



REKLAMA W CWA
tel. (56) 682 26 80

CZYSTOCHLEB

Uwaga, przejazd zamknięty

str. 2

WĄBRZEŹNO

Rozmawiali o problemach młodzieży

str. 3

PŁUŻNICA

Nagrodzeni za osiągnięcia naukowe

str. 4

NASZ CYKL

Pierwszaki z klasą – zachowaj zdjęcie na pamiątkę

str. 8

CZWARTEK

17 października
2013

nakład 2200 egz.
ISSN: 2080-0878

1,49zł

w tym 5% VAT

nr 42/2013 (238)

CWA



TYGODNIK REGIONU WĄBRZESKIEGO

Powiat

Nie dała się oszukać fałszywym krewnym

Od mieszkanki Wąbrzeźna oszuści chcieli wyłudzić 1700 euro metodą „na wnuczka”. Policjanci apelują o ostrożność i rozwagę.

W piątek oszuści zadzwonili do 61-letniej mieszkanki miasta i, podając się za córkę i wnuczka, poprosili o pomoc finansową w wysokości 1700 euro. Kobieta zorientowała się, że ma do czynienia z próbą wyłudzenia pieniędzy i powiadomiła policję. Mundurowi natychmiast objęli okolicę obserwacją. Przestępcy, stosując metodę „na wnuczka”, posługują się różnymi historyjkami, mającymi uwiarygodnić ich jako członków rodziny osób, które chcą oszukać. Rozmowa prowadzona jest w taki sposób,

aby oszukiwana osoba uwierzyła, że rozmawia z kimś ze swojej rodziny i sama wymieniła jego imię oraz inne dane, pozwalające przestępcom podszyć się pod krewnego. Kiedy oszustowi udaje się nakłonić osobę pokrzywdzoną do udzielenia pomocy finansowej informuje on, że nie będzie mógł osobiście odebrać pieniędzy, a zrobi to w jego imieniu jego znajomy. Bywa, że przestępcy proszą o przelewanie pieniędzy za pośrednictwem poczty lub instytucji przekazujących pieniądze za granicę.

Jak nie dać się oszukać? Trze-

ba wykazać się ostrożnością i potwierdzić prośbę o pomoc, samodzielnie wykonując telefon na numer prawdziwego krewnego lub kontaktując się z nim bezpośrednio. Warto też, by bliscy starszych osób ustalili z nimi, że nigdy nie będą o pieniądze prosić telefonicznie, ani przysyłać po nie kogoś obcego.

– Apelujemy o ostrożność i rozwagę, a o każdej podejrzaną sytuację należy natychmiast poinformować policję – mówi Michał Głębocki z wąbrzeskiej komendy. (pg)

Wąbrzeźno

Piękny okaz z wrońskiego lasu



Mieszkańcy Wąbrzeźna Brygida Lesińska i Andrzej Opas w środę wybrali się na swoje pierwsze w tym roku grzybobranie do wrońskiego lasu. W lesie pełno było m. in. maślaków i prawdziwków. Ale pani Brygidzie trafił się wyjątkowy okaz: prawdziwek, który waży ok. 800 g, ma 25 cm wysokości, a jego kapelusz średnicę 30 cm.

(pg), fot. nadesłane
REKLAMA

Finanse

Otwarte Fundusze Emerytalne kontra ZUS

W przyszłym roku każdy z nas sam zdecyduje czy chce przekazywać składki emerytalne do wybranego OFE, czy do ZUS na specjalne subkonto – takie rozwiązanie proponuje rząd.

Jeśli projekt ustawy o zmianach w OFE wejdzie w życie, od 1 kwietnia do 30 czerwca 2014 r. będziemy decydować czy składka emerytalna pobierana z naszego wynagrodzenia ma być dzielona pomiędzy OFE oraz ZUS. Aby nadal być klientem OFE, trzeba będzie powiadomić o swojej decyzji ZUS. Jeśli tego nie zrobimy (osobiście w oddziale ZUS, pocztą lub przez internet za pośrednictwem profilu ePUAP), cała nasza składka emerytalna trafi do ZUS.

– Jesteśmy z mężem z takiego

rocznika, że mieliśmy wybór zostać w ZUS-ie czy przejść do OFE. Postanowiliśmy więc podzielić ryzyko – mąż przystąpił do OFE, ja zostałam w ZUS-ie – mówi pani Małgorzata z Wąbrzeźna. – Z perspektywy lat, które minęły, nie żałuję tego. Słuchając doniesień o nietrafionych inwestycjach, dużych kosztach obsługi funduszy stwierdziłam, że OFE przynosi straty.

Podobnego zdania jest pan Zbigniew. – Uważam, że zarówno w OFE, jak i w ZUS-ie nie ma co

liczyć na duże emerytury. Pieniądze zostały zmarnotrawione przez OFE, źle zainwestowane i nie przyniosły obiecanych zysków. Rząd ustalił, że na podjęcie decyzji członkowie OFE będą mieli trzy miesiące a kto nie zrobi nic, automatycznie przejdzie do ZUS. Ja nic nie zrobię.

– Dwa źródła wypłacania emerytury wydają się bezpieczniejsze. Poza tym będzie można zmienić zdanie – mówi Dorota Kozakiewicz.

dokończenie ze str. 2

kredyty gotówkowe

PORA NA DESZCZ PIENIĘDZY!

Weź szybki kredyt i ciesz się gotówką!

Zapraszamy do oddziału
Santander Consumer Banku

w Wąbrzeźnie
ul. Kościuszki 2a
pon.-pt.: 9:00-17:00



Infolinia:

195 00

KOSZT POŁĄCZENIA ZGODNY
Z TARYFĄ OPERATORA

Santander
CONSUMER BANK

santanderconsumer.pl

Bank dla Twoich pomysłów

Dębowa Łąka

Urzednicy i pacjenci nie zmarzną

Dobiega końca termomodernizacja obiektów użyteczności publicznej w Dębowej Łące i Małym Pułkowie.

Inwestycja obejmuje termomodernizację Urzędu Gminy w Dębowej Łące (m. in. wymianę centralnego ogrzewania, ocieplenie, remont pomieszczeń), docieplenie ośrodków zdrowia w Małym Pułkowie i Dębowej Łące. Zainstalowano tam też kolektory słoneczne do podgrzewania wody.

Koszt inwestycji to ok. 616 tys. zł, z czego 85 proc. to dotacja z Regionalnego Programu Operacyjnego, a 10 proc. z Urzędu Marszałkowskiego. Prace będą trwały do końca października.

Tekst i fot. (pg)



Ocieplony budynek Urzędu Gminy w Dębowej Łące

Wąbrzeźno

Bibliotekarki dzieliły się wiedzą

Biblioteka to już od dawna nie tylko miejsce wymiany książek czy przeglądania prasy. Żeby utrzymać czytelników i przyciągać nowych, musi podążać za ich potrzebami. Dlatego bibliotekarki z Wąbrzeźna i trzech gmin m.in. wymieniały się wiedzą i doświadczeniami oraz uczyły się wykorzystywać narzędzia komunikacji internetowej do promocji czytelnictwa i biblioteki.

Wąbrzeska książnica, jako biblioteka wiodąca w Programie Rozwoju Bibliotek, otrzymała mikrogrant „Podaj dalej”, prowadzony przez Akademię Rozwoju Filantropii w Polsce. Umożliwił on 4 spotkania z bibliotekarkami z bibliotek partnerskich – z Dębowej Łąki i z filii w Wielkich Radowiskach, z Książek, z Pływaczewa i z filii w Ryńsku, Orzechowie, Myśliwcu i Wałyczku.

Na pierwszym spotkaniu gościł przedstawiciel PWN, który omówił funkcjonowanie Platformy Ibuk Libra – to pierwsza w Polsce platforma książek elektronicznych dla bibliotek. Bibliotekarki dowiedziały się w jaki sposób mogą zakupić e-booki.

– W przyszłym roku, jeśli uda się nam z bibliotekami z regionu utworzyć konsorcjum, nasi czytelnicy będą mieli dostęp do publikacji zamieszczonych na platformie – mówi Aleksandra Kurek, dyrektor wąbrzeskiej biblioteki.

Rozmawiano również o tym, jak wykorzystać audiobooki w działalności bibliotecznej oraz podsumowano działania i szkolenia odbyte w ramach Programu

Rozwoju Bibliotek, planowano również wspólne przedsięwzięcia.

Na drugim spotkaniu bibliotekarki z gminy Dębowa Łąka omówiły realizowany przez siebie projekt skierowany do uczniów starszych klasy szkoły podstawowej i gimnazjalistów. Przedstawiły jak można przeprowadzić zajęcia warsztatowe z zakresu dziennikarstwa oraz redagowania recenzji, polecania książek przez młodzież a także organizowania akcji czytelniczych w swoim środowisku.

Na kolejnym spotkaniu dyskutowano jak stworzyć w bibliotece archiwum lokalne, centrum historii i tradycji lokalnej. Zajęcia te miały również formę warsztatów: bibliotekarki wykonywały tradycyjne ozdoby żniwne i dożynkowe.

Ostatnie spotkanie miało charakter wirtualny. Panie za pośrednictwem komunikatorów internetowych jak Skype, Gadu-Gadu rozma-

wiały o tym, jak wykorzystać je do promocji czytelnictwa i biblioteki.

– Dzięki tym spotkaniom miałyśmy możliwość wymiany doświadczeń, zdobytej wiedzy, spostrzeżeń z wcześniejszych szkoleń. Jedna od drugiej podpatrywała pomysły. Mamy dobre relacje w środowisku bibliotekarzy i współpraca świetnie się układa – opowiada Marzena Seroła z wąbrzeskiej biblioteki.

(pg),

fot. nadesłane



Na jednym ze spotkań dyskutowano jak stworzyć w bibliotece archiwum lokalne, centrum historii i tradycji lokalnej. Zajęcia te miały również formę warsztatów: bibliotekarki wykonywały tradycyjne ozdoby żniwne i dożynkowe.

REKLAMA

Czystochleb

Zamknięty przejazd

17 października od godz. 12.00 do 19.00 przejazd kolejowy w Czystochlebie znów będzie zamknięty. Osoby, które wybierają się w tych dniach np. w kierunku Torunia będą musiały jechać inną drogą.

Na odcinku linii kolejowej Inowrocław–Jabłonowo Pomorskie trwają roboty budowlane. Na przejeździe kolejowym w Czystochlebie zaplanowano na czwartek oczyszczanie podsypki tłuczni-

wej, dlatego przez kilka godzin przejazd będzie zamknięty. Ominąć go będzie można jadąc przez Wałyczek.

(pg)

Wąbrzeźno

Nielegalne gierki



W dwóch lokalach w Wąbrzeźnie policjanci z celnikami zarekwirowali sześć nielegalnych automatów do gier. Właścicielom lokali grozi kara grzywny lub ograniczenia wolności do lat 3. Urządzenia zostały zabezpieczone przez służbę celną.

(pg), fot. KPP w Wąbrzeźnie

Wąbrzeźno

OFE kontra ZUS

dokończenie ze str. 1

Rzeczywiście decyzja o pozostaniu w OFE lub wyłącznie w ZUS nie będzie ostateczna. Zmienić zdanie będzie można w 2016 roku, a następnie co cztery lata.

Projekt zmian w systemie emerytalnym zakłada również

obniżkę pobieranych przez OFE opłat, dłuższe gwarancje dziedziczenia oraz zabezpieczenie środków w okresie przedemerytalnym.

Teraz projekt będzie konsultowany przez miesiąc.

(pg)

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

**CWA TYGODNIK REGIONU
WĄBRZESKIEGO**

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:
Adrianna Błaszczewicz

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

Ogłoszenia drobne:
87-400 Golub-Dobrzyń
ul. Dworcowa 4
tel. (056) 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.

**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

Rozmawiali o problemach młodzieży

W przeciwdziałaniu narkomanii wśród młodzieży najważniejsza jest edukacja i rzetelna wiedza – to jeden z wniosków, do jakiego doszli uczestnicy debaty społecznej dotyczącej bezpieczeństwa w szkołach.

Deбата odbyła się 10 października w Wąbrzeskim Domu Kultury. Spotkanie służyło zapoznaniu się z problemami uczniów szkół i wymianie propozycji ich rozwiązania. Wzięli w nim udział policjanci, samorządowcy, nauczyciele, przedstawiciele instytucji rządowych i pozarządowych oraz młodzież. To drugie tego typu spotkanie. Pierwsze odbyło się w czerwcu.

Zastępca komendanta powiatowego policji nadkom. Krzysztof Lewandowski przedstawił dane statystyczne obrazujące stan bezpieczeństwa w powiecie. W tym roku policja ujawniła już 110 przestępstw narkotykowych, przeważały handel i częstowanie innych odurzającymi substancjami.

Ulepszanie mariuшки i amfy

Zbyszek Izdebski, pedagog z Zespołu Szkół we Wroniu, omówił fakty i mity na temat palenia marihuany. Informacje te brzmiały zatrważająco.

– Kiedyś zawartość THC, czyli substancji psychoaktywnej, w marihuanie wynosiła 10 proc. Obecnie jest to 20-30 proc. To są tzw. skuny – podlewane czystą chemią. Dilerzy często nasączają marihuanę heroiną, żeby szybciej uzależniała. Człowiek jest wtedy na smyczy. Marihuana zawiera także ołów, który odkłada się w organizmie i powoduje różne schorzenia – opowiadał Zbyszek Izdebski. – THC oddziałuje na strukturę DNA, co może spowodować, że osobom palącym marihuanę urodzą się dzieci z wadami.

Pedagog mówił także o podkręcaniu amfetaminy strychniną, żeby miała większego „kopa”, czy dodawaniu do narkotyku pokruszonego szkła, które powoduje przebicie błon śluzowych, przez co substancje szybciej przedostają się do organizmu.

– Najważniejsza jest edukacja i rzetelna wiedza. Przeprowadziłem z młodymi ludźmi setki rozmów i problemem nie do końca była narkomania czy przestępczość, tylko samotność, brak relacji rodzinnych czy brak akceptacji ze strony rówieśników – powiedział Izdebski.

Zaproponował, aby w szkołach przeprowadzić ankiety, które pomogłyby zdiagnozować problem. Kolejnym krokiem byłyby warsztaty dla nauczycieli, dotyczące komunikacji oraz warsztaty dla młodzieży o radzeniu sobie w sytuacjach konfliktowych i uczące asertywności.

– Marzy mi się aby kiedyś wprowadzono do szkół taki przedmiot jak komunikacja międzyludzka, bo nie zawsze potrafimy się ze sobą komunikować – zakończył



W przeciwdziałaniu narkomanii wśród młodzieży najważniejsza jest edukacja i rzetelna wiedza – to jeden z wniosków do jakiego doszli uczestnicy debaty społecznej (fot. KPP w Wąbrzeźnie)

swoją prelekcję Zbyszek Izdebski.

Tam po pomoc

O pracy Wąbrzeskiego Centrum Profilaktyki, Terapii i Integracji Społecznej opowiedziała dyrektorka instytucji Dorota Gumuła. Placówka od kwietnia współpracuje z Grudziądzkim Stowarzyszeniem „Pomoc Uzależnionym”, w ramach której w siedzibie WCPTiIS jest udzielana bezpłatna pomoc specjalistyczna dla rodzin dzieci w wieku 12-18 lat polegająca na: poradnictwie rodzinnym, mediacjach pojednawczych, terapii uzależnień, konsultacjach psychologicznych, konsultacjach psychiatrycznych i poradach prawnych. Dwie młode osoby, staraniem rodziców, korzystających z pomocy tych specjalistów, zostały skierowane na leczenie odwykowe stacjonarne.

WCPTiIS zaproponowało założenie grupy wsparcia dla rodzin dzieci zażywających narkotyki. Do tego potrzeba minimum 5 osób, ale rodzicom na przeszkodzie, żeby się zjednoczyć, stoi strach, że wszyscy się dowiedzą o problemach ich dzieci. Odnosił się do tego nadkom. Lewandowski: – Ukrywamy problem, bo boimy się, co ludzie powiedzą. Czy mniejszym wstydem jest dla rodziców, gdy ich dziecko trafia do więzienia, czy większym wstydem jest poproszenie o pomoc?

Dyrektor WCPTiIS omówiła również nową formę zajęć edukacyjno-terapeutycznych przeznaczonych dla dzieci i młodzieży, realizowanych w placówce. RSA Biofeedback to skuteczna metoda treningowa, dzięki której możliwe jest uzyskanie synchronizacji pracy serca z oddechem, co skutkuje

rozwinięciem możliwości adaptacyjnych organizmu, pobudzone zostają funkcje obronne, możliwe jest uzyskanie homeostazy – naturalnej równowagi zachodzących w organizmie człowieka procesów. Cykl zajęć terapeutycznych wzmacnia kondycję i stabilizuje stan emocjonalny. W tej chwili na zajęcia zostało zakwalifikowanych 12 osób.

Potrzeba atrakcji

Marta Kowaliszyn, prezes Wąbrzeskiego Stowarzyszenia Pomocy Dzieciom Specjalnej Troski zwróciła uwagę, że rodzice powinni bardziej się interesować tym, co robią ich dzieci. Według niej na ulicach Wąbrzeźna sprawdziliby się dobrze psycholog uliczny, który wniknąłby w środowisko młodzieży, żeby pomóc im rozwiązywać różne problemy.

Sebastian Gajewski, uczeń ZS we Wroniu stwierdził, że problemem jest łatwa dostępność do używek oraz brak atrakcji, która odciągnęłaby młodzież od narkotyków.

Podczas dyskusji poruszono również takie problemy jak: brak komunikacji między rodzicami a dziećmi, ignorowanie niewłaściwych zachowań ze strachu przed konsekwencjami, brak wzorców dla młodzieży, zapotrzebowanie na charyzmatycznych nauczycieli, którzy inspirowaliby młodzież oraz na asystentów rodziny i pracowników socjalnych, którzy codziennie docieraliby do rodzin.

Wszystkie spostrzeżenia i wnioski mundurowi zanotowali. Teraz będą je analizować, aby opracować odpowiednie działania.

Tekst i fot.

Paulina Grochowalska
REKLAMA

WIELKA POSEZONOWA WYPRZEDAŻ ROWERÓW
TERAZ DO 25% TANIEJ !!!
Skorzystaj z OKAZJI

KOLLYS GIANT RALEIGH UNIBIKE

Zapraszamy do Hurtowni Rowerów w Zieleniu k/Wąbrzeźna i Sklepu rowerowego w Wąbrzeźnie ul. Gen. Sikorskiego 8

Gmina Dębowa Łąka

Maluchy pod opieką

W miejscowościach Dębowa Łąka, Wielkie Radowiska i Łobdowo od września działają ogniska przedszkolne. Uczęszcza do nich 43 maluchów.



Jeden z nowych punktów przedszkolnych działa w Dębowej Łące

W punkcie przedszkolnym dzieci mają zapewnioną bezpłatną opiekę przez 5 godzin dziennie, od poniedziałku do piątku. Maluchy objęte są edukacją przedszkolną przez m. in. nauczyciela prowadzącego, pomoc nauczyciela, logopedę, pedagoga i nauczycieli języka angielskiego oraz rytmiki. Rodzice mają możliwość współtworzenia z nauczycielem scenariuszy wybranych zajęć oraz planowania imprez dla dzieci. W planach są też spektakle teatralne i koncerty.

– Trwają starania, by dzieci objąć dożywianiem, za które zapłaci samorząd. Planujemy wprowadzić posiłki z początkiem listopada – mówi Stanisław Szarowski,

wójt gminy Dębowa Łąka.

Punkty powstały w ramach projektu „Promyczek”, realizowanego przez Stowarzyszenie „Nasza Gmina” razem z partnerami: gminami Wąbrzeźno i Dębowa Łąka. Projekt otrzymał dofinansowanie z Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki w konkursie ogłoszonym w 2012 r. przez Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

Takie punkty przedszkolne powstały też w gminie Wąbrzeźno: w Jarantowicach, Zieleniu i Wałyczu.

Projekt będzie realizowany do 30 czerwca 2015 r.

Tekst i fot. (pg)

ZAŚPIEWAJCIE NA NASZEJ PŁYŃCIE!

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

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

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

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

Płużnica

Nagrodzeni za osiągnięcia naukowe

Wójt gminy Płużnica wyróżnił stypendiami pięciu uczniów gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych.

Wsparcie finansowe otrzymali uczniowie mieszkający w gminie Płużnica, którzy są finalistami lub laureatami konkursów, olimpiad przedmiotowych, językowych na szczeblu co najmniej wojewódzkim.

W sumie o stypendium ubiegało się 8 osób. Wyróżnionych zostało pięciu uczniów. Stypendia zostały przyznane na rok szkolny 2013/14 w wysokości 100 zł miesięcznie. Jedna osoba otrzymała wsparcie w wysokości 250 zł miesięcznie.

Stypendium wójta otrzyma-

li:

Artur Szwaba – uczeń Gimnazjum Publicznego w Nowej Wsi Królewskiej, finalista wojewódzkiego konkursu przedmiotowego z geografii.

Bartłomiej Świerad – uczeń Gimnazjum Publicznego w Nowej Wsi Królewskiej, finalista Polsko-Ukraińskiego Konkursu Fizycznego „Lwiątko” 2013.

Janusz Kubasik – uczeń Gimnazjum nr 11 w Toruniu, III miejsce w Lidze Zadaniowej, organizowanej przez wydział matematyki Uniwersytetu Mikołaja Kopernika

i Towarzystwa Upowszechniania Wiedzy i Nauk Matematycznych.

Krzysztof Kubasik – uczeń IV Liceum Ogólnokształcącego w Toruniu, laureat wojewódzkiego konkursu przedmiotowego z chemii, finalista wojewódzkiego konkursu przedmiotowego z języka polskiego.

Daniel Szatkowski – uczeń Technikum Informatycznego w Grudziądzu, w Polsko-Ukraińskim Konkursie Fizycznym „Lwiątko 2013” uzyskał tytuł „TAON”.

(pg),

fot. nadesłane



Stypendyści z wójtem gminy Płużnica Marcinem Skonieczką

Wąbrzeźno

Podwójna strata dla literatury polskiej

W ubiegłym tygodniu pożegnaliśmy dwóch wybitnych pisarzy: Joannę Chmielewską i Edmunda Niziurskiego. Z ich twórczością możemy zapoznać się w wąbrzeskiej bibliotece.

7 października w wieku 81 lat odeszła Joanna Chmielewska. Naprawdę nazywała się Irena Barbara Kuhn z domu Becker. Autorka głównie powieści kryminalnych i sensacyjnych przez wielu nazywana jest polską Agathą Christie. Debiutowała w 1958 na łamach czasopisma „Kultura i Życie”. Pierwszą książkę – „Klin” – opublikowała sześć lat później. Od tego czasu wydała ponad 50 tomów prozy. Najbardziej znane to: „Lesio”, „Wszystko czerwone”, „Romans wszech czasów”. Pisarka tworzyła także cykle dla dzieci, m. in. poświęcony rodzeństwu Chabrowiczów. Dystans, dowcip językowy, ironia, lekkość stylu – to cechy charakterystyczne pisarstwa Chmielewskiej.

– Jej książki cały czas są czytane. Twórczość pani Chmielewskiej jest kochana przez Rosjan. Na niej wzorują się takie rosyjskie pisarki jak Daria Donkowa czy Wiktorina Płatowa – mówi bibliotekarka

Aleksandra Kowal-Budziwojska.

9 października w wieku 88 lat zmarł autor kultowych książek dla dzieci Edmund Niziurski. „Księga urwisów”, „Niewiarygodne przygody Marka Piegusa”, „Sposób na Alcybiadesa”, „Klub włóczyków” – te książki czytały kolejne pokolenia. Powieści Niziurskiego wyróżnia dynamiczna, często sensacyjna akcja, indywidualny styl narracji, humor słowny i sytuacyjny.

Debiutował w 1944 r., publikując wiersz w wydawanym przez Armię Krajową „Biuletynie Informacyjnym”. Po wojnie współpracował z czasopismami „Piłomyk”, „Świat Młodych”, „Wieś” oraz z Polskim Radiem jako autor słuchowisk. Chociaż kojarzony jest głównie z literaturą dla dzieci i młodzieży, pisał także dla dorosłych np. „Przystań Eskulapa” (powieść sensacyjna) i „Pięć manekinów” (kryminał).

Wąbrzeska biblioteka przygotowała wystawy przypominające

twórczość obojga pisarzy.

Tekst i fot.

Paulina Grochowalska



– Jej książki cały czas są czytane – mówi o zmarłej w zeszłym tygodniu Joannie Chmielewskiej Aleksandra Kowal-Budziwojska

Wąbrzeźno

Uczyli się na obozie

Dwoje uczestników realizowanego w Zespole Szkół Zawodowych projektu „Szkoła Sukcesu” w nagrodę wzięło udział w obozie naukowym.



Marta Socha i Bartek Cisko z Zespołu Szkół Zawodowych w nagrodę za zaangażowanie w projekt „Szkoła sukcesu” wzięli udział w obozie naukowym

Marta Socha i Bartek Cisko, uczniowie IV klasy technikum ekonomicznego zostali wytypowani do wyjazdu na obóz, bo przez cały miniony rok szkolny uczestnicząc w projekcie „Szkoła sukcesu” wykazali się aktywnością, pracowitością i sumiennością. Zadania rozwiązywali na internetowej platformie e-learningowej.

– Dotyczyły bankowości, działalności gospodarczej czy zakładania firmy. Zadania były łatwe, do trudniejszych były odpowiedzi i odnośniki do specjalistycznych stron – mówią Marta i Bartek. – Na obozie mieliśmy natomiast praktyczne zajęcia w terenie, np. musieliśmy w restauracji zamówić jedzenie w języku angielskim lub na targu szukać owoców i produktów, które były na liście też w języku angielskim. Poza tym mieliśmy zajęcia z psychologii biznesu. Poznawaliśmy także atrakcje turystyczne Trójmiasta. Dowiedzieliśmy się, że w Gdańsk jest liderem inwestycji. Dla nas, jako ekonomistów, wiedza zdobyta na obozie jest przydatna. Będziemy mogli ją wykorzystać na platformie i na lekcjach.

Projekt „Szkoła sukcesu” ruszył we wrześniu 2011 r. i jest finansowany ze środków Unii Europejskiej. Uczniowie tworzą szkolne koło naukowe, przez miesiąc opracowują jeden określony moduł z przedsiębiorczości, dotyczący np. reklamy i marketingu.

Informacje pobierają z internetowej platformy e-learningowej. Nie ma podręczników ani ocen. Koordynator Aleksandra Goldyszewicz może sprawdzić, wchodząc na platformę, czy uczeń wykonuje zadania, ale nie może ingerować. Uczestnik rozwiązuje zadania w domu, w wolnej chwili. W czwartym tygodniu realizacji każdego z modułów uczestnicy projektu spotykają się w szkole na podsumowaniu. Jedno zadanie w miesiącu wykonują wspólnie, w ten sposób uczą się pracy zespołowej. Na spotkaniu kontaktowym koordynator pyta o ewentualne problemy, które mogły wystąpić podczas opracowywania modułu.

W ramach projektu odbywają się również zajęcia pozalekcyjne z języka angielskiego (4 godziny w tygodniu) nastawione na komunikację i przełożenie na język obcy terminów z przedsiębiorczości z każdego przerabianego modułu. Uczniowie otrzymali bezpłatne podręczniki, materiały, testy z języka obcego ogólnego i zawodowego. Zajęcia językowe prowadzi Aleksandra Ługiewicz.

Trzeci – ostatni rok „Szkół sukcesu” zostanie uwieńczony informatorem dla inwestora o naszym regionie, który uczestnicy projektu przygotują w języku polskim i angielskim.

Tekst i fot.
Paulina Grochowalska

Wiewiórki

Maluchy sprzątają świat



Przedшкоlaki ze Szkoły Filialnej w Wiewiórkach posprzątały swoje otoczenie: teren przyległy do szkoły, boisko oraz plac zabaw. Przy okazji wykazały się dużą wiedzą na temat ekologii i segregowania odpadów. Dzieci obiecały także, że nie będą więcej śmiecić.

(pg), fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Urodziny raz na kwartał

Klub Seniora „Echo” świętował urodziny swoich członków. Były życzenia, upominki i tańce.

Impreza z okazji urodzin seniorów odbyła się w ubiegłym tygodniu w Wąbrzeskim Domu Kultury. Solenizanci otrzymali książki z rąk dyrektorki WDK Gizeli Pijar, a pozostali klubowicze odśpiewali im sto lat. Po części oficjalnej uroczystości rozpoczęła się zabawa taneczna.

Kolejne tańce seniorzy zaplanowali na 27 listopada – z okazji andrzejek.

Klub Seniora „Echo” to oferta Wąbrzeskiego Domu Kultury skierowana do osób w dojrzałym wieku. Uczestnictwo w klubie umożliwia seniorom aktywne i twórcze spędzanie wolnego czasu m.in. w zespole „Wesoła Ferajna”, w Tercecie Ela, kabarecie albo w sekcji rękodzieła artystycznego. Senio-

rzy występują na różnego rodzaju przeglądach oraz imprezach okolicznościowych. Nie brakuje wyjazdów krajoznawczych i spotkań okolicznościowych.

Wąbrzeski Dom Kultury za-

prasza wszystkich, którzy chcieliby znaleźć nowych znajomych i ciekawie spędzić czas na spotkaniach klubu w każdy poniedziałek o godz. 15.30.

(pg), fot. nadesłane



Po części oficjalnej uroczystości rozpoczęła się zabawa taneczna



Solenizanci otrzymali upominki książkowe z rąk dyrektorki WDK Gizeli Pijar

Wąbrzeźno

Pożytek ze śmieci

W ramach akcji „Eko-miasto” uczniowie Szkoły Podstawowej nr 3 nadali drugie życie śmieciom. Najlepsze prace zostały nagrodzone.

W ramach akcji „Eko-miasto” przedszkolaki tworzyły z odpadów śmieciaki-cudaki. Pierwszą nagrodę zdobyła Alicja Michaliszyn, wyróżnienie Marcel Przekotta, a nagrodę burmistrza otrzymał Kacper Drozdalski.

Uczniowie klas I-III przygotowali eko-roboty. Najlepszy był ten wykonany przez Malwinę Krużewską z I b. Wyróżniono także Antka Lepisza z tej samej klasy, Klarę Drozdalską z I d oraz Darię Dziurę z III b. Nagrodę specjalną otrzymała Daria Jasińska z klasy

II b.

Najstarsi uczniowie projektowali modę ekologiczną. Tu szczególnym talentem wykazała się Kamila Prusakowska z VI b. Wyróżnienia otrzymały Nikola Marciniak z IV a oraz Aleksandra Robaczewska z VI a. Uwagę jury zwróciły także eko-roboty wykonane przez Remigiusza Murawskiego z VI b i Michała Krzemieńskiego z VI c.

Dawid Otremba,
fot. nadesłane



Uczniowie ze Szkoły Podstawowej nr 3 otrzymali mnóstwo wyróżnień i nagród

Wąbrzeźno

W malowniczej Chorwacji

Słoneczna pogoda, ciepłe wody Adriatyku i zachwycające widoki – członkowie Stowarzyszenia Emerytów i Rencistów Policyjnych przedłużyli sobie lato w Chorwacji.



Pod koniec września wąbrzeskie Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów Policyjnych zaprosiło swoich członków i ich rodziny na 9-dniową wycieczkę do Chorwacji. Uczestnicy wyjazdu zwiedzili m.in. Dubrownik, z jego unikatowymi, wykładanymi jasnym marmurem pałacami, stromymi brukowanymi uliczkami, klasztorami, kościołami, fontannami, Korčula – zabytkowy gród na wyspie, z którego pochodzi wenecki

podróżnik Marco Polo, Medjugorie – gdzie w 1981 r. sześciorgu dzieciom objawiła się Matka Boża oraz bajeczny Mostar. Piękno natury, a szczególnie wodospadów podziwiali w Parku Narodowym KRKA.

Podczas pobytu w Chorwacji uczestnicy wycieczki wygrzewali się na plaży, kąpali w ciepłych wodach Adriatyku.

(pg),
fot. nadesłane
REKLAMA

Organizatorem wyjazdu
było Biuro Turystyczne Żak



Zapraszamy na nasze inne wyjazdy
Andrzejkę w Zakopanem od 28.11 do 01.12.2013 - 320 zł.
Uniejów 21.10.2013, 15.11.2013
Jarmark Bożonarodzeniowy we Wiedniu 06. - 08.12.2013
Walentynki w Tropikach po Berlinem 14.02.2014
Wypoczynek nad Adriatykiem 26.04. - 04.05.2014
Grecja objazdowa 10. - 22.06.2014

Biuro Turystyczne ŻAK 87-100 Toruń ul. Rabiniańska 17/2
tel./fax. 56 659 04 84 kom. 602 151 730
www.turystyka-zak.pl, email: biuro@turystyka-zak.pl

Wąbrzeźno

Rozśpiewana jesień życia

Ci ludzie dzięki muzyce odreagowują stres, zapominają o problemach i czują się młodszy – to uczestnicy Ogólnopolskiego Przeglądu Dorobku Twórczego Seniorów w Wąbrzeźnie.

W sobotę w Wąbrzeskim Domu Kultury po raz szesnasty zaprezentowali się soliści, zespoły wokalne, wokarno-instrumentalne, kapele oraz kabarety m. in. z Włocławka, Torunia, Browiny, Unisławia, Grudziądza i Wąbrzeźna. W sumie na scenie wystąpiło 420 osób. Dominowały piosenki biesiadne i cygańskie.

Publiczność rozbawił występ kabaretu Układ Koleżeński z Płocka, który przedstawił scenki z życia emerytów.

– Zespół istnieje już 10 lat. W gronie koleżanek i kolegów zebraliśmy się i postanowiliśmy coś razem zrobić. Grupa składa się z 20 osób w wieku od 60 do 80 lat. Funkcjonujemy w konwencji

kabaretu, bo samo śpiewanie jest nudne – mówią Romuald Malinowski, który komponuje muzykę i Jacek Karaman, autor tekstów. – Im więcej występujemy, tym lepiej – mamy lepszą motywację do działania. Spotykamy się też na wigili, przy okazji Wielkiej Nocy, andrzejek. W kupie rażniej.

Państwo Rochewicz z Nowego Miasta Lubawskiego przyjechali do Wąbrzeźna podpatrzyć inne zespoły. Jakiś czas temu założyli kapelę rodzinną „Zawsze razem”, ale jeszcze nie odważyli się wystąpić.

– Po nieszczęściach, jakie nas spotkały, lekarz poradził nam, by odreagować stres i smutne przeżycia, zajmując się czymś innym.

A że zawsze graliśmy w domu, to postanowiliśmy założyć zespół, w którym będziemy występować razem z wnukami. Dzisiaj wiele rodzin się rozpada, a my chcemy pokazać, że mimo dramatycznych przeżyć można razem robić coś dla siebie i dla innych – opowiada pan Roman. – Przyjechaliśmy tutaj żeby szukać inspiracji i zbierać doświadczenia. Rozmawiamy z uczestnikami. Bardzo nam się tu podoba, bo panuje rodzinna atmosfera.

Dla uczestników przeglądu organizator imprezy – Wąbrzeski Dom Kultury przygotował pamiątkowe puchary i dyplomy.

Tekst i fot.

Paulina Grochowalska



Romuald Malinowski i Jacek Karaman z kabaretu Układ Koleżeński



Państwo Rochewicz z Nowego Miasta Lubawskiego tworzą kapelę rodzinną



Zespół Dolina Drwęc



Publiczność bawiła się doskonale



Kabaret Retro w Grudziądzu



Zespół Arka II z Lubicza Dolnego



Układ Koleżeński z Płocka przedstawił scenki z życia emerytów

Płużnica, Wiewiórki

W trosce o bezpieczeństwo



W Szkole Podstawowej w Płużnicy oraz w szkole w Wiewiórkach odbyły się spotkania z policjantem z Komendy Powiatowej Policji w Wąbrzeźnie. Funkcjonariusz mówił m. in. o tym jak prawidłowo poruszać się po drogach pieszo i na rowerze, jakie wyposażenie powinien posiadać jednoślad oraz dlaczego warto nosić elementy odblaskowe. Poinstruiował także milusińskich, jak mają się zachować, gdy zaczepi je obca osoba. (pg), fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Jesień pod znakiem literatury

Pochmurne, deszczowe dni i długie jesienne wieczory sprzyjają czytaniu książek – a w Wąbrzeźnie także spotkaniom z pisarzami, wystawom i konkursom. Rusza Wąbrzeska Jesień Literacka.

Tegoroczną Wąbrzeską Jesień Literacką zainauguruje 16 października spotkanie historyka Pawła Beckera z gimnazjalistami. Będzie on opowiadał uczniom o swojej ostatniej książce „Wąbrzeskie opowieści o Wielkich Polakach”.

Gościem jesiennych wieczorów z literaturą będzie ks. Adam Boniecki, redaktor naczelny „Tygodnika Powszechnego” w latach 1999–2011. Dwa lata temu zgromadzenie księży marianów zakażało mu wystąpienia medialnych, prawdopodobnie za wypowiedzi dotyczące sejmowego krzyża i kontrowersyjnego muzyka Nergala. W Wąbrzeźnie będzie promował cztery swoje książki: zbiór reportaży „Dookoła świata”, „Trzeba czasem zażartować: alfabet księdza Bonieckiego”, „Vademecum” i „Lepiej palić fajkę niż

czarownice”.

– To człowiek mądry, inteligentny i tolerancyjny, daje przykład jak postępować, pokazuje, co to jest tolerancja w każdym temacie. Jego książki świetnie się czyta – mówi Aleksandra Kurek, dyrektor wąbrzeskiej biblioteki.

Spotkanie z ks. Bonieckim odbędzie się 14 listopada o godz. 17.00 w Wąbrzeskim Domu Kultury.

Jesienią odbędą się też promocje nowych publikacji. 20 listopada w WDK zaprezentowana zostanie książka z najlepszymi pracami uczestników konkursu dla osób niepełnosprawnych z cyklu „Wyprawy literackie”.

25 listopada o godz. 17.00 w WDK pisarz Henryk Klimek przedstawi zbiór wierszy i dramatów zatytułowany „Najeźdźcy 1939 roku”. To ostanía książka pana

Henryka o tematyce wojennej.

W ramach Wąbrzeskiej Jesieni Literackiej nie zabraknie również wystaw. Od początku listopada, w związku ze Świętem Niepodległości, w bibliotece będzie można zobaczyć ekspozycję małych militariów ze zbiorów Przemysława Pietrasa. Natomiast w grudniu księżnica wspólnie z Międzynarodowym Centrum Zarządzania Informacją ICIMSS w Toruniu przygotuje wystawę fotograficzną przedstawiającą secesję w architekturze i wnętrzach w województwie kujawsko-pomorskim.

Jesienią nie zabraknie też konkursów literackich. Szczegółowy harmonogram już wkrótce.

Wąbrzeska Jesień Literacka to wspólna inicjatywa wąbrzeskiej biblioteki i WDK. Została zorganizowana po raz trzeci.

(pg)

Wiewiórki

Magik oczarował dzieci

Szkołę filialną w Wiewiórkach odwiedził magik. Sztuczki, które wykonywał, wprawiły dzieci w zachwyt. Maluchy chętnie też uczestniczyły w pokazie jako pomocnicy. Widownia oklaskami nagrodziła zarówno sztukmistrza jak i jego małych asystentów. (pg), fot. nadesłane



Wąbrzeźno

Dzieci pomagają dzieciom

Szkoła Podstawowa nr 3 przystąpiła do akcji „Przywróćmy Dzieciom Uśmiech”, której celem jest pomoc milusińskim przebywającym w domach dziecka. Uczniowie przynoszą z domów makulaturę, a dochód z jej sprzedaży będzie przeznaczony na to charytatywne przedsięwzięcie.

Przedшкоłaki oraz uczniowie akcję rozpoczęli we wtorek, a potrwa ona do początku czerwca przyszłego roku. Przez ten czas będą przynosić do szkoły makulaturę gazetową (gazety, czasopisma, pojedyncze kartki papieru) i składać ją w miejscu wyznaczonym przez dyrektora. Zbiórka makulatury odbywać się będzie w każdy

wtorek. Paczki z papierem powinny być dobrze związane i przygotowane do dalszego transportu.

Wśród uczniów, którzy zbiorą co najmniej 50 kilogramów makulatury, organizatorzy rozlosują nagrody.

Dawid Otremba,
fot. nadesłane



Uczniowie z „trójki” we wtorek włączyli się do akcji zbierania makulatury

Wąbrzeźno

Pod znakiem czerwieni



W Szkole Podstawowej nr 3 dbają o zdrowie i dobrą formę. Samorząd Uczniowski wyszedł z inicjatywą „kolorowego dnia” i w środę wszyscy uczniowie i pracownicy założyli czerwone ubrania oraz zabrali na drugie śniadanie czerwony owoc lub warzywo. Przeważały jabłka, ale nie zabrakło też papryki, pomidorów a nawet marchwi. Na 13 listopada zaplanowany jest dzień na brązowo.

Dawid Otremba, fot. nadesłane



Klasa I b ze Szkoły Podstawowej w Ryńsku

Uczniowie: Tomasz Belzyt, Filip Cikowski, Zofia Czerwińska, Brajan Ćwik, Maria Guściora, Mikołaj Guściora, Zuzanna Kalinowska, Michał Klęska, Filip Kula, Oliwia Lewandowska, Lena Majewska, Jan Miszewski, Artur Porębski, Kacper Sułkowski, Nadia Supernak, Magdalena Szatkowska, Wojciech Wiliński, Julia Wiśniewska, Wiktoria Wiśniewska, Szymon Woźniak.

Wychowawczynie: Małgorzata Rumińska.



Klasa I Szkoły Podstawowej w Dębowej Łące

Uczniowie: Seweryn Andrzejewski, Kacper Czarnecki, Vanessa Dąbrowska, Oliwia Heród, Dominik Heród, Michał Rzepecki, Dawid Skica, Szymon Staniszewski, Kamila Strońska, Natalia Widz.

Wychowawczynie: Maria Winiarska.

fot. Paulina Grochowalska

Za tydzień pierwszaki z Płużnicy

Wąbrzeźno

Pouczone bajeczki

W filii dla dzieci w wąbrzeskiej bibliotece ruszyła kolejna edycja Bibliotecznej Akademii Malucha. Przedszkolaki będą oswajać się z wypożyczalnią i literaturą oraz przekonują się, że warto być dobrym i pomagać innym.



– Poznając kolejne przygody bohaterów, maluchy przekonują się, że trzeba i warto być dobrym, cierpliwym, tolerancyjnym, a także pomagać innym i opiekować się słabszymi – mówi Dorota Sionkowska

Na pierwszym spotkaniu dzieci dowiedziały się jak powinny zachowywać się w bibliotece, zapoznały się z pracą bibliotekarek, poznały zasady wypożyczania książeczek oraz obejrzały książki-zabawki w „kąciku malucha”. Potem ustawiły się w pociąg i tak zwiedziły całą księżnicę.

Podczas tegorocznych spotkań w Bibliotecznej Akademii Malucha przedszkolaki zapoznają się z takimi utworami jak „Cudaczek-Wyśmiewaczek”, „Dobranoc dla Stasia”, „Miś Uszatek” oraz „Znajomi z zerówki”.

– Poznając kolejne przygody bohaterów, maluchy przekonują się, że trzeba i warto być dobrym, cierpliwym, tolerancyjnym, a tak-

że pomagać innym i opiekować się słabszymi – mówi Dorota Sionkowska, bibliotekarka.

Spotkania z najmłodszymi dziećmi będą się odbywać w przedszkolu. Maluszki wysłuchają pouczających bajeczek, które wskażą im prawidłowe zachowania w kontaktach z nieznanymi i pomogą zdobyć umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Biblioteczna Akademia Malucha to program edukacyjny, który Filia dla Dzieci Miejskiej i Powiatowej Biblioteki Publicznej w Wąbrzeźnie realizuje we współpracy z przedszkolem „Bajka” od 2007 roku.

(pg), fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Konkurs rozstrzygnięty



W świetlicy SP 3 podsumowano konkurs plastyczny, który polegał na upamiętnieniu miejsc odwiedzanych w czasie wakacji. I miejsce zajęła uczennica klasy III

A Weronika Gondzik (na zdj.), drugie Agata Sukowska z III C, a trzecie Patrycja Macikowska z IV B. Jury wyróżniło także prace Mileny Barczewskiej (V C), Vanesy Dymek (II B) i Roksany Fic (V B).

Dawid Otremba, fot. nadesłane

PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

PIĄTEK 20:00 TVN
Kapitan Ameryka: Pierwsze starcie
Film SF, 160 min., USA, 2011

Rok 1940. Powodowany patriotyzmem student Steve Rogers stara się zaciągnąć do amerykańskiej armii. Jego podanie zostaje odrzucone ze względu na niezbyt dobry stan zdrowia młodego człowieka. W zamian otrzymuje propozycję uczestniczenia w tajnym eksperymencie rządowym mającym na celu stworzenie żołnierza do zadań specjalnych. Steve przyjmuje wyzwanie i zmienia się w Kapitana Amerykę. Jako superbohater zostaje skierowany do walki z nazistami. Po wojnie jego największym wrogiem zostaje Red Skull, przywódca złowrogiej organizacji o nazwie Hydra.

SOBOTA 21:25 TVP 1
Robin Hood
Film przygodowy, 150 min, Wielka Brytania/USA, 2010

Ostatni rok XII w. Łucznik Robin Longstride służy u boku króla Ryszarda Lwie Serce. Gdy monarcha umiera na polu bitwy, Robin odchodzi z armii. Wraz z nim do Anglii wracają trzej kompani - Mały John, Szkarłatny Will i Allan A'Dayle. Po drodze są świadkami napadu na sir Roberta Loxleya, eskortującego koronę poległego króla. Umierający rycerz prosi, by Robin zawiózł jego miecz ojcu, sir Walterowi Loxleyowi z Nottingham. Robin z drużyną przebierają się za sir Roberta i jego rycerzy, aby bezpiecznie przewieźć do Anglii insygnia Ryszarda Lwie Serce.

SOBOTA 22:00 Polsat
Śniadanie do łóżka
Komedia romantyczna, 105 min, Polska, 2010

Piotr traci pracę szefa kuchni. Rozstaje się z Ewą, którą przyłapuje z kochankiem, a właściciel wynajmowanego mieszkania domaga się zapłaty zaległego czynszu. Podczas jazdy skuterem Piotr ma kolizję z rowerzystką Martą, od której usiłuje uzyskać odszkodowanie. Los pocziwego, lecz niezaradnego kucharza odmienia się, gdy otrzymuje on posadę w restauracji "Odjazd". Jego talent kulinarny zostaje dostrzeżony. Z dnia na dzień mężczyzna staje się znaną osobą, trafia na okładkę magazynu. Niebawem zakochuje się w stylistce Marcie.

PONIEDZIAŁEK 20:10 Polsat
Hitman
Film sensacyjny, 110 min, Francja/USA, 2007

Agent 47 jest wychowankiem międzynarodowej agencji kształcącej płatnych zabójców. Umiejętności zdobywał od małego, ćwicząc posługiwanie się nożem, strzelanie z broni palnej i podkradanie się do ofiary. Po latach szkolenia jest jednym z najlepszych w swoim fachu. ICA zleca mu zlikwidowanie rosyjskiego polityka. W Sankt Petersburgu agent 47 oddaje precyzyjny strzał do Michaiła Belikowa. Operacja kończy się pomyślnie, ale po wykonaniu zadania mężczyzna dowiaduje się, że ktoś go widział. Świadkiem jest prostytutka Nika Boronina.

TVP 1

05:55 Info poranek
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
08:55 Komisarz Alex (34) - serial
09:55 Wulkaniczna odyseja - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Przepis dnia
12:45 Wulkaniczna odyseja - dokument
13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5871) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Klan (2482) - serial
15:40 Bonanza (153) - serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2483) - serial
18:30 Świat się kręci
19:15 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:05 Droga do Rio - magazyn
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz (128) - serial
21:20 Sprawa dla reportera - dokument
22:20 Niesamowici bracia Bloom - film przygodowy
00:25 Świat się kręci
01:10 Bonanza (153) - serial
02:10 Doom - film sf

tvn

05:20 Rozmowy w toku (2218) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1806) - serial
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (235) - serial
12:15 Szpital (109) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1077) - serial
14:00 Wawa non stop (33) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (236) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2219) - talk show
17:00 Szpital (110) - serial
18:00 Wawa non stop (34) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:35 Rajd Maroka (5) - sporty motorowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1807) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1078) - serial
21:30 Kuchenne rewolucje (7) - rozrywka
22:30 Nigdy w życiu! - komedia romantyczna; Po kilkunastu latach zgodnego pożycia mąż oznajmia Judycie Kozłowskiej, że odchodzi do innej. Kobieta musi zacząć życie od nowa. Nie jest to łatwe, ponieważ współpracując z popularnym pismem kobiecym, w którym odpowiada na listy czytelniczek, nigdy nie zarabiała dużych pieniędzy. Judyta wraz z dorastającą córką Tosią przeprowadza się pod Warszawę. Postanawia zbudować własny dom. Parę miesięcy później urządza parapełtówkę.
00:40 Superwizjer
01:15 Rajd Maroka (5) - sporty motorowe
01:20 Uwaga!
01:35 Arkana magii (1077) - rozrywka
02:55 Rozmowy w toku (2219) - talk show

puls

05:35 Z archiwum policji (1) - dokument
06:00 Dyżur (25) - dokument
06:30 Menu na miarę
07:00 Tom i Jerry (5) - serial
07:05 Tom i Jerry (6) - serial
07:10 Tom i Jerry (7) - serial
07:25 Kacze opowieści (88) - serial
07:55 Zaklinacz psów (20) - dokument
09:00 Bankomat. Wyścig z czasem (4) - rozrywka
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (4) - dokument
10:30 Medicopter (78) - serial
11:30 Zaginiony świat (24) - serial
12:30 Kasia i Tomek (31) - serial
13:00 Kasia i Tomek (32) - serial
13:30 Mike i Molly (18) - serial
14:00 Mike i Molly (19) - serial
14:30 Kasia i Tomek (33) - serial
15:00 Kasia i Tomek (34) - serial
15:30 13. Posterunek (29) - serial
16:15 13. Posterunek (33) - serial
16:55 Strażnik pierścienia (9) - serial
18:00 Zaginiony świat (25) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (38) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (1) - serial
20:00 Plan gry - komedia
22:25 Służba nie drużba - komedia
00:20 Obrońca - film sensacyjny
02:00 Zobacz to!
02:55 JRG w akcji (1) - rozrywka

Czwartek, 17 października 2013

TVP 2

05:55 Faceci do wzięcia (20) - serial
06:30 Lokatorzy (23) - serial
07:05 M jak miłość (360) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:35 Barwy szczęścia (988) - serial
11:15 Na dobre i na złe (157) - serial
12:15 Makłowicz w podróży
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (85) - dokument
13:25 Szkoła życia (28) - serial
14:15 Postaw na milion - rozrywka
15:05 Rodzinka.pl (78) - serial
15:45 Panorama - kraj
16:05 Pogoda
16:15 Na dobre i na złe (533) - serial
17:15 Szkoła życia (29) - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (988) - serial
20:05 Barwy szczęścia (989) - serial
20:40 Moja super eksdziewczyna - film sf; Losy świata zależą od obdarzonej nadprzyrodzonymi zdolnościami Jenny Johnson. Jednak choć G-Girl z łatwością ratuje Nowy Jork przed katastrofą, marzy o domku z ogródkiem i mężu. Gdy spotyka idealnego mężczyznę, robi wszystko, by go w sobie rozkochać. Matt Saunders, początkowo zachwycony temperamentem dziewczyny, okazuje się za słaby na taki związek. Porzuca Jenny dla koleżanki z pracy. Wkrótce przekonuje się, jaką mocą dysponuje jego eksdziewczyna.
22:30 Ki - film obyczajowy
00:15 Miejsce wśród gwiazd - dokument
02:20 Ki - film obyczajowy

tvn

05:35 We dwoje (8) - rozrywka
06:50 Męski typ (3) - talk show
07:20 Sąd rodzinny (138) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (435) - serial
09:15 Detektyw Monk (12) - serial
10:15 Ostry dyżur (13) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (139) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (436) - serial
14:55 Dr House (15) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (4) - serial
17:05 Punkt krytyczny (3) - serial
18:00 Detektyw Monk (13) - serial
19:00 Dr House (16) - serial
20:00 Gliniarz w przedszkolu - komedia sensacyjna; Detektyw John Kimble oraz jego partnerka Phoebe O'Hara śledzą dilerów narkotyków - Cullena Crispa. John dowiaduje się, że przestępca postanowił odnaleźć żonę, która wraz z synem ukryła się przed mężem. John ustala miejsce ich pobytu i odnajduje przedszkole, do którego chodzi mały Crisp. Phoebe, dyplomowana nauczycielka, otrzymuje tam posadę. Nagła choroba uniemożliwia jej zarówno pracę z dziećmi, jak i kontynuowanie dochodzenia. Kimble przyjmuje zastępstwo za partnerkę i czeka na sposobność, aby aresztować poszukiwanego handlarza.
22:20 Alcatraz (3) - serial
23:25 Chodźmy do paki - komedia kryminalna
01:10 Arkana magii - rozrywka

TVP KULTURA

08:00 Informacje kulturalne
08:25 Benek blues - dokument
09:40 Zakole - dramat psychologiczny
11:10 Pieśń dla Rebeki - film obyczajowy
12:10 Festiwal Kultury Żydowskiej w Krakowie (7) - muzyka
13:00 Informacje kulturalne
13:25 Zakole - dramat psychologiczny
15:00 Pieśń dla Rebeki - film obyczajowy
16:00 Rozmowy o literaturze i nie tylko - rozmowa
16:40 Sztuka czytania
17:20 Benek blues - dokument; W niewielkim pokoju najważniejszymi meblami są dwa łóżka i stół zastawiony wszystkim, co najpotrzebniejsze i co powinno się znajdować w zasięgu ręki. Jedno z łóżek jest zupełnie zwyczajne. Drugie obudowano specjalną konstrukcją. Na pierwszym spoczywa Dominik Dobrowolski, na drugim - jego syn Bernard.
18:25 O dwóch takich, co ukradli księżyc (3) - serial
19:00 Iluzja - nowele filmowe
19:30 Pies, kot i... (19) - serial
19:35 Pies, kot i... (20) - serial
19:45 Wyprawa profesora Gabki (1) - serial
20:15 Hała odlotów (41) - talk show
21:10 Mad Men (5) - serial
22:15 Bez litości - film sensacyjny
00:15 Hała odlotów (41) - talk show
01:10 Fryzjerka - komediodramat

POLSAT

Z03:15 Tajemnice Iosu
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (46) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (27) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (28) - serial
10:00 Trudne sprawy (36) - serial
11:00 Dlaczego ja? (333) - serial
12:00 Fat Killers - zabójcy tłuszczu (6) - rozrywka
13:00 Czyja wina? (34) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1759) - serial
14:45 Trudne sprawy (34) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (588) - serial
17:00 Dlaczego ja? (471) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1760) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (342) - serial
20:00 Zdrady (7) - serial; Bohaterów łączy ten sam problem - podejrzewają życiowych partnerów o zdradę. Specjalizujący się w tego typu sprawach prywatny detektyw pomaga im w odkryciu prawdy. Po zapoznaniu się z wynikami jego pracy zainteresowani decydują, czy chcą zaprzestać dochodzenia, czy też je kontynuować i przyłapać partnera na gorącym uczynku.
21:00 Hotel 52 (7) - serial; W hotelu meldują się przystojny biznesmen Maciej Knapik oraz jego kochanka, Joanna. Intymną atmosferę psuje telefon od matki Joanny. Alina zachorowała i potrzebuje pomocy. Okazuje się, że to kłamstwo.
22:00 2XL (7) - serial
23:00 Fat Killers - zabójcy tłuszczu (6)
00:00 Kabareton - rozrywka

4

04:55 4music - muzyka
06:00 Ukryta miłość (88) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 What's New, Scooby Doo? - serial
08:25 Scooby Doo, Where Are You? - serial
08:55 Komisarz Rex (8) - serial
09:55 Nieposkromiona miłość (33) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (88) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (1) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (2) - serial
12:30 Simba (27) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (34) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (8) - serial
15:30 Komisarz Rex (1) - serial
16:30 Hotel 52 (34) - serial
17:30 Nieposkromiona miłość (34) - serial
18:30 Szczecińce lata Toma i Jerry'ego - serial
19:00 What's New, Scooby Doo? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 Rocky II - dramat obyczajowy; Rocky Balboa niespodziewanie stanął przed szansą, która zadecydowała o jego dalszej karierze. Ten mało znany bokser z Filadelfii zmierzył się z mistrzem świata wagi ciężkiej Apollo Creedem. Spotkanie zakończyło się wprowadzie jego porażką, ale zszedł z ringu jako moralny zwycięzca. Zdobył uznanie i rozgłos, zaimponował światu uporem i odwagą.
22:30 Soldier - thriller
00:30 To był dzień

TVP HISTORIA

07:20 Był taki dzień (389) - dokument
07:30 Dziennik telewizyjny
08:05 Okrasa łamie przepisy
08:40 Polska i świat z historią w tle (20)
09:00 Rodzina Kanderów (10) - serial
10:05 Szlakiem gwiazd (5) - rozrywka
10:30 Ex libris
10:40 Nie ma jak Polska
11:05 Miejsce z historią (6) - dokument
11:25 Małe ojczyzny (32) - dokument
12:00 Ocalić od zapomnienia (6) - dokument
12:30 Ex libris
12:50 Gdynia była pierwsza - dokument
13:50 Praga - dokument
14:55 Sensacje XX wieku (81) - dokument
15:55 Chirurdzy wojenni (1) - dokument
17:05 Rodzina Kanderów (11) - serial
18:15 Chopin - ostatnia podróż
19:00 Dziennik telewizyjny
19:45 Gdy świat się wali (5) - dokument
20:45 Ex libris
21:05 Polska i świat z historią w tle (103)
21:30 Szerokie tory (60) - dokument
22:00 Ex libris
22:10 Spór o historię - dokument
22:50 Sprint przez historię Przemysława Babiara
23:25 Człowiek świętego imienia
00:05 Grabarze jezior - dokument
00:25 Nie ma jak Polska
00:50 Ex libris



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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

Niedziela, 20 października 2013

TVP 1

05:45 Moda na sukces (5870) - serial
06:10 Moda na sukces (5871) - serial
06:30 My, wy, oni
07:00 Msza św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:25 Domisie (287) - dla dzieci
08:55 Ziarno
09:35 Zwykła/niezwykła rodzinka (5) - serial
10:20 Zwykła/niezwykła rodzinka (6) - serial
11:10 Biegajmy razem - magazyn
11:25 Piękniejsza Polska (17) - dokument
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:10 Między ziemią a niebem
12:55 Świat się kręci - The Best Of
13:30 Sąsiad na widelcu (7) - rozrywka
14:25 Robin Hood - film przygodowy
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Komisarz Alex (47) - serial
18:20 Jaka to melodia? - rozrywka
19:00 Przygody Myszki Miki i Kaczora Donalda (42) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:05 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Polski - Rajd Dolnośląski - sporty motorowe
20:10 Pogoda
20:20 Blondynka (21) - serial
21:20 Monte Carlo - komedia
23:15 Cześć, Tereska! - dramat psychologiczny
00:55 Homeland (7) - serial
02:05 Żywe trupy (7) - serial
02:50 Sąsiad na widelcu (7) - rozrywka

tvn

05:50 Mango - Telezakupy
07:55 Maja w ogrodzie
08:25 Akademia ogrodnika
08:30 Dzień dobry TVN
10:55 Kobieta na krańcu świata (7)
11:30 Co za tydzień
11:55 Mój biegun - kulisy powstawania filmu - dokument
12:20 Lekarze (7) - serial
13:20 Mam talent (7) - rozrywka
14:55 Legendy sowiego królestwa: Strażnicy Ga'Hoole - film animowany; Młoda sowa o imieniu Soren jest zafascynowana opowieściami ojca o legendarnych strażnikach Ga'Hoole. W przeszłości udało im się ocalić gatunek sów. Soren marzy o tym, by dołączyć do grona bohaterskich wojowników. Jego zazdrosny brat Kludd nie wierzy w mityczne opowieści. Pewnego dnia dochodzi do nieszczęścia - bracia zostają porwani i uwięzieni przez wrogów sowiego rodu. Ich jedyną szansą jest ucieczka i odnalezienie Wielkiego Drzewa będącego domem strażników Ga'Hoole.
17:00 Polacy z werwą - rozrywka
18:00 Ugotowani (7) - rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport - wiadomości sportowe
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 MasterChef (8) - rozrywka
21:00 Przepis na życie (8) - serial
22:00 Na językach
23:00 Żądła - film sensacyjny
01:00 Kobieta na krańcu świata (7)
01:35 Uwaga!
01:50 Arkana magii (1080) - rozrywka

puls

05:30 Z archiwum policji (7) - dokument
06:00 Dyżur (28) - dokument
06:30 Menu na miarę
07:00 Steve Irwin - łowca krokodyli (3) - dokument
08:00 Bankomat. Wyścig z czasem (4) - rozrywka
09:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (7) - dokument
09:30 Wojciech Cejrowski. Boso Karaiby (7) - dokument
10:05 Świnka Gordy - film dla dzieci
12:00 Asterix i Kleopatra - film animowany; Do wioski niezwykłych wojowników galijskich przybywa z prośbą o pomoc przyjaciel druida Panoramiksa, architekt Numerobis.
13:30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - film fantastyczny
14:50 Podróż "Jednorożca" (2) - film fantastyczny
16:40 Plan gry - komedia
18:55 Pingwiny z Madagaskaru (2) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (4) - serial
20:00 Rekrut - thriller
22:20 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (12) - serial
23:25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (13) - serial
00:25 Sędzia Dredd - film sf
02:35 Zobacz to!

TVP 2

05:55 Bliskie i groźne spotkania Steve'a (7) - dokument
06:35 Milion ton śmieci
07:10 M jak miłość (1009) - serial
08:00 Barwy szczęścia (989) - serial
08:35 Barwy szczęścia (990) - serial
09:05 Kultura, głupcze - kultura
09:45 Prawo natury (3) - dokument
10:50 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (44) - dokument
11:20 Makłowicz w podróży
12:00 Bez baterii nie działa - komedia; Niewielkich rozmiarów statki kosmiczne pojawiają się na Ziemi, aby pomóc mieszkańcom pewnej starej nowojorskiej kamienicy. Gdy okazuje się, że dom ma zostać zburzony, pięciu lokatorów, starsi państwo Rileyowie, młoda dziewczyna, malarz oraz były bokser, nie chce opuścić mieszkań.
14:00 Familiada - rozrywka
14:40 The Voice of Poland (13) - rozrywka
16:20 Na dobre i na złe (533) - serial
17:15 I kto to mówi? (6) - rozrywka
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:40 Pogoda
18:55 Dzięki Bogu już weekend - rozrywka
20:05 XIX Festiwal Kabaretu w Koszalinie 2013 (2) - rozrywka
21:10 Czas honoru (73) - serial
22:00 Czas honoru - realia i ludzie (8) -
22:10 I kto to mówi? (7) - rozrywka
22:45 Kocham kino - kultura
23:20 WOK - wszystko o kulturze - kultura
23:55 Wieczorem - kompozycje Włodka Pawlika do poezji Józefa Czechowicza
00:55 Kill Bill - film sensacyjny
02:55 Szczęśliwy brzeg - film obyczajowy

tvn

05:20 Misja Martyna (10) - rozrywka
06:05 Misja Martyna (1) - rozrywka
06:55 Mango - Telezakupy
09:00 Usta usta (3) - serial
10:00 Przyjaciele (5) - serial
10:30 Dr House (14) - serial
11:25 Wakacje w słońcu - komedia
13:25 Sposób na teściową - komedia romantyczna
15:30 Conagher - western
17:55 Alcatraz (3) - serial
18:55 Kobra - oddział specjalny (8) - serial
20:00 Szybcy i wściekły - Tokio Drift - film sensacyjny; Sean Boswell daje się namówić na udział w ulicznym wyścigu samochodowym. Niebezpieczny pojedynek, w którym nagrodą jest dziewczyna rywała, wygrywa, ale zdewastowane samochody i szkody wyrządzone podczas rajdu ściągają na niego policję. Rozgoryczona matka Seana wysłała go do ojca mieszkającego w zapuszczonej dzielnicy Tokio. Chłopak czuje się tam samotny i wyobcowany. Na kilkupiętrowym parkingu obserwuje wyścig w formule "drifting", gdzie liczy się nie tylko szybkość, ale również umiejętność kontrolowania poślizgu.
22:10 Mentalista (9) - serial
23:10 Ostre psy - komedia sensacyjna; Nicholas Angel jest najlepszym policjantem w Londynie. Jego wyniki sprawiają, że efektywność kolegów wypada słabo. Przełożony postanawia pozbýć się nadgorliwego sierżanta, wysyłając go do miasteczka Sandford.
01:40 Arkana magii - rozrywka

TVP KULTURA

08:00 Informacje kulturalne
08:25 Wrzeczono czasu - film obyczajowy
10:10 Informacje kulturalne
10:35 Wszyscy mówią: Kocham cię - musical
12:25 Prawdziwie magiczny sklep - nowele filmowe
13:00 Co Ty wiesz o nauce?
13:20 Klasyczne albumy rocka (33) - dokument
14:30 Hala odlotów (41) - talk show
15:20 Noc miłości: Renee Fleming i Filharmonicy Berlińscy - muzyka
16:30 Tygodnik kulturalny - kultura
17:25 Studio Kultura - Niedziela z... - kultura
18:40 Rzecz o banalności miłości - teatr
20:25 Warszawa - film obyczajowy; Wielowątkowa opowieść o pięciorgu ludziach, którzy pewnego zimowego dnia przyjeżdżają do stolicy. Młodzieńca Klara, Paweł, Wiktor, Jan Gołębiwski, weteran powstania, w ciągu 18 godzin próbują załatwić ważne życiowe sprawy. Drogi bohaterów przecinają się, a spotkania wpływają na zmianę ich losów.
22:20 Jutro - dokument
00:00 Co Ty wiesz o nauce?
00:25 Hiszpański więzień - thriller
02:20 Młoda kultura (9) - muzyka
02:55 Nocne czytanie w wannie (27) - kultura

POLSAT

05:00 Wstawaj! Gramy! (2433) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (14) - serial
08:15 Scooby-Doo i król goblinów - film animowany
09:45 Jeźdźcy smoków (7) - serial
10:15 Dawno temu w trawie - film animowany; Mrówki całe lato pracowiec zbierają zapasy na zimę. Muszą się spieszyć, by zdążyć przed przybyciem bandy koników polnych. Hooper, bezwzględny przywódca najeźdźców, co roku zabiera większą część mrówczych zapasów zimowych. Pod koniec lata nieoprawny wynalazca Flik, usiłując unowocześnić pracę społeczności, topi zbiory w głębokiej wodzie. Wkrótce gang Hoopera zjawia się po swą należność. Jej odebranie staje się niemożliwe, więc grozi mrówkom zagładą. Poczuwający się do winy Flik wyrusza w świat szukać pomocy.
12:15 Tylko taniec - Got to Dance (35) - rozrywka
14:10 Rozmowy nocą - komedia romantyczna
16:15 Top chef (6) - rozrywka
17:45 Nasz nowy dom (4) - rozrywka
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie (82) - publicystyka
20:00 Must be the music - tylko muzyka (8) - rozrywka
22:00 To nie koniec świata! (7) - serial
23:00 Kości (19) - serial
00:00 Spisek doskonały - dramat kryminalny
02:00 Magazyn sportowy - magazyn

4

05:30 Mega Chichot - rozrywka
06:00 Mega Chichot - rozrywka
06:30 Benny Hill - rozrywka
07:05 Historia świata... w dwie godziny - dokument
08:00 Dekoratoria
08:30 Australijskie rekordy Guinnessa - dokument
09:00 Przygody Merlina (15) - serial
10:00 Przygody Merlina (16) - serial
11:00 Galileo
12:00 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (12) - rozrywka
13:00 Dekoratoria
13:30 Frank i dżungla (8) - dokument
14:35 Zaklinacz psów (8) - dokument
15:35 Ekstremalny ranking zwierząt (8) - dokument
16:35 Mega Chichot - rozrywka
17:05 Zaginiony skarb Wielkiego Kanionu - film fantastyczny
19:00 Galileo
20:00 Czarna śmierć - horror; Anglia, 1348 rok. Rycerz Ulric oraz grupa najemników mają na polecenie biskupa zbadać sprawę wioski, którą z niezrozumiałych powodów omija epidemia dżumy siejąca spustoszenie w Europie. Zdaniem duchownego osada jest chroniona przez złe moce, a jej mieszkańcy w zamian za ochronę przed śmiertelnością chorobą wyrzekli się wiary chrześcijańskiej. Ulric ma zweryfikować tę teorię.
22:10 Champion II - film sensacyjny
00:15 Spadkobiercy - rozrywka
01:20 Kroniki facetów z klasą - rozrywka
02:20 Tydzień na świecie - publicystyka

TVP HISTORIA

07:20 Był taki dzień (390) - dokument
07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Non possumus. Prymas Stefan Wyszyński (1) - dokument
09:10 Dom (13) - serial
10:45 Dzieje kultury polskiej (7) - dokument
12:00 Historia faszyzmu (7) - dokument
13:05 Wisła od źródła do ujścia (2) - dokument
14:10 Wielka gra - rozrywka
15:15 Strachy - dramat obyczajowy
17:05 Dom (14) - serial,
18:40 Kalendarium historyczne - dokument
19:15 Dziennik telewizyjny
20:00 Kampinoska epopeja - dokument; Puszcza Kampinoska to teren o wiekowych tradycjach powstańczych i obronnych, gdzie ludność miejscowa od pierwszych dni okupacji przystąpiła do działań konspiracyjnych i obronnych. Wspomnienia mieszkańców z czasów konspiracji o walce zbrojnej ludności cywilnej i pomocy niesionej Armii Polskiej.
21:00 Cwał - komedia
23:00 Chłopak i dziewczyna - dokument
00:05 Tajemnica twierdzy szyfrów (1) - serial
01:05 Hybrydy - stare śmieci - dokument
02:10 Wisła od źródła do ujścia (2) - dokument

TVP 1

05:55 Info poranek
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
09:00 Komisarz Alex (36) - serial
09:55 W cieniu dinozaurów - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:25 Klimaty i smaki
12:35 Przepis dnia
12:45 Lwica na wygnaniu - dokument
13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5872) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Okrasa łamie przepisy
15:45 Bonanza (154) - serial,
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2484) - serial
18:30 Świat się kręci
19:20 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:10 Pogoda
20:25 Getsemani - teatr
22:00 Homeland (7) - serial
23:10 Nowelnicze z Cleveland - dokument
00:20 Głina (15) - serial
01:20 Świat się kręci
02:15 Bonanza (154) - serial

tvn

05:20 Rozmowy w toku (2220) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Co za tydzień
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (237) - serial
12:15 Szpital (111) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (610) - serial
14:00 Wawa non stop (35) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (238) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2221) - talk show
17:00 Szpital (112) - serial
18:00 Wawa non stop (36) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1808) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1079) - serial
21:30 Lekarze (8) - serial
22:30 Perfekcyjna pani domu (8) - rozrywka
23:30 Wybrani (20) - serial
00:30 Pamiętniki wampirów (1) - serial; Elena wraca do domu. Dowiaduje się, że Jeremy'ego i wujka Johna spotkał tragiczny los. Matt, Bonnie i Damon pocieszają w szpitalu szeryf Forbes, która czeka na wiadomość, czy jej córka Caroline, która miała wypadek, przeżyje. Damon jako pierwszy zdaje sobie sprawę, że Katherine wróciła. Tyler nie otrząsnął się jeszcze po śmierci ojca. Jest zaskoczony wizytą wuja, Masona Lockwooda.
01:30 Uwaga!
01:45 Arkana magii (1081) - rozrywka

puls

05:35 Z archiwum policji (9) - dokument
06:00 Dyżur (29) - dokument
06:30 Menu na miarę
07:00 Tom i Jerry (11) - serial
07:05 Tom i Jerry (12) - serial
07:10 Tom i Jerry (13) - serial
07:30 Tom i Jerry (14) - serial
07:35 Tom i Jerry (15) - serial
07:40 Tom i Jerry (16) - serial
07:55 Zaklinacz psów (21) - dokument
09:00 Steve Irwin - łowca krokodyli (2) - dokument
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Karaiby (8) - dokument
10:30 Medicopter (80) - serial
11:30 Zaginiony świat (26) - serial
12:30 Kasia i Tomek (1) - serial
13:00 Kasia i Tomek (2) - serial
13:30 Mike i Molly (22) - serial
14:00 Mike i Molly (23) - serial
14:30 Niania (3) - serial
15:00 Niania (4) - serial
15:30 13. Posterunek (31) - serial
16:15 13. Posterunek (35) - serial
16:55 Strażnik pieścienia (4) - serial
18:00 Zaginiony świat (27) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (3) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (5) - serial
20:00 Yeti - horror
21:50 Sędzia Dredd - film sf
23:50 Rekrut - thriller
02:05 Zobacz to!

Poniedziałek, 21 października 2013

TVP 2

06:00 Faceci do wzięcia (22) - serial
06:30 Coś dla Ciebie (47) - publicystyka
07:00 M jak miłość (362) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie 10:35 Barwy szczęścia (990) - serial
11:15 Na dobre i na złe (159) - serial
12:15 Makłowicz w podróży
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (84) - dokument
13:20 Szkoła życia (30) - serial
14:15 Prawo natury (3) - dokument
15:10 Rodzinka.pl (80) - serial
15:45 Panorama - kraj 16:00 Pogoda
16:05 Boscy w sieci (7) - serial
16:15 Rodzinka.pl (117) - serial
16:40 Rodzinka.pl (118) - serial
17:15 Szkoła życia (31) - serial
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:45 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (990) - serial
20:05 Barwy szczęścia (991) - serial
20:45 M jak miłość (1010) - serial
21:40 Kulisy serialu "M jak miłość"
21:50 Tomasz Lis na żywo - publicystyka
22:50 Głęboka woda (4) - serial
23:50 Broń - najstarsze uzależnienie Ameryki - dokument; Rankiem 14 grudnia 2012 roku 20 - letni Adam Lanza zastrzelił 20 dzieci i 6 nauczycieli swojej byłej szkoły podstawowej w Newtown, następnie popelniał samobójstwo. Miał kieszenie pełne amunicji, dwa pistolety oraz karabin automatyczny.
00:20 Fundamentalni z Zachodniego Brzegu - dokument
01:05 Instykt (7) - serial
01:55 Tomasz Lis na żywo - publicystyka
02:55 Republika Doyle'ów (9) - serial

tvn

05:35 We dwoje (10) - rozrywka
06:50 Męski typ (1) - talk show
07:20 Sąd rodzinny (140) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (437) - serial
09:15 Detektyw Monk (14) - serial
10:15 Ostry dyżur (15) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (141) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (438) - serial
14:55 Dr House (17) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (6) - serial
17:05 Punkt krytyczny (5) - serial
18:00 Detektyw Monk (15) - serial; San Francisco przeżywa chwile grozy. W mieście pojawił się morderca, który pastwi się nad ofiarami. Ginie muzyk. Przy jego ciele policja znajduje ostrzeżenie, że sprawca znów uderzy.
19:00 Dr House (18) - serial
20:00 Dziką rzeką - thriller; Małżeństwo Gail i Toma przeżywa kryzys. Wziętemu architektowi Tomowi niewiele czasu pozostaje na życie rodzinne. Z okazji dziesiątych urodzin syna małżonkowie planują spływ jedną z dzikich rzek stanu Kolorado, w rodzinnych stronach Gail. Wygląda na to, że i tym razem Tom nie pojedzie, jednak w ostatniej chwili dołącza do nich. Nikt się nie spodziewa, że długo oczekiwana wspólna wyprawa wkrótce zamieni się w prawdziwe piekło. W okolicy ukrywają się przestępcy.
22:20 Detektyw Monk (15) - serial
23:20 Jade - film sensacyjny
01:25 Arkana magii - rozrywka

TVP KULTURA

08:10 Kulturanek
08:50 Komeda - muzyczne ścieżki życia - dokument
10:00 Biała sukienka - film obyczajowy
11:15 Tysiąc zakazanych krzaków - komedia
12:05 Opole 2007 na bis - muzyka
12:50 Opole 2007 na bis - muzyka
13:45 Biała sukienka - film obyczajowy
14:55 Księgarnie
15:15 Tysiąc zakazanych krzaków - komedia
16:00 Hala odlotów (41) - talk show
17:05 Komeda - muzyczne ścieżki życia - dokument
18:15 Gra o wszystko - film obyczajowy
19:30 Wyprawa profesora Gąbki (4) - serial
19:35 Wyprawa profesora Gąbki (5) - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Błaszany bębenek - dramat wojenny
23:10 Nocne czytanie w wannie (28) - kultura
23:30 Videofan
23:35 Videogalerie (86) - kultura
00:10 Informacje kulturalne
00:30 Ibiza po zmroku - dokument
02:10 Sztuka czytania

POLSAT

05:00 Wstawaj! Gramy! (2434) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (53) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (31) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (32) - serial
10:00 Trudne sprawy (38) - serial
11:00 Dlaczego ja? (335) - serial
12:00 Pamiętniki z wakacji (47) - serial
13:00 Czyja wina? (36) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1761) - serial
14:45 Trudne sprawy (36) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (590) - serial
17:00 Dlaczego ja? (473) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1762) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (345) - serial
20:10 Hitman - film sensacyjny
22:00 Stone - thriller; Jack Mabry jest kuratorem sądowym, który odlicza dni do emerytury. Jednym z jego ostatnich zadań ma być sprawa Geralda Creesona, znanego jako "Stone". Chłopak odsiaduje wieloletni wyrok i liczy na przedterminowe zwolnienie. Wierzy, że uda mu się przekonać funkcjonariuszy sądowych o postępach w resocjalizacji. Jack wie, że więźniowie nie zważają się przed niczym, by odzyskać wolność. Okazuje się, że "Stone" knuje intrygę, w której ma zamiar wykorzystać dwa największe atuty: talent do manipulowania ludźmi i piękną żonę.
00:15 Breaking Bad (4) - serial
01:15 Dziupła Cezara (3) - serial
02:15 Dziewczyny z fortuną (50) - rozrywka

4

04:55 4music - muzyka
06:00 Ukryta miłość (90) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 What's New, Scooby Doo? - serial
08:25 Szczególne lata Toma i Jerry'ego - serial, USA
08:55 Komisarz Rex (2) - serial
09:55 Nieposkromiona miłość (35) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (90) - serial
11:50 Królowna Śnieżka (3) - serial
12:30 Królowna Śnieżka (4) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (36) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (10) - serial
15:30 Komisarz Rex (3) - serial
16:30 Hotel 52 (36) - serial
17:30 Nieposkromiona miłość (36) - serial
18:30 Szczególne lata Toma i Jerry'ego - serial
19:00 What's New, Scooby Doo? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 Zbrodnie, które wstrząsnęły światem (1) - dokument
22:00 Galileo
23:00 Śmierć na 1000 sposobów (13) - dokument
23:30 Śmierć na 1000 sposobów (14) - dokument
00:00 Ekstremalny ranking zwierząt (8) - dokument
01:00 Kroniki facetów z klasą - rozrywka
02:00 To był dzień



05:55 Info poranek
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
09:00 Komisarz Alex (37) - serial
09:55 Lwica na wygnaniu - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:25 Magazyn rolniczy
12:40 Przepis dnia
12:50 Osobliwości mórz i oceanów (1) - dokument
13:55 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5873) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Klan (2484) - serial
15:40 Bonanza (155) - serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2485) - serial
18:30 Świat się kręci
19:20 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:05 GOL T-Mobile Ekstraklasa - magazyn
20:15 Pogoda
20:25 Transporter (6) - serial
21:20 Po prostu. Program Tomasza Sekielskiego - publicystyka
22:05 Miasto śmierci - thriller
00:00 Głina (16) - serial
01:00 Świat się kręci
01:50 Bonanza (155) - serial
02:45 Miasto śmierci - thriller



05:20 Rozmowy w toku (2221) - talk show
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1808) - serial
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (238) - serial
12:15 Szpital (112) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1079) - serial
14:00 Wawa non stop (36) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (239) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2222) - talk show
17:00 Szpital (113) - serial
18:00 Wawa non stop (37) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Sport - wiadomości sportowe
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 Na Wspólnej (1809) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1080) - serial
21:30 Prawo Agaty (8) - serial; Agata prowadzi sprawę hokeisty Kostka Kamińskiego, który stracił oko w starciu z przeciwnikiem podczas meczu ligowego. Mężczyzna twierdzi, że nie było to zwykłe starcie, a zaplanowany atak. Tosia dokłada Agacie zmarłwień, permanentnie znikając z domu. Dorota prowadzi sprawę maniaka komputerowego, Rafała Szewczyka, który pogryzł się w rzeczywistości wirtualnej. Intensywna praca nie pozwala jej zauważyć problemów męża. Kancelaria nieoczekiwanie zyskuje nowego pracownika.
22:30 Kuba Wojewódzki (8) - talk show
23:30 Superwizjer
00:05 Na językach
01:05 Gdzie pachną stokrotki (8) - serial
02:05 Uwaga!
02:20 Arkana magii (1082) - rozrywka



05:35 Z archiwum policji (11) - dokument
06:00 Dyżur (30) - dokument
06:30 No problem!
07:00 Tom i Jerry (17) - serial
07:05 Tom i Jerry (18) - serial
07:10 Tom i Jerry (19) - serial
07:25 Kacze opowieści (90) - serial
07:55 Zaklinacz psów (1) - dokument
09:00 Steve Irwin - łowca krokodyli (3) - dokument
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Tajlandia (1) - dokument
10:30 Medicopter (81) - serial
11:30 Zaginiony świat (27) - serial
12:30 Kasia i Tomek (3) - serial
13:00 Kasia i Tomek (4) - serial
13:30 Zbuntowany anioł (1) - serial
14:30 Niania (5) - serial
15:00 Niania (6) - serial
15:30 13. Posterunek (32) - serial
16:15 13. Posterunek (36) - serial
16:55 Strażnik pierścienia (5) - serial
18:00 Zaginiony świat (28) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (4) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (6) - serial
20:00 Tsunami - film katastroficzny
22:10 Bitwa o Ziemię - film sf
00:30 Bankomat. Wyścig z czasem (4) - rozrywka
01:35 Zobacz to!
02:30 Dyżur (20) - dokument



04:50 Trzeci oficer (10) - serial
06:00 Faceci do wzięcia (23) - serial
06:35 Pożegnanie pastora - dokument
07:05 M jak miłość (363) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:35 Barwy szczęścia (991) - serial
11:15 Na dobre i na złe (160) - serial
12:15 Makłowicz w podróży
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (87) - dokument
13:25 Szkoła życia (31) - serial
14:15 Kabaretowy Klub Dwójki (9) - rozrywka
15:05 Rodzinka.pl (81) - serial
15:45 Panorama - kraj
16:10 Pogoda
16:20 M jak miłość (1010) - serial
17:15 Szkoła życia (32) - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (991, 992) - serial
20:45 M jak miłość (1011) - serial
21:40 Kulisy serialu "M jak miłość" - dokument
21:50 Magazyn Ekspresu Reporterów
22:50 Nigdy nie zapomnij kłamać - dokument; Najnowszy, przejmujący film dokumentalny Mariana Marzyńskiego, żyjącego w Stanach Zjednoczonych filmowca, w przeszłości laureata prestiżowej Emmy Award, zrealizowany dla PBS. 5 - letni Maryś ocalał dzięki pomocy wielu ludzi, wraca do Warszawy i wspomina straszny i bolesny czas swojego dzieciństwa i spotyka innych ocalańców.
00:00 Czas honoru (73) - serial
01:00 Republika Doyle'ów (9, 10) - serial
02:50 Magazyn Ekspresu Reporterów



05:20 We dwoje (11) - rozrywka
06:35 W-11 wydział śledczy (1068) - serial
07:20 Sąd rodzinny (141) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (438) - serial
09:15 Detektyw Monk (15) - serial
10:15 Ostry dyżur (16) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (142) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (439) - serial
14:55 Dr House (18) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (7) - serial
17:05 Punkt krytyczny (6) - serial
18:00 Detektyw Monk (16) - serial
19:00 Dr House (19) - serial
20:00 Frantic - thriller; Światowej sławy amerykański kardiochirurg przybywa wraz z żoną na sympozjum naukowe do Paryża. W czasie, gdy lekarz bierze prysznic, jego żona znikła z pokoju hotelowego. Poproszone o pomoc władze są przekonane, że Sondra go opuściła. Ale nowojorczyk wie, że to musiało być porwanie. Kolejne znajdowane przez Richarda wskazówki prowadzą ku miejscu, w których bywają tylko przestępcy. W jednym z takich miejsc zdesperowany mężczyzna spotyka Michelle, która, jak się wkrótce okazuje, nie pojawiła się na jego drodze przez przypadek.
22:30 The Event: Zdarzenie (12) - serial
23:30 Widmowa podróż - film sf
01:15 Arkana magii - rozrywka



08:00 Informacje kulturalne
08:25 Królik po berlińsku - dokument
09:35 Kapitan z "Oriona" - dramat obyczajowy
11:20 Wielkanoc - film obyczajowy
12:15 Philippe Jaroussky i Concerto Koeln - Zapomniane arie - muzyka
13:10 Informacje kulturalne
13:35 Kapitan z "Oriona" - dramat
15:15 Wielkanoc - film obyczajowy
16:00 Tygodnik kulturalny - kultura
17:00 Królik po berlińsku - dokument
18:10 Honor dziecka - komedia
19:30 Wyprawa profesora Gąbki (6) - serial
19:35 Wyprawa profesora Gąbki (7) - serial
19:45 Wyprawa profesora Gąbki (8) - serial
20:20 Bułhakow - teatr
22:30 Skazany na bluesa - film biograficzny; Śląsk, lata 70. Dwudziestokilkuletni Rysiek Riedel poza podstawówką nie ukończył żadnej szkoły, nie ma też stałej pracy. Długowłosy chłopak zafascynowany kulturą hipisowską nie znajduje akceptacji u ojca. Między mężczyznami wciąż dochodzi do sprzeczek. Rysiek przyjaźni się z Indianerem, który podziela jego pasje muzyczne i zamiłowanie do eksperymentów z narkotykami.
00:20 Nasza zima zła - film krótkometrażowy
00:50 Studio Kultura (367) - kultura
00:55 Bóg i diabeł w krainie słońca - dramat obyczajowy



05:00 Wstawaj! Gramy! (2435) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (54) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (33) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (34) - serial
10:00 Trudne sprawy (39) - serial
11:00 Dlaczego ja? (336) - serial
12:00 Pamiętniki z wakacji (48) - serial
13:00 Czyja wina? (37) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1762) - serial
14:45 Trudne sprawy (37) - serial
15:50 Wydarzenia16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (591) - serial
17:00 Dlaczego ja? (474) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1763) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (346) - serial
20:05 Aż do śmierci - film sensacyjny; Słynący z brutalności detektyw Anthony Stowe nie ma dobrej opinii wśród kolegów. Choć pracuje w nowoorleańskim wydziale antynarkotykowym, znane jest jego zamiłowanie do heroiny. Mężczyzna nie znajduje też zrozumienia w domu. Żona spodziewa się dziecka z innym mężczyzną, do którego zamierza odejść. Tymczasem w trakcie zła poprowadzonej obławy Stowe zostaje postrzelony. Ciężko ranny, zapada w śpiączkę. Gdy odzyskuje świadomość, musi nauczyć się mówić i chodzić. Wypadek sprawia, że w policjancie rodzi się chęć naprawienia popełnionych błędów.
22:15 Kości (20) - serial
23:15 Zdrady (7) - serial
00:15 Godzilla kontra Mechagodzilla - film sf
02:15 Dziewczyny z fortuną (51) - rozrywka



06:00 Ukryta miłość (91) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 What's New, Scooby Doo? - serial
08:25 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego
08:55 Komisarz Rex (3) - serial
09:55 Niepokromiona miłość (36) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (91) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (5) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (6) - serial
12:30 Simba (29) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (37) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (11) - serial
15:30 Komisarz Rex (4) - serial
16:30 Hotel 52 (37) - serial
17:30 Niepokromiona miłość (37) - serial
18:30 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial
19:00 What's New, Scooby Doo? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 STOP Drogówka
21:00 Śmierć na 1000 sposobów (13) - dokument
21:30 Śmierć na 1000 sposobów (14) - dokument
22:00 Wojna snajperów - film sensacyjny; Charlie Snow jest byłym snajperem oddziałów specjalnych. Dowiaduje się, że brat pewnego wschodnioeuropejskiego handlarza bronią, którego zabił, chce się na nim zemścić. Niebezpieczeństwo grozi także jego rodzinie.
23:50 Rocky III - film sensacyjny
01:55 To był dzień



07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Podróże kulinarne Roberta Makłowicza
08:45 Ex libris
09:00 Michał Strogow, kurier carski (1)
10:00 Szlakiem gwiazd (4) - rozrywka
10:30 Nie ma jak Polska
11:05 Cafe Historia (60) - publicystyka
11:35 Spór o historię (74) - dokument
12:10 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
12:40 Flesz historii
13:10 Złota eskorta. Siedem Gwiazd
15:00 Mury - dokument
15:25 Prezenty historii
15:50 Pogranicze (1) - dokument
16:05 Pradawni bogowie (4) - dokument
16:35 I stworzenie, i ewolucja - dokument
17:00 Michał Strogow, kurier carski (2)
18:00 Daj mi duszę, resztę zabierz
19:05 Dziennik telewizyjny
19:45 Sensacje XX wieku
20:10 Ex libris
20:25 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii - dokument
21:00 Polska i świat z historią w tle (115)
21:25 Pornografia - dramat obyczajowy
23:35 "Podaj cegłę", czyli polski socrealizm - dokument
00:40 Nie ma jak Polska
01:20 Spotkania, pożegnania - film obyczajowy



05:55 Info poranek
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie - publicystyka
08:25 Telezakupy
09:00 Komisarz Alex (38) - serial
09:50 Osobliwości mórz i oceanów - dokument
11:00 Świat się kręci
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Przepis dnia
12:45 Osobliwości mórz i oceanów
13:55 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces (5874) - serial
14:50 Przepis dnia
15:00 Wiadomości
15:05 Pogoda
15:15 Klan (2485) - serial
15:40 Bonanza (156) - serial
16:40 Polska non stop
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan (2486) - serial
18:30 Świat się kręci
19:20 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport - wiadomości sportowe
20:10 Pogoda
20:15 Piąty stadion (43) - serial
20:25 Real Madryt - Juventus FC - piłka nożna
20:40 Real Madryt - Juventus FC - piłka nożna
20:50 Liga Mistrzów - piłka nożna
23:50 Transporter (6) - serial
00:50 Świat się kręci
01:45 Bonanza (156) - serial
02:45 Zagadki sfinksa - film sf



06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Na Wspólnej (1809) - serial
08:00 Dzień dobry TVN
11:10 Ukryta prawda (239) - serial
12:15 Szpital (113) - serial
13:15 W-11 wydział śledczy (1080) - serial
14:00 Wawa non stop (37) - rozrywka
15:00 Ukryta prawda (240) - serial
16:00 Rozmowy w toku (2223) - talk show
17:00 Szpital (114) - serial
18:00 Wawa non stop (38) - rozrywka
19:00 Fakty
19:30 Mój biegun - relacja z premiery filmu
19:35 Sport - wiadomości sportowe
19:45 Pogoda
19:50 Mój biegun - relacja z premiery filmu
19:55 Uwaga!
20:10 Na Wspólnej (1810) - serial
20:45 W-11 wydział śledczy (1081) - serial
21:30 Bitwa o dom (8) - rozrywka; W programie osiem rodzin będzie projektować, wyposażać i urządać mieszkania według własnych pomysłów. Widzowie będą mogli śledzić kolejne etapy prac, od projektowania, przez zakupy, przebudowę, aż po ostateczne dekorowanie wnętrz w ramach określonego czasu i budżetu.
22:30 Ultimatum Bourne'a - film sensacyjny; Ministerstwo Obrony przejmuje tajny program Treastdone nadając mu nazwę Blackbrnar. Były agent, Jason Bourne (Matt Damon), dalej musi walczyć o przetrwanie. Znający tajemnice projektu stanowi ogromne zagrożenie dla dawnych zwierzchników.
00:50 Ugotowani (7) - rozrywka
01:50 Uwaga!
02:05 Arkana magii (1083) - rozrywka



05:30 Z archiwum policji (13) - dokument
06:00 Kasia i Tomek (5, 6) - serial
07:00 Tom i Jerry (20, 23, 24) - serial
07:25 Kacze opowieści (91) - serial
07:55 Zaklinacz psów (2) - dokument
09:00 Steve Irwin - łowca krokodyli (4) - dokument
10:00 Wojciech Cejrowski. Boso Etiopia (7) - dokument
10:30 Zaginiony świat (28) - serial
11:30 Niania (5, 6) - serial
12:30 Zbuntowany anioł (1) - serial
13:30 Zbuntowany anioł (2) - serial
14:30 Niania (7) - serial
15:00 Niania (8) - serial
15:30 13. Posterunek (33) - serial
16:15 13. Posterunek (37) - serial
16:55 Strażnik pierścienia (6) - serial
18:00 Zaginiony świat (29) - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru (5) - serial
19:30 Pingwiny z Madagaskaru (7) - serial
20:00 Jack Hunter i Gwiazda Niebios - serial
22:00 Bankomat. Wyścig z czasem (5) - rozrywka
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (12) - serial
00:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (13) - serial
00:55 Zobacz to!
02:00 W blasku fleszy
02:30 Dyżur (22) - dokument



06:00 Faceci do wzięcia (24) - serial
06:30 Zaklinaczka dzieci (5) - serial
07:05 M jak miłość (364) - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:35 Barwy szczęścia (992) - serial
11:10 Na dobre i na złe (161) - serial
12:15 Makłowicz w podróży
12:45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (88) - dokument
13:20 Szkoła życia (32) - serial
14:15 XV Mazurska Noc Kabaretowa - rozrywka
15:05 Rodzinka.pl (82) - serial
16:10 Panorama - kraj
16:15 Pogoda
16:15 M jak miłość (1011) - serial
17:15 Szkoła życia (33) - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram - wiadomości sportowe
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia (992) - serial
20:05 Barwy szczęścia (993) - serial
20:40 Na dobre i na złe (534) - serial
21:45 Do diabła z miłością - komedia romantyczna; Początkująca pisarka, Barbara Novak, przyjeżdża z prowincji do Nowego Jorku. W wydawnictwie "Banner House" podpisuje umowę na publikację dzieła lansującego tezę, że kobiety będą w pełni szczęśliwe dopiero wtedy, gdy skupią się na karierach zawodowych i zrezygnują z miłości.
23:40 Reporter Polski
00:20 Zabójcze umysły (30) - serial
01:20 Do diabła z miłością - komedia romantyczna



05:35 We dwoje (12) - rozrywka
06:50 Męski typ (2) - talk show
07:20 Sąd rodzinny (142) - serial
08:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska (439) - serial
09:15 Detektyw Monk (16) - serial
10:15 Ostry dyżur (17) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny (143) - serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (440) - serial
14:55 Dr House (19) - serial
15:55 Czerwony Orzeł (8) - serial
17:05 Punkt krytyczny (7) - serial
18:00 Dr House (1) - serial
19:00 Dr House (20) - serial
20:00 Blow - film sensacyjny; George Jung, syn robotnika z Massachusetts, pod koniec lat 60. XX w. przyjeżdża do Kalifornii. Żeby zarobić kilka dolarów, handluje marihuaną. Wkrótce przenosi się na drugi koniec kraju. Mija rok. Jung staje się hurtownikiem. Wraz z przyjaciółką buduje sieć i wkrótce dostarcza marihuane całemu wschodniemu wybrzeżu. Prawdziwe pieniądze to kokaina. Wskrócie staje się największym dostawcą narkotyków w USA.
22:35 Bezimienni (11) - serial
23:35 Kłamka, kłamka - komedia; Fletcher Reede jest świetnym prawnikiem i notorycznym kłamcą. Mówi nieprawdę przy każdej okazji, w pracy - żeby wygrać sprawę, w domu - aby usprawiedliwić się przed rodziną, którą ciągle zaniedbuje. Wszyscy mają dość tego, a najbardziej jego syn Max.
01:20 Arkana magii - rozrywka



08:15 Gilles Jacob - obywatel Cannes - dokument
09:25 Taekwondo - film obyczajowy
11:05 Liceum czarnej magii - film fantastyczny
12:05 Młoda kultura (5) - muzyka
12:35 Młoda Kultura (23) - muzyka
13:25 Taekwondo - film obyczajowy
15:05 Liceum czarnej magii - film fantastyczny
16:00 Spotkania z Teatrem Wielkim (18) - dokument
16:30 Co Ty wiesz o nauce? - dokument
17:00 Gilles Jacob - obywatel Cannes - dokument
18:10 Siedem czerwonych róż, czyli Benek Kwaciarcz o sobie i o innych - film obyczajowy
19:30 Wyprawa profesora Gąbki (9) - serial
19:40 Wyprawa profesora Gąbki (10) - serial
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Jestem twój - dramat psychologiczny
22:20 Studio Kultura - kultura
22:25 Born dead - dokument
23:35 Animator (6) - kultura
00:20 Informacje kulturalne
00:40 Wyśnione życie aniołów - dramat psychologiczny
02:45 WOK - wszystko o kulturze (122) - kultura



05:00 Wstawaj! Gramy! (2436) - rozrywka
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:15 Świat według Kiepskich (55) - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy (35) - serial
09:30 Małanowski i Partnerzy (36) - serial
10:00 Trudne sprawy (40) - serial
11:00 Dlaczego ja? (337) - serial
12:00 Ślubna gorączka (7) - serial
13:00 Czyja wina? (38) - serial
14:00 Pierwsza miłość (1763) - serial
14:45 Trudne sprawy (38) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy (592) - serial
17:00 Dlaczego ja? (475) - serial
18:00 Pierwsza miłość (1764) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport - wiadomości sportowe
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (347) - serial
20:00 Świat według Kiepskich (426) - serial
20:35 Top chef (7) - rozrywka
22:05 Studenci - komedia; Trzej przyjaciele, Kevin, Carter i Morris, ukończyli liceum i zamierzają zapisać się na studia. Po załatwieniu wszelkich formalności na uniwersytecie postanawiają sprawdzić, jak wygląda prawdziwe studenckie życie. Chcą poznać nowych ludzi i zabawić się ze starszymi studentkami. Zbieg okoliczności sprawia, że chłopcy mają szansę uczestniczyć w najbardziej szalonych studenckich imprezach. Na jednej z nich Kevin poznaje piękną Kendall.
00:05 Śpiewający detektyw - komedia muzyczna
02:30 Dziewczyny z fortuną (52) - rozrywka



04:55 4music - muzyka
06:00 Ukryta miłość (92) - serial
06:55 Mega Chichot - rozrywka
07:25 What's New, Scooby Doo? - serial
07:55 What's New, Scooby Doo? - serial
08:25 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial
08:55 Komisarz Rex (4) - serial
09:55 Niepokromiona miłość (37) - serial
10:50 Kiedy się zakocham (92) - serial
11:50 Przyjaciele z Kieszonkowa (7) - serial
12:10 Przyjaciele z Kieszonkowa (8) - serial
12:30 Simba (30) - serial
13:00 Mega Chichot - rozrywka
13:30 Tylko miłość (38) - serial
14:30 Szpilki na Giewoncie (12) - serial
15:55 Komisarz Rex (5) - serial
16:30 Hotel 52 (38) - serial
17:30 Niepokromiona miłość (38) - serial
18:30 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial
19:00 What's New, Scooby Doo? - serial
19:30 What's New, Scooby Doo? - serial
20:00 Champion II - film sensacyjny; Gwiazdor światowego boksu przyjeżdża do Rosji, gdzie zostaje wpłątany w handel narkotykami i trafia do więzienia, w którym organizowane są walki bokserskie. Naczelnik zakładu karnego i mafia robią wszystko, aby przekonać Chambersa do pojedynku z miejscowym mistrzem.
22:05 Morderce starcie - film sensacyjny
23:55 Polowanie na piranie - film sensacyjny
02:30 To był dzień



07:30 Dziennik telewizyjny
08:10 Podróże kulinarne Roberta Makłowicza
08:40 Flesz historii
09:00 Michał Strogow, kurier carski (2) - serial
10:00 Oczywiste nieoczywiste (12) - dokument
10:30 Światowiec
11:05 13 lat, 13 minut - dokument
12:05 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii (242) - dokument
12:40 Na węgierskiej ziemi - dokument
13:05 Stacja - film obyczajowy
14:20 Małe ojczyzny - dokument
14:55 Józef Bem (1, 2) - dokument
15:55 Nasz brat Bela Varga - dokument
17:05 Michał Strogow, kurier carski (3)
18:05 Polskie lato, węgierska jesień
19:05 Dziennik telewizyjny
19:40 Zdławiona nadzieja. Węgry '56 - dokument
20:10 Cafe Historia (60) - publicystyka
20:30 Ocalić od zapomnienia (7) - dokument
21:00 Ex libris
21:25 Z wyciągniętymi rękami (1, 2) - dokument
23:35 Sensacje XX wieku (72) - dokument
00:35 Zapomniane taśmy - dokument
01:40 Niepochowany - dramat dokumentalny

Higiena jamy ustnej

Zapobieganie chorobom jamy ustnej jest stosunkowo proste – wystarczy odpowiednia higiena, dieta i regularne wizyty u dentysty.

Wybór szczoteczki

Jaką szczoteczkę wybrać? Na rynku jest ich ogromna ilość. Wybór szczoteczki staje się prostszy, gdy odpowiemy sobie na kilka pytań:

- Jak mocno szczotkuję zęby?

Niepalące osoby o zdrowych zębach i dziąsłach powinny wybrać szczoteczkę oznaczoną napisem „średnia” (medium). Zbyt miękkie nie usuną resztek pokarmu spośród zębów i mogą szybko się zużyć. Zbyt twarde mogą z kolei poranić dziąsła, a nawet niszczyć szkliwo, szczególnie przy gwałtownych, poziomych ruchach. Miękkich szczoteczek powinny używać osoby noszące protezy, cierpiące na choroby jamy ustnej oraz dzieci. Twarde wskazane są dla palaczy, głównie z powodu trudniejszego do usunięcia osadu.

- Jak dużo czasu mogę przeznaczyć na szczotkowanie?

Im więcej, tym lepiej. Osoby szczególnie dokładnie myjące zęby powinny wybrać szczoteczkę jednopęczkową. Co prawda trzeba nimi czyścić każdy ząb osobno, ale najłatwiej wtedy dotrzeć do krańców przy dziąsłach i powierzchni bocznych. Głównie w tych miejscach zalegają resztki pokarmów i odkłada się płytka nazębna. Dla osób bardziej zabieganych najlepszym rozwiązaniem będą tradycyjne szczoteczki z wieloma pęczkami włosów. Czyszczą one więcej niż jeden ząb naraz i w ten sposób pozwalają oszczędzić czas. Trzeba jednak staranniej czyścić przestrzenie między zębami. Tym, którzy mają najmniej czasu na wizyty w łazience, przydadzą się szczoteczki wielopęczkowe z powierzchnią czyszczącą język. Włoski pozwolą szybko pozbyć się resztek pokarmu i płytki nazębnej, a tarka na grzbiecie szczoteczki usunie nadmiar bakterii z języka. Bardzo przydatne są specjalne szczoteczki do języka. Przypomina taki nie ma tradycyjnego włosia, ale albo „gołą” główkę z elementami drapiącymi, albo też łukowatą linię specjalnych miękkich włosków.

- Szczoteczka tradycyjna czy

elektryczna?

Przy odpowiednim stosowaniu nie ma istotnych różnic w skuteczności obu typów szczoteczek. Wersje elektryczne mają jednak pewne zalety, m. in. większą łatwość obsługi przez osoby ze zmniejszoną ruchomością rąk. Ponadto modele używające ultradźwięków pozwalają usuwać kamień i płytkę nazębną nawet z miejsc, gdzie sama główka nie dotrze.

Wybór pasty

Wybór jest ogromny, ale łatwiej będzie nam się zdecydować na tę właściwą, jeśli odpowiemy sobie na kilka pytań:

- Czy mam zdrowe zęby i dziąsła?

Osoby mające zdrowe zęby i dziąsła mogą wybrać zwykłą pastę fluoryzowaną. Dodatek fluoru pozwoli zrównoważyć jego małą ilość w wodzie pitnej. Taka pasta zadba o wzmocnienie naszego szkliwa i pozostawi uczucie świeżości w ustach.

- Czy krwawią mi czasem dziąsła?

Krew może się pojawiać w czasie szczotkowania lub jedzenia, a nawet bez konkretnego powodu. W każdym takim przypadku możemy mówić o łagodnej lub już poważniejszej paradontozie. Wtedy najlepszym wyborem są pasty z dodatkiem ziół lub minerałów, które pomogą zahamować krwawienie, zmniejszyć zaczerwienienie i polepszyć ogólny stan dziąseł.

- Czy moje dziąsła są obniżone lub czuję na zębach osad?

Może to świadczyć o nadmiernym rozwoju bakterii w jamie ustnej. Stosując przeciwbakteryjną pastę przeciw płytce nazębnej możemy zapobiec osadowi i ułatwić powrót linii dziąseł do odpowiedniej wysokości.

- Czy mój oddech jest nieświeży?

Tutaj pomocne mogą być pasty przeciwko halitozie, bo tak nazywa się chorobliwy nieświeży oddech. Zabijają one bakterie w znacznej mierze odpowiedzialne za tę nieprzyjemną przypadłość.

- Czy kolor moich zębów mnie satysfakcjonuje?

Jeśli nie, być może czas sięgnąć po pasty wybielające. Drobinki w ich składzie ścierają osad z zębów, przywracając im naturalny kolor.

Techniki

szczotkowania

Szczoteczka tradycyjna

Najlepsza technika wymaga ułożenia główki szczoteczki pod kątem około 45° do powierzchni zębów. Ruchy „zmiatające”, a więc od nasady do czubka zęba, zaczynamy od wewnętrznej strony ostatnich zębów na dole po lewej stronie i przesuwamy się stopniowo do końca w prawo. Potem takimi samymi ruchami czyszcimy do wewnątrz zęby na górze. Dalej przechodzimy na zewnętrzne powierzchnie górnego rzędu i w końcu znów na dół. Na koniec czyszcimy płaskie części zębów i pomiędzy nimi.

Szczoteczka jednopęczkowa

Główka powinna być ustawiona pod kątem prostym do czyszczonego zęba. Zaczynamy od „jedynki” czyli jednego z przednich zębów. Delikatne ruchy zaczynamy od brzegu zęba, przechodząc w górę do jego drugiego brzegu. Tak postępujemy z każdym zębem osobno.

Szczoteczka elektryczna

Pozycja główki jak przy szczoteczce jednopęczkowej, ale już oczywiście nie musimy sami wykonywać żadnych ruchów poza przesuwaniem jej na poszczególne zęby. Możemy stosować się do kolejności ze szczoteczki tradycyjnej, ale równie dobrze może to być nasza własna. Najważniejsze jest jednak, aby nie pominąć żadnego zęba.

Nie tylko zęby

Szczotkowanie języka

Czyszczenie języka i wewnętrznej strony policzków jest ważne z tego samego powodu, co higiena zębów. Chodzi tu o usunięcie rozmnażających się tam bakterii i resztek pokarmów. Bakterie nie tylko mogą prowadzić do zakażeń i groźnych dla naszego zdrowia chorób, ale też powodować powstawanie przykrego oddechu. Żele stosowane do higieny języka dodatkowo działają



przeciwbakteryjnie. Język czyszcimy poruszając szczoteczką od tyłu do czubka języka, przy czym najważniejsze jest właśnie czyszczenie jego części tylnej. Na początku może się pojawiać odruch wymiotny, ale przy odpowiedniej delikatności i wprawie, po pewnym czasie zniknie. Policzki także szczotkujemy od gardła w stronę ust.

Czyszczenie między zębami

Nikt nie jest w stanie samą szczoteczką dotrzeć do trudno dostępnych miejsc w jamie ustnej. Higiena przestrzeni międzyzębowych wymaga od nas użycia różnych narzędzi.

Nieć dentystyczna

Większość nici jest fluorowana, co przekłada się na dodatkową ochronę przed próchnicą. Samo nitkowanie rozpoczynamy od owinięcia palca wskazującego nicią na tyle, aby móc ją pewnie trzymać w czasie używania. Potem trzeba rozwinąć odcinek o długości dającej nam swobodę operowania nicią nawet między trzonowcami. Pętelką z nitki obejmujemy ząb tak, aby trzymane przez nas końce były od strony ust. Delikatnymi ruchami w górę i w dół czyszcimy powierzchnię zęba do momentu, kiedy nitka zacznie „pisać” jak palec przesuwany po świeżo umytym talerzu.

Szczoteczka międzyzębowa

Najbardziej specjalistycznym narzędziem do utrzymania higieny przestrzeni międzyzębowych są szczoteczki międzyzębowe. Od zwykłych różnią się znacznie

węższą główką i włosiem ułożonym w swoistą „choinkę”. Ma to na celu dokładniejsze czyszczenie zagłębień w powierzchni zębów, głównie trzonowców i przedtrzonowców. Takie szczoteczki polecane są głównie osobom z mocno obniżonymi dziąsłami lub bardzo rzadko ustawionymi zębami. Dodatkowym rozwiązaniem może być nakładanie żeli przeciwbakteryjnych dla ograniczenia rozwoju flory jamy ustnej i narastania płytki nazębnej.

Płyn do płukania ust

Część bakterii jest bardzo blisko, a nawet poniżej linii dziąseł – mają tam idealne warunki do rozwoju. Niezawodnym sposobem na walkę z bakteriami jest płukanie zębów specjalnymi płynami bakteriobójczymi. Są skuteczne w 80 proc., a preparaty zawierające chlorheksydynę i oktenidynę nawet w 100 proc. Trzeba jednak pamiętać, że u niektórych osób długie stosowanie płukanek z chlorheksydyną może powodować żółknięcie zębów. Płukanie musi trwać przynajmniej pół minuty, a najlepiej minutę, aby było skuteczne. Nawet jeśli smak danego płynu jest zbyt intensywny, nie powinniśmy po nim płukać ust ani go rozcieńczać. W pierwszym przypadku pozbywalibyśmy się substancji, które jeszcze przez jakiś czas mogłyby nas chronić, a w drugim zmniejszilibyśmy skuteczność preparatu. Lepiej zmienić rodzaj środka niż stosować go nieskutecznie.

Już za tydzień:
choroby jamy ustnej

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



[illegible]

II wojna światowa

Monopol na ucieczki

Kto pamięta piękny, amerykański film „Wielka ucieczka”, który opowiada o największej w historii ucieczce jeńców wojennych? Niemal nikt nie zdaje sobie sprawy, że takie akcje były możliwe dzięki grze Monopol czy kartom do gry.



Brytyjscy jeńcy, szczególnie lotnicy, byli bardzo cenni. Ich wyszkolenie kosztowało kraj fortunę i rządu nie było stać na to, by przebywali do końca wojny w obozach. Oczywiście, sami jeńcy także nie chcieli doczekać pokonu oflagach. Wymyślali podkopy i inne metody, by się stamtąd wydostać. Problemem było jednak to, że nawet jeśli wychodzili za mury obozu, nie wiedzieli, gdzie się znajdują. Brakowało im map, kompasów itd.

Monopol z kompasem

Właśnie z myślą o nich powstały specjalnie „faszerowane” egzemplarze gry Monopol. Tradycyjne mapy były słabym rozwiązaniem dla jeńców - uciekinierów. Mokły po pierwszym deszczu i były hałaśliwe. Każde ich rozkładanie i składanie zwracało uwagę przechodniów. Agencja brytyjskiego wywiadu wpadła na pomysł, by mapy dla jeńców drukować na tkaninie. Łatwo się je rozkładało, można było zwinąć i schować. Pozostawał problem - w jaki sposób przemycić mapy do obozów jenieckich. Okazało się, że w paczkach z Czerwonego Krzyża dla jeńców można było umieszczać popularną grę planszową - Monopol. Niemcy preferowali gry planszowe, ponieważ największym zagrożeniem spokoju wśród jeńców była...nuda. Jeńcy bardziej zajęci czymkolwiek byli łatwiejsi do opanowania. Rozpoczęła się produkcja faszerowanych plansz do gry Monopol. Zajmowano się tym w niepozornym warsztacie, gdzie zatrudniono zaufanych pracowników. Ci musieli złożyć przysięgę milczenia. W plansze Monopolu wpasowywano mapy Niemiec, Włoch i Austrii. Mapki

były wręcz miniaturowe. Miały kilka centymetrów długości, ale były bardzo dokładne i ukryte pod nadrukowaną na planszy czerwoną kropką na polu „darmowy parking”. Produkcja map na tkaninach została opanowana wręcz do perfekcji. Każdy brytyjski pilot pod koniec wojny miał montowaną taką mapę w obcasie buta.

Z biegiem czasu pomysłów na ulżenie jeńcom przybywało. W piosenki do gry wkomponowano kompas. W niektórych jej egzemplarzach pionki wykonano ze złota i pokryto srebrną farbą. Mogły posłużyć jeńcom za środek płatniczy na terenach okupowanych. W grze Monopol stosuje się papierki, które mają imitować banknoty. W czasie II wojny światowej do jeńców wędrowały egzemplarze gry, w których fikcyjne banknoty były przemieszczone z oryginalnymi markami czy frankami. Aby więźniowie wiedzieli, bez konieczności rozcinania planszy, jaką mapę zawiera gra opracowano tajny, ale bardzo łatwy kod. Jeśli tzw. pole „więzienie” na planszy sąsiadowało z polem „Wolny parking” oznaczało to, że w planszy ukryta jest mapa północnej Francji itd.

Możemy zadać sobie pytanie - skąd jeńcy mogli wiedzieć o tak skrzętnie ukrytych niespodziankach w grze? Otóż byli oni informowani o tym fakcie jeszcze przed startem na swoje misje. Gdyby zostali zestrzeleni i trafili do obozu, od razu poprosiliby komendanta obozu o dostarczenie gry Monopol. Po wykorzystaniu mapy, kompasu i pieniędzy gra była palona w piecu po to, by strażnicy nie domyślili się tajem-

Fot. Karty do gry z ukrytą w nich mapą

nicy. Historycy szacują, że na 35 tysięcy alianckich jeńców, którym udało się z sukcesem uciec z obozów, co trzeci korzystał z zestawu „pomocy”, które oferowała gra Monopol. Wszyscy, którzy wiedzieli o fakcie ukrytych map i kompasów w grze musieli kolejny raz przyrzec, że nigdy o tym nie wspomną. Rząd brytyjski planował ponowne użycie Monopolu przy okazji następnej wojny. Akta dotyczące tej sprawy zostały od-tajnione dopiero po wielu latach.

Barwniki zamiast pokera

Gra Monopol nie była jedynym przedmiotem, w którym ukrywano pomoc dla jeńców. W wysyłanych do obozów papierosnicach montowano nawet małe piły i kompasy. Mapy ukrywano także w długopisach czy gramofonach. W tabliczkach czekolady przemycano kapsułki, a w nich barwniki, których używano do zmiany mundurów w ubrania cywilne.

Amerykański monopolista produkcji kart do gry wszedł we współpracę z wywiadami USA i Wielkiej Brytanii. Od tego czasu każda trafiająca do obozu jenieckiego talia kart była w rzeczywistości dokładną mapą topograficzną najbliższej okolicy. Strażnicy nie mogli łatwo wykryć karcianego podstępu, ponieważ aby z pojedynczej karty wydobyć mapę, najpierw należało ją zamoczyć w wodzie. Dopiero wówczas możliwe było zdrapanie wierzchniej warstwy papieru na karcie. Podobnie jak w przypadku map w Monopolu, także pomysły z kartami do gry z mapami zostały utajnione na wiele lat.

Piotr Wołyński

20-lecie międzywojenne

Rada dla sztuki

23 września minęła 91. rocznica ciekawego wydarzenia historycznego, jakim było powołanie i pierwsze spotkanie Pomorskiej Rady Sztuki. Zebranie odbyło się w Wąbrzeźnie.

23 września 1922 roku w sali ratusza w Wąbrzeźnie zebrało się ponad 30 malarzy, architektów, rzeźbiarzy i innych ludzi sztuki. Powitał ich starosta wąbrzeski dr Szczepański. Zgromadzonym przewodnił malarz z Krakowa Wincenty Wodzinowski. Tworzył on przede wszystkim obrazy o tematyce wiejskiej.

Rada sztuki miała m.in. opiekować się zabytkami i wytyczać kierunki dla młodszego

pokolenia artystów. W jej skład wchodził także państwowy konserwator. Wąbrzeska rada sztuki nie była jedyną w Polsce, podobne organy istniały w warszawskim, lwowskim, Zakopanem i Poznaniu.

Pomorska Rada Sztuki, mimo szumnych planów, nie zwojowała wiele, podobnie jak jej imienniczki w całym kraju.

(pw)

20-lecie międzywojenne

Starosta kontra przemysł

Mimo że w 1921 roku powiat wąbrzeski był już częścią Polski, wciąż kwitł tu przemysł. Przez byłą granicę na Drwęcy przetrucano wszystko, na czym dało się zarobić.

Skala przemytu w powiecie wąbrzeskim była ogromna. Na początku 1921 roku starosta wąbrzeski dr Szczepański w orędowaniu powiatowym ogłosił odezwę, w której apelował do wszystkich, by rozpoczęli walkę z tym zjawiskiem. Wprowadzono drastyczny sposób radzenia sobie z zawodowymi przemysłnikami, jakim było internowanie. Chodziło o to, żeby nie czekać na wyrok sądu, który i tak nie byłby zbyt dotkliwy dla

przestępcy, tylko odseparować go od społeczeństwa na jakiś czas. Nie było to może zgodne z dzisiejszym pojmowaniem praw człowieka, ale musiało zostać wprowadzone.

Przemysł nie był jedynym zmartwieniem starosty. Różnica cen zbóż po dwóch stronach Drwęcy powodowała, że powiat był areną przekrętów właśnie na zbożu.

(pw)

20-lecie międzywojenne

Nie krzyżować odznaczeń

Wspominaliśmy już na łamach CWA o mieczykach Chrobrego, które były odznakami partyjnymi Obozu Wielkiej Polski, przedwojennej organizacji prawicowej. Jedną z bardziej charakterystycznych postaci historycznych przedwojennej Wąbrzeźna uczyniła mieczyk przedmiotem wielkiej dyskusji.

Zbigniew Czarnota-Bojarski był szefem wąbrzeskiego Towarzystwa Gimnastycznego Sokół i zwolennikiem narodowych demokratów, zwanych także endekami. Po dojściu do władzy piłsudczyków, Bojarski przeszedł do opozycji. Dołączył m. in. do Obozu Wielkiej Polski - organizacji faszystowskiej, której członkowie mieli skrajnie prawicowe poglądy.

W 1934 roku Czarnota-Bojarski stał się obiektem ataków piłsudczyków, którzy wytykali mu, że chodząc po Wąbrzeźnie z wpiętym w klapę orderem Virtuti Militari, ma jednocześnie na wstążce tego odznaczenia wpięty mieczyk Chrobrego - symbol OWP. Ostatecznie, po interwen-

cji władz, szef Sokola musiał zaprzestać takiej praktyki. Prawo zabraniało łączenia odznaczeń państwowych z insygniami partyjnymi.

Niestety, ludzi pokroju Zbigniewa Czarnoty-Bojarskiego było więcej. Wincenty Witos, za czasów wojny z bolszewikami premier rządu, skończył na listach gończych, kiedy do władzy doszli piłsudczycy. Wojciech Korfanty - działacz polski na Śląsku - zmarł w 1939 roku po uprzednim aresztowaniu i więzieniu go na Pawiaku. Przykładów polskiego piekielka politycznego było więcej.

(pw)

Uprawy

Nie tylko na halloween

Mamy sezon na dynie. Niestety, to wciąż owoc przydomowych ogródków, a nie wielkopowierzchniowych upraw, chociaż ta sytuacja powoli się zmienia.

Dynia robi coraz większą karierę w polskich kuchniach jako główny składnik naszych ulubionych zapiekaneek, zup czy sałatek. W Polsce znaczenie użytkowe mają: dynia zwyczajna i dynia olbrzymia. Coraz powszechniej uprawiana jest ta pierwsza – przede wszystkim cukinia, kabaczek i patison – natomiast zainteresowanie dynią olbrzymią jest niewielkie.

Dynia najlepiej rośnie w temperaturze 20-25 st. C. Poniżej 15 st. C wzrost jest zahamowany. Rośliny potrzebują dużo wody, bo charakteryzują się płytkim systemem korzeniowym i dużą powierzchnią liści. Mają spore wymagania glebowe: najlepiej rosną na gle-

bach średnio-zwężłych, żyznych, zasobnych w łatwo przyswajalne składniki pokarmowe. Gleba powinna mieć odczyn zbliżony do obojętnego, łatwo nagrzewać się i dobrze zatrzymywać wodę. Przy odpowiednim nawożeniu i dostatecznym zaopatrzeniu roślin w wodę, wysokie plony można uzyskać także na glebach piaszczystych. Pod uprawę dyni należy wybierać stanowisko słoneczne i osłonięte od wiatrów.

Dynię uprawia się w pierwszym roku po nawożeniu organicznym zastosowanym jesienią (30-40 t/ha obornika). Nawożenie organiczne powinno być uzupełnione nawożeniem mineralnym.

Podstawowe zabiegi pielęgnacyjne w uprawie dyni to spulchnianie gleby i odchwaszczanie. Stosuje się je zwłaszcza w początkowym okresie uprawy, do czasu, aż liście osłonią glebę.

Dynię zbiera się, gdy owoce są w pełni dojrzałe, ale przed większymi przymrozkami. Okres ten przypada na koniec września. Przemarznięte owoce szybko gniją.

W tym roku uprawie dyni nie sprzyjała panująca w wielu regionach susza. Prognozuje się, że tegoroczne zbiory będą niższe od ubiegłorocznych średnio o 10 ton z hektara.

(pw)



Pole dyni

Podatki

11 kwartałów da obraz

Podatek rolny jest główną daniną płaconą przez rolników. Jest ważny dla nich także z innego powodu – trafia do gminy i de facto wraca na wieś w postaci inwestycji czy choćby idzie na utrzymanie dróg. W przepisach o podatku rolnym szykują się zmiany.

Dotychczas podstawę obliczania wysokości podatku rolnego stanowiła średnia cena skupu żyta i wielkość gruntów objętych podatkiem. W przypadku gruntów, na których są gospodarstwa rolne, podatek wynosił równowartość ceny 2,5 kwintala żyta od 1 hektara przeliczeniowego. W przypadku innych gruntów – równowartość ceny

5 kwintali żyta. Średnią cenę skupu żyta obliczało się na podstawie danych z pierwszych 3 kwartałów roku poprzedzającego rok podatkowy. Nowelizacja przewiduje wydłużenie tego okresu do 11 kwartałów, na które będą się składać 3 pierwsze kwartały roku poprzedzającego rok podatkowy oraz 8 kwartałów bezpośrednio poprzedzających rok

podatkowy. Podatek za rok 2013 będzie obliczany na starych zasadach.

Nowelizacja ma zapobiec skokom wysokości podatku rolnego. Dotychczas w jednym roku mógł być on niski, a w następnym wzrosnąć nawet o 100 proc., co denerwowało zarówno rolników, jak i samorządowców.

(pw)

Region

Energia z wiatru i słońca

14 listopada w Przysieku odbędzie się IX Forum Energetyki Odnawialnej. Zaprasza na nie Kujawsko-Pomorski Ośrodek Doradztwa Rolniczego.

Forum rozpocznie się o godz. 10.00 i towarzyszyć mu będą Targi Energetyki Odnawialnej.

Analizę wykorzystania OZE w Kujawsko-Pomorskim przedstawi Maria Sikora. O ogólnych zasadach działania fotowoltaiki i korzyściach ekonomicznych płynących z tych

instalacji opowie Vahe Yedigaryan z Olsztyna, a o eksploatacji instalacji solarnych z kolektorami płaskimi i próżniowymi – Wojciech Wójcik z Zamościa.

Możliwości finansowania inwestycji fotowoltaicznych przez Bank Ochrony Środowiska przedstawi

Marcin Głowacki, wsparcie przedsięwzięć OZE przez BGŻ omówi Joanna Janiak-Wyrośła. Będzie też mowa o zmianach w prawie energetycznym i nowych europejskich kwalifikacjach zawodowych – doradca ds. biomasy.

(red)

Dopłaty

Kurs w dobrą stronę

Rolnicy otrzymają wyższe dopłaty. Nie jest to zasługa rządu, a kursu euro, na podstawie którego przelicza się walutę na polskie złotówki.

Europejski Bank Centralny ogłosił oficjalny kurs euro, zgodnie z którym będą przeliczane i wypłacane dopłaty bezpośrednie za 2013 rok.

Kurs ten wynosi 4,2288 złotych za 1 euro i jest wyższy o 0,125 zł od ubiegłorocznego. Maksymalna łączna kwota przeznaczona na dopłaty bezpośrednie w Polsce za 2013 rok wynosi ok. 3,5 mld euro, tj. 14,8 mld złotych. Wstępnie szacowane stawki płatności

będą wynosić: Jednolita Płatność Obszarowa (JPO) – 830,30 zł/ha; uzupełniająca płatność obszarowa – do powierzchni innych roślin i do powierzchni gruntów ornych, na których nie jest prowadzona uprawa roślin – 139,39 zł/ha. To oznacza, że rolnik może otrzymać w ramach dopłat bezpośrednich za 2013 rok 969,69 zł za hektar uprawianego zboża.

(pw)

Technika rolnicza

LED podbija USA

Za oceanem farmerzy robią lifting reflektorów ciągników. Zapanowała moda na lampy typu LED.

Tego typu lampy można dawać do sprzętu rolniczego bez większej obawy o rozładowanie akumulatora. Rolników – entuzjastów ekologii zainteresuje fakt, że do produkcji LED-ów zużywa się mało szkodliwych materiałów. Wytwarzają one naturalne światło, podobne do tego, które daje słońce. LED-y pomagają także traktorzystom, ponieważ wiązka światła z diod niweluje obszary zacienio-

ne, które pojawiają się w przypadku stosowania tradycyjnych żarówek.

Już teraz za oceanem liczba montowanych w traktorach lamp typu LED rośnie lawinowo. Dostosowanie reflektorów ciągnika to technologii LED nie jest zbyt trudne, w USA kosztuje od 5 do 10 dolarów.

(pw)

Technika rolnicza

Robot posprząta

Nie są nowością kosiarki samodzielnie strzygące trawniki. Istnieją odpowiedniki tych maszyn, które służą czyszczeniu rusztów w oborach hodowlanych.

System bezściółkowy na rusztach jest alternatywą dla bardziej tradycyjnego sposobu utrzymania z wykorzystaniem ściółki, a konkretnie słomy zbożowej, która jest trudno dostępna w niektórych regionach kraju. System ten ma jedną podstawową zaletę – jest zdecydowanie mniej pracochłonny od utrzymania na ściółce. Ruszty muszą być jednak czyszczone, by zwierzęta nie poślizgnęły się na nich. Tym zajmuje się robot. Kosztuje sporo, bo ok. 40 tysięcy złotych, a jest dość filigranowy.

Maszyna porusza się po określonej trasie, przepychając odchody przez szczeliny w posadzce, po czym powraca do pozycji startowej, którą jest stacja ładowania. Po naładowaniu akumulatora robot ponownie rozpoczyna przemarsz między zwierzętami. Porusza się z prędkością 12 m/min. Wyposażony jest w dwa silniki, każdy o mocy 7 KM. Każdy z silników napędza jedno koło poprzez łańcuch.

(pw)



Robot czyszczący oborę

Karate

Bartek i Krzysztof w kadrze PFKK

Bartłomiej Zaleśkiewicz i Krzysztof Sosnówka z Wąbrzeskiego Klubu Sportów i Sztuk Walki zostali powołani na konsultacje kadry Polskiej Federacji Kyokushin Karate w Spale. Równolegle odbyło się seminarium instruktor-skie.

Seminarium i konsultacje kadry poświęcone były metodom kształtowania siły i kondycji, przydatnym w przygotowaniach do startów w zawodach. Zajęcia z kadrą prowadził Artur Wilento, który skupił się na wzmocnieniu pozycji zawodnika i walce w półdystansie. Podczas seminarium omówiono kata Pinian przed zbliżającymi się Mistrzostwami Polski Juniorów w Kaliszu. Odbyło się także

szkolenie sędziowskie poświęcone ocenie walk juniorów. Wykłady i ćwiczenia prowadził shihan Bogusław Jeremicz. Ćwiczenia związane z kształtowaniem szybkości specjalnej odbyły się pod okiem Jarosława Rogala. Zagadnienia związane z kształtowaniem cech motorycznych u dzieci przedstawił Andrzej Poczwardowski.

Dawid Otremba

OGŁOSZENIE PŁATNE

Piłka ręczna

Podział punktów nad morzem

W sobotę swoje pierwsze spotkanie w rozgrywkach II ligi kobiet zagrały szczypiornistki Vambresii Worwo. Podopieczne Bogdana Taczyńskiego po zaciętej walce zremisowały z AWFIS Łącpol Gdańsk.



Trener Bogdan Taczyński podpowiadał zawodniczkom w przerwie



PROGRAM REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



WOJEWÓDZTWO
KUJAWSKO-POMORSKIE

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO



Mój region w Europie

Wsparcie dla przedsiębiorców:

- ✓ rozpoczynających działalność gospodarczą
- ✓ rozwijających swoje firmy
- ✓ planujących inwestycje

Pożyczki inwestycyjne i obrotowe dla firm z regionu:



KUJAWSKO-POMORSKIE
dla biznesu

Poręczenia Kredytowe sp. z o.o. Inowrocław
ul. Szklarska 7

tel. 52 352 54 49, 600 263 763

Kujawsko-Dobrzyński Bank Spółdzielczy, Włocławek
ul. Żabia 6

tel. 54 231 00 85

Menadżer Funduszu Powierniczego JEREMIE
w woj. kujawsko-pomorskim:



Kujawsko-Pomorski
Fundusz Pożyczkowy

Toruń, ul. Włocławska 167, tel. 56 622 71 62

www.pozyczki.kujawsko-pomorskie.pl

Inauguracyjne spotkanie II ligi przyszło naszemu zespołowi zagrać w Gdańsku. Ciekawostką był fakt, że kierowniczką zespołu Łącpolu jest córka trenera Vambresii Marta Taczyńska. Marta jeszcze do niedawna była zawodniczką grającą, jednak kontuzja pokrzyżowała jej plany. Po raz pierwszy w historii tata i córka stanęli po przeciwnych stronach.

Mecz lepiej rozpoczęły gospodynie, które szybko osiągnęły trzybramkową przewagę. Jednak nasze zawodniczki nie pozwoliły piłkarzom AWFIS-u odejść na więcej. Dobra i agresywna gra w obronie dała rezultat jeszcze przed przerwą, kiedy nasze szczypiornistki wyszły na prowadzenie. Do przerwy wynik brzmiał 16:18 na korzyść Vambresii.

Po zmianie stron gospodynie w ciągu trzech minut doprowadziły do remisu. Potem z każdą minutą wynik zmieniał się raz na korzyść Łącpolu, raz na Vambresii. Kiedy do końca pozostała minuta, piłkarki z Gdańska wyszły na prowadzenie. Jednak nasze nie załamały się w tej sytuacji i doprowadziły w ostatnich sekundach do remisu. Ostatecznie pojedynek zakończył się sprawiedliwym 27:27. Najskuteczniejszą piłkarką po naszej stronie była Ewelina Zakrzewska, która zdobyła siedem bramek.

W sobotnim meczu nasze dziewczyny zagrały w składzie: Agata Lubowicz, Agata Brachowska, Kira Zielińska, Natalia Rusinek, Paulina Domian, Dominika Brzezińska, Klaudia Zielińska, Oliwia Krzewińska, Natalia Donarska, Ewelina Zakrzewska, Julia Prus, Agnieszka Lubańska, Karolina Rudewicz, Dagmara Żychniewicz.

Za dwa tygodnie kibice szczypiorniaka będą mogli obejrzeć nasz zespół w akcji. Vambresia zagra u siebie z Budowlanką Kościerzyna.

Dawid Otremba,
fot. nadesłane

Projekt jest finansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2007-2013 oraz ze środków budżetu państwa.

Mirpol Liga

Worwo mistrzem Wąbrzeźna

Nie było niespodzianki w ostatnim turnieju Underart/Reflex Cup. Piłkarze Worwo „rozstrzelali” rywali i sięgnęli po raz drugi w historii po tytuł mistrza Wąbrzeźna. Dobrze tego dnia zaprezentowała się Pływalia, która zajęła trzecie miejsce.

W sobotnich zawodach o końcowy sukces walczyły tylko Trops i Worwo. Zanim jednak doszło do pojedynków na szczycie, swoje mecze zagrały ekipy z grupy A. Po wyrównanych i zaciętych pojedynkach między gospodarzem – Underartem, Agro-Liderem i Pływalią, do dalszej części rozgrywek awansowały ekipy Underartu i Pływali. W grupie B zmierzyły się trzy najlepsze zespoły tego sezonu: Worwo, Trops i Katarzynki. Już po pierwszym pojedynku wiadomo było, kto będzie rozdawał karty tego dnia. Żółto-niebiescy rozbili piłkarzy Katarzynek, wygrywając 11:2. Katarzynki okazję do rehabilitacji miały już w kolejnym spotkaniu. Po wyrównanym meczu, w końcówce piłkarze Tropsu doprowadzili do remisu. Taki wynik oznaczał, że mistrzem Wąbrzeźna została ekipa Worwo, która potrzebowała awansu z grupy do końcowego sukcesu. Nie poddała to jednak odpuszczając na świeżo upieczonemu mistrzowi, który w ostatnim pojedynku grupowym nie pozostawił wątpliwości i zdemolował wicelidera 8:2.

W półfinale piłkarze Worwo, niesieni na fali sukcesu, równie wysoko pokonali dobrze dysponowaną tego dnia Pływalię 8:1. Chwilę wcześniej w meczu o awans do finału Trops ograł Underart/Reflex 11:1. W pojedynku o pułkoformę potwierdzili basenowcy, pokonując gospodarzy 6:0.

W finale trzeci raz z rzędu przeciw sobie stanęły ekipy lidera i wicelidera. Do przerwy, po голу Tomka Reiwra, prowadził Trops, ale po zmianie stron wszystko wróciło do normy. Żółto-niebiescy zaaplikowali rywalom cztery gole i przypieczętowali trzecie z rzędu zwycięstwo turniejowe oraz tytuł mistrzowski. W czterech sobotnich meczach piłkarze Worwo zdobyli łącznie 31 goli, co jest rekordem w rozgrywkach. Ostatni swój pojedynek mistrzowie przegrali 29 czerwca, po serii karnych, z Katarzynkami. Od tego

momentu pozostawali niepokonani przez 13 kolejek.

Sobotni turniej zakończył rozgrywki ligowe. Tytuł mistrza Wąbrzeźna wrócił po roku w ręce zawodników Worwo, którzy w tym sezonie byli poza zasięgiem pozostałych drużyn.

Na zakończenie zawodów organizatorzy wybrali dwóch najlepszych piłkarzy sobotniego turnieju. Zostali nimi gracze Worwo Marcin Stempski i Robert Śliwiński.

Tekst i fot.
Dawid Otremba

KOŃCOWA TABELA ORLIK MIRPOL LIGA 2013

Miejsce	Drużyna	Punkty
1	WORWO	31
2	TROPS	25
3	Katarzynki	18
4	Underart	13
5	Pływalia	7
6	Agro - Lider	2



W sobotę piłkarze Worwo potwierdzili swoją dominację w rozgrywkach, zdobywając tytuł mistrza Wąbrzeźna

Piłka nożna

Porażka trampkarzy

W niedzielne popołudnie na stadionie w Lisewie stanęły naprzeciw siebie zespoły UKS Płużnica i MKS Drwęca Gołub-Dobrzyń. Zwycięsko z tego pojedynku wyszli ci drudzy.

Początek spotkania był dość niemrawy. W pierwszym kwadransie na odnotowanie zasługują tylko dwa strzały gości. Pierwszy z nich bramkarz wybił w pole, drugi bez problemów wyłapał. W 16. minucie zrobiło się dużo ciekawiej, bo za faul na przeciwniku sędzia poddyktował rzut karny dla gości. Bez problemów został on zamieniony na bramkę. Cztery minuty później strzał przyjezdnych z daleka gol- kiper wybił przed siebie, a obrońcy oddalili niebezpieczeństwo. W 23. minucie, po rzucie różnym dla gości, napastnik posłał piłkę bardzo precyzyjnie. Przelobowała ona bramkarza i znalazła się w siatce. Chwilę później ponownie zaatakowała Drwęca, zaskakują- cy strzał z daleka obronił jednak nasz bramkarz. Po pół godzinie w końcu pojawiła się okazja dla gospodarzy. Po wyrzuceniu piłki z rzutu różnego, zawodnik UKS -u oddał strzał głową, ale piłka po- szybowała metr nad bramką. Mi- nutę później na strzał z około 25 metrów zdecydował się zawodnik gości. Futbolówka przeszła jednak obok słupka. W ostatniej minucie pierwszej połowy przyjezdni byli jeszcze raz blisko zdobycia kolej- nego gola, lecz obrońcy zażegnali niebezpieczeństwo.

Druga odsłona zaczęła się od groźnego strzału golubiaków z ostrego kąta. W 48. minucie ko- lejny rzut karny dla Drwęcy, po- nownie za faul w polu karnym. Z powodu złego ustawienia piłki ten stały fragment gry wykony- wany był dwa razy, ale z takim samym skutkiem. Wynik brzmiał już 3:0 dla Drwęcy. W 53. minucie piłkarz gospodarzy z rzutu wolne- go posłał piłkę w pole karne, ale obrońcy wybili ją na rzut różny. 64. minuta to chyba najlepsza sy- tuacja miejscowych: podanie ze skrzydła wzdłuż linii bramkowej, starcie bramkarza gości z ataku- jącym zakończone zderzeniem się obu zawodników. Piłka jednak posłana została obok bramki, więc zmiany rezultatu nie było. Trzy minuty później groźny, mierzo- ny strzał gospodarzy na bramkę bezpośrednio z rzutu wolnego, ale bramkarz zdołał sparować piłkę na rzut różny. Do końca wynik nie uległ już zmianie. Mecz zakończył się wynikiem 3:0 dla Drwęcy.

Za tydzień piłkarze z Płużni- cy zagrają ostatni pojedynek w tej rundzie. Ich przeciwnikiem w me- czu wyjazdowym będzie Saturn Ostrowite.

Dawid Otremba

Piłka ręczna

Poszło zgodnie z planem

W czwartek w Brodnicy nowy sezon 2013/14 rozgrywek młodzieżowych w piłce ręcznej o mistrzostwo województwa kujawsko-pomorskiego zainaugurowały młodzieżki rocznik 1999/00 UKS Vambresii Worwo. Wygrały oba mecze.

W pierwszym pojedynku nasz zespół pokonał, po zaciętej walce, UKS Olimpijczyk Kowalewo Po- morskie 20:13. Oba zespoły rozpo- częły to spotkanie dość nerwowo, popełniając po kilka prostych błę- dów technicznych. Jako pierwsze nerwy opanowały wąbrzeźnianki, zdobywając pierwszą bramkę do- piero w 6. minucie. Drużyna Vam- bresii Worwo przełamała rywalki z Kowalewa po kwadransie gry, zdobywając pięć bramek, tracąc dwie. Po przerwie mecz toczył się pod pełną kontrolą naszej druży- ny, która ostatecznie wygrała róż- nicą siedmiu bramek.

Drugie spotkanie, po 10- minutowej przerwie, nasza ekipa rozegrała z gospodarzem – MKS Brodnica. O tym meczu można powiedzieć, że się odbył. Zwycię- stwo 27:5 mówi wszystko.

– Rozpoczęliśmy sezon zgod-

nie z planem. Spodziewaliśmy się zwycięstwa w Brodnicy i cel ten osiągnęliśmy. Zawodniczkom na- leżą się brawa za zaangażowanie i grę – komentuje trener Jarosław Rutkowski.

Drużyna UKS Vambresia Worwo Wąbrzeźno wystąpiła w składzie: Aleksandra Sumińska, Weronika Dąbrowska, Zuzanna Rutkowska, Joanna Kwiatkow- ska, Olga Wartecka, Joanna Król, Patrycja Kłosińska, Paulina Łu- czyńska, Katarzyna Kucharczyk, Klaudia Klimek, Julia Gronowska, Weronika Weber, Lucyna Sobec- ka. Trenerzy Jarosław Rutkowski, Maciej Wiliński.

Kolejny turniej odbędzie się 1 grudnia w Kowalewie Pomor- skim. Gospodarzem ostatniego będzie UKS Vambresia (19 stycz- nia).

Dawid Otremba

Lekkoatletyka

Sztafetowe bieganie

10 października na Podzamczu odbyły się Mistrzostwa Powiatu w Sztafetowych Biegach Przelajowych. W zawodach rywalizowały reprezentacje szkół podstawowych, gimnazjów oraz szkół średnich.

Organizatorzy przygotowali do startujących różne dystanse. Najmłodszy biegacz z podstawówek mieli do pokonania 8x800 metrów, zarówno dziewczęta jak i chłopcy, uczniowie gimnazjów 10x800 m. Najdłuższy dystans czekał chłopców ze szkół średnich, którzy biegali 10x1000 metrów (dziewczęta 10x800 metrów).

Zwycięską reprezentacją dziewcząt wśród podstawówek były uczennice ze szkoły w Ryńsku. Bieg chłopców wygrali reprezentanci wąbrzeskiej „trójki”. Rywalizację gimnazjalistów zdominowali uczniowie z gimnazjum w Wąbrzeźnie, którzy wygrali obie sztafety: żeńską i męską. W kategorii szkół ponadgimnazjalnych

najlepiej spisały się reprezentantki wąbrzeskiego liceum i chłopcy z ZSZ we Wroniu.

Zwycięskie sztafety zakwali-

fikowały się do finału wojewódzkiego, który odbędzie się 22 października w Bydgoszczy.

Tekst i fot. Dawid Otremba



Zwycięzcy pojadą na finały do Bydgoszczy

Piłka nożna

Rozgromili torunian

W niedzielę najmłodszy piłkarze wąbrzeskiej Unii podejmowali ekipę Włóknarza Toruń. Orlicy rozgromili przeciwnika.

Od początku pojedynku widoczna była przewaga naszej drużyny. Z każdą kolejną minutą piłkarze Unii spychali przyjezdnych do głębokiej defensywy. Na efekty nie trzeba było długo czekać. Do przerwy nasi zawodnicy strzelili rywalom pięć goli, po przerwie dołożyli kolejnych siedem, tracąc jednego. Ostatecznie wysoko pokonali torunian 12:1. Bohaterem spotkania został zdobywca sześciu bramek Jakub Nowak.

Za tydzień orlicy zagrają ostatni mecz w tej rundzie na wyjeździe z Golem Brodnica.

Tekst i fot. Dawid Otremba



Wąbrzeźnianie pewnie i wysoko pokonali kolegów z Torunia

Piłka nożna

Remis w pojedynku na szczycie

W sobotę młodzi piłkarze Unii rozegrali kolejne spotkanie ligowe. Przeciwnikiem naszej drużyny był Piłkarz Golub-Dobrzyń, który przyjechał do Wąbrzeźna z kompletem zwycięstw na koncie.

Pierwsza połowa meczu to zdecydowana przewaga naszego zespołu, który po dwóch bramkach Jakuba Sajdy prowadził pewnie 2:0. W końcówce, po błędzie defensywy, Unia straciła bramkę.

Druga odsłona rozpoczęła się pechowo. Przyjezdni szybko doprowadzili do remisu po rzucie rżnym. Po stracie bramki gra się wyrównała i zaostrzyła. Przeciwnicy nie przebiegali w środkach i niekiedy miało się wrażenie, że piłka ich wcale nie interesuje. Sędzia jednak nie reagował. Nawet wtedy, kiedy trzykrotnie wychodzącego sam na

sam z bramkarzem Sajdę w bezparadonowy sposób faulowali obrońcy gości. Nie było kar, nie było wykluczeń. – Remis pozostawia pewien niedosyt, bo byliśmy lepsi i powin-

nyśmy ten mecz wygrać – skomentował na zakończenie trener młodziaków Sebastian Isbrandt.

Dawid Otremba, fot. nadesłane



Mimo remisu, zawodnikom Unii dopisywały humory

Piłka nożna

Sprawdzili formę

W niedzielę, korzystając z wolnego terminu, futboliści Szkółki Piłkarskiej Książki rozegrali mecz sparingowy z MKS Orlik Grudziądz. W ramach rewanżu młodzieży zawodnicy szkółki za dwa tygodnie pojadą na mecz do Grudziądza.

Założeniem spotkania testowego było przypomnienie sobie gry z dwóch meczów wygranych w lidze, dopracowanie taktyki i skuteczności. Część tych planów udało się zrealizować, bo momenty fajnej i przyjemnej dla oka gry w meczu się pojawiły. Niestety, jak zwykle zawodnicy nie uniknęli błędów w obronie, co jest ich piętą achillesową.

W niedzielnym meczu bram-

ki dla Książek zdobyli: Kacper Tylman, Adrian Suchocki, Maciej Michewicz oraz Mikołaj Kowski. Swoje sytuacje mieli Jakub Komorowski, Alan Rużycki, Kacper Belejowski, Miłosz Kryniecki oraz Dominik Śliwa. Ostatecznie pojedynek zakończył się wysoką wygraną piłkarzy z Książek 15:4, co jest dobrym prognostykiem przed kolejnym meczem ligowym.

Dawid Otremba

Piłka nożna

Wyjazdowa trauma

W sobotę przed południem seniorzy wąbrzeskiej Unii zegrali piąty w tym sezonie mecz wyjazdowy. Niestety, kolejny raz wrócili na tarczę. Zabrakło skuteczności.

Pojedynek zaczął się od agresywnej gry naszego zespołu. Gospodarze szybko się jednak otrząsnęli i już w 7. minucie wyszli na prowadzenie za sprawą Filipa Felca, który ograł naszego obrońcę i z ostrego kąta zdobył bramkę. Po stracie gola to dalej Unia była drużyną lepszą, jednak nasi piłkarze nie potrafili zamienić akcji na gola. Swoje szanse mieli Isbrandt i Bartek Rybszleger. Najlepszą okazję do remisu zmarnował ten drugi w 40. minucie gry, kiedy to w sytuacji sam na sam z bramkarzem Mustanga strzelił mocno, ale niecelnie.

Po przerwie unicy śmiej zatakowali, dążąc do wyrównania, jednak akcje naszego zespołu nie mogły zaskoczyć dobrze zorganizowanej obrony gospodarzy. W końcówce spotkania drugą żółtą i w konsekwencji czerwoną kartką ukarany został zawodnik Mustan-

ga. Mimo gry w przewadze, unitom nie udało się doprowadzić do remisu, w efekcie czego kolejny raz nie zdołali zdobyć punktów na wyjeździe. Wąbrzeźnianie zegrali lepszy mecz niż tydzień temu z Serockiem. Nie wystarczyło to jednak, by urwać punkty piłkarzom z Ostaszewa.

Mimo porażki, Unia utrzymała szóstą pozycję w tabeli. Za tydzień na boisku w Wąbrzeźnie nasi piłkarze zmierzą się z ekipą Strażaka/Wdy Przechowo, która w tej kolejce pokonała Chemika Bydgoszcz.

Dawid Otremba

Mustang Ostaszewo	Unia Wąbrzeźno
1	0
Unia: Zubrzycki - Gościński (75 Marszałek), J. Rybszleger, Nowacek, Kalinowski, Szajder, Kamycki, B. Rybszleger (65 Gola), Kamycki, Olszewski (85 Hanczyk), Isbrandt.	

Piłka nożna

Cenna wygrana młodzików

W sobotnie południe drużyna młodzików UKS zmierzyła się na własnym boisku z ekipą Pomorzanina II Toruń. Płużniczanie zapewnili sobie zwycięstwo dopiero w drugiej połowie spotkania.

Gospodarze przystąpili do meczu bardzo skoncentrowani. Od początku pojedynku był wyrównany. Każda ze stron miała szanse na otwarcie wyniku, jednak pierwsza połowa zakończyła się bezbramkowym remisem. Drugą lepiej rozpoczęli gospodarze. Przejęli oni inicjatywę i śmiej zatakowali bramkę przeciwnika. Efektem tego była bramka Karola Butryna. Dobrze funkcjonująca obrona

Płużnicy nie pozwalała gościom na zbyt wiele. Na dziesięć minut przed końcem spotkania gospodarze dołożyli drugą bramkę. Dobrze dośrodkowanie Huberta Cieślaka z rzutu różnego wykorzystał Bartek Antolak.

W następnej kolejce zawodnicy UKS-u pojadą powalczyć z wiceliderem rozgrywek, ekipą Piłkarza Golub-Dobrzyń.

Dawid Otremba