 Simpsonowie (11) - serial  
20:35 Nie przegap  
20:45 Łapu capu  
21:00 X-Men II - film fabularny  
23:20 Mistrzowski organizm (2)  
- dokument  
00:20 Popioły czasu - Powrót  
- film fabularny  
02:00 Genua. Włoskie lato  
- film fabularny  
03:30 Aktualności filmowe  
04:00 Muzyka - muzyka  
04:30 Łapu 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 (783)  
- rozrywka  
07:55 Strażnik Teksasu (4) - serial  
08:55 Słodkie zmartwienia (26)  
- serial  
09:25 Kaszmirowa mafia (2) - serial  
10:25 Ostry dyżur (4) - serial  
11:25 Szpital na perypetiach (8)  
- serial  
11:55 Rodzina zastępcza plus (169)  
- serial  
12:55 Mamuśki (26) - serial  
13:25 I kto tu rządzi? (26) - serial  
14:00 Miodowe lata (81) - serial  
14:45 Świat według Bundych (183)  
- serial  
15:10 Świat według Bundych (184)  
- serial  
15:50 Wydarzenia  
16:10 Pogoda  
16:15 Interwencja  
16:30 Malanowski i Partnerzy (164)  
- serial  
17:00 Dlaczego ja? (32) - serial  
18:00 Miodowe lata (91) - serial  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (175)  
- serial  
20:00 Kandydat - film fabularny  
23:00 Bomba zegarowa  
- film fabularny  
00:55 Zagadkowa Noc (499)  
- rozrywka  
03:00 Tajemnice losu  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1296)  
- rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka  
07:20 Zbuntowani (156) - serial  
08:20 Dziewczyny z fortuną  
- rozrywka  
09:20 Berlin, Berlin (7) - serial  
10:25 Mój grzech (71) - serial  
11:25 Idiotki nie idą do nieba (130)  
- serial  
12:25 Muzyczne listy - muzyka  
13:30 VIP - kultura  
14:00 Dziewczyny z fortuną  
- rozrywka  
15:05 Rodzina Serrano (50) - serial  
16:55 Zbuntowani (157) - serial  
17:55 Berlin, Berlin (8) - serial  
19:00 Mój grzech (72) - serial  
20:00 Galileo  
21:00 Zła diagnoza - film fabularny  
23:05 Poznajcie Karen Taylor (13)  
- serial  
23:45 Selekcja - rozrywka  
00:20 Big Brother V - rozrywka  
01:20 Mała czarna - talk show  
02:20 Muzyczne listy - muzyka  
03:20 Drogówka  
03:45 Komenda  
04:10 TV market  
04:40 Sopot TOPtrendy Festiwal  
2008 - muzyka  
05:15 Lalola (70) - serial



08:30 Weekend w sportach  
motorowych  
08:45 Tour de France  
10:15 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
12:00 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
13:00 Tour de France  
14:00 Watts  
14:15 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
16:00 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
17:00 Tour de France  
18:00 Watts  
18:15 Eurogole - skrót wiadomości  
18:25 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
19:15 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
20:00 Tour de France  
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  
22:35 Anglia - Francja  
23:15 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
00:15 Mistrzostwa Świata kobiet  
do lat 20 w Niemczech  
01:15 Weekend w sportach  
motorowych



TVP 1

06:00 Kawa czy herbata?  
08:45 Przyjaciele z podwórka (25) - serial  
09:15 Legenda Nezha (29) - serial  
09:45 Szkoła złamanych serc (208) - serial  
10:35 Miejsce z historią (3) - dokument  
10:55 Ostry dyżur Jedyńki - zdrowie i medycyna  
11:20 Telezakupy  
12:00 Wiadomości  
12:10 Agrobiznes  
12:30 Opole 2009 na bis - muzyka  
13:05 Kabaretowa Jedyńka (5) - rozrywka  
13:30 Don Matteo (2) - serial  
14:30 Plebania (1495) - serial  
15:00 Wiadomości  
15:10 Pogoda  
15:15 Przebojowa noc - rozrywka  
15:25 Klan (1855) - serial  
15:55 Klan (1856) - serial  
16:25 Moda na sukces (5090) - serial  
17:00 Teleexpress  
17:15 Pogoda  
17:25 Moda na sukces (5091) - serial  
17:50 Zmienicy (8) - serial  
19:00 Przebojowa noc - rozrywka  
19:05 Bali (40) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:55 Sport  
20:05 Czar Tour de Pologne  
20:10 Pogoda  
20:25 Gorycz tropików (3) - serial  
21:35 Niebezpieczne wody - atak rekinów - film fabularny  
23:10 Szczęść stopni oddalenia (3) - serial  
23:55 Zagadkowa Jedyńka - rozrywka  
01:00 Afrykańska królowa - film fabularny

tvn

06:00 Mango - Telezakupy  
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka  
08:00 Zorro (22) - serial  
08:30 Szczecińskie lata Toma i Jerry'ego (6) - serial  
08:55 Milionerzy - rozrywka  
09:50 Kuchenne koszmary (2) - dokument  
10:50 Granie na ekranie - rozrywka  
11:50 Mango - Telezakupy  
12:50 Na Wspólnej (1209) - serial  
13:18 Na Wspólnej (1210) - serial  
13:46 Na Wspólnej (1211) - serial  
14:15 W-11 wydział śledczy - serial  
14:55 Detektywi - serial  
15:25 Tajemnice Smallville (10) - serial  
16:25 Rozmowy w toku - talk show  
17:20 Wizytówki festiwalowe 2010 - rozrywka  
17:25 Sąd rodzinny (148) - 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 (16) - serial  
21:50 Usta usta (7) - serial  
22:50 Kuba Wojewódzki (7) - talk show  
23:50 Klub szalonych dziewcz (3) - serial  
00:50 Dr House (8) - serial  
01:50 Uwaga!  
02:10 Po co spać, jak można grać? - rozrywka  
03:15 Telesklep  
03:40 Tajemnice Smallville (10) - serial  
04:35 Co za tydzień  
05:40 Uwaga!

kinor

08:00 Za drzwiami Actors Studio - dokument  
09:00 Puszka Pandory - film fabularny  
11:05 Persepolis - film fabularny  
12:55 Damskie bandy - film fabularny  
14:35 Sezon na kaczki - film fabularny  
16:15 Vince niepokonany - film fabularny  
18:10 Kung-fu - film fabularny  
20:10 Przekręt doskonały - film fabularny

Grupa oszostów kradnie 100 tysięcy dolarów, nie wiedząc, że należą one do księgowego bossa świata przestępczego Las Angeles. By ratować życie, proponują gangsterowi, że wykonają dla niego skok.

22:00 Śniadanie na Plutonie - film fabularny  
00:35 Rzeczy, które robisz w Denver, będąc martwym - film fabularny  
02:30 Portrety - dokument  
02:45 Gwiazdy poranne - film fabularny  
04:20 Łabędzi śpiew - film fabularny  
05:15 Prawdziwa historia - Milczenie owiec - dokument

TVP 2

06:25 Słowa z Galilei - dokument  
06:50 W krainie władcy smoków (2) - serial  
07:20 M.A.S.H. (73) - serial  
07:55 Codzienna 2 m 3 (33) - serial  
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje  
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka  
11:00 Familiada - rozrywka  
11:30 Telezakupy  
12:05 Planeta Ziemia (6) - dokument  
13:05 Czarne chmury (4) - serial  
14:05 Córki McLeoda (109) - serial  
15:00 Szansa na sukces (77) - rozrywka  
16:00 Program lokalny  
16:30 M jak miłość (729) - serial  
17:25 Gilotyna - rozrywka  
18:00 Panorama  
18:25 Gorący temat - publicystyka  
18:40 Sport-telegram  
18:45 Pogoda  
19:00 Barwy szczęścia (416) - serial  
19:35 Kabaret na lato - rozrywka  
20:10 Draka w Bronksie - film fabularny  
21:45 07 zgłoś się (4) - serial  
22:45 Oficerowie (13) - serial  
23:45 Trzeci oficer (1) - serial  
00:40 Szara strefa - czarny rynek - dokument  
01:40 Oblicza Ziemi (8) - dokument  
05:50 Rajskie klimaty (5) - serial

tvn

06:05 Na Wspólnej (702) - serial  
06:35 Mamy cię! - rozrywka  
07:55 Życie przede wszystkim (1) - serial  
08:50 Ostry dyżur (71) - serial  
09:50 Kobra - oddział specjalny (7) - serial  
10:55 Telezakupy  
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka  
13:35 Prawo pożądania (126) - serial  
14:35 Superniania (1) - rozrywka  
15:35 Niania (99) - serial  
16:05 Życie przede wszystkim (2) - serial  
17:05 Kobra - oddział specjalny (8) - serial  
18:05 Ostry dyżur (72) - serial  
19:05 Przyjaciele (22) - serial  
19:35 Niania (100) - serial  
20:05 Dzika banda - film fabularny  
23:00 Seks w wielkim mieście (3) - serial  
23:40 Seks w wielkim mieście (4) - serial  
00:15 Amerykański Ninja V - film fabularny  
02:00 Arkana magii - rozrywka  
05:25 112 - na każde wezwanie (109) - serial  
05:55 112 - na każde wezwanie (110) - serial

CANAL+

06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka  
06:30 Muzyka - muzyka  
07:00 Łapu capu  
07:10 Nie przegap  
07:20 Simpsonowie (11) - serial  
07:45 Łapu capu  
08:00 Cień - film fabularny  
09:35 Fałszywa dwunastka - film fabularny  
11:15 Ślubne wojny - film fabularny  
12:50 Skazani na siebie - film fabularny  
14:50 Speed - Niebezpieczna szybkość - film fabularny  
16:50 Smaczno, telewizorku - film fabularny  
18:30 Enid - film fabularny  
20:00 Łapu capu  
20:10 Simpsonowie (12) - serial  
20:35 Nie przegap  
20:45 Łapu capu  
21:00 Wiosna 1941 - film fabularny  
22:45 Radio na fali - film fabularny  
01:05 Pociąg - film fabularny  
02:40 Płatki - W stronę samopoznania - dokument  
03:30 Aktualności filmowe  
04:00 Muzyka - muzyka  
04:30 Łapu 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 (784) - serial  
07:55 Strażnik Teksasu (5) - serial  
08:55 Słodkie zmartwienia (27) - serial  
09:25 Kaszmirowa mafia (3) - serial  
10:25 Ostry dyżur (5) - serial  
11:25 Szpital na perypetiach (9) - serial  
11:55 Rodzina zastępcza plus (170) - serial  
12:55 Mamuśki (27) - serial  
13:25 I kto tu rządzi? (27) - serial  
14:00 Miodowe lata (91) - serial  
14:45 Świat według Bundych (185) - serial  
15:10 Świat według Bundych (186) - serial  
15:50 Wydarzenia  
16:10 Pogoda  
16:15 Interwencja  
16:30 Małanowski i Partnerzy (165) - serial  
17:00 Dlaczego ja? (33) - serial  
18:00 Miodowe lata (96) - serial  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (176) - serial  
20:00 Depresja gangstera - film fabularny  
22:15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (56) - serial  
23:15 Pytania i odpowiedzi - film fabularny  
03:20 Tajemnice losu  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1297) - rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka  
07:20 Zbuntowani (157) - serial  
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
09:20 Berlin, Berlin (8) - serial  
10:25 Mój grzech (72) - serial  
11:25 Idiotki nie idą do nieba (131) - serial  
12:25 Muzyczne listy - muzyka  
13:30 Hollywoodzkie pojedynki (4) - rozrywka  
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
15:00 Drogówka  
15:15 Rodzina Serrano (51) - serial  
16:55 Zbuntowani (158) - serial  
17:55 Berlin, Berlin (9) - serial  
19:00 Mój grzech (73) - serial  
20:00 Galileo  
21:00 Krokodyl zabójca - film fabularny  
23:00 Armstrong i Miller show (1) - serial  
23:40 Selekcja - rozrywka  
00:15 Big Brother V - rozrywka  
01:15 Blackjack - film fabularny  
03:10 Muzyczne listy - muzyka  
04:00 TV market  
04:50 Kinomania - kultura  
05:15 Lalola (71) - serial

EUROSPORT

08:00 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
14:30 Holandia - Anglia  
16:00 Mistrzostwa Europy do lat 19 we Francji  
16:45 Eurogole - skrót wiadomości  
16:55 Mistrzostwa Europy do lat 19 we Francji  
18:00 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
18:45 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
21:45 Fotofinisz  
22:15 Mistrzostwa Europy do lat 19 we Francji  
00:00 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
01:00 Fotofinisz

TVP 1

06:00 Kawa czy herbata?  
08:40 Owocowe ludki (13) - serial  
09:10 Na wysokiej fali (11) - serial  
09:45 Szkoła złamanych serc (209) - serial  
10:35 Chopin2010.pl - muzyka  
11:00 Pora na doktora  
11:20 Telezakupy  
12:00 Wiadomości  
12:15 Agrobiznes  
12:35 Raj  
13:20 Don Matteo (3) - serial  
14:25 Plebania (1496) - serial  
15:00 Wiadomości  
15:10 Pogoda  
15:20 Przebojowa noc - rozrywka  
15:25 Klan (1857) - serial  
15:55 Klan (1858) - serial  
16:20 Polska pięknieje (9) - dokument  
16:25 Moda na sukces (5092) - serial  
17:00 Teleexpress  
17:15 Pogoda  
17:25 Moda na sukces (5093) - serial  
17:50 Czerdziestolatek (15) - serial  
18:55 Przebojowa noc - rozrywka  
19:05 Pocoyo (10) - serial  
19:15 Nouky i przyjaciele (3) - serial  
19:30 Wiadomości  
19:55 Sport  
20:05 Pogoda  
20:15 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
20:20 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
22:10 Tomek i ja - film fabularny  
00:00 Ekstradycja III (1) - serial  
01:00 Zagadkowa Jedyńka - rozrywka  
02:05 Godzina szczytu - film fabularny

tvn

06:00 Mango - Telezakupy  
07:00 Granie na śniadanie - rozrywka  
08:00 Zorro (23) - serial  
08:30 Szczecińskie lata Toma i Jerry'ego (7) - serial  
08:55 Milionerzy - rozrywka  
09:50 Kuchenne koszmary (3) - dokument  
10:50 Granie na ekranie - rozrywka  
11:50 Mango - Telezakupy  
12:50 Na Wspólnej (1212) - serial  
13:18 Na Wspólnej (1213) - serial  
13:46 Na Wspólnej (1214) - serial  
14:15 W-11 wydział śledczy - serial  
14:55 Detektywi - serial  
15:25 Tajemnice Smallville (11) - serial  
16:25 Rozmowy w toku - talk show  
17:20 Wizytówki festiwalowe 2010 - rozrywka  
17:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (537) - 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 Firma - film fabularny  
00:00 Grzech milczenia - film fabularny  
02:00 Uwaga!  
02:20 Po co spać, jak można grać? - rozrywka  
03:25 Telesklep  
03:50 Tajemnice Smallville (11) - serial  
04:50 Nic straconego  
05:40 Uwaga!

kinor

08:00 September - film krótkometrażowy  
08:25 Przekłete oko proroka - film fabularny  
10:20 Za drzwiami Actors Studio - dokument  
11:20 Król szczurów - film fabularny  
13:45 Miesiąc nad jeziorem - film fabularny  
15:30 Opowieści złotego wieku - film fabularny  
Dla Rumunów, żyjących w kraju ogarniętym dyktaturą Ceausescu, humor był zdecydowanie jedną z nielicznych metod samoobrony. Film ukazuje normalne w czasach rumuńskiego komunizmu sytuacje i charaktery.  
18:20 Kraina wiecznego szczęścia - film fabularny  
20:10 10 dni do wojny - film fabularny  
22:10 Ali - film fabularny  
00:55 Na szlaku - film krótkometrażowy  
01:30 Pianistka - film fabularny  
03:50 Sekret - film fabularny  
05:55 Mrok - film krótkometrażowy

TVP 2

06:20 Znaki czasu  
06:45 W krainie władcy smoków (3) - serial  
07:20 M.A.S.H. (74) - serial  
07:50 Codzienna 2 m 3 (34) - serial  
08:30 Pytanie na śniadanie - wakacje  
10:40 Aleja gwiazd - rozrywka  
11:00 Familiada - rozrywka  
11:30 Telezakupy  
12:05 Jak wychowywać malucha (1) - dokument  
13:10 Czarne chmury (5) - serial  
14:05 Córki McLeoda (110) - serial  
15:05 Królowie magii (2) - dokument  
16:00 Program lokalny  
16:30 M jak miłość (730) - serial  
17:25 Gilotyna - rozrywka  
18:00 Panorama  
18:20 Gorący temat - publicystyka  
18:30 Sport-telegram  
18:35 Pogoda  
18:45 Barwy szczęścia (417) - serial  
19:20 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
19:25 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
20:30 Bestia - film fabularny  
22:05 Dr House (101) - serial  
22:55 Tancerze (8) - serial  
00:00 Łuk - film fabularny  
01:35 Album kazimierski - dokument  
05:45 Rajskie klimaty (6) - serial

tvn

06:25 Na Wspólnej (703) - serial  
06:55 Superniania (1) - rozrywka  
07:55 Życie przede wszystkim (2) - serial  
08:50 Ostry dyżur (72) - serial  
09:50 Kobra - oddział specjalny (8) - serial  
10:55 Telezakupy  
12:35 Apetyt na kasę - rozrywka  
13:35 Prawo pożądania (127) - serial  
14:35 Superniania (3) - rozrywka  
15:35 Niania (100) - serial  
16:05 Życie przede wszystkim (3) - serial  
17:05 Kobra - oddział specjalny (9) - serial  
18:05 Ostry dyżur (73) - serial  
19:05 Przyjaciele (23) - serial  
19:35 Niania (101) - serial  
20:05 Na zakręcie - film fabularny  
21:45 Seks w wielkim mieście (5) - serial  
22:25 Seks w wielkim mieście (6) - serial  
23:05 Doskonali świat - film fabularny  
01:45 Arkana magii - rozrywka  
05:35 Weronika Mars (1) - serial

CANAL+

06:00 Łapu capu ekstra - rozrywka  
06:30 Muzyka - muzyka  
07:00 Łapu capu  
07:10 Nie przegap  
07:20 Simpsonowie (12) - serial  
07:45 Łapu capu  
08:00 Gra dla dwojga - film fabularny  
10:10 Cała naprzód - film fabularny  
11:45 Hamlet II - film fabularny  
13:25 Bionicle: Odrodzenie legendy - film fabularny  
14:55 Ciosy - film fabularny  
16:40 Mentalista (7) - serial  
17:30 Detektyw Monk (14) - serial  
18:20 Ostatnia szansa Harveya - film fabularny  
20:00 Łapu capu  
20:10 Simpsonowie (13) - serial  
20:35 Nie przegap  
20:45 Łapu capu  
21:00 Instykt wilka - Upadłe anioły - film fabularny  
22:45 South Park (7) - serial  
23:10 South Park (8) - serial  
23:45 Ip Man - film fabularny  
01:40 Wielka majówka - film fabularny  
03:10 Aktualności filmowe  
03:40 Przepis na "Ciacho" - Kuchnia filmowa - dokument  
04:05 Muzyka - muzyka  
04:30 Łapu 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 (785) - serial  
07:55 Strażnik Teksasu (6) - serial  
08:55 Słodkie zmartwienia (28) - serial  
09:25 Kaszmirowa mafia (4) - serial  
10:25 Ostry dyżur (6) - serial  
11:25 Szpital na perypetiach (10) - serial  
12:00 Rodzina zastępcza plus (171) - serial  
13:00 Mamuśki (28) - serial  
13:30 I kto tu rządzi? (28) - serial  
14:00 Miodowe lata (96) - serial  
14:45 Świat według Bundych (187) - serial  
15:10 Świat według Bundych (188) - serial  
15:50 Wydarzenia  
16:10 Pogoda  
16:15 Interwencja  
16:30 Małanowski i Partnerzy (166) - serial  
17:00 Dlaczego ja? (34) - serial  
18:00 Miodowe lata (97) - serial  
18:50 Wydarzenia  
19:20 Sport  
19:25 Pogoda  
19:30 Świat według Kiepskich (178) - serial  
20:00 Kung Fu szal - film fabularny  
22:10 Pigulka szczęścia - film fabularny  
00:10 Krwawy obiad - film fabularny  
02:00 Zagadkowa Noc (500) - rozrywka  
03:15 Tajemnice losu  
05:00 Wstawaj! Gramy! (1298) - rozrywka



06:10 Muzyczne listy - muzyka  
07:20 Zbuntowani (158) - serial  
08:20 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
09:20 Berlin, Berlin (9) - serial  
10:25 Mój grzech (73) - serial  
11:25 Idiotki nie idą do nieba (132) - serial  
12:25 Muzyczne listy - muzyka  
13:30 Hollywoodzkie pojedynki (5) - rozrywka  
14:00 Dziewczyny z fortuną - rozrywka  
15:00 Drogówka  
15:25 Rodzina Serrano (52) - serial  
16:55 Zbuntowani (159) - serial  
17:55 Berlin, Berlin (10) - serial  
19:00 Mój grzech (74) - serial  
20:00 Galileo  
21:00 Blackjack - film fabularny  
23:05 Armstrong i Miller show (2) - serial  
23:40 Selekcja - rozrywka  
00:15 Big Brother V - rozrywka  
01:15 Muzyczne listy - muzyka  
02:20 Nobel '83 - pro memoria - muzyka  
03:35 TV market  
04:15 The Basement Sessions (2) - muzyka  
05:00 AlleGra  
05:20 Lalola (72) - serial

EUROSPORT

08:00 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
13:15 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
14:30 Mistrzostwa Europy do lat 19 we Francji  
15:30 Mistrzostwa Europy do lat 19 we Francji  
16:20 Eurogole - skrót wiadomości  
16:30 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
18:00 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
22:15 Fotofinisz  
22:45 Mistrzostwa Europy do lat 19 we Francji  
00:00 Mistrzostwa Europy w Barcelonie  
01:00 Fotofinisz



## Porady

# Jak posadzić na wsi las?

Od 1 czerwca do 31 sierpnia 2010 r. można starać się o przyznanie pomocy na zalesianie gruntów rolnych oraz gruntów innych niż rolne w Biurach Powiatowych ARiMR. Jest to już czwarty nabór wniosków na to działanie w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich 2007 – 2013. Ze szczegółami zaznajamia na naszych łamach Przemysław Kuczkowski, zastępca dyrektora toruńskiego oddziału ARiMR.

W poprzednich latach zalesianie gruntów rolnych cieszyło się sporym zainteresowaniem. Trzy lata temu chętnych do skorzystania z programu zalesiania z kujawsko-pomorskiego było 133, dwa lata temu 104, a w ubiegłym roku 127. Pomoc na zalesianie w ramach PROW 2007-2013 może być przyznana jednemu rolnikowi do powierzchni minimalnej 0,5 ha i maksymalnej 20 ha. Dodatkowo, jeśli działka nie przylega do lasu musi mieć przynajmniej 20 m szerokości.

Otrzymać płatność na zalesianie gruntów może:

- rolnik, który został wpisany do ewidencji producentów (prowadzonej przez ARiMR).
- grupa rolników (co najmniej 3), których grunty sąsiadują ze sobą,
- jednostka samorządu terytorialnego lub jednostki organizacyjne gmin, powiatów oraz województw

**Jakie dofinansowanie może otrzymać beneficjent tego działania PROW 2007-2013?**

Rolnik otrzymuje płatność składającą się z 3 pozycji, a mianowicie:

- Wsparcie na zalesienie – od 4620 zł/ha (iglaste na korzystnej konfiguracji) do 6230 zł/ha (liściaste na stokach o nachyleniu terenu powyżej 12 stopni). Dodatkowo można otrzymać 2590zł/ha za ogrodzenie zalesienia (zgodnie z planem zalesienia) wypłacane w pierwszym roku po założeniu uprawy,
- Premia pielęgnacyjna – od 970 zł/ha (na terenach o korzystnej konfiguracji) do 1360 zł/ha (na stokach o nachyleniu terenu powyżej 12 stopni) przez pierwsze 5 lat po założeniu uprawy,
- Premia zalesieniowa – 1580

zł/ha dla osób, które uzyskuje co najmniej 25% dochodów z rolnictwa przez 15 lat po założeniu uprawy. W przypadku zalesienia gruntów innych niż rolne premia zalesieniowa nie jest wypłacana.

**Co grozi rolnikowi, który nie będzie stosował się do zaleceń programu?**

- Rolnik zwraca wsparcie na zalesienie jeżeli w wyniku kontroli zostanie stwierdzone, że nie realizuje planu zalesienia, nie posiada dowodów zakupu sadzonek. Rolnik zwraca premię pielęgnacyjną, w części przeznaczonej na ochronę uprawy leśnej przed zwierzętami, za cały okres jej pobierania, jeżeli nie zastosował indywidualnych środków ochrony lub nie posiada dowodu ich zakupu, a zastosowanie tych środków zostało przewidziane w planie zalesienia.

- Rolnik zwraca pomoc na zalesianie w pełnej wysokości za cały okres jej pobierania, jeżeli zalesiony grunt nie został przekwalifikowany na grunt leśny z uwagi na negatywną ocenę udatności uprawy leśnej, uprawa leśna założona na gruntach rolnych została zlikwidowana przed upływem 15 lat od dnia uzyskania pierwszej płatności na zalesianie, uprawa leśna założona na gruntach innych niż rolne została zlikwidowana przed upływem 5 lat od dnia uzyskania pierwszej płatności na zalesianie.

**Z jakimi problemami jeśli chodzi o ten program najczęściej zmagają się rolnicy?**

- Najczęściej pojawiają się błędy lub braki występujące w dokumentacji przedstawionej w Biurze Powiatowym ARiMR. Wielu rolników nie przestrzega terminów przeprowadzenia czynności określonych w rozporządzeniu zalesieniowym.

**Jaka jest właściwa ścieżka po-**

**stępowania z wnioskiem ażeby nie nastroczało to większych problemów gospodarzowi?**

- W 2010 roku wnioski o przyznanie pomocy przyjmowane są od 1 czerwca do 31 sierpnia.

- Rolnicy zainteresowani ubieganiem się o wsparcie finansowe, jeszcze przed złożeniem wniosku o pomoc, powinni posiadać plan zalesienia, który zawiera wytyczne dotyczące założenia i prowadzenia uprawy leśnej. Aby uzyskać plan zalesienia trzeba złożyć w nadleśnictwie wniosek. Sporządza się go w dwóch egzemplarzach. Jeden pozostaje u rolnika i na nim należy uzyskać potwierdzenie terminu złożenia wniosku o sporządzenie planu zalesienia. Drugi pozostaje w nadleśnictwie. Wykonanie planu zalesienia jest bezpłatne. Można go sporządzić dla rolnika lub dla grupy rolników.

- Po weryfikacji wniosku, kierownik Biura Powiatowego ARiMR wydaje postanowienie o spełnieniu niezbędnych warunków we wniosku o przyznanie pomocy na zalesianie lub decyzję o odmowie przyznania pomocy. Otrzymanie przez rolnika postanowienia, umożliwia rozpoczęcie przez niego prac zalesieniowych.

- Sposób oraz termin wykonania zalesienia, jest opisany w sporządzonym przez Nadleśniczego planie zalesienia. Zalesienie należy wykonać w terminie określonym w planie zalesienia, jednakże nie później niż w okresie sadzenia przypadającym na wiosnę roku następującego po tym, w którym został złożony wniosek o przyznanie pomocy na zalesianie.

- W ciągu 7 dni od zakończenia zalesienia, rolnik powinien pisemnie powiadomić nadleśniczego o wykonaniu zalesienia. Wówczas nadleśniczy wyda zaświadczenie o zgodności zalesienia z planem zalesienia. Oświadczenie o wykonaniu zalesienia zgodnie z planem zalesienia, do którego obowiązkowo dołączone jest zaświadczenie nadleśniczego, powinno zostać złożone do biura powiatowego ARiMR do 20 maja roku, w którym zalesienie wykonano wiosną. Przyznanie pomocy na zalesianie następuje w drodze decyzji kierownika biura powiatowego.

- W terminie 30 dni od dnia, w którym decyzja ta stanie się ostateczna, ARiMR wypłaci: wsparcie na zalesienie, premię pielęgnacyjną i premię zalesieniową. Należność zostanie przekazana na rachunek bankowy wnioskodawcy.

Piotr Wołyński

## Bezpieczeństwo

# Ogień lubi żniwa

W upały i podczas pracy maszyn w zapyleniu nie trudno o zaproszenie ognia. Jak tego uniknąć i jak zabezpieczyć maszyny przed pożarem?

Główną przyczyną pożarów sprzętu rolniczego są ocierające się o siebie współpracujące części powodujące zaproszenie ognia poprzez iskrzenie albo poprzez wytworzenie wysokiej temperatury z powodu silnego tarcia. Współpraca niektórych części i ocieranie się o siebie jest normalnym procesem, do czasu, do kiedy pamiętamy o regularnej konserwacji i oczyszczaniu tych elementów z kurzu i pyłu. Jeśli zapomnimy o codziennym serwisie – współpracujące powierzchnie zaczną wskutek wzmożonego tarcia wytwarzać ciepło w nadmiarze, co spowodować może w konsekwencji zapalenie się np. słomy czy pyłu. Dlatego zawsze należy przed wyjechaniem kombajnem czy ciągnikiem sprzęgniętym z np. prasą – oczyścić maszyny z kurzu, plew, pyłów i dobrze nasmarować. Poprzez smarowanie rozumiemy należy nie tylko wciśnięcie smaru do kalamitek, ale również wytarcie pozostałości po starym (wypchniętym) ze smarowanych przestrzeni smarze. Ponadto koniecznie sprawdźmy i uzupełnijmy zbiorniczki na olej, którym smarowane są elementy ruchome i napędowe, jak np. koła zębate i łańcuchy. Nie powinny pracować na sucho. Z drugiej strony nie popadajmy w przesadę i nie dopuszczajmy do nadmiernego smarowania.

Olej też jest łatwopalny i dostawanie się go na obudowy wraz z kurzem powoduje nie tylko szybsze obklejanie się maszyn, ale stanowić może magazyn dobrze palnej pasty, która może ujawnić się w najmniej oczekiwanym momencie i stanowić zaczątki silnego pożaru.

Wymagane przez przepisy ruchu drogowego wyposażenie pojazdów samochodowych w co najmniej jedną gaśnicę proszkową, jest minimum, które może pomóc w stłumieniu pożaru w zarodku. Niewiele można jednak nią zrobić, jeśli ogień zajął większy obszar. Dlatego w przypadku maszyn rolniczych nie liczymy na to, że mała gaśnica pomoże. Tym bardziej, że kiedy maszyny te pracują głośno i w dużym zapyleniu, trudno zauważyć dym. W kabinie najlepiej mieć gaśnicę proszkową, dobrze jest taką samą zamocować przy komorze silnika. Z uwagi na to, że silnik stanowi źródło wysokiej temperatury oraz miejsce, gdzie znajdują się łatwopalne substancje – tam też łatwo o pojawienie się ognia. Gaśnica proszkowa GP6 ABC 6kg kosztuje od około 80 do 120 zł brutto. Z kolei gaśnica pianowa – z uwagi na zawartość wody – powinna znajdować się w okolicy wylotu słomy i plew.

PW



REKLAMA

**SKUP  
BYDŁA  
POURAZOWEGO**

**ODBIÓR Z DOMU**

**tel. 605 275 830**

REKLAMA

**TANIO  
I SZYBKO  
RATY**

**PRODUCENT GARAŻY  
BLASZANYCH**

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

**TYPOWE I NA ZAMÓWIENIE**

**www.blaszaczki.pl**







Kościoł

# Posługiwać jak Chrystus

**James Manjackal to charyzmatyczny duchowny z Indii, który związany jest od ponad trzydziestu lat z ruchem Odnowy w Duchu Świętym. Jednym z owoców spotkań z tym niezwykłym księdzem są uzdrowienia. Warto poświęcić im nieco więcej miejsca w naszych rozważaniach.**

## Głosić Słowo Boże i uzdrawiać

Ojciec James Manjackal podczas spotkań z wiernymi przywołuje nierzadko słowa Jezusa, w których Bóg mówi: „Duch Pański spoczywa na Mnie, ponieważ Mnie namaścił i posłał Mnie, abym ubogim nioś dobrą nowinę, więźniom głosił wolność, a niewidomym przejrzenie; abym uciśnionych odsyłał wolnymi, abym obwoływał rok łaski od Pana” (Ewangelia według świętego Łukasza).

Przypomina on, że posługa Jezusa podzielona była na dwie części. Pierwsza to głoszenie Słowa Bożego, druga natomiast to uzdrawianie. Wypędzanie złych duchów i przebaczenie grzechów jest częścią uzdrawiania. Ojciec Manjackal podczas swoich spotkań z wiernymi przekonuje, że do dzisiaj nic się w tej kwestii nie zmieniło. W wywiadzie „Idź naprzód, Ja jestem z tobą” („Posłanie”, nr 6/2009) ojciec James mówi: „I to jest problem także na dzisiaj. Kiedy patrzymy na ludzi, widzimy, że oni potrzebują uzdrowie-

nia zarówno na ciele, jak i w duszy, i nie ma kto im tego dać. My, chrześcijanie, którzy doświadczaliśmy mocy Ducha Świętego, musimy im to dać. Powinniśmy być w stanie dotrzeć do ludzi, aby dać im to uzdrowienie.”

## Uzdrawianie to jest rzeczywistość

Podczas Mszy świętych i modlitw, które prowadzi ojciec James dochodzi do uzdrowień. Szczególnie spektakularne są te, które stają

się od razu odczuwalne. Ojciec w trakcie modlitwy wymienia imiona uzdrowionych osób. Następnie wylicza też choroby, z których ludzie zostają uleczeni. Nierzadko są to ciężkie schorzenia, które doskwierały ludziom przez długie lata. Są to na przykład nowotwory czy inne równie niebezpieczne choroby. Szczególnie wzruszające są momenty podczas, których osoby uzdrowione dają świadectwa. Mówią wtedy



James Manjackal

o tym, co im dolegało i o sytuacji po uzdrowieniu. Są szczęśliwe, nierzadko rozpoczynają nowe życie.

Sam ojciec James mówi na ten temat tak: „Uzdrowienie to jest rzeczywistość. Jednak uzdrawianie nie jest moim głównym celem. Jest nim przyprowadzenie ludzi do królestwa Bożego, czyli do Kościoła. To jest ważniejsze. Tak właśnie też było w życiu Chrystusa. Dlaczego On uzdrawiał? Aby ludzie zaczęli się modlić, aby przyjmowali zbawienie. Jego główną troską były dusze. Docierał do dusz także przez uzdrowienie ciała i ja też to czynię. Kiedy patrzę na siebie, to oczywiście widzę, że ja nie leczę nikogo. Jest tylko jedna Osoba, która to potrafi: to właśnie Jezus Chrystus”.

## To potrafi tylko Jezus

Ojciec James jest zdecydowanie przeciwny określeniom, że to on uzdrawia. Nie czuje się w żaden sposób dumny z daru, którym się posługuje. Podczas każdych rekolekcji powtarza: „Nie zawierajcie mi, nie ufajcie mi, tylko Jezusowi. On jako jedyny zwyciężył nasze grzechy i ich konsekwencje, czyli choroby. On jako jedyny przyniósł uzdrowienie światu, więc moim obowiązkiem jest przyprowadzanie ludzi do Niego. I On uzdrawia”.

Bóg czyni z ojca Jamesa swe narzędzie. Poprzez jego modlitwę, poprzez jego ręce – „Taka jest właśnie rzeczywistość, że Jezus uzdrawia przez Swoją Kościół. Jestem częścią tego Kościoła, jestem ka-

planem, katolickim księdzem, więc On czyni to też przeze mnie”.

Gdy na przykład biskupi pytają ojca Manjackala o to, skąd tyle uzdrowień podczas jego rekolekcji, on odpowiada: „Ponieważ mówię o grzechu i nawróceniu. Kiedy wyrzekniemy się grzechu, kiedy ustępuje grzech, przychodzi uzdrowienie». Być może podczas innych rekolekcji, w których uczestniczyście, nie słyszycie tak wiele na temat grzechu, żalu za grzechy, nawrócenia, spowiedzi. Bardzo silnie to akcentuję – sami o tym też dobrze wiecie – ponieważ dzięki temu ludzie otrzymują uzdrowienie od Pana. Grzech zawsze jest blokadą dla uzdrowienia, dla dobrego zdrowia. Podczas wszystkich rekolekcji widzę, jak ma miejsce wiele uzdrowień. Jezus je daje. Niektórzy są uzdrawiani podczas spowiedzi, adoracji, inni podczas mszy. Śpiewam pieśni, a Pan daje mi też taki dar, że widzę imiona niektórych osób, wymawiam je i to też w jakiś sposób wzmacnia ich wiarę. Mówię szczerze, że następują prawdziwe uzdrowienia. Możecie przeczytać niektóre świadectwa w Internecie, a także w moich książkach. Są też prawdziwe uzdrowienia fizyczne w waszym mieście czy innych miastach. Wiele osób jest uzdrawianych ze stwardnienia rozsianego, z raka – ustępują naprawdę ciężkie choroby”.

**Dariusz Guzowski**

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**

**F.H.U.P. Dach System Piotr Mizikowski**  
 Golub-Dobrzyń, Cisowa 11  
 tel./fax. 56 683 22 17  
 tel. kom 602 621 039, 664 458 186  
 www.dachsystem.entro.pl



INFORMATOR

**Pogotowie**  
numer alarmowy 999  
lub 112 z telefonów kom.

**ZOZ Szpital Powiatowy**  
Wolności 27  
tel. 56 689 17 35

**Komenda Powiatowa Policji**  
numer alarmowy 997  
lub 112 z telefonów kom.  
Wolności 28  
tel. 56 687 72 21

**Komenda Powiatowa  
Państwowej Straży Pożarnej**  
numer alarmowy 998  
lub 112 z telefonów kom.  
Matejki 11  
tel. 56 689 09 00

**Straż Miejska**  
Wolności 18  
tel. 56 688 17 10

Administracja:  
**Starostwo Powiatowe**  
Wolności 44  
tel. 56 688 24 50

**Urząd Miejski w Wąbrzeźnie**  
Wolności 18  
tel. 56 688 45 00

**Urząd Gminy Wąbrzeźno**  
Mickiewicza 21  
tel. 56 687 75 00

**Urząd Gminy Dębowa Łąka**  
tel. 0 56 688 49 10

**Urząd Gminy Płużnica**  
tel. 056 688 72 10

**Urząd Gminy w Książkach**  
tel.(056) 68 88 167

**Urząd Miasta i Gminy  
w Radzynie Chełmińskim**  
Pl. Tow. Jaszczurczego 9  
tel. 0 56 688 60 01

**Miejski Punkt Informacji**  
ul. Poniatowskiego 8  
tel. 056 471 99 60

**Powiatowy Urząd Pracy**  
Wolności 44  
tel. 56 688 28 00

**Urząd Skarbowy**  
Maciej Rataja 2  
tel. 56 687 17 77

**Powiatowa Stacja  
Sanitarно-Epidemiologiczna**  
1 go Maja 46  
tel. 56 688 17 55

**Agencja Restrukturyzacji  
i Modernizacji Rolnictwa**  
Wolności 27a  
tel. 56 687 33 15

**Zarząd Dróg Powiatowych**  
1 go Maja 61  
tel. 56 687 13 79

**PKP Informacja**  
tel. 56 621 30 44, 56 699 50 09

**PKS**  
tel. 56 688 14 62

Horoskop 22 – 28 lipca

Koziorożec (22.12.-20.01.)

 Planety stawiają wymagania, z którymi musisz się szybko uporać, jeśli chcesz wejść w nowy miesiąc bez obciążeń. Są to wymagania natury psychologicznej i dotyczą głównie uczuć i związków z najbliższymi. Możesz wyciągnąć rękę do zgody, posłuchać „należności” i zamknąć sprawę przynajmniej na dwa miesiące. Masz dodatnie saldo w dziedzinie finansowej, co powinno Cię cieszyć.

Byk (21.04.-21.05.)

 To Twój gorszy czas. Nie możesz sobie jednak pozwolić na dystans do świata i bez troski relaks, ponieważ musisz uczestniczyć w życiu innych ludzi i robić to, do czego Cię zmuszają. Kto wie, czy przymusowe obowiązki nie są lekarstwem na chandrę? Jeśli zwolnisz tempo i zdobędziesz się na wyrozumiałość wobec bliźnich, wyjdiesz z dołka.

Panna (24.08.-23.09.)

 Gwiazdy wróżą Ci wzrost sił, płodność, odrodzenie i korzystne zmiany. Czeką Cię kolejne przełomy. Będziesz mogła sfinalizować sprawy, z którymi dotąd nie mogłaś sobie poradzić. Ich zakończenie będzie pomyślne, bo okres dobrej passy dopiero się rozpoczyna. W sprawach sercowych pamiętaj o tym, że jeśli los zamyka przed nami jedno drzwi, to zaraz otwiera kolejne. Znajdź do nich drogę.

Wodnik (21.01.-19.02.)

 Pierwsze trzy dni tego tygodnia musisz przeznaczyć na odpoczynek i lenistwo. Gwiazdy gwarantują Ci postęp zawodowy, ale żeby zdobywać szczyty trzeba mieć końskie zdrowie, a o zdrowie musisz dbać sam. Warto się zrelaksować, bo wkrótce sprawy nabiorą takiego tempa, że ani się obejrzyś, jak wylądujesz na twardym, stałym gruncie. Przypływ pieniędzy i obiecujące kontakty to nie lada gratka.

Bliznięta (22.05.-22.06.)

 W partnerskim sektorze Twojego horoskopu widać nowy etap w relacjach międzyludzkich. Gwiazdy sprzyjają budowaniu układów osobistych, zawodowych i biznesowych. Sukces towarzyski i zawodowy zaowocuje sukcesem finansowym. Rozpoczniesz nowy miesiąc w atmosferze przyjaźni, współpracy i świetnych szans nawet na małżeństwo.

Waga (23.09.-22.10.)

 Uświadomisz sobie, że dotychczasowy stan posiadania jest sprawą fundamentalną i nie możesz sobie pozwolić na kolejne straty. Spokojnie, nic Ci nie grozi. Wręcz przeciwnie: masz szansę na pomnażanie dobrobytu, nie tylko dla siebie, ale też dla innych. Po długim czasie masz wreszcie dobrą passę finansową. Jasne, że wygrasz. Tym razem nie popełnisz błędów. Twoją słabością jest zbyt szczodre serce.

Ryby (20.02.-20.03.)

 Wyjątkowy tydzień pod względem zawodowym. Jeśli przyłożysz się do pracy, sława i popularność będą w zasięgu ręki. Możesz skorzystać z dobrej passy finansowej, niewykluczone jest nowa praca. A miłość? Zauważysz swoje wysokie notowania, ale czy one Cię zadowolą – to inna sprawa. Jeśli poczujesz się usatysfakcjonowana, gratulacje. Jeśli nie – trzeba będzie spotkać się z samą sobą.

Rak (22.06.-22.07.)

 Praca, zdrowie i służba – to Twój program na najbliższe dni. Stożce daje Ci dużo życiowej energii, ale uważaj, bo Twój organizm narażony jest na choroby. Służba wiąże się z domem, z poświęceniem dla osób, które kochasz. Ogranicza ona teraz Twoją karierę, ale z biegiem czasu przekonasz się, że tak nie jest. Dom pozostanie źródłem Twojej mocy.

Skorpion (24.10.-22.11.)

 Urozmaicą i wzbogacą się Twoje kontakty z ludźmi. Masz prawo być pewny siebie, bo masz pełne kieszenie pieniędzy. I nie bój się, że zbiedniejesz. Wzbogacasz nie tylko siebie, ale i innych. Wkrótce czeka Cię szczyt intelektualny, więc uruchom szare komórki i wprowadzaj w życie swoje pomysły. Na pewno na tym wiele zyskasz.

Baran (21.03.-21.04.)

 Najbliższe dni to czas nauki, odkrywania nowych obszarów wiedzy, nowych doświadczeń. Jeśli sądzisz, że posiadasz już wiedzę o życiu – skorygujesz swoje zdanie, bo przed Tobą rozwój i postęp. Masz teraz świetną intuicję. Kulejące interesy i niezadowolone znikną, los odwróci się na Twoją korzyść i zaczniesz doświadczać okresu koniunktury.

Lew (23.07.-23.08.)

 Nadchodzące dni zapowiadają się optymistycznie. Można Ci wróżyć wszystko, oprócz nudy. Fart w interesach ujawni się w najbliższych tygodniach. Romansowa, seksualna dobra passa przeciągnie się aż do końca wakacji, więc masz sporo czasu na przyjrzenie się z nowej miłości – ale wcześniej zdejmij różowe okulary – lub na scementowanie stałego związku.

Strzelec (23.11.-21.12.)

 Dobry czas dla domu, domowników i spraw rodzinnych. Utrwaliłeś kontakty ze starymi przyjaciółmi? Sprawiałeś komuś prezent bezinteresownie? Wkrótce przyjdzie okres odpoczynku, refleksji, wycofania, słabszej kondycji, podsumowań. Jeśli bilans okaże się pozytywny, będziesz bogatszy o nowe doświadczenia.

wrózka Adelajda

Pogoda

|                             |  | temperatura                                                                                    | ciśnienie | wiatr   | deszcz  |
|-----------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------|---------|
|                             |  | minimalna/odczuwalna/maksymalna                                                                |           |         |         |
| <b>Czwartek 22.07.2010</b>  |  |                                                                                                |           |         |         |
| dzień 7:00 - 19:00          |  |  26/27/37 | 1001 hPa  | 8 km/h  | 0 mm    |
| noc 19:00 - 7:00            |  | 20/24/29                                                                                       | 1001 hPa  | 11 km/h | 0 mm    |
| <b>Piątek 23.07.2010</b>    |  |                                                                                                |           |         |         |
| dzień 7:00 - 19:00          |  |  24/27/37 | 1001 hPa  | 19 km/h | 0 mm    |
| noc 19:00 - 7:00            |  | 19/24/29                                                                                       | 1000 hPa  | 15 km/h | 11,4 mm |
| <b>Sobota 24.07.2010</b>    |  |                                                                                                |           |         |         |
| dzień 7:00 - 19:00          |  |  16/21/25 | 1001 hPa  | 22 km/h | 6,4 mm  |
| noc 19:00 - 7:00            |  | 14/19/22                                                                                       | 1004 hPa  | 7 km/h  | 0 mm    |
| <b>Niedziela 25.07.2010</b> |  |                                                                                                |           |         |         |
| dzień 7:00 - 19:00          |  |  16/21/25 | 1005 hPa  | 11 km/h | 0 mm    |
| noc 19:00 - 7:00            |  | 14/18/21                                                                                       | 1007 hPa  | 14 km/h | 0,5 mm  |

Zagadki Profesora

CZARODZIEJ

Czarodziej ustawił w szeregu 5 flakonów z tulipanami. Z lewej strony znajdują się 2 tulipany czerwone, z prawej – 2 tulipany żółte. Środkowy flakon jest pusty. Kto potrafi przełożyć tulipany przestrzegając następujących warunków:

- tulipany wolno przekładać pojedynczo,
- można przy tym omijać tylko jeden flakon (nie dwa!)
- środkowy flakon służy do wymiany.

Odpowiedź dotycząca zagadki z poprzedniego numeru:  
Możliwości malowania sześcianów są następujące:

- Wszystkie sześć ścian jednym kolorem – 2
- Jedna ścianka czerwona (lub niebieska) – 2
- Dwie ścianki czerwone (lub niebieskie):
  - 2 przeciwstawne ścianki – 2
  - 2 przyległe ścianki – 2
- Trzy ścianki jednym kolorem:
  - 3 przyległe do siebie ścianki (dwoma krawędziami) – 1
  - 3 ścianki (w tym 2 sobie przeciwstawne) – 1
- Razem więc można pomalować tylko 10 sześcianów.



HUMOR

Matura z historii:  
– Omów państwo Ostrogotów.  
– Nie wiem...  
– Dobrze, to omów państwo Wizygotów.  
– Też nie wiem.  
– Pytanie ratunkowe?  
– Jeśli można...  
– Porównaj państwo Ostrogotów z państwem Wizygotów.

W czasach PRL trzy żony policjantów spierają się, który z ich mężów jest głupszy.  
– Mój przejechał na czerwonym świetle i sam sobie wypisał mandat.  
– Mój zgubił kluczyki od samochodu, otworzył go śrubokrętem i sam się aresztował za włamanie.  
– To nic, mój przeskoczył ladę w Peweksie i poprosił o azyl!



|                                       |                      |                          |                           |                                              |                          |                                 |                                   |                  |                                    |
|---------------------------------------|----------------------|--------------------------|---------------------------|----------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|------------------|------------------------------------|
| Slużacy<br>w<br>liberii               | Słynne<br>w Oliwie   | Rewol-<br>wer<br>kowboja | ▼                         | Drewniane naczy-<br>nie do prania            | Rosyjs-<br>kie<br>zapasy | Ssak morski, np.<br>nerpa       | ▼                                 | Muzyka<br>Stanki | ▼                                  |
|                                       |                      |                          |                           | Piosenkarka<br>jak bursztyn                  |                          | Urzędowy doku-<br>ment papieski |                                   | Rybie<br>gody    |                                    |
| ▶                                     |                      | 16                       |                           | Weeken-<br>dowy<br>dzień                     | 7                        |                                 | 19                                |                  |                                    |
| Ciasto<br>w<br>rulonie                |                      |                          |                           |                                              |                          | Rozkaz<br>cara                  | 6                                 | 15               |                                    |
| Alumi-<br>nium                        |                      |                          |                           | Picasso                                      |                          |                                 |                                   |                  | 8                                  |
|                                       |                      | 18                       |                           | Pomiesz-<br>czenie<br>dla<br>warto-<br>wnika |                          | Błona<br>gałki<br>ocznej        | 12                                | Przodek<br>krowy |                                    |
| ▶                                     |                      | 21                       |                           |                                              |                          |                                 |                                   |                  | Główny<br>pokarm<br>Chiń-<br>czyka |
| Egzoty-<br>czny<br>ziemniak           |                      | Agrogaz                  | Wiel-<br>biciel           |                                              | 2                        |                                 | 14                                |                  | 10                                 |
| ▶                                     |                      |                          |                           |                                              |                          | Obszar<br>użytków<br>rolnych    |                                   | Córka<br>Zeusa   |                                    |
| 20                                    |                      |                          |                           |                                              | 3                        | „Domek”<br>dla auta             |                                   |                  |                                    |
| Głosowa-<br>nie na<br>kandy-<br>datów | „Znudzo-<br>ny” pies | 23                       | Tam<br>ogląda-<br>my film | Pole<br>leżące<br>odło-<br>giem              |                          |                                 |                                   |                  |                                    |
| ▶                                     |                      |                          |                           |                                              |                          |                                 | Jedno-<br>stka<br>infor-<br>macji |                  | Biblijny<br>ogród,<br>Eden         |
| 4                                     |                      |                          | 9                         |                                              |                          | 11                              |                                   |                  |                                    |
| Bajkowy<br>połtwór                    |                      |                          |                           |                                              |                          | Twórca<br>opery<br>„Oberon”     |                                   |                  |                                    |
| Maż”<br>kłaczy                        |                      | 13                       |                           |                                              |                          |                                 | 5                                 |                  |                                    |
| Grecki<br>bożek<br>pasterzy           |                      |                          |                           | Jeden<br>z narko-<br>tyków                   | 1                        | 22                              | 17                                |                  |                                    |
| Droga<br>asfal-<br>towa               |                      |                          |                           |                                              |                          | Góry<br>w Azji                  |                                   |                  |                                    |

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 23 utworzą rozwiązanie -  
- aforyzm Juliana Tuwima.

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

## TORTILLA MEKSYKAŃSKA Z MIĘSEM

Składniki:

- 3 szkl. mąki kukurydzianej  
2 szkl. letniej wody  
40 dag mięsa mielonego  
1 puszka kukurydzy  
kilka kropoli oliwy  
3 cebule
- 0,5 łyżeczki soli  
4 łyżki oliwy  
1 puszka czerwonej fasoli  
3 szczypty chili  
4 łyżki koncentratu pom.  
6 ząbków czosnku

### Sposób przyrządzenia:

Ciasto: mąkę kukurydzianą, sól, wodę i oliwę wyrabiać na jednolitą masę do tego momentu, aż nie będzie się kleić, następnie uformować kulę. Przykryć ją ścierką i odstawić na godzinę. Podzielić na 12-15 części i każdą cienko rozwałkować, by uzyskać okrągły kształt. Następnie usmażyć placki na rozgrzanej patelni bez tłuszczu 1-2 min. z każdej strony, aż ich brzegi będą lekko podsuszone. Zdjąć i położyć na talerz. Usmażyć cebulę, wycisnąć do niej czosnek i dodać mięso mielone. Gdy całość lekko się podsmaży, dodać chili, kilka łyżek koncentratu oraz kukurydzę i fasolę. Gotowy farsz nałożyć na połowę placka i zakryć drugą połową.

## TORTILLA Z KURCZAKIEM

Składniki:

- 8 szt. tortilli pszennych  
1 op. czosnkowo-ziołowej marynaty do mięs z dressingiem  
2 ogórki  
łyżka wyłuskanych orzechów arachidowych  
4 łyżki kwaśnej śmietany
- pierś kurczaka  
2 papryki  
olej

### Sposób przyrządzenia:

Mięso kurczaka opłukać, osuszyć, pokroić w paski. Włożyć do miski, wymieszać z marynatą i łyżką oleju. Z mieszanki na dressing i kwaśnej śmietany przyrządzić sos. Ogórki opłukać, osuszyć, pokroić w plasterki. Paprykę opłukać, rozkroić, oczyścić z nasion, pokroić w wąskie paseczki, dodać ogórki i orzechy, wymieszać. Mięso obsmażyć na gorącym oleju. Tortille podgrzać. Na ciepłe placki wyłożyć mięso i warzywa, tortille zwinąć w rolki, polać nadzienie śmietanowym dressingiem.

## SUDOKU

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

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 9 |   | 3 |   | 7 |
|   | 7 |   |   |   | 6 |
|   |   |   | 5 | 4 |   |
| 4 |   |   | 3 | 7 | 9 |
| 3 | 9 | 1 |   | 6 |   |
|   |   |   |   |   | 4 |
| 8 | 3 |   | 1 |   | 8 |
|   |   |   | 5 | 4 |   |

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

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

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

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

## TORTILLA HISZPAŃSKA

Składniki:

- 500 g ziemniaków  
kiełbasa (najlepiej paprykowa)  
sól, pieprz
- 2-4 jajka  
oliwa z oliwek

Na oliwie z oliwek usmażyć pociętą w cienkie talarki ziemniaki. Po zdjęciu ziemniaków z patelni, usmażyć na niej (używając tej samej oliwy) pociętą w poprzeczne paski kiełbasę. W misce roztrzepać jajka, dodać sól i pieprz do smaku. Dodać do masy jajecznej usmażone talarki i kiełbasę, wymieszać. Wylać wszystko na patelnię (najlepiej dobrą teflonową) i usmażyć nie mieszając. Lekko podważać drewnianą łopatką brzegi tortilli tak, by wszystko się podpiekło od spodu. Jak placek będzie miał stałą konsystencję, zsunąć tortillę z patelni na pokrywkę i odwrócić. Usmażyć na drugiej stronie na złoty kolor.





Kościół

# Przedwojenna młodzież

Schole i oazy kościelne szczyt popularności przeżywały na początku lat 90. Obecnie wielu duchownych stara się przyciągnąć młodzież do kościoła. Takiego problemu nie mieli przedwojenni księża - również ci z powiatu wąbrzeskiego.

Według danych z 1926 roku w powiecie wąbrzeskim istniało 17 męskich katolickich stowarzyszeń młodzieżowych. Ich członkami było 637 chłopców. Poza tym działało 10 stowarzyszeń żeńskich, w skład których wchodziło 370 członkiń. Dodatkowo w tym samym roku powstawać zaczęły Stowarzyszenia Młodzieży Polskiej w Płużnicy i Nowej Wsi Królewskiej. Natomiast w przyszłości chciano założyć kolejne koła w Kurkocinie, Pułkowie, Ostrowitem Golubskim, Zieleniu, Wielkiej Łące, Sierakowie i Jarantowicach.

Na czym polegało członkostwo w takim stowarzyszeniu? Przede wszystkim na działalności religijnej. Młodzi ludzie uczestniczyli w częstej spowiedzi i szczególnie kucie Eucharystii przejawiającym się w adoracjach,

procesjach i przede wszystkim częstym uczestnictwem we mszy św. i przyjmowaniem komunii św.

Kierownictwo stowarzyszeń kształcono na kursach, zjazdach, zlotach, wizytacjach oddziałów. Szerokie rzesze członkowskie kształcono przez akcję odczytową. Największym powodzeniem u młodzieży cieszyły się imprezy sportowe, wycieczki, obozy, przedstawienia, akademie, wieczornice oraz szkolenia zawodowe (przysposobienie rolnicze, kursy higieny, prowadzenia gospodarstwa domowego itd.).

Młodzież zrzeszona w stowarzyszeniach katolickich chciała wpływać na losy i kształt ojczyzny. Stąd wielkie znaczenie miało budzenie postaw patriotycznych. Obchodzono uroczystości rocznice ważnych wydarzeń, święta naro-

dowe, szczególnie rocznice odzyskania niepodległości i powstań narodowych.

Co kilka tygodni młodzież spotykała się na zebraniach stowarzyszeń. Stałymi punktami spotkań była modlitwa i tzw. Kwadrans biblijny, podczas którego głośno czytano Pismo św. Odczytywano także referaty. Na przykład w zebraniu stowarzyszenia w Golubiu w 1937 roku młodzież wysłuchała referatu na temat „Grosz do grosza”. Poza tym wysłuchano obszernych fragmentów utworu literackiego pt. „Piotruś a gwiazdy”.

Kres rozkwitowi stowarzyszeń katolickich dla młodzieży przyniosła wojna. Po niej z wiadomych przyczyn ich rozwój był bardzo mocno ograniczony.

PW



Informacje o zgonach publikujemy na podstawie danych z Urzędu Stanu Cywilnego.

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



Zawiadamiamy, że zmarł

Zygmunt Olejnik

(lat 73)



Zawiadamiamy, że zmarł

Janusz Szczepański

(lat 61)



Zawiadamiamy, że zmarł

Edward Sochalski

(lat 73)



Zawiadamiamy, że zmarł

Kazimierz Rochnowski

(lat 59)

Sport

# Wodniacy sprzed lat

W dzisiejszym numerze prezentujemy wycinek Gazety Bydgoskiej z września 1925 roku. Zapowiada on Regaty Wioślarskie na Brdzie, które miały zakończyć sezon. W wyścigach wzięła udział również ekipa Gimnazjalnego Klubu Wioślarskiego Vambresia.

Zawody na Brdzie w Bydgoszczy pod koniec września zamykały sezon wioślarski. Tor na rzece przepływającej przez Bydgoszcz miał długość 1800 metrów. Zawodnicy musieli go pokonywać pod prąd. Zanim rozpoczęto wyścigi wszyscy wodniacy uczestniczyli w mszy św. w bydgoskim kościele Serca Jezusowego.

Zespół z Wąbrzeźna wystartował w czwartym biegu w czwórkach klepkowych klubów. Ich bezpośrednimi rywalami byli wioślarze z Chełmży. Vambresia wygrała w 6:62 minuty.

Po ukończeniu biegów, przy hymnie wioślarskim odegrany przez orkiestrę 15 pułku, generał Thommee ściągnął sztandar wioślarski z masztu zamykając tym samym

sezon wioślarski.

Generał Wiktor Thommee był polskim oficerem pochodzącym z Wileńszczyzny, w którego żyłach płynęła francuska krew. W czasie II wojny światowej walczył w szeregach Armii Łódź, a następnie w Modlinie.

Wieczorem w salach Resursy Kupieckiej odbyła się huczna zabawa, która trwała do białego rana. W ten właśnie sposób kończył się sezon wioślarszy w 1925 roku.

PW



Ryńsk

# Siła plotki

W 1881 roku przez kilka dni cały powiat wąbrzeski żył tematem kupna Ryńska przez cesarza niemieckiego. Jak się szybko okazało była to plotka, lecz nawet w czasach, gdy świat nie był „globalną wioską”, a ludzie nie mieli dostępu do telefonów czy internetu rozniosła się ona po całej okolicy lotem błyskawicy.

— **Plotki o Ryńsku.** W sprawie tej pisze Thorner Ztg. Dobra Ryńsk dostarczają naszemu miastu wiele materiału do zabawy. I tak ktoś, co był w Ryńsku, opowiada, że cesarz kazał zakupić Ryńsk za 2 500 000 mrk., a ponieważ obecny właściciel żąda tylko 2 400 000 m., postanowił, by resztujące 100 000 m. oddać synowi poprzedniego właściciela. — Opowiadanie takich rzeczy świadczy albo o wielkiej troskliwości opowiadaczy, albo o ich łatwości. Opowiedziano im po prostu bajeczkę, by działać w pewnym oznaczonym kierunku. Opowiadanie dalej takich bajeczek daje wiele do myślenia, zwłaszcza, że tak wybitne mają piętno zmyślenia, jak to. Cesarz nie kupi Ryńska, jak to już donieśliśmy.



## Porady specjalisty

# Pożyteczne żelazo

Ze względu na stosunkowo małą zawartość żelaza w produktach spożywczych i powszechną, w szczególności u kobiet, tendencję do zmniejszania całkowitego spożycia kalorii, dość trudno jest osiągnąć zalecany poziom żelaza w racji pokarmowej.

Żelazo to drugi składnik mineralny, którego niedobór najczęściej występuje u ludzi w Polsce. Zbyt niska podaż prowadzi bowiem do niedokrwistości niedobarwliwej – tj. niedoboru barwnika hemoglobiny. Częstość powodem tej choroby bywa także niedobór witamin: B12 i B9 (kwasu foliowego).

Do charakterystycznych objawów niedokrwistości należy zaliczyć:

- bladej skóry, błony śluzowej i spojówek oka;
- zanik brodawek nitkowatych w centralnej części języka
- łyczekowane i prążkowane paznokcie

Niedobór żelaza powoduje, że tkanki organizmu są niedotlenione, co wiąże się z tendencją do szybkiego męczenia się, powstania bólów i zawrotów głowy, jak również szumu w uszach. W ciężkich przypadkach może prowadzić do wystąpienia mroczków przed oczami, omdleń, stanów podgorączkowych i pobolewania w okolicach serca, zaburzeń rozwoju psychomotorycznego i intelektualnego (u dzieci).

Zapotrzebowanie na żelazo w istotny sposób różni się od wieku i płci. U małego dziecka, odstawanego od piersi, jest ono szczególnie duże, gdyż organizm wymaga uzupełnienia zapasów wyczerpanych w czasie odżywiania pokarmem matki, który zawiera stosunkowo mało tego składnika. Kolejnym okresem zwiększonego zapotrzebowania na żelazo jest dorastanie. Dziewczeta w tym okresie, podobnie jak kobiety w wieku rozrod-

**ZAPAMIĘTAJ!**

- \* W każdym posiłku uwzględnij warzywa i owoce o dużej zawartości witaminy C. Najlepszym jej źródłem są: natka pietruszki, papryka czerwona, brokuły, pomidory, truskawki, czarne porzeczki, cytrusy, aronia itd. Pamiętaj, że jest ona wrażliwa na temperaturę, dlatego najlepiej, jeśli jest to możliwe, spożywaj wymienione produkty na surowo.
- \* Nie popijaj posiłków kawą czy herbatą. Zawierają one taninę, która hamuje wchłanianie żelaza z przewodu pokarmowego. Pij je między posiłkami z dodatkiem odtłuszczonego mleka (2% tł.) lub cytryny.
- \* Z umiarem używaj otręb pszennych itp. Są źródłem błonnika, a jego nadmiar utrudnia przyswajanie żelaza
- \* Mleko i przetwory mleczne są bogate w wapń. Nadmierna podaż wapnia ogranicza wchłanianie żelaza.

**ZACHOWAJ UMIAR!**

czym, powinny spożywać więcej tego składnika niż przedstawiciele płci przeciwnej, a to ze względu na straty żelaza z krwią menstruacyjną. Dopiero po okresie przekwitania zapotrzebowanie organizmu na żelazo zmniejsza się.

U mężczyzn straty dobowe żelaza wynoszą ok. 1 mg, a u kobiet przed menopauzą ok. 1,5 mg. Natomiast w czasie miesiączki, w zależności od obfitości i czasu jej trwania, straty żelaza wahają się od 10-50 mg (średnio ok. 20 mg/cykl).

W produktach żywnościowych występują dwa rodzaje żelaza: hemowe (znajdujące się w produktach pochodzenia zwierzęcego) i niehemowe (występujące głównie w produktach pochodzenia roślinnego).

Żelazo jest lepiej przyswajalne z połączeń hemowych niż niehe-

mowych. Przyswajalność żelaza hemowego może dochodzić do 30% u osób z niedoborem tego składnika. Wchłanianie żelaza z produktów zależy od wielu czynników dotyczących samego organizmu, czyli od stopnia wysycenia, rodzaju produktu, postaci chemicznej żelaza, interakcji pomiędzy składnikami diety.

Do czynników zwiększających wchłanianie żelaza należą: mała zawartość tego składnika w organizmie, obecność w posiłku produktów mięsnych, obecność w posiłku produktów z dużą zawartością witaminy C, kwasu foliowego, aminokwasów (histydy, L-cysteiny) oraz miedzi. Czynniki powodujące spadek przyswajalności to: niektóre produkty spożywcze (np. żółtko jaja); wysoki poziom białka i tłuszczu w diecie; fitiny, niektóre składniki mineralne (wapń, cynk, mangan). Powyższe zasady dotyczą głównie żelaza niehemowego. Wchłanianie żelaza hemowego jest mniej uzależnione od innych składników diety.

Dla przeciętnego Polaka głównym źródłem żelaza są produkty zbożowe (30%) oraz mięso (30% ogólnej zawartości tego pierwiastka w całodiennej racji pokarmowej).

Należy również podkreślić, że niekorzystnym zjawiskiem jest nadmierna podaż żelaza z racji pokarmowej. Może powodować: zmniejszone wchłanianie innych składników mineralnych (cynku, miedzi), zwiększone ryzyko występowania infekcji, nadmierne gromadzenie żelaza w tkankach prowadzące m. in. do uszkodzenia trzustki, wzrost produkcji wolnych rodników, co powoduje zwiększone ryzyko nowotworów i choroby wieńcowej. Przypadki te jednak są sporadyczne.

specjalista ds. żywienia  
Karolina Strupczewska

## Zdrowie

## Bezpieczne korzystanie z telefonów komórkowych

Nie ma jednoznacznych dowodów szkodliwości pola elektromagnetycznego, związanego z korzystaniem z telefonów komórkowych. Jednak w wielu opiniach naukowych zaleca się wzmożoną ostrożność przy używaniu ich.

Jak ograniczyć skutki oddziaływania promieniowania elektromagnetycznego telefonów komórkowych? Warto przestrzegać kilku zasad:

- rozmawiając przez telefon trzymać go w pewnej odległości od głowy
- używać zestawów słuchawkowych lub głośno mówiących
- unikać rozmów przy niskim poziomie sygnału anteny stacjonarnej
- skrócić czas rozmów do niezbędnego minimum
- w czasie rozmowy nie dotykać ręką anteny
- podczas kupowania telefonu zwracać uwagę na aparaty z zewnętrzną anteną
- podczas kupowania aparatu zwrócić uwagę, by wartość współczynnika SAR (Specific Absorption Rate) była jak najniższa. SAR określa jak duża część energii emitowanej przez telefon komórkowy zamieniana jest przez organizm na ciepło. Maksymalna wartość SAR w przypadku telefonów sprzedawanych w Europie wynosi 2W/kg masy ciała dla próbki o wadze 10 g. Wszystkie dostępne na rynku aparaty spełniają tę normę, jednak różnice w wartościach SAR różnych modeli mogą być znaczne – niektóre modele mają SAR o wartości nawet poniżej 0,1 W/kg, w przypadku niektórych innych modeli, podczas testów, stwierdzono wartości kilkunastokrotnie wyższe. Od końca 2001 roku wartości współczynnika SAR podawane są w instrukcjach obsługi wszystkich sprzedawanych w Europie modeli telefonów komórkowych

- jeśli aparat ma wysuwaną antenę, to należy ją wysunąć podczas rozmowy
- unikać prowadzenia rozmów w windzie i innych zamkniętych pomieszczeniach, które wymuszają przełączanie telefonu na większą moc a także w samochodach – karoseria samochodu tłumi fale emitowane przez telefon, więc moc nadawania sygnału zostaje znacznie zwiększona. Jeśli rozmawiamy w budynkach, należy podejść do okna – wówczas telefon będzie emitował znacznie mniej energii

- zrobić krótką przerwę przed przyłożeniem aparatu do ucha. W momencie nawiązywania połączenia telefon przez krótką chwilę nadaje z mocą zbliżoną do maksymalnej. Dopiero po nawiązaniu



połączenia parametry sygnału są dostosowywane do warunków odbioru oraz nadawania i moc sygnału zostaje zmniejszana

- w czasie gdy nie używamy telefonu, nie trzymajmy go przy sobie, a jeśli musimy, to w zewnętrznym pokrowcu przy pasku, klawiaturą w stronę ciała, a baterią na zewnątrz
- nie używać telefonu w czasie burzy

• telefonu komórkowego nie powinny używać dzieci i osoby z rozrusznikiem serca. Z badań wynika, że dzieci absorbują promieniowanie mikrofalowe 3,3 razy bardziej intensywnie niż dorośli. Powodem jest inny kształt geometryczny głowy i właściwości elektryczne tkanek. Dodatkowo podatność organizmu dziecka na negatywne skutki zdrowotne ekspozycji może być spowodowana przebiegającymi w organizmie procesami rozwojowymi i nieukończoną budową i funkcjonowaniem układu nerwowego.

Jednym z największych projektów badawczych, mających na celu ustalenie wpływu promieniowania na zdrowie, jest INCNIRP – International Commission on Non-Ionizing Radiation Protection, UK Stewart Enquiry oraz International EMF Project – projekt realizowany przez Międzynarodową Organizację Zdrowia. Jeśli chodzi o maszyny nadawcze, to w porównaniu z telefonami komórkowymi ich promieniowanie jest zdecydowanie mniejsze. Pola elektromagnetyczne mierzone w pobliżu stacji bazowych GSM są zwykle tysiące, a nawet setki tysięcy razy niższe niż te, które powstają podczas rozmowy przez telefon komórkowy.

oprac. (bla)  
materiał WSSE w Krakowie

| Zawartość żelaza w 100g produktu | Rodzaj produkt                                                                                                      |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <1 mg                            | Mleko i przetwory mleczne;<br>Ziemniaki,<br>Ryby (większość);<br>Owoce (większość);<br>Ryż;<br>Warzywa (większość); |
| 1-4 mg                           | Pieczywo i inne produkty zbożowe;<br>Mięso; Drób;<br>Jaja;<br>Warzywa (grostek zielony, boćwina, buraki)            |
| > 4 mg                           | Podroby (wątroba, nerki);<br>Suche nasiona roślin strączkowych;<br>Natka pietruszki;                                |



**SYTUACJA:**

Wyobraźmy sobie sytuację, że bramkarz wyrzuca z ręki piłkę przed siebie z własnego pola karnego, a ta niesiona podmuchem wiatru wpada aż do bramki przeciwnika nie dotykając po drodze nikogo. Czy taka bramka może być uznana?

**DECYZJA:****TAK**

Sytuacje w których jeden bramkarz strzelił drugiemu gola oddając strzał z kilkudziesięciu metrów zdarzały się już w historii. Natomiast gol zdobyty przez bramkarza rzucającego piłkę ręką to już sytuacja niezmiernie rzadka. Niemniej sędzia musi uznać gola, ponieważ piłka złapana przez bramkarza była "w grze", a żaden z przepisów nie precyzuje, że bramkarz może strzelić gola tylko nogą. Bramkarz jako jedyny na boisku ma za to prawo dotykać piłkę ręką.

**SYTUACJA:**

Obrońca biegnie z piłką w kierunku swojego pola karnego po czym podbija piłkę nogą na wysokość 2 metrów i głową podaje futbolówkę do swojego bramkarza. Co robi sędzia?

**DECYZJA:****RZUT WOLNY DLA ATAKUJĄCYCH****WYJAŚNIENIE SĘDZIEGO:**

Samo podanie piłki głową do bramkarza jest dozwolone. Jednak w przytoczonej sytuacji takie zachowanie obrońcy uznane jest jako "niesportowe" i przez to karane rzutem wolnym.

**Żużel**

# Byki złapane za rogi

Po trzech porażkach z rzędu kibice toruńskiego Unibaxu wreszcie mogli się cieszyć z efektownej a zarazem efektywnej jazdy swych pupilów. Anioły odniosły przekonujące zwycięstwo z głównym pretendenciem do złotych medali w sezonie 2010 Unistami z Leszna. Na słowa uznania zasługuje szczególnie dwójka zawodników toruńskich aniołów: Adrian Miedziński i niespodziewanie Emil Pulczyński.

Właśnie Emil był głównym bohaterem początku spotkania. Nie dość, że bieg młodzieżowy wygrał w cuglach to w biegu numer 4 przeprowadził akcję na pierwszym okrążeniu, której nie powstydziliby się król toruńskiego owalu Tomasz Gollob. Emil bez problemów minął Jurice Pavlica, Ryana Sullivana oraz Leigh Adamsa. Koledzy przecierali oczy ze zdumienia, iż wychowanek aniołów pokonał legendę australijskiego żużla.

Kolejne biegi dostarczały spodziewanych emocji, a Unibax powiększał przewagę, aby w kulminacyjnym momencie, czyli po biegu numer 10 przewaga aniołów sięgnęła 18 punktów. W drużynie z Torunia wreszcie był widoczny duch walki, jedynie od legendy toruńskiego speedwaya Wiesława Jagusia można było oczekiwać zdecydowanie więcej. Przeciwnieństwem dla małego wojownika był Adrian Miedziński, który bezapelacyjnie z każdym występem czuje się co raz pewnie jako lider toruńskich aniołów.

W drużynie gości jedynie Janusz Kołodziej nie zawiódł oczekiwań swoich kibiców, poniżej swej formy zaprezentował się Jarek Hampel oraz Leigh Adams. Zupełnie zawiódł Damian Baliński, notabene najmniej lubiany żużlowiec wśród kibiców z Torunia.

Zwycięstwo naszej drużyny pozwala mieć nadzieję, iż wreszcie nadszedł czas, w którym Unibax dostanie wiatru w żagle i skutecznie powalczy o drużynowe

**Unia Leszno - 39**

1. Jarosław Hampel - 10 (3,0,2,3,2,w)
2. Troy Batchelor - 2 (0,2,0,-)
3. Janusz Kołodziej - 13+1 (2,3,0,2\*,3,3)
4. Damian Baliński - 3 (0,1,-,2)
5. Leigh Adams - 7+1 (2,1,2,0,1\*,1)
6. Jurica Pavlic - 3+1 (0,0,-,2,1\*)
7. Sławomir Musielak - 1 (1,0)

**Unibax Toruń - 51**

9. Chris Holder - 10 (2,3,3,0,2)
10. Wiesław Jaguś - 4+2 (1\*,2\*,1,0)
11. Adrian Miedziński - 12 (3,1,3,3,2)
12. Hans Andersen - 9 (1,3,1,3,1)
13. Ryan Sullivan - 7 (1,2,3,1,0)
14. Emil Pulczyński - 6 (3,3,0,-)
15. Michael Jepsen Jensen - 3+1 (2\*,1,0)

**Bieg po biegu:**

1. (60,29) Pulczyński, Jensen, Musielak, Pavlic 5:1
2. (59,91) Hampel, Holder, Jaguś, Batchelor 3:3 (8:4)
3. (59,27) Miedziński, Kołodziej, Andersen, Baliński 4:2 (12:6)
4. (59,37) Pulczyński, Adams, Sullivan, Pavlic 4:2 (16:8)
5. (59,56) Andersen, Batchelor, Miedziński, Hampel 4:2 (20:10)
6. (59,69) Kołodziej, Sullivan, Baliński, Pulczyński 2:4 (22:14)
7. (59,33) Holder, Jaguś, Adams, Musielak (Pavlic) 5:1 (27:15)
8. (59,35) Sullivan, Hampel, Jensen (Pulczyński), Batchelor 4:2 (31:17)
9. (59,30) Holder, Adams (Baliński), Jaguś, Kołodziej 4:2 (35:19)
10. (58,87) Miedziński, Pavlic, Andersen, Adams 4:2 (39:21)
11. (58,80) Hampel (Batchelor), Kołodziej, Sullivan, Jaguś 1:5 (40:26)
12. (58,56) Miedziński, Hampel, Pavlic, Jensen (Pulczyński) 3:3 (43:29)
13. (59,85) Andersen, Baliński, Adams, Holder 3:3 (46:32)
14. (58,85) Kołodziej (Baliński), Holder, Adams, Sullivan 2:4 (48:36)
15. (58,81) Kołodziej, Miedziński, Andersen, Hampel (w/u) 3:3 (51:39)

Mistrzostwo Polski. Niestety do pomocy przydałoby się, aby frekwencja na stadionie była zdecydowanie większa. Liczba 6669 nie jest oszałamiającą liczbą kibiców.

Krzysztof Sławkowski  
fot. unibax



Na czele świetnie dysponowany Adrian Miedziński



Piłka nożna

# Czas poszukiwań

**Piłkarze Unii Wąbrzeźno rozpoczęli serię spotkań sparingowych, przygotowujących zespół do ligowych rozgrywek. W tym roku sparingi są dla unitów szczególnie ważne. W nowym sezonie zabraknie w składzie „biało-błękitnych” kilku zawodników z podstawowej jedenastki, więc mecze kontrolne są okazją do przygotowania nowego składu na sezon 2010/11.**

Pierwszym sparingowym przeciwnikiem unitów była drużyna Drwęcy Nowe Miasto Lubawskie, występująca w warmińsko-mazurskiej lidze okręgowej. Mecze odbył się w miniony piątek w Nowym Mieście Lubawskim. Mimo że spotkanie zaplanowano na 18.30, to nawet o tak późnej porze piłkarze rozgrywali je w „tropikalnych” warunkach. Z powodu upału sparingowy mecz rozegrano, dzieląc go na trzy półgodzinne tercje, by zawodnicy w jak najlepszej formie znieśli trudności spotkania.

Piątkowy mecz był ciekawym widowiskiem. Obie drużyny podeszły do niego z zaangażowaniem godnym walki o ligowe punkty. Drużyna Unii w pierwszych minutach meczu zaskoczyła gospodarzy ofensywnym nastawieniem. Efektem tego naporu była pierwsza bramka, zdobyta przez Bartosza Krysztofiaka z rzutu karnego w 25. minucie spotkania. Strata bramki wpłynęła mobilizująco na drużynę gospodarzy. Wprawdzie ciągle ich akcje wyglądały na mniej składne niż te, które przeprowadzali unicy, ale na początku drugiej tercji spotkania udało się im wyrównać. Odpowiedź „biało-błękitnych” była niemal natychmiastowa. Gola na 1:2 zdobył Jarosław Rybszleger, który po raz kolejny pokazał, że jego mocną stroną są strzały z dystansu.

Dopiero w trzeciej tercji pił-

karze Drwęcy zagrali jak przystało na gospodarzy spotkania. Wyrównali stan meczu na 2:2 i choć ciągle nie można było powiedzieć, że przejęli inicjatywę w spotkaniu, na trzy minuty przed końcem regulaminowego czasu gry wyszli na prowadzenie. Unicy za wszelką cenę dążyli do wyrównania. Tuż przed końcowym gwizdkiem wydawało się, że mecz zakończy się remisem. Spotkanie było coraz bardziej nerwowe i arbiter po raz drugi odgwiżdżał rzut karny dla Unii. Do piłki podszedł znowu Bartosz Krysztofiak, ale rezerwowi bramkarz Drwęcy okazał się być lepszy w tym pojedynku, broniąc zarówno strzał z jedenastu metrów, jak i dobitkę.

W tym spotkaniu unicy wystąpili w dość eksperymentalnym składzie, ale zaprezentowali się dobrze, mimo że mecz zakończył się niekorzystnym wynikiem.

- Celem spotkań sparingowych jest szukanie ustawienia drużyny na nowy sezon, a w tym roku trzeba radykalnie zmienić skład – wyjaśnia trener Sebastian Isbrandt. - Z klubu odeszło kilku zawodników, którzy wiosną występowali w podstawowym składzie. Marcin Stempki i Rafał Wąs postanowili poszukać klubu, w którym będą ich czekały mniejsze wymagania treningowe i prawdopodobnie występować będą w barwach Promienia Kowalewo Pomorskie. Jakub Klarkowski wró-

cił do Mustanga Ostaszewo, a Cezary Gozdek i Łukasz Budziński zdecydowali się na grę w Starcie Warlubie. Dlatego konieczne było sprawdzenie w sparingu zawodników młodzieżowych oraz dwóch piłkarzy z innych klubów, których grę obserwujemy pod kątem przydatności dla zespołu Unii.

W tym tygodniu unitów czekają dwa kolejne sparingi, z drużynami Piasta Łasin i Startu Warlubie. Pozostaje mieć nadzieję, że „biało-błękitni” zaprezentują się w nich równie dobrze jak podczas meczu w Nowym Mieście Lubawskim. Wyniki spotkań sparingowych są sprawą drugorzędną, dla unitów ważniejsze od zwycięstw jest skrzystalizowanie podstawowego składu na nowy, ligowy sezon.

Drwęca Nowe Miasto Lubawskie – Unia Wąbrzeźno 3:2

Bramki dla Unii: Bartosz Krysztofiak (k.), Jarosław Rybszleger.

Unia Wąbrzeźno: Jan Wiśniewski, Bartosz Krysztofiak, Szymon Markiewicz, Michał Rudziński, Michał Tacyński, Jarosław Rybszleger, Tomasz Liszaj, Tomasz Słojkowski, Mateusz Kłodawski, Oskar Olszewski, Paweł Makowski, Sebastian Isbrandt oraz dwóch zawodników testowanych.

tekst i fot. Jarek Brzuska

REKLAMA



Bartosz Krysztofiak należał do wyróżniających się zawodników Unii



Po tym faulu arbiter odgwiżdżał pierwszy rzut karny



Unicy do ostatniego gwizdka walczyli o korzystny wynik

REKLAMA



## Fundacja Lokalna Grupa Działania WIECZNO

informuje o możliwości składania wniosków o przyznanie pomocy w ramach działania 4.1/413 „Wdrażanie lokalnych strategii rozwoju” dla operacji odpowiadających warunkom przyznania pomocy dla działania 312 „Tworzenie i rozwój mikroprzedsiębiorstw” objętego Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013.

### Termin składania wniosków:

od 12 lipca 2010 r. do 03 sierpnia 2010 r.

### Miejsce składania wniosków:

Wnioski należy składać bezpośrednio w biurze Fundacji LGD WIECZNO, ul. Mickiewicza 12, 87-200 Wąbrzeźno, od poniedziałku do piątku w godz. 07:15-15:15

**Tryb składania wniosków:** Wnioski wraz z załącznikami należy składać na odpowiednich formularzach w 1 egzemplarzu w wersji papierowej.

### Limit środków dostępnych w konkursie:

100 000,00 zł

Dokumenty do pobrania oraz szczegółowe informacje o konkursie zamieszczono na stronie [www.lgdwieczno.pl](http://www.lgdwieczno.pl)

Informacji udziela również Biuro Fundacji LGD pod numerem tel. (56) 687-75-35.

## Gabinet Medycyny Estetycznej

W Bobrowie k. Brodnicy

### Wykonujemy:

#### BOTOX

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

#### MEZOTERAPIA

SKUTECZNE ODŻYWIENIE 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](http://www.estetykabobrowo.pl)



Po Kujawach i Pomorzu

# Jedziemy do ... Solca Kujawskiego

**Solec Kujawski słynie z Parku Dinozaurów. Jednak to niejedyna atrakcja turystyczna tego miasta. Aktywnych zainteresuje aquapark, Klub Ekstremalnych Sportów Wodnych i nowoczesna hala sportowa z centrum odnowy biologicznej. Odpoczynek od miejskiego zgiełku znaleźć można nad brzegami Wisły lub w Puszczy Bydgoskiej.**

Co warto zobaczyć?

- W Solcu znajdują się dwa zabytkowe kościoły. Świątynia p. w. Najświętszego Serca Pana Jezusa, wybudowana została w 1847 roku. Zobaczyć w niej można piękne witraże. Miłośników sztuki sakralnej zainteresuje także kościół p. w. Świętego Stanisława Biskupa i Męczennika wybudowany w latach 1910-1912, posiadający stylowe nawy, prezbiterium i piękne ołtarze wykonane w stylu barokowym oraz ołtarz główny zbudowany w stylu manierystycznym o bogatej dekoracji.

- Niezwykle prezentuje się solecka starówka. Do jednych z ładniejszych budynków zaliczamy kamienicę przy ul. 23 Stycznia 13, w której aktualnie mieści się Zespół Szkół Zawodowych. Wybudowana została w latach 1891-1903 w stylu neoklasycystycznym. Przy tej samej ulicy, numerem 32 oznaczony jest budynek mieszkalny, w którym dawniej mieściła się siedziba nadleśnictwa. Jest on przykładem architektury charakterystycznej dla obiektów z przełomu XIX i XX wieku na terenach zaboru pruskiego. Z ciekawszych budynków wymienić można pozostałości osadnictwa olenderskiego, które znajdują się na terenie wsi Otorowo i Przyłubie.

- W remizie Ochotniczej Straży Pożarnej, przy ulicy 29 Listopada urządzono Muzeum OSP, w którym prezentowane są zbiory ilustrujące ponad 100-letnią tradycję jednostki.

- W Solcu znajduje się Radiowe Centrum Nadawcze. Powstało we wrześniu 1999 roku, dzięki niemu możliwa jest słyszalność I programu Polskiego Radia w całym kraju i poza jego granicami. Dwa maszty – nadajniki zdążyły się już wpisać w krajobraz gminy. Po uprzednim uzgodnieniu istnieje możliwość zwiedzenia obiektów RCN.

- Nie lada gratkę dla turystów stanowi stacja WOPR na Wiśle. To jedno z niewielu miejsc na szlaku wiślanym z Krakowa do Gdańska przygotowanych z myślą o wodniakach. Są tu sanitariaty, wypożyczalnia sprzętu pływającego, odbywają się m.in. pokazy pływania i ratownictwa. Tu działa także Klub Ekstremalnych Sportów Wodnych, który propa-

guje nowe formy wodnego szaleństwa (narty wodne, loty spadochronowe nad Wisłą itp.).

- Gmina Solec poszczycić się może niezwykle atrakcyjnymi warunkami naturalnymi. Urzekający jest nadwiślański krajobraz z pomnikami przyrody w postaci zabytkowych topoli. Znaczna część gminy stanowi teren Kotliny Toruńsko-Bydgoskiej. W jej granicach znajduje się jeden z największych kompleksów wydm śródlądowych w Polsce oraz Puszcza Bydgoska.

oprac. kr  
zdjęcia i informacje pochodzą  
z internetowej strony  
Urzędu Miasta i Gminy  
Solec Kujawski, instytucji mu  
podległych oraz Starostwa  
Powiatowego w Bydgoszczy

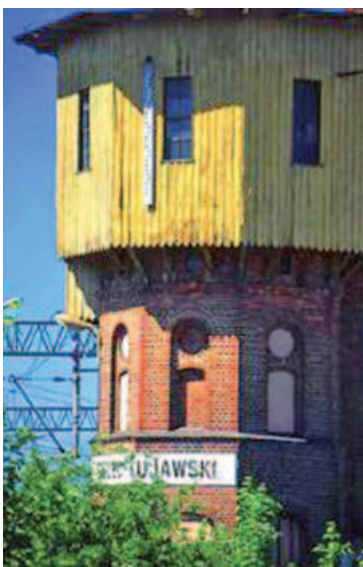
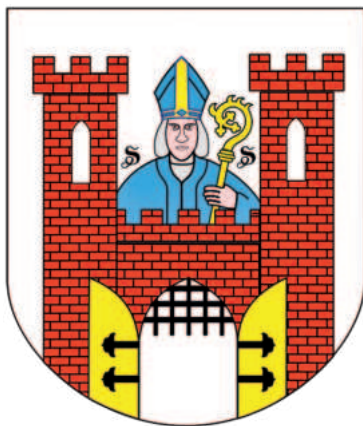
## NIE TYLKO ZWIEDZANIE

- Solec Kujawski ma bogate zaplecze sportowe. Nowoczesna hala sportowo-widowiskowa przeznaczona jest do uprawiania takich dyscyplin sportowych jak: piłka ręczna, piłka halowa, koszykówka, siatkówka, badminton, gimnastyka, akrobatyka, judo, zapasy itp. W obiekcie organizowane są imprezy o randze krajowej i międzynarodowej. Obiekt wyposażony jest w przebieralnię, toalety, szatnie, pomieszczenia odnowy biologicznej, siłownię, kręgielnię i pomieszczenia klubowe. Znajduje się tu także kawiarnia i zaplecze hotelowe. Do dyspozycji amatorów sportu jest także stadion miejski z dwoma boiskami do gry w piłkę nożną oraz bieżnią lekkoatletyczną i skocznią do skoku w dal. Turystów zainteresuje także Park Wodny. Oprócz basenu sportowego znajduje się część rekreacyjno-rehabilitacyjna, na którą składają się dwie zjeżdżalnie, basen do nauki pływania, basenik dla mam z dziećmi, sztuczna rwąca rzeka, bicz wodny, gejzery, jacuzzi i urządzenia do hydromasażu.

- Przy ulicy Toruńskiej 8 znajduje się Muzeum Solca im. księcia Przemysła. Ma ono charakter regionalno-historyczny. Muzeum zaprasza na ekspozycję stałą „Dzieje Solca Kujawskiego i okolic” oraz wystawy czasowe. Wstęp wolny.

- W Solcu znajduje się wiele szkół ponadgimnazjalnych. Dużą popularnością cieszy się Liceum Wieloprofilowane, które kształci m.in. renowatorów zabytków architektury.

- Przy drodze krajowej nr 10 zlokalizowany jest Park Przemysłowy o powierzchni 36 ha. Na tych terenach istnieje możliwość powstania następujących branż działalności gospodarczej: przemysł spożywczy, tekstylny, materiałów budowlanych i rolno-przetwórczy.



Kolejowa wieża ciśnień

**Do gminy Solec Kujawski  
zaprasza  
burmistrz  
Antoni Nawrocki**



Jurapark



Radiowe Centrum Nadawcze



Hala OSiR-u



Chata olenderska



Pomnik „Bohaterom Walki i Zwycięstwa”



Budynek ratusza



Malowniczy krajobraz w rejonie Wisły