



REKLAMA W CWA
tel. (56) 682 26 80

POWIAT

**Z kanapą
do punktu zbiórki**

str. 5

WĄBRZEŻNO

**Rozwijaj
swoje pasje**

str. 4

WĄBRZEŻNO

**Kolejna udana
impreza pod
znakiem fitness**

str. 20

ŻUŻEL

**Rozdajemy bilety
na jutrzejszy mecz!
Przyslij
do nas maila**

str. 18

ŚRODA

14 sierpnia
2013

nakład 2200 egz.
ISSN: 2080-0878

1,49zł

w tym 5% VAT

nr 33/2013 (229)

CWA



TYGODNIK REGIONU WĄBRZESKIEGO

Wąbrzeźno

Piesi kontra rowerzyści

W naszym mieście przybędzie 6 km ścieżek rowerowych. Warto zastanowić się, czy spacerując już po tych istniejących nie stwarzamy zagrożenia dla siebie i rowerzystów.

Zasada poruszania się po ścieżkach rowerowych jest prosta jak konstrukcja cepa. Jeśli ścieżka jest podzielona na dwie części: pieszą i rowerową, to ten drugi ciąg wyłożony jest kostką czerwonego koloru i oznaczony poziomymi znakami namalowanymi na kostce. Rowerzyści i piesi powinni trzymać się swoich części. Podczas ok. 20-minutowej przechadzki po ścieżce wzdłuż Jeziora Zamkowego, gdzie ruch wieczorami jest duży, zaobserwowaliśmy m. in. osoby spacerujące z psami po części dla rowerów, grupy ludzi idące na szerokości całej ścieżki, małe dzieci - co prawda w towarzystwie rodziców - ale biegające po obu częściach ścieżki w czasie wzmożonego ruchu rowerowego.

- Pieszy wszedł mi pod koła. Zwróciłem mu uwagę, że porusza się po części przeznaczonej dla rowerów i stwarza zagrożenie. Mężczyzna, który zresztą był pod wpływem alkoholu użył takich słów, że ich nie przytoczę. Ludzie się chyba jeszcze nie przyzwyczaili do ścieżek rowerowych - opowiada 20-letni Damian, którego spotkaliśmy na ścieżce biegnącej wzdłuż ulicy Kiedrowskiego.

Ze ścieżek rowerowych codziennie korzysta też Ewa Golba.

- Zdarza się, że piesi chodzą po części dla rowerów, ale za pomocą dzwonka sygnalizuję, że jadę lub ich po prostu wymijam. Na szczęście nigdy mi się nie zdarzyło kogoś potrącić. Ścieżki to naprawdę dobre rozwiązanie dla rowerzystów, są o wiele bezpieczniejsze niż jezdnia - mówi pani Ewa.

Za chodzenie po trasie dla jednośladów grozi 50-złotowy mandat.

- Musimy pamiętać, że ścieżka rowerowa to nie jest miejsce do zabawy, ale ciąg komunikacyjny. Tam odbywa się ruch i może dojść do wypadku. Spacerując ścieżkami powinniśmy trzymać się części dla pieszych - mówi Krzysztof Grzybek, komendant Straży Miejskiej w Wąbrzeźnie. - Na odcinkach dróg, gdzie są wybudowane ścieżki rowerowe, cyklista ma obowiązek z nich korzystać. Jeśli będzie się poruszał jezdnią, może

zostać ukarany mandatem. My na razie informujemy jak należy bezpiecznie korzystać ze ścieżek i pouczamy tych, którzy robią to nieprawidłowo. Za to osoby, które zatrzymują się na ścieżce samochodem lub innym pojazdem mechanicznym nie mają co liczyć na pouczenie. Grozi im mandat do 500 zł. Były już przypadki uszkodzenia nawierzchni w ten sposób. Sprawca uszkodzenia ponosi też koszty naprawy. Żeby zapobiec dewastacji, regularnie kontrolujemy ścieżki.

dokończenie na str. 5

REKLAMA



- Ścieżki to naprawdę dobre rozwiązanie dla rowerzystów, są o wiele bezpieczniejsze niż jezdnia - mówi Ewa Golba

REKLAMA

Gospodarstwo Szkółkarskie
GORGOLEWSKY

Drzewa i krzewy ozdobne

- formy szczepione, formowane okrywowe, żywopłotowe ...
- ponad 200 odmian w ofercie

**najniższe
ceny**



Ryńsk k/Wąbrzeźna

gorgolewscy.pl

tel. (56)688-52-78; 608-556-285

kredyty gotówkowe

**SEZON NA
GOTÓWKĘ!**

Weź **szybki kredyt**
i ciesz się urokami lata!

Zapraszamy do oddziału
Santander Consumer Banku
w Wąbrzeźnie ul. Kościuszki 2a
czynny pon.-pt.: 9:00-17:00

Infolinia:
195 00
KOSZT POŁĄCZENIA ZGODNY
Z TARYFĄ OPERATORA

Santander
CONSUMER BANK

santanderconsumer.pl

Bank dla Twoich pomysłów

Powiat

Wakacyjny włam

Na dość dziwny sposób zabicia wakacyjnej nudy wpadła trójka nastolatków, którzy w czwartek włamali się do jednego z domków letniskowych w Owieczkowie (powiat golubsko-dobrzyński).

Dzielnicy, którzy przejeżdżał wieczorem przez Owieczkowie, zauważył trzech chłopców w wieku od 11 do 14 lat. Na widok policji nastolatki wyrzucili w trawę łup pochodzący z kradzieży. Jeszcze wtedy nie

było wiadomo, że włamali się do jednego z domków letniskowych. Okazało się to dopiero wtedy, gdy policjanci zauważyli, że w oknie domku brakuje zabezpieczającej je pleksy.

Chłopcy przyznali się do winy.

Przywłaszczyli sobie noże, latarkę i klucze do łódki. W towarzystwie rodziców tłumaczyli się w komendzie policji. Teraz mieszkańcy powiatu wąbrzeskiego staną przed sądem.

(pw)

Powiat

Przestraszyła się i wezwała pomoc

Trzy godziny policjanci i strażacy szukali kobiety, która twierdziła, że zgubiła się w lesie.

W czwartek po godzinie 22.00 kobieta telefonicznie poinformowała wąbrzeskich policjantów, że zgubiła się w lesie i potrzebuje pomocy. Połączenie zostało przerwane, a telefon zaginionej nie odpowiadał. Policjanci udali się na poszukiwania kobiety. Do akcji włączyli się strażacy oraz okolicz-

ni mieszkańcy. Akcja trwała ponad trzy godziny. Po upływie tego czasu zaginiona zadzwoniła i przeprosiła za spowodowanie, jak to delikatnie określiła, zamieszania. Okazało, że zadzwoniła na policję, bo przestraszyła się przejeżdżającego obok niej samochodu. Do domu trafiła bez problemu. Była

pod wpływem alkoholu.

Za spowodowanie fałszywego alarmu odpowie przed sądem. Grozi jej kara aresztu, ograniczenia wolności albo grzywny do wysokości 1,5 tys. zł. Sąd może również orzec nawiązkę w wysokości 1 tys. zł

oprac. (pg)

Wąbrzeźno

Wąbrzeźno ekologiczną stolicą

Miasteczko ekologiczne dla dzieci, quizy, zabawy konferencja na temat gospodarowania odpadami – 27 września Wąbrzeźno na jeden dzień stanie się ekologiczną stolicą regionu. A już teraz ruszają trzy konkursy.

Piknik „Eko-miasteczko” rozpocznie się o godz. 10.00 i potrwa do godz. 15.00. Jeśli pogoda dopisze, impreza odbędzie się na Placu Jana Pawła II, gdyby padało, to w Wąbrzeskim Domu Kultury. W programie m. in. gry, quizy i zabawy, dzięki którym dowiemy się więcej na temat właściwych zachowań ekologicznych.

Imprezie będzie towarzyszyła konferencja w WDK, w której wezmą udział m.in. przedstawiciele samorządów, służb porządkowych, sanitarnych i oświaty z powiatów wąbrzeskiego i golubsko-dobrzyńskiego oraz reprezentanci Wojewódzkiego Inspektoratu Ochrony Środowiska, Departamentu Środowiska Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego. Tematem przewodnim konferencji jest gospodarka odpadami. Osoby zainteresowane udziałem w spotkaniu formularz

zgłoszeniowy znajdą na stronie internetowej urzędu miasta: www.wabrzezno.com.

W ramach przedsięwzięcia ogłoszono trzy konkursy skierowane do uczniów miejskich szkół podstawowych: „Śmieciaki – cudaki” – dla dzieci w wieku przedszkolnym, „Eko-roboty” – dla dzieci z klas I – III, oraz „Moda ekologiczna” – dla uczniów klas IV – VI. Regulaminy znajdują się na stronie internetowej ratusza. Autorzy najlepszych prac zostaną zaproszeni na scenę „Eko-miastecz-

ka”, otrzymają dyplomy i nagrody rzeczowe.

Organizatorem imprezy jest Polska Fundacja Ochrony Zasobów Wodnych w ramach regionalnego projektu EKO-MIASTO.

(pg)



REKLAMA

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

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

DORADZTWO BEZPŁATNE!

PŁATNOŚĆ WYŁĄCZNIE PO UZYSKANIU ODSZKODOWANIA

POTRZEBUJESZ PROFESJONALNEJ POMOCY? DZWOŃ! tel. 608 380 227

Wąbrzeźno

Jarmark staroci

Po raz kolejny do naszego miasta zjadą miłośnicy bibelotów i staroci.



Jarmarki staroci cieszą się wśród wąbrzeźnian sporym zainteresowaniem

Jarmark staroci odbędzie się 1 września w godz. 9.00-14.00 na Placu Jana Pawła II. Swoje skarby wystawi kilkunastu kolekcjonerów z regionu. Miłośnicy przedmiotów z historią będą mogli wy-

mienić się, kupić lub sprzedać m. in. monety, znaczki, figurki, stare radiodiodniarki, zegarki i lampy. Spacer między straganami umili występ kapeli podwórkowej.

(pg), fot. archiwum

PLAN ZAJĘĆ WAKACYJNYCH

DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

GMINNY OŚRODEK KULTURY W KSIĄŻKACH

13-16 SIERPNIA 2013

WTOREK | ŚRODA | PIĄTEK

**GRY I ZABAWY KREATYWNE
NA ŚWIEŻYM POWIETRZU**

13:00-16:00

**DMUCHANY ZAMEK JUNGLE SPEED
FASOLKI DOBBLE MAFIA**

**ZAJĘCIA POPROWADZĄ INSTRUKTORZY
GOK W KSIĄŻKACH**

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.

Powiat

Uwiecznij wakacyjne wspomnienia

Już za 2,5 tygodnia tegoroczne wakacje będą tylko wspomnieniem, ale dzieci mogą je uwiecznić na papierze i przesłać na konkurs plastyczny „Wakacyjna przygoda”.

Konkurs adresowany jest do dzieci w wieku przedszkolnym oraz uczniów szkół podstawowych. Zadanie polega na wykonaniu pracy plastycznej dowolną techniką, przedstawiającej ciekawe wspomnienie wakacyjne. Następnie trzeba ją dostarczyć lub nadesłać do Wąbrzeskiego Domu Kultury (ul. Wolności 47, 87-200 Wąbrzeźno) w terminie do 26 września.

Wręczenie nagród laureatom konkursu, połączone z otwarciem wystawy, odbędzie się 3 października o godz. 16.00. Regulamin konkursu dostępny jest na stronie internetowej WDK: www.wdkwa-brzeznio.pl.

(pg), fot. archiwum „CWA”



Wręczenie nagród laureatom konkursu połączone z otwarciem wystawy odbędzie się 3 października

Wąbrzeźno

Targowisko w budowie

Prace na wąbrzeskim targowisku idą pełną parą. Obecnie trwa tam budowa kanalizacji deszczowej.

Kiedy w drugiej połowie lipca sprawdzaliśmy, jakie nastroje panują wśród handlowców, którzy musieli przenieść się na tymczasowe targowisko na boisku „Malta”, martwili się najbardziej, że zstanie ich tam zima. Wykonawca ma czas na przebudowę targowiska do grudnia, ale jak dowiedzieliśmy się w urzędzie miasta ustnie deklarował, że będzie starał się skończyć jak najszybciej, tak, by handlowcy mogli tam wrócić już w październiku. Kierownik budowy potwierdził, że ten termin jest całkiem realny, o ile robotnicy nie natrafiają na żadne niespodzianki.

Jak na razie prace przebiegają sprawnie. Obecnie na targowisku budowana jest kanalizacja deszczowa.

Nowoczesny rynek będzie podzielony na dwa sektory: rolno-spożywczy (ok. 50 proc. całej powierzchni) i chemiczno-odzieżowy. Powierzchnia handlowa będzie w większości zadaszona. Cały teren zostanie utwardzony, ogrodzony, oświetlony i objęty monitoringiem. Będą miejsca parkingowe i postojowe dla samochodów dostawczych.

Charakterystycznym elementem targowiska będzie brama wjazdowa z logiem „Mój rynek”.

Całkowity koszt inwestycji to ponad 2 mln 200 tys. zł. Dotacja przyznana przez zarząd województwa w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich to 1 mln zł.

(pg), fot. nadesłane



Obecnie na wąbrzeskim targowisku trwa budowa kanalizacji deszczowej

Powiat

Internet oknem na świat

76 mieszkańców naszego powiatu jeszcze w tym roku otrzyma komputery i będzie mogło korzystać za darmo z internetu. A to wszystko w ramach programu realizowanego przez Urząd Marszałkowski.

Na zasadzie deklaracji do projektu przystąpiła gmina Płużnica. Tam 13 mieszkańców otrzyma sprzęt. Miasto i gmina Wąbrzeźno zostały rekomendowane przez Caritas. Komputery trafią do 22 mieszkańców miasta i do 11 gospodarstw domowych na wsi. Gminy Książki (16 osób) i Dębowa Łąka (14 mieszkańców) zostały dołączone w ramach Funduszu Wsparcia.

Sprzęt otrzymają niezamożne rodziny oraz osoby niepełnosprawne, w tym niewidome i niedowidzące. Uczestnicy programu przez 7 lat nie będą też płacić za dostęp do sieci.

Wszyscy korzystający z programu w najbliższym czasie zostaną zaproszeni do udziału w bez-

płatnych szkoleniach, a w ich domach pojawią się technicy montujący i konfigurujący sprzęt. Na przeprowadzenie tej operacji wyłoniona w przetargu firma ma sto dni. 1 grudnia osoby objęte programem powinny już zacząć serfować po sieci.

Urząd Marszałkowski realizuje projekt wspólnie z samorządami gmin, Polskim Związkiem Nievidomych i Caritas Polska. Środki pochodzą z puli Programu Operacyjnego Innowacyjna Gospodarka, a także budżetu samorządu województwa i budżetów gmin, które przystąpiły do projektu na zasadzie deklaracji. Koszt przedsięwzięcia to 26 milionów złotych.

(pg)

Wąbrzeźno

Toruńska twierdza na fotografii

Bogata militarna przeszłość twierdzy toruńskiej w obiektywie Franciszka Kazimierskiego – to temat wystawy fotograficznej w Wąbrzeskim Domu Kultury.

Wystawę zatytułowaną „Twierdza Toruń” będziemy mogli oglądać w WDK od 12 września.

Franciszek Kazimierski fotografią zajmuje się od ponad 40 lat. Jest samoukiem i pasjonatem fotografii oraz członkiem Stowarzyszenia Twórców Fotoklub Rzeczypospolitej Polskiej. Pan Franciszek służył w policji i zajmował się fotografią kryminalistyczną. Jest współautorem publikacji „Krótka broń palna. Zagadnienia wybrane”.

Za swoje zdjęcia zdobył wiele nagród i wyróżnień. „Twierdza Toruń” to druga indywidualna wystawa związana z Toruniem. Na ekspozycji zobaczymy warownię i ich różne elementy.

(pg), fot. nadesłane



Bogata militarna przeszłość twierdzy toruńskiej w obiektywie Franciszka Kazimierskiego

Religia

Przyjedź do Matki Boskiej

Czwartek to święto Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny. Tłumy wiernych przybędą do Obór w powiecie golubsko-dobrzyńskim, by posłuchać kazania biskupa Piotra Libery i wziąć udział we wprowadzeniu do kościoła relikwiarza z kroplą krwi bł. Jana Pawła II.

Kulminacyjnym punktem uroczystości będzie suma odpustowa, która rozpocznie się punktualnie w południe. Kazanie wygłosi biskup Piotr Libera. Dla Obór tegoroczny odpust będzie wyjątkowy także ze względu na szczególny dar kardynała Stefana Dziwisza. Przekazał on do sanktuarium relikwię błogosławionego Jana Pawła II. Jest to mała kapsuła zawierająca kroplę krwi polskiego papieża. Relikwia zostanie umieszczona w spe-

cialnym relikwiarzu przedstawiającym postać Jana Pawła II ze szkaplerzem karmelitańskim na piersiach. U dołu relikwiarza znajduje się napis: „Pielgrzymom do Matki Boskiej Bolesnej w Oborach z serca błogosławieństwo. Jan Paweł II, papież”. Słowa te Ojciec Święty nakreślił własnoręcznie 3 maja 1982 roku. 15 sierpnia relikwie zostaną wprowadzone do oborskiego kościoła.

W związku z odpustem w Oborach spodziewane są tłumy pielgrzymów. Większa część z nich do sanktuarium przybędzie własnymi samochodami. Policja informuje o możliwych utrudnieniach w ruchu między 7.00 rano a 16.00. Szczególnie obciążone będą drogi przebiegające przez Stalmierz, Chojno (powiat lipnowski) i Ugoszcz (powiat rypiński).

(pw)

Wąbrzeźno

Rozwijaj swoje pasje

Masz pasje, talent, zainteresowania i chciałbyś je rozwijać? Sprawdź czy pomoże ci w tym Wąbrzeski Dom Kultury.

Wąbrzeski Dom Kultury ma w swojej ofercie zajęcia dla dzieci, młodzieży i dorosłych. W tym roku przygotował dwie całkiem nowe propozycje: zajęcia baletowe i sekcję mażorettek. Pierwsza skierowana jest do dzieci od lat 4. Zajęcia baletowe rozwijają m.in. koordynację ruchową, poczucie rytmu i wrażliwość muzyczną, przygotowują do nauki każdego innego tańca. Nauka baletu jest płatna: 60 zł na miesiąc. Sekcja mażorettek to oferta adresowana do gimnazjalistek, które lubią taniec i dobrą zabawę. Uczestniczki nauczą się układów taneczno-marszowych, które będą prezentować w rytm muzyki orkiestry dętej podczas parad publicznych czy też pokazów estradowych. Zajęcia są bezpłatne.

Osoby z dobrym słuchem muzycznym, które chciałyby grać na instrumentach dętych np. trąbce, puzonie czy saksofonie, mogą zapisać się do orkiestry dętej. Dostaną instrument, nauczą się grać w orkiestrze i chodzić w musztrze parady. Do tego nie będzie ich to nic kosztować.

Bezpłatne są również zajęcia taneczne, których uczestnicy będą poznawać podstawy tańca nowoczesnego i hip-hopu. Płacić nie trzeba także za udział w spotkaniach koła plastycznego i szachowego oraz Teatru Studio Form Niezależnych. Ta ostatnia propozycja adresowana jest głównie do młodzieży gimnazjalnej i uczniów szkół ponadgimnazjalnych, którzy chcą uczestniczyć w realizacji happeningów, flash mobów, performansów i musicali.

Dla tych, których interesuje tradycyjne aktorstwo odpowiednie będzie koło teatralne. Nauczą się czystej, poprawnej wymowy oraz właściwej modulacji głosu. Uczestnicy zajęć będą brali udział w scenkach teatralnych. To wszystko za 20 zł miesięcznie.

Miłośnikom śpiewania WDK oferuje zajęcia wokalne prowadzone przez wykwalifikowanego instruktora. W programie: zagadnienia związane ze śpiewem solowym i estradą, pogłębianie formy śpiewu zespołowego, wielogłosowego w małej, kilkunastoosobowej grupie uczniów posiadających słuch wysokościowy, kształtowanie upodobań, zamiłowań muzycznych, głosu i umiejętności posługiwania się nim. Opłata za semestr to 50 zł. Tyle samo kosztują spotkania koła gitarowego, prowadzone przez zawodowego muzyka, współpracującego z Fil-

harmonią Pomorską w Bydgoszczy. Do pań skierowane są zajęcia Klubu Aktywnych Kobiet. Uczestniczki poznają podstawy gimnastyki rekreacyjnej oraz uczą się relaksu. Kartę uprawniającą do ośmiu wejść na zajęcia kosztuje 20 zł.

Wąbrzeski Dom Kultury ma też ofertę dla osób przeżywających drugą młodość. Pierwsza to Klub Seniora „Echo”. To nie tylko spotkania przy kawie i ploteczkach, ale również możliwość wyrażenia swojej artystycznej duszy w zespole „Wesoła ferajna” czy w kabarecie „Kochani”. Seniorzy występują na różnego rodzaju przeglądach oraz imprezach okolicznościowych. WDK organizuje też uczestnikom kwartalne urodziny, na których wszyscy solenizanci otrzymują

prezenty. W klubie nie brakuje również wyjazdów krajoznawczych, spotkań okolicznościowych typu andrzejki, sylwester, wigilia. Zajęcia są bezpłatne.

Druga propozycja dla dojrzałych to Uniwersytet Trzeciego Wieku. Oprócz ciekawych wykładów, słuchacze mają możliwość uczestniczenia w lekcjach języka angielskiego, kursie komputerowym, pływania oraz wycieczkach. Opłata za semestr wynosi 50 zł.

Nabór na zajęcia organizowane przez WDK trwa do 19 września. Bliższych informacji udziela Dział Animacji Kultury, ul. Wolności 47, tel. 56 688 17 27 wew. 24, animacja@wdkwabrzeźno.pl.

(pg), fot. archiwum „CWA”, WDK



Jeśli chcesz się nauczyć tańca nowoczesnego i hip-hopu zapisz się na zajęcia. Zespoły taneczne działające przy WDK mają na koncie dużo sukcesów



Lubisz improwizować? Teatr Studio Form Niezależnych jest dla ciebie

Wąbrzeźno

Nowe wsparcie dla przedsiębiorców

Wąbrzeźno przymierza się do przystąpienia do programu wspierania mikro-, małych i średnich przedsiębiorstw „Samorządowa Polska”. Chodzi o to, by ułatwić im dostęp do pieniędzy na rozwój. Trwają konsultacje społeczne w tej sprawie.

Jeśli miasto podpisze umowę z Krajowym Funduszem Poręczeńiowym „Samorządowa Polska”, zostanie zawiązany Lokalny Fundusz Pożyczkowy „Samorządowa Polska” Wąbrzeźno Sp. z o.o.

Będzie on miał za zadanie wspieranie rozwoju mikro-, małych i średnich przedsiębiorców, zarejestrowanych w Wąbrzeźnie, poprzez udzielanie im pożyczek na preferencyjnych warunkach na cele związane z podejmowaniem i prowadzeniem działalności gospodarczej. LFP wesprze także wszelkie przedsięwzięcia i inicjatyw służące rozwojowi przedsiębiorczości. Firmy będą mogły starać się o pożyczkę w wysokości do 25 tys. euro. Spłata kapitału podlegała będzie odroczeniu na wiele lat, przedsiębiorca ma spłacać na bieżąco jedynie odsetki. Fundusz pieniądze na udzielanie pożyczek będzie pozyskiwał z Unii Europejskiej.

Taka forma pomocy przedsiębiorcom ma służyć m. in. wzrostowi zatrudnienia poprzez tworzenie nowych miejsc pracy, a co za tym idzie zmniejszeniu bezrobocia w mieście, wzrostowi aktywności

gospodarczej przedsiębiorców, prowadzącego do zwiększenia wpływów podatkowych do budżetu miasta.

Inicjatorem Programu „Samorządowa Polska” jest Związek Rzemiosła Polskiego.

Projekt uchwały w sprawie przystąpienia Wąbrzeźna do Lokalnego Funduszu Pożyczkowego „Samorządowa Polska” oraz Krajowego Funduszu Poręczeńiowego „Samorządowa Polska” został oddany do konsultacji społecznych. Swoje opinie, uwagi i propozycje mieszkańcy miasta mogą wyrazić do 16 sierpnia. Można to zrobić za pomocą ankiety dostępnej na stronie internetowej urzędu miasta: www.wabrzeźno.com lub w sekretariacie ratusza (ul. Wolności 18, pok. nr 20). Wypełnione formularze należy zostawić w sekretariacie, a te w wersji elektronicznej należy przysyłać na adres: sekretarz@wabrzeźno.com.

Informacji udziela Dorota Stempska – sekretarz miasta, tel. 56 688 45 32.

(pg)

Wąbrzeźno

Poprawne rozliczenie

Otrzymanie dotacji z Unii Europejskiej to dopiero połowa sukcesu. Ważne jest poprawne rozliczenie projektu. Często bywa to trudniejsze niż samo przygotowanie wniosku. Jak sobie z tym poradzić, dowiedzą się uczestnicy bezpłatnego szkolenia w wąbrzeskim ratuszu.

Szkolenie skierowane jest do organizacji pozarządowych i podmiotów wymienionych w ustawie o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. Tematyka będzie obejmować zakres realizacji zadań publicznych oraz sposób rozliczania otrzymanej dotacji. Spotkanie odbędzie się 9 września w godz. 10.00-13.00 w Urzędzie Miasta Wąbrzeźno, w sali nr 19. Poprowadzi je audytor Emilia Niklas.

Zgłoszenia do udziału w szkoleniu należy przysyłać do 26 sierpnia na adres: jankowska@wabrzeźno.com. W e-mailu należy podać

imię i nazwisko, nr telefonu, nazwę organizacji oraz adres poczty elektronicznej.

(pg)

REKLAMA



Kop Masz

USŁUGI WOD-KAN

MELIORACJE

KOPANIE STAWÓW

www.kop-masz.pl

biuro@kop-masz.pl

tel. 56/ 678 98 42

kom. 728 149 424

Wąbrzeźno

Ze starą kanapą do punktu zbiórki

Nie wiesz co zrobić ze starą kanapą, lodówką czy gruzem? Możesz oddać je do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych.

Obowiązek tworzenia Punktów Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych narzuciła na samorządy ustawa śmieciowa. To tam można oddać bez żadnych opłat m.in. odpady wielkogabarytowe takie jak stoły, szafy, krzesła, sofy, dywany, wózki dziecięce, materace, zabawki dużych rozmiarów,

zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny oraz cegły i gruz.

– Ważne, żeby to był czysty gruz, bez drewna i plastiku, taki, który można przerobić na kruszec i wykorzystać ponownie – mówi Ryszard Lewalski, dyrektor firmy „Ekosystem”, odbierającej śmieci od mieszkańców powiatu.



Gruz oddawany do punktu selektywnej zbiórki odpadów ma być bez drewna, plastiku i innych śmieci



Do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów możemy oddać m.in. stare meble

OGŁOSZENIE PŁATNE
GB.602.1.4.2013.MK

OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 30, art. 39 ust. 1 i 2 oraz art. 40 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2008 r. Nr 199, poz. 1227, z późn. zm.) w związku z art. 17 ust. 4 ustawy z dnia 27 kwietnia 2001 r. Prawo ochrony środowiska (Dz. U. z 2008 r. Nr 25, poz. 150 z późn. zm.)

Burmistrz Wąbrzeźna zawiadamia

o możliwości zapoznania się z projektem aktualizacji Programu Ochrony Środowiska dla Gminy Miasto Wąbrzeźno na lata 2013 – 2016 z perspektywą na lata 2017 – 2020 oraz niezbędną dokumentacją sprawy. Projekt dokumentu jest dostępny do wglądu w Wydziale Geodezji, Budownictwa i Inwestycji Urzędu Miasta Wąbrzeźno, ul. Wolności 18, 87-200 Wąbrzeźno, pok. nr 2, w godzinach pracy tut. Urzędu. Wnioski i uwagi do wyżej wymienionej dokumentacji należy składać w dniach od 19.08.2013 r. do 09.09.2013 r.:

pisemnie na adres: Urzędu Miasta Wąbrzeźno, Wydział Geodezji, Budownictwa i Inwestycji, ul. Wolności 18, 87-200 Wąbrzeźno, osobiście w Wydziale Geodezji, Budownictwa i Inwestycji Urzędu Miasta Wąbrzeźno, pok. nr 2, w godzinach pracy tut. Urzędu, drogą elektroniczną na adres e-mail: srodowisko@wabrzezno.com

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków i uwag jest Burmistrz Wąbrzeźna. Wnioski i uwagi powinny zawierać: nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy oraz przedmiot wniosku i uwagi. Informacje o projekcie niniejszego programu umieszczono na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miasta Wąbrzeźno (www.bip.wabrzezno.com), na tablicy ogłoszeń w siedzibie tut. Urzędu oraz w Tygodniku Regionu Wąbrzeskiego CWA.

W Wąbrzeźnie Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów działa przy ul. 750-lecia Wąbrzeźna 21 (baza „Ekosystemu”). Odpady można dostarczać od poniedziałku do piątku w godzinach od 10.00 do 18.00, w soboty od 10.00 do 14.00.

PSZOK dla mieszkańców gminy Dębowa Łąka znajduje się w miejscowości Niedźwiedź (przy składowisku odpadów) i czynny jest w tych samych godzinach, co wąbrzeski.

Punkt Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych w Książkach mieści się przy ul. Okrężnej 2 i otwarty jest w każdy wtorek (z wyjątkiem świąt) w godz. 11.00-17.00.

Mieszkańcy gminy Wąbrzeźno odpady mogą dostarczać do Zielenia w każdy pierwszy poniedziałek miesiąca w godzinach 8.00-16.00.

W Płużnicy, z powodu remontu drogi punkt, który znajduje się za starą pocztą nie działa jeszcze normalnie, ale to nie znaczy, że mieszkańcy gminy muszą składować odpady u siebie. Wystarczy telefonicznie zgłosić do Urzędu Gminy w Płużnicy (pod numerem tel. 56 687 52 12) potrzebę skorzystania z usług punktu i umówić się na konkretną godzinę. Gdy remont drogi dobiegnie końca, prawdopodobnie od przełomu sierpnia i września PSZOK będzie czynny trzy razy w tygodniu.

Na wywóz śmieci poremontowych składamy dodatkowe zamówienie u przedsiębiorcy odbierającego odpady. Usługa ta jest płatna.

Tekst i fot. (pg)

Wąbrzeźno, 13.08.2013 r.

Wąbrzeźno

Piesi kontra ...



Krzysztof Grzybek, komendant Straży Miejskiej w Wąbrzeźnie zapowiada, że osoby zatrzymujące się pojazdami mechanicznymi na ścieżkach rowerowych będą surowo karane

dokończenie ze str. 1

O czym jeszcze powinniśmy pamiętać? O tym, że rolkarze w świetle przepisów traktowani są jak piesi dlatego powinni poruszać się po części wyłożonej szarą kostką. Tak samo matki z wózkami czy osoby niepełnosprawne na wózkach inwalidzkich. Pamiętajmy też, że na wiele psów rowerzysta działa jak płachta na byka, więc zwierzęta powinny być trzymane na smyczy tak, aby właściciel mógł

im uniemożliwić wybiegnięcie przed rowerzystę. Zwracajmy też podczas spaceru baczniejszą uwagę na małe dzieci – malec może w każdej chwili wbiec pod koła. Na niektórych odcinkach nowo-wybudowanych ciągów nie będzie wydzielonego pasa dla pieszych np. na krótkim fragmencie ul. Wroniej. Rowerzyści muszą tam zachować szczególną ostrożność.

Tekst i fot.
Paulina Grochowalska



Często spacerujemy po ścieżkach rowerowych, nie zastanawiając się czy nie stwarzamy zagrożenia dla siebie i rowerzystów

Zapraszamy na DOŻYTKI GMINNO-POWIATOWE

Program uroczystości:

- 14:30 - Zbiórka na stadionie i przejazd korowodu dożynkowego do Kościoła w Płużnicy
- 15:00 - Msza Św. Dziękczynna w Kościele Parafialnym św. Małgorzaty w Płużnicy
- 16:15 - Przywitanie gości przez Wójta Gminy Płużnica i Starostę Wąbrzeskiego
 - Przemówienia zaproszonych gości
 - Dzielenie chlebem przez Wójta i Starostę
 - Wręczenie odznaczeń i nagród
 - Podsumowanie konkursów organizowanych przez Starostwo Powiatowe i Gminę Płużnica:
 - „Najpiękniejszy Ogródek Przydomowy 2013 - Piękna Zagroda”
 - „Najładniejszy Wieniec Dożynkowy Powiatu”
 - „Konkurs Wozów Sołeckich”
- 18:00 - Występy - Pokazy Rycerskie
- 19:00 - Zespół disco polo FORTEX
- 20:00 - Zabawa taneczna
- 22:00 - Pokazy ognia

Niedziela
25 SIERPNIA
Płużnica

Wąbrzeźno

Bestsellery z bibliotecznej półki

Biografie, skandynawskie kryminały, historie pisane przez życie – taka literatura cieszy się niesłabnącą popularnością wśród czytelników wąbrzeskiej biblioteki.

Wakacje to czas wypoczynku, ale czytelnicy wąbrzeskiej biblioteki na pewno nie robią sobie urlopu od książek. Najczęściej biorą porcję 4-5 tytułów. A niektóre pozycje trzeba nawet rezerwować, bo jest na nie dużo chętnych. Kto nie wie, co wybrać z bogatego księgozbioru, może liczyć na pomoc bibliotekarzy, którzy kierując się indywidualnym gustem czytelnika doradzą mu odpowiednią lekturę.

– Najczęściej czytelnicy proszą o jakąś lekką literaturę, a często wychodzą z książką biograficzną i mówią potem, że bardzo im się podobała. Obecnie hitem jest „Towarzyszka Panienka” o życiu Moniki Jaruzelskiej. Od czasu sagi „Millenium” Stiega Larssona na topie są skandynawskie kryminały np. autorstwa Camilli Läckberg. Poczytna jest też Tess Gerritsen i Charlotte Link – mówi Aleksandra Kowal-Budziwojska, bibliotekarka. – Popularnością cieszy się „Dobre dziecko” Romy Ligockiej, ukazujące psychikę dziecka skrzywdzonego przez wojnę. W wakacje czytelnicy chętnie odświeżają sobie klasykę, np. „Ziemie obiecane” Reymonta, „Popioły” Żeromskiego, „Annę Kareninę” Tolstoja.

Blisko 7 tys. zł wąbrzeska biblioteka otrzymała z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, w ramach Programu Biblioteki Narodowej, na zakup nowości wydawniczych. To dodatkowy zastrzyk gotówki dla księżnicy, która w ciągu roku kupuje woluminy za pieniądze ze swojego budżetu.

Jedna trzecia otrzymanych środków pójdzie na tytuły dla dzieci i młodzieży. Na półkach pojawiają się też nowości z literatury pięknej i audiobooki. Biblioteka zamierza

również uzupełnić księgozbiór popularnonaukowy.

Tekst i fot.

Paulina Grochowalska



Aleksandra Kowal-Budziwojska i Kasia Kręcisza doradzają czytelnikom w wyborze książek



Bogumiła Wiśniewska

– Przynajmniej raz w miesiącu pojawiają się w bibliotece i biorę 4-5 tytułów. Czytam różne książki: przygodowe, kryminały np. Agathy Christie czy kobiece m. in. Grocholi. Ostatnio podobała mi się „Epidemia zamkniętych serc” Macieja Przepiery. Opowiada o różnych problemach i dramatach rodzinnych. Warto przeczytać.



Ilona Wiśniewska

– Czytam książki o tematyce obozowej, wspomnienia, historie pisane przez życie. Dzisiaj np. zwracam książkę „Tatusiu, proszę nie” – to wspomnienia maltretowanego chłopca. Wstrząsającą lekturą była też „Skrzywdzona”. To relacja angielskiej opiekunki, która zajmowała się dziećmi skierowanymi do niej przez opiekę społeczną. Chętnie czytam o innych kulturach, np. „Białą Masajkę” czy „Żegnaj Afryko” Corinne Hofmann.



Maria Majchrzak

– Lubię medyczne thrillery np. Robina Cooka. Przeczytałam też całą serię Cobena. Uwielbiam Monikę Szwaję i Joannę Chmielewską. To literatura kobieca, ale z zacięciem humorystycznym. Chętnie czytam książki Nurowskiej i biografie.

Wąbrzeźno

Malarskie akcje

Wąbrzeski Dom Kultury zaprasza do udziału w dwóch wydarzeniach artystycznych: drippingu na rynku i w plenerze malarskim.

19 sierpnia, o godzinie 17.00 na wąbrzeskim rynku każdy, kto ma na to ochotę, będzie mógł – posługując się techniką drippingu, czyli wylewając farbę na płótno – stworzyć dzieło sztuki.

Organizatorem tego przedsięwzięcia jest Objazdowe Centrum Sztuki Odwrotnej, które powstało przy Wąbrzeskim Domu Kultury.

Plener malarski odbędzie się od 22 do 25 sierpnia. Może w nim wziąć udział zarówno młodzież, jak i osoby dorosłe. Wpisowe wynosi 20 zł od uczestnika. Każdy musi mieć podobrazie lub blok do farb akrylowych oraz pędzle syntetyczne płaskie. Liczba miejsc jest ograniczona. Takiej okazji nie można przegapić, bowiem plener poprowadzi utalentowany ma-

larz Andrzej Sobczyk. Jego prace znajdują się m. in. w muzeum na zamku w Szydłowcu, głównej siedzibie Episkopatu Polski, Grand Hotelu w Krakowie, Royal Hotelu w Modlinie, Shriners Hospitalu w Chicago, Vesta Tools Inc. w Kanadzie oraz w wielu kolekcjach prywatnych w kraju i za granicą. W 2013 r. Andrzej Sobczyk został odznaczony za swoje zasługi przez Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego medalem „Zasłużony Dla Kultury Polskiej”.

Więcej informacji o plenerze można otrzymać pod nr tel. 56 688 17 27 wew. 24.

Paulina Grochowalska,
fot. archiwum „CWA”



Poniedziałkowy dripping na rynku będzie rodzajem happeningu

DOŻYNKI GMINNO-PARAFIALNE ZIELEŃ 24.08.2013 r. (SOBOTA)

Rozpoczęcie uroczystości godz. 14⁰⁰

W programie:

- * Msza św. dziękczynna w intencji rolników
- * Ceremonia dzielenia się chlebem
- * Program artystyczny - Zespół Szkół w Zieleniu
- * Pokazy służb ratowniczych w ramach programu „Bezpieczne i ekologiczne wakacje”
- * Występy Zespołu Pieśni i Tańca „Kujawy”
- * Podsumowanie konkursu „Piękna zagroda 2013”
- * Pokazy Zumba Life
- * Gwiazda wieczoru - koncert zespołu IMPULS
- * Zabawa taneczna - zespół MAGTEX

Ponadto:

- degustacja tradycyjnych wyrobów kulinarnych
- stoiska promocyjne
- wesołe miasteczko
- konkursy
- oraz liczne niespodzianki i atrakcje

Współorganizatorzy:
Gmina Wąbrzeźno
Stowarzyszenie Nasza Gmina

Serdecznie zapraszamy





Uczestnicy kolonii na spacerze

Orłowo

Nie było czasu na nudę

W Orłowie odbyły się kolonie dla najmłodszych mieszkańców gminy Płużnica. Dzieci uczestniczyły w grach, zabawach i wycieczkach.

30 uczniów szkół podstawowych w wieku od 7 do 14 lat wzięło udział w 5-dniowych bezpłatnych koloniach w orłowskim Centrum Edukacji Ekologicznej. Pierwszego dnia uczestnicy wypoczynku poznawali się podczas zabaw i spaceru po lesie. Następnego dnia pojechali do kręgielni Mango w Wąbrzeźnie i zwiedzili Komen-
dę Powiatową Państwowej Straży Pożarnej.

– Dzieci miały możliwość zobaczenia, przy użyciu jakiego sprzętu pracują zawodowi strażacy, dowiedziały się również wielu ciekawych rzeczy o ich zawodzie – mówi Ilona Wiśniewska, opiekunka kolonii.

W środę, 24 lipca, koloniści wybrali się na wycieczkę do Torunia. Obejrzeni film w kinie, a po seansie odwiedzili dom Mikołaja Kopernika. Tam zapoznali się z ekspozycją i usłyszeli historię największego polskiego astronoma. Ostatnim punktem wycieczki było zwiedzanie starówki.

W Centrum Edukacji Ekologicznej dzieci odwiedziła Małgorzata Burchardt-Topolewska z psem Akką, który wykorzystywany jest w dogoterapii i różnego rodzaju zajęciach z najmłodszymi.

W czwartek dzieci pojechały na wąbrzeską pływnię, w piątek wybrały się do Gdańska. Tam koloniści zwiedzili zoo w Oliwie, a także spichlerz „Błękitny Baranek”.

– Zajęcia i wycieczki były bardzo ciekawe. Nie nudziłyśmy się. Na takie kolonie moglibyśmy jeździć częściej – stwierdziły zgodnie

Dominika, Ola, Julia i Martyna, uczestniczki wypoczynku w Orłowie.

Podczas kolonii dzieci miały zapewnione wyżywienie i opiekę. Centrum Edukacji Ekologicznej okazało się doskonałym miejscem do organizacji wypoczynku.

– W tym roku po raz pierwszy zdecydowaliśmy się na zorgani-

wanie kolonii na naszym terenie. Dotychczas dzieci z gminy Płużnica wyjeżdżały do innych ośrodków – mówi Marcin Skonieczka, wójt gminy. – Centrum Edukacji Ekologicznej w Orłowie sprawiło, że z naszej oferty mogło skorzystać znacznie więcej milusińskich niż w poprzednich latach.

oprac. (pg), fot. nadesłane



Koloniści z wizytą u strażaków



Wspólne zabawy integrowały grupę



Koloniści jeździli na wycieczki m.in. do Torunia



Dzieci wypoczywały na wąbrzeskiej pływni

OGŁOSZENIE PŁATNE

Prezesowi koła Polskiego Związku Niewidomych w Wąbrzeźnie

Stanisławowi Pytel

Wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Matki



Składa

Zarząd i Członkowie
koła Polskiego Związku
Niewidomych w Wąbrzeźnie

Książki, Wąbrzeźno

Letnie warsztaty dla małych i dużych

Zakończyły się kolejne wakacyjne warsztaty artystyczne w placówkach kulturalnych w Książkach i Wąbrzeźnie. Sprawdź, jakie jeszcze atrakcje planują.

Uczestniczki warsztatów w Gminnym Ośrodku Kultury w Książkach wykonywały kwiaty z krepy włoskiej, m. in. dzikie róże, maki, róże szlacheckie. Nauczyły się „malować” obrazy haftem wstążeczkowym oraz poznały techniki tworzenia wieńców dożynkowych.

– Bardzo mi się podobają te zajęcia. Szczególnie haft wstążeczkowy. Wcześniej nie miałam z nim styczności, ale teraz na pewno będę takie obrazy robić w domu. To świetne zajęcie na zimowe wieczory – mówi Barbara Gajewska, która w warsztatach wzięła udział razem z córką Marleną Barszczewską.

Zainteresowana tematyką zajęć była również młodzież.

– Podoba nam się robienie kwiatów i wyszywanie. Poznałyśmy tutaj tradycje związane z dożynkami. To, czego się nauczyłyśmy, będziemy kontynuować w domu i pokazywać innym – deklarują nastolatki Monika Dąbrowska i Karolina Sołowiej.

W 5-dniowych zajęciach wzięło udział 30 kobiet. To były trzecie warsztaty w ramach projektu

„Od tradycji do współczesności – organizacja dożynek gminnych w miejscowości Książki”. Na jego realizację GOK otrzymał unijne dofinansowanie w konkursie Lokalnej Grupy Działania Wieczno z zakresu małych projektów.

Prace wykonane przez uczestników warsztatów będzie można zobaczyć na wystawie podczas dożynek gminnych, które odbędą się 7 września.

W ramach projektu GOK ogłosił również konkurs na najpiękniejszy wieniec dożynkowy. Każdy może zgłosić jeden wieniec dożynkowy tradycyjny oraz jeden współczesny, jak również inne ozdoby i rekwizyty związane ze świętem plonów, wykonane ze słomy lub zboża (dziad, baba żniwna, pająki, pierścionki, pępki itp). Konkurs skierowany jest do mieszkańców gminy Książki oraz organizacji pozarządowych i różnych instytucji działających na terenie gminy. Regulamin można znaleźć na stronie GOK: www.gokksiazki.pl. Bliższych informacji udziela Marianna Ciupak, dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury w Książkach, pod numerem tel.

56 688 81 39.

Kolejne warsztaty w GOK-u, tym razem kulinarne, odbędą się 5-6 września. Uczestnicy zajęć „Staropolska kuchnia nowoczesnie” będą przygotowywać staropolskie i lokalne potrawy oraz jedno danie współczesne.

W piątek w Wąbrzeskim Domu Kultury zakończyły się 5-dniowe warsztaty dla dzieci, prowadzone przez studentów w ramach programu „PROJEKTOR – wolontariat studencki” Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności. Dzieci wykonywały różne prace plastyczne, m. in. kartki metodą quillingu, portrety Myszki Miki, ozdabiały swoje zdjęcia, robiły bransoletki z muliny. Prowadzący przygotowali też wiele zabaw ruchowych, m. in. z chustą Klanzy.

To nie koniec atrakcji, jakie przygotował Wąbrzeski Dom Kultury dla najmłodszych w tegoroczne wakacje. Kolejne zajęcia odbędą się od 19 do 23 sierpnia, w godzinach 11.00-13.00. W programie m. in. zabawa w teatr, zajęcia plastyczne, sportowe i muzyczne.

Tekst i fot.

Paulina Grochowska



Uczestnicy zajęć chwalą się swoimi dziełami



W WDK dzieci wykonywały różne prace plastyczne



Panie podczas „malowania” obrazów haftem wstążeczkowym



Najmłodsza uczestniczka warsztatów 4-letnia Marcela Ledwochowska pokazuje wykonaną przez siebie bransoletkę z muliny



W warsztatach w GOK wzięły udział matka i córka: Barbara Gajewska (z lewej) i Marlena Barszczewska



Zainteresowana tematyką zajęć była również młodzież m.in. i Monika Dąbrowska (z prawej) i Karolina Sołowiej



Prowadzący przygotowali też wiele zabaw ruchowych m.in. z chustą Klanzy

PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

PIĄTEK 20:10 POLSAT - PIĄTY ELEMENT

Akcja, 126 min, Francja, 1997

Nowy Jork, rok 2259 - Ziemi grozi totalne zniszczenie. Ludzie nie mają szans w konfrontacji z siłami czystego Zła. Jedyną możliwością ratunku jest znalezienie tajemniczego "piątego elementu". Cała nadzieja w pewnym wyjątkowo niesforemym nowojorskim taksówkarzu. Były komandos, Korben Dallas przywykł do wypełniania misji specjalnych, bo klienci jego taksówki często mają co najmniej dziwne potrzeby. Ale nigdy nie podejrzewał, że będzie musiał ratować życie całego globu. Ziemia stoi w obliczu zagłady, zaatakowana przez kosmicznych najeźdźców, którym przewodzi niejaki Zorg - dziwaczny osobnik, równie okrutny, co groteskowy. Inwazję z kosmosu może powstrzymać jedynie "piąty element" - tajemnicza substancja, ukryta w miejscu, którego nikt ze współczesnych ludzi już nie pamięta. Rozwiązanie sekretu zna jedynie stary naukowiec, Victor Cornelius. "Piąty element" to niezwykle żywioł, który odpowiednio skonfigurowany z czterema podstawowymi ziemskimi żywiołami: wodą, ogniem, ziemią i powietrzem potrafi rozprawić się ostatecznie ze Złem. Korben Dallas angażuje się w walkę z kosmitami całkowicie przypadkowo po tym, jak na dachu jego powietrznej taksówki ląduje atrakcyjna kosmitka - Leeloo, zbuntowany, ale bardzo atrakcyjny klon, który z niewyjaśnionych powodów stanowi największe zagrożenie dla samego Zorga.

SOBOTA 22:15 TVN - HONEY

Melodramat, 94 min, USA, 2003

Honey Daniels długo czekała na to, aby pokazać światu, jak tańczy. Wierzyła w swoje możliwości, mimo, że nawet ci, którzy bardzo ją kochają, wąpili w jej sukces. Teraz nadszedł moment, kiedy jej największe marzenie może się spełnić. Wbrew rodzicom przenosi się do miasta rozbrzmiewającego muzyką - życie w takim otoczeniu jest tym, czego pragnie najbardziej. Samodzielne życie okazuje się jednak bardzo trudne. W ciągu dnia udziela lekcji hip-hop`u w miejscowym centrum kultury, wieczorami pracuje jako barmanka, a po zakończonej zmianie oddaje się na parkiecie swojej pasji. Pewnego dnia do klubu przychodzi reżyser i proponuje Honey występ w spocie reklamowym. Od tej chwili Honey przeżywa sen na jawie - może przygotować choreografię dla największych gwiazd hip-hop`u i R&B. Marzenie zaczyna rozwiewać się jednak równie szybko, jak pojawiły się szanse na jego spełnienie. Honey wraca do świata, który najlepiej zna - ukochanej przez nią miejskiej muzyki - i na nowo odkrywa miłość do tańca i energię, jaką daje praca z dziećmi z sąsiedztwa. Narażonym na kontakty z gangami i narkotykami nastolatkom, Honey pokazuje inną drogę i daje wiarę w możliwości wyboru.

PONIEDZIAŁEK 20:05 POLSAT - SZALONY LOT

Film sensacyjny, 98 min, USA, 2007

Podczas manewrów lotniczych zostaje uprowadzony supertajny samolot szturmowy. Odzyskaniem uprowadzonej maszyny z rąk terrorystów, którzy chcą go użyć do zrzucenia bomby biologicznej ma się zająć John, człowiek, którego armia chciała pozbawić pamięci. John staje przed trudnym wyborem, albo powrót do armii albo więzienie. Postanawia po raz ostatni wykonać zadanie dla swojego byłego pracodawcy. Pomagać będą mu piękna Jessica, oraz początkujący pilot.



07:00 Msza św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Kawa czy herbata?
09:00 Ojciec Mateusz (45) - serial
09:55 Tomasz Majewski. Tak się robi historię - dokument
11:00 Urodziłem się w 1920 roku... Jan Paweł II w Radzyminie - dokument
11:40 Święto Wojska Polskiego 2013 - transmisja uroczystości z Placu Piłsudskiego w Warszawie
13:00 Dybowski 1863 - film biograficzny
13:40 Trędowata - melodramat
15:25 Sami swoi - komedia
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Mistrzostwa Świata w Moskwie
19:10 Bob budowniczy (11) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Droga do Rio
20:08 Mistrzostwa Świata w Moskwie
20:15 Pogoda
20:25 1920 Bitwa Warszawska - dramat
22:30 Kontra (1) - serial
00:10 Dama kameliowa - melodramat
02:10 Mistrzowie horroru (11) - serial



06:20 Mango - Telezakupy
08:00 Kuchenne rewolucje (5)
09:00 X Factor (11)
10:45 Astro Boy - film animowany
12:40 Szczeniackie wojsko - komedia
14:35 Dziedzic maski - komedia
16:35 Interkosmos - film sf
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:30 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (1)
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Z ust do ust - komedia
22:05 Przynęta - film sensacyjny
00:40 Dexter (10) - serial
01:45 Co za tydzień
02:15 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (1)
02:20 Uwaga!
02:40 Arkana magii (1014)



08:00 Dorastanie w sieci - dokument
09:10 Poślizg - film psychologiczny
10:50 Trzy światy - dramat
12:40 Hibernatus - komedia
14:15 Zakochany Szekspir - komedia
16:30 Maria Wern - serial
18:15 Wyścig z czasem - thriller
20:10 Życzenie - dramat

Dwóch braci - 12-letni Koichi i 10-letni Ryunosuke - zostało rozdzielonych po rozwodzie rodziców. Koichi zamieszkał z matką w Kagoshima na południu wyspy Kiusiu, a jego brat - z ojcem na północy, w Fukuoka. Bracia źle znoszą rozłąkę i bardzo za sobą tęsknią. Po pewnym czasie dowiadują się, że ich miasta mają zostać połączone przez najszybszy pociąg świata - shinkansen. Napelnia ich to radością, ponieważ wierzą, że spełni się życzenie wypowiedziane w momencie, gdy pędzące w przeciwnych kierunkach pociągi się miną.

22:30 Stalingrad - dramat
01:00 Wiedźma wojny - film wojenny
02:35 Słodko-gorzki - dramat



06:30 M jak miłość (304) - serial
07:30 Matka 24h - dokument
08:10 Król i ja - film animowany
09:55 XIX Festiwal Kultury Kresowej
10:40 Spartakus - dramat
14:00 Familiada
14:35 Rodzinka.pl (33) - serial
15:15 Robin Hood: księżę złodziei - film przygodowy
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram
18:45 Pogoda
18:55 Mistrzostwa Świata w Moskwie
20:25 Kowboj z Szanghaju - western
22:25 Bitwa tenorów na różę
00:25 Fuks - komedia
02:00 Partyzanci trzech puszcz - dokument
02:35 Opowieści włoskich żon (4) - serial



06:45 Mango - Telezakupy
08:50 Przyjaciele (15) - serial
09:20 Przyjaciele (16) - serial
09:55 Przyjaciele (17) - serial
10:25 Mania czy Ania - film animowany
11:55 Gdzie jest generał? - komedia
13:55 Kapitana Drake'a wyprawa po nieśmiertelność - film przygodowy
15:45 Mały romans - film obyczajowy
17:55 Krucjata w dżinsach - film przygodowy
20:00 Grease - film muzyczny
22:20 Prawo Agaty (9) - serial
23:25 Kochaj i mścij się - komediodramat
01:40 Arkana magii



06:00 Trzech wspianiałych
06:30 Łapu capu ekstra
07:00 +De lux
07:30 Nie przegap
07:40 Łapu capu
07:45 Trzech wspianiałych
08:15 W tonacji+
09:05 Sztuczki - komediodramat
10:45 Na tropie Marsupilami - komedia
12:30 Rod Stewart plays Avo session 2012
13:50 W tonacji+
14:40 Mój tydzień z Marilyn - film biograficzny
16:20 Baczyński - film biograficzny
17:30 Hollywood Buzz
18:00 Polów szczęścia w Jemenie - komediodramat
19:45 Nie przegap
19:55 Łapu capu
20:00 Straż sąsiedzka - komedia
21:40 Niezniszczalni II - film sensacyjny
23:25 Pod ostrzałem - dziennikarze na polu walki - dokument
00:55 Droga bez powrotu IV: Krwawe początki - horror
02:30 Iluminacja - film psychologiczny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:45 Scooby Doo i Brygada Detektywów (3) - serial
09:15 Scooby-Doo i meksykański potwór - film animowany
10:45 Karate Kid - film sensacyjny
13:30 Anna i król - melodramat
16:45 Dlaczego ja? (420) - serial
17:45 Trudne sprawy (58) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (278) - serial
20:00 Siostry - komediodramat
22:35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6) - serial
23:35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7) - serial
00:35 Gorąca linia - komediodramat
02:35 Zagadkowa noc (1152)



06:20 Winx Club (1) - serial
06:55 Winx Club (2) - serial
07:25 You Can Dance (20)
08:25 Życiowe role gwiazd (22) - dokument
08:55 Łowcy tajfunów - dokument
09:55 Komisarz Rex (8) - serial
10:55 Wojownicze żółwie Ninja II: Sekrety przeszłości - film przygodowy
12:45 Ashanti - film sensacyjny
15:20 Miesiąc miodowy z mamusią - komedia
17:00 Wyspa piratów - film przygodowy
19:00 Komisarz Rex (9) - serial
20:00 Przełęcz Człowieka Śniegu - film sensacyjny
22:05 Spadkobiercy
23:05 Zbroja Boga - film sensacyjny
01:15 Galileo
02:15 4music



07:30 Mistrzostwa Świata w Moskwie
09:45 Portugalia - Holandia
10:30 Kolumbia - Serbia
11:30 World Tour
12:30 Mistrzostwa Świata w Moskwie
13:45 Eneco Tour
14:45 Eneco Tour
16:30 Mistrzostwa Świata w Moskwie
17:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie
19:30 Greene Light
19:45 Letnie Grand Prix w Courchevel
20:45 Fight Club
21:45 Sports Excellence
22:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie
23:00 Greene Light
23:15 Eneco Tour
00:30 Puchar Narodów w Dublinie



08:00 Wiadomości

08:05 Pogoda poranna

08:15 Mit o Szarym - dokument

09:30 Ojciec Mateusz (46) - serial

10:30 Trędowata - melodramat

12:15 Hotel Pod Żyrafą i Nosorożcem (2) - serial

13:10 Najmłodszy w zoo (26) - dokument

13:35 Dzika Polska (156) - dokument

14:25 90 lat wokół Szymona

15:10 Tata - gwiazda rocka - komedia

17:00 Teleexpress

17:20 Pogoda

17:35 Mistrzostwa Świata w Moskwie

19:15 Bob Budowniczy (12) - serial

19:30 Wiadomości

20:00 Sport

20:05 Droga do Rio

20:07 Mistrzostwa Świata w Moskwie

20:10 Pogoda

20:25 Miasto z morza (1) - serial

21:15 Miasto z morza (2) - serial

22:15 Kontra (2) - serial

23:55 Jeszcze dalej niż północ - komedia

01:50 Kontra (3) - serial



06:10 Mango - Telezakupy

07:50 Ostry dyżur (16) - serial

08:50 Detektywi (819) - serial

09:20 Kuchenne rewolucje (10)

10:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (495) - serial

11:20 Ugotowani (7)

12:20 Szpital (53) - serial

13:20 Ukryta prawda (150) - serial

14:20 W-11 wydział śledczy (953) - serial

15:05 Sąd rodzinny (173) - serial

16:05 Rozmowy w toku (2044) - talk show

17:00 Szpital (54) - serial

18:00 Ukryta prawda (151) - serial

19:00 Fakty

19:30 Sport

19:35 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (2)

19:40 Pogoda

19:50 Uwaga!

20:00 Harry Potter i Księżę Półkwi - film przygodowy

23:10 Handel - film sensacyjny

01:40 Kuba Wojewódzki (16) - talk show

02:45 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (2)

02:50 Uwaga!



08:00 Special Ed - film krótkometrażowy

08:20 Księga wielkich życzeń - dramat

10:10 Adoracja - dramat

12:00 Samotność długodystansowca - dramat

13:55 Rozwodów nie będzie - komedia

15:45 Podziemny front - dramat

18:10 Pięć Narzeczonych - komedia

20:10 Winny - dramat

Oparta na faktach historia jednej z najgroźniejszych pomyłek francuskiego wymiaru sprawiedliwości. Rok 2001. Alain Marécaux, mający stabilną pracę i kochającą rodzinę, w jednej chwili traci wszystko. Wraz z żoną i innymi podejrzanymi zostaje oskarżony o odrażające czyny wobec dzieci, mające miejsce w ramach siatki pedofilskiej działającej we Francji i w Belgii. Brak dowodów nie był przeszkodą dla francuskiego sądownictwa, by miesiącami przetrzymywać mężczyznę i zarzucać mu najgorsze zbrodnie, a jego dzieci oddać w opiekę rodzinom zastępczym.

22:05 Dochodzenie - thriller

23:55 Łowcy - thriller

02:00 Lubię mówić z tobą - dramat



06:00 Przygód kilka wróbla Ćwirka (37, 38) - serial

06:25 Alternatywy 4 (8) - serial

07:35 M jak miłość (305) - serial

08:40 M jak miłość (306) - serial

09:35 Wiadomości z drugiej ręki (34) - serial

10:10 Barwy szczęścia (945) - serial

10:45 Na dobre i na złe (113) - serial

11:45 Wajrak na tropie (9) - dokument

12:20 Familiada

12:55 Makłowicz w podróży

13:25 Wojciech Cejrowski - bosy przez świat (25) - dokument

14:00 Czas honoru (54) - serial

14:55 Ja to mam szczęście! - ulubione skecze (27)

15:15 Rodzinka.pl (34) - serial

15:45 M jak miłość (986) - serial

16:45 Mistrzostwa Świata w Moskwie

18:00 Panorama

18:35 Sport-telegram

18:40 Pogoda

18:55 Mistrzostwa Świata w Moskwie

20:20 Rodzinka.pl (96) - serial

20:50 Rodzinka.pl (97) - serial

21:20 Rodzinka.pl (98) - serial

21:55 Dzięki Bogu już weekend (11)

23:05 Piąty stadion (8) - serial

23:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18, 19) - serial

00:55 Opowieści włoskich żon (4) - serial

02:45 Pitbull (24) - serial



06:55 Męski typ (1) - talk show

07:25 Sąd rodzinny (94) - serial

08:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (391) - serial

09:20 Kocham. Enter (38) - serial

10:20 Ostry dyżur (12) - serial

11:20 Mango - Telezakupy

13:00 Sąd rodzinny (95) - serial

14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (392) - serial

15:00 Agenci NCIS (17) - serial

16:00 Kocham. Enter (39) - serial

17:00 Ostry dyżur (13) - serial

18:00 Detektyw Monk (12) - serial

19:00 Agenci NCIS (18) - serial

20:00 Smocza lanca: Smoki schyłku jesieni - film animowany

22:00 Frantic - thriller

00:25 Wszystkie wcielenia Tary (3) - serial

01:00 Wszystkie wcielenia Tary (4) - serial

01:40 Rekin w Wenecji - horror



06:00 Trzech wspaniałych

06:30 Łapu capu ekstra

07:00 +De lux

07:30 Nie przegap

07:40 Łapu capu

07:45 Trzech wspaniałych

08:15 W tonacji+

09:05 Wszędzie, byle nie tu - film obyczajowy

11:00 Juri Lennon łąduje na Alfie 46 - film krótkometrażowy

11:20 Hotel "Red Forest" - dokument

12:20 Columbus Circle - film sensacyjny

13:45 W tonacji+

14:35 Wichrowe wzgórza - melodramat

16:45 Flicka III: Najlepsi przyjaciele - film przygodowy

18:15 Genialny wynalazek - komedia

19:45 Nie przegap

19:55 Łapu capu

20:00 Mentalista (8) - serial

20:45 Conan Barbarzyńca - film fantastyczny

22:40 Kontrabanda - film sensacyjny

00:30 Pirania 3DD - thriller

01:55 Byki z Durham - komedia



06:00 Nowy dzień z Polsat News

08:45 Malanowski i Partnerzy (402) - serial

09:10 Malanowski i Partnerzy (403) - serial

09:40 Trudne sprawy (53) - serial

10:40 Dlaczego ja? (289) - serial

11:45 Pamiętniki z wakacji (40) - serial

12:45 Dom nie do poznania (141)

13:45 Dom nie do poznania (142)

14:45 Malanowski i Partnerzy (290) - serial

15:15 Malanowski i Partnerzy (291) - serial

15:50 Wydarzenia

16:10 Pogoda

16:15 Interwencja

16:40 Dlaczego ja? (421) - serial

17:40 Trudne sprawy (59) - serial

18:50 Wydarzenia

19:20 Sport

19:25 Pogoda

19:30 Świat według Kiepskich (280) - serial

20:10 Don Chichot - film animowany

22:00 Anakonda IV - Krwawe ślady - horror

23:50 Bliskie spotkania trzeciego stopnia - film sf

02:45 Tajemnice losu



06:00 Winx Club (3) - serial

06:35 Winx Club (4) - serial

07:05 You Can Dance (21)

08:05 Wojownicze żółwie Ninja II: Sekrety przeszłości - film przygodowy

09:55 Komisarz Rex (9) - serial

10:55 Łowcy tajfunów - dokument

11:55 Dekoratornia

12:30 Telesprzedaż

12:50 Miesiąc miodowy z mamusią - komedia

14:45 Wyspa piratów - film przygodowy

16:40 Ashanti - film sensacyjny

19:00 Komisarz Rex (10) - serial

20:00 Mali prorocy - dramat

21:55 Spadkobiercy

23:00 Nagła delegacja - film erotyczny

00:50 Mała czarna - talk show

01:50 4music

02:55 I Like It



07:30 Mistrzostwa Świata w Moskwie

10:00 World Tour

11:00 Portugalia - Holandia

11:45 Mistrzostwa Świata w Moskwie

13:45 Eneco Tour

15:00 Eneco Tour

16:45 Mistrzostwa Świata w Moskwie

17:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie

19:30 Greene Light

19:45 Eneco Tour

20:45 World Tour

21:45 Mistrzostwa Świata w Moskwie

23:00 Greene Light

23:15 Liga Mistrzów w Varsseveld

00:15 Eneco Tour



06:20 Plebania (1533) - serial

06:45 Plebania (1534) - serial

07:10 Las bliżej nas

07:25 Rok w ogrodzie

07:50 Strefa bezpieczeństwa (6) - dokument

08:00 Naszaarmia.pl

08:25 Dora poznaje świat (27) - serial

08:55 Kung Fu Panda - Legenda o niezwykłości (26) - serial

09:25 SpongeBob Kanciastoperty (49) - serial

09:55 Glob - magazyn nowości naukowych

10:30 Szlakiem gwiazd (19)

10:55 Bananowy doktor (10) - serial

11:45 Jeszcze dalej niż północ - komedia

13:35 Scena pełna marzeń - Ciecchocinek 2013

14:00 Okrasa łamie przepisy

14:40 1920 Bitwa Warszawska - dramat

16:35 Wiatr w żagle

17:00 Teleexpress

17:10 Pogoda

17:20 Mistrzostwa Świata w Moskwie

19:00 Smerfy (12) - serial

19:30 Wiadomości

20:00 Sport

20:05 Mistrzostwa Świata w Moskwie

20:10 Pogoda

20:25 Narzeczony mimo woli - komedia

22:15 Wrzuć na luuuz (7) - serial

22:25 Kontra (3) - serial

00:05 Egoiści - dramat

02:05 Zniewolona - thriller



07:55 Bitwa o dom (10)

08:55 Bitwa o dom (11)

09:55 Ugotowani (1)

10:55 X Factor (12)

12:35 Top Model. Zostań modelką (12)

13:35 Top Gear

15:00 Perfekcyjna pani domu (11)

16:00 Sekrety chirurgii (11) - dokument

17:00 Surowi rodzice (11)

18:00 Kuchenne rewolucje (5)

19:00 Fakty

19:25 Sport

19:30 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (3)

19:35 Pogoda

19:45 Uwaga!

20:00 Wyobraź sobie - komediodramat

22:15 Honey - komedia

00:15 Jeździec bez głowy - horror

02:25 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (3)

02:30 Uwaga!

02:45 Arkana magii (1016)



08:00 Numer stulecia - komedia

10:00 Port lotniczy - film katastroficzny

12:25 Debiutanci - komediodramat

14:20 Cóрка studniarza - melodramat

16:20 Winny - dramat

18:25 Zbrodnie namiętności (2) - serial

20:10 Gdybyś tu był - thriller

Dave i ciężarna Alice wraz z dwójką dzieci spędzają bajkowe wakacje na plażach Kambodży. Towarzyszą im siostra Alice, Steph, oraz jej nowy chłopak, biznesmen Jeremy. Wakacyjne poczucie wolności osiąga apogeum podczas ekstatycznej nocy, pełnej dzikich tańców, alkoholu i narkotyków. Niebawem Alice i Dave wracają do Australii, by wkrótce dowiedzieć się, że Jeremy zaginął. Zaczynają się poszukiwania, w wyniku których na jaw wychodzą niepokojące fakty i sekrety. Relacje, zarówno między małżonkami, jak i siostrami, zaczynają się komplikować.

21:55 Za kilka dolarów więcej - western

00:15 Głosy niewinności - dramat

02:05 Ciemna strona Wenus - dramat



06:00 Nowy dzień z Polsat News

07:45 Co nowego u Scooby'ego? (5) - serial

08:20 Miliony Bailey - komedia

10:15 Ewa gotuje

10:45 Gala boksu zawodowego

11:45 Scooby Doo i cyberpościg - film animowany

13:30 Don Chichot - film animowany

15:10 Nieprawdopodobne, a jednak... (11) - serial

15:45 Pamiętniki z wakacji (43) - serial

16:45 Dlaczego ja? (373) - serial

17:45 Trudne sprawy (60) - serial

18:50 Wydarzenia

19:20 Sport

19:25 Pogoda

19:30 Świat według Kiepskich (281) - serial

20:00 Disco pod żaglami Polska

22:05 Aniołki Charliego: zawrotna szybkość - film sensacyjny

00:20 Droga bez powrotu II - horror

02:30 Zagadkowa noc (1153)



06:45 Winx Club (5) - serial

07:20 Winx Club (6) * serial

07:50 Istne szaleństwo (9)

08:50 Mała czarna (378) - talk show

09:50 Zwierzęta - czego nie widać (2) - dokument

10:50 Galileo

11:50 Wtajemniczeni - mikropodróż przez ciało

12:50 Spadkobiercy

13:50 Spadkobiercy

14:50 Moje szczęśliwe gwiazdy - film sensacyjny

16:55 Trójkąt - komedia

19:00 Galileo

20:00 STOP Drogówka

21:00 Britannic - dramat

23:05 Władca życzeń III: Miecz sprawiedliwości - horror

01:00 Łowca krokodyli (5) - dokument

02:05 I Like It



08:35 Mistrzostwa Świata w Moskwie

09:45 Sports Excellence

10:00 Anglia - Hiszpania

11:30 Eneco Tour

12:15 Mistrzostwa Świata w Moskwie

13:15 Mistrzostwa Świata w Moskwie

13:30 Mistrzostwa Świata w Moskwie

18:15 Greene Light

18:30 Letnie Grand Prix w Einsiedeln

19:15 Eneco Tour

20:45 Longines Global Champions Tour w Valkenswaardzie

22:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie

00:45 Greene Light

01:00 Eneco Tour



06:10 Plebania (1536) - serial
06:30 My, wy, oni
07:00 Msza św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:40 Ziarno
09:10 40. Harcerski Festiwal Kultury Młodzieży Szkolnej - Kielce 2013
09:40 Lemoniada Gada
11:25 Piękniejsza Polska (8) - dokument
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:10 Między ziemią a niebem
12:35 Blondynka (11) - serial
13:35 Waran z Komodo - dokument
14:35 Mistrzostwa Świata w Moskwie
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Ranczo (61) - serial
18:25 Jaka to melodia?
19:00 Przygody Myszkii Miki i Kaczora Donalda (34) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Mistrzostwa Świata w Moskwie
20:10 Pogoda
20:20 Randki w ciemno - komedia
22:15 Zniwielona - thriller
23:50 Oczy niebieskie - melodramat
01:35 Tylko strach - dramat



07:55 Maja w ogrodzie
08:25 Akademia ogrodnika
08:30 Dzień dobry wakacje
10:55 Smakuj świat z Pascalem
11:30 Co za tydzień
12:05 Dziewczyny z drużyny V: walcz do końca - komedia
14:15 Lekarze (11) - serial
15:15 Przepis na życie (11) - serial
16:10 Wakacje Jasia Fasoli - komedia
18:00 Ugotowani (2)
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:30 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (4)
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Asterix na olimpiadzie - komedia
22:25 Kamuflaż (11) - serial
23:25 Lekarze (12) - serial
00:25 Podkomisarz Brenda Johnson (12) - serial
01:25 Perfekcyjna pani domu (11)
02:25 Rajdowe Samochodowe Mistrzostwa Europy - Rajd Węgier (4)
02:30 Uwaga!
02:50 Arkana magii (1017)



08:00 Sławna restauracja - komedia
09:50 Cicha rzeka - film krótkometrażowy
10:35 Rząd (3) - serial
11:50 Rząd (4) - serial
13:05 Rain Man - dramat
15:30 Życzenie - dramat
18:00 Tożsamość Bourne'a - film sensacyjny
20:10 Zbrodnie namiętności (3) - serial
21:50 Gdybyś tu był - thriller
23:35 Peryferie - dramat

Odsiadująca 5-letni wyrok Matilda dostaje 24-godzinną przepustkę, by wziąć udział w pogrzebie matki. Postanawia uciec za granicę. Zanim to uczyni, musi spotkać się z kilkoma osobami z przeszłości. Pierwszym przystankiem na drodze do jej nowego życia będzie dom brata. Nie jest tam mile widziana, od kiedy opuściła rodzinę i została prostytutką. Wrogie nastawienie bratowej i pełna dystansu postawa brata nie dają nadziei na pomoc. Matilda udaje się więc do dawnego kochanka, z którym ma dziecko i który winien jest jej pieniądze.

01:20 Przeprowadzka - dramat
02:35 Wtorek - komedia



06:15 Słowo na niedzielę
06:30 Nianie dzikich zwierząt (10) - dokument
07:05 W słowach kilku o wydrze, bobrze i wilku (6) - dokument
07:35 Podróż za jeden uśmiech (6) - serial
08:10 Dziewczyna i chłopak - komedia
09:50 Sekrety Morza Śródziemnego (3) - dokument
10:50 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (20) - dokument
11:20 Makłowicz w podróży
12:00 Serce i szpada - film przygodowy
14:00 Familiada
14:40 Rodzinka.pl (98) - serial
15:15 Yugopolis & Parni Valjak - bez prądu
16:20 Na dobre i na złe (523) - serial
17:20 Życie od kuchni (8)
18:00 Panorama
18:35 Sport-telegram
18:45 Pogoda
18:55 Dzięki Bogu już weekend
20:05 Agent z przypadku - komedia
21:45 Czas honoru (62) - serial
22:40 Czas honoru (63) - serial
23:35 WOK - wszystko o kulturze
00:05 Polski jazz na Warsaw Summer Jazz Days (2)
01:50 Przypadek Pekosińskiego - film biograficzny



06:20 Misja Martyna (1)
06:55 Mango - Telezakupy
09:00 Detektyw Monk (12) - serial
10:00 Przyjaciele (21) - serial
10:30 Chuck (10) - serial
11:30 Smocza lanca: Smoki schytku jesieni - film animowany
13:25 Rozkoszny domek - komedia
15:30 Maverick - western
18:05 Pan i pani Bloom (4) - serial
19:05 Agenci NCIS (16) - serial
20:00 Raport Pelikana - thriller
23:00 Wybrani (12) - serial
00:00 Kochaj i mścij się - komediodramat
02:20 Arkana magii



06:00 Trzech wspaniałych
06:30 Łapu capu ekstra
07:00 +De lux
07:30 Nie przegap
07:40 Łapu capu
07:55 Trzech wspaniałych
08:25 Nie ten człowiek - komedia
10:00 Agnieszka - film krótkometrażowy
10:15 Projekt Nim - dokument
12:00 Mentalista (8) - serial
12:45 Bon Jovi - In Concert
14:00 Podziemie: Historia Juliana Assange'a - film biograficzny
15:35 +De lux
16:05 Tango Libre - film obyczajowy
17:45 Kochanie, poznaj moich kumpli - komedia
19:25 Nie przegap
19:35 Rockefeller Plaza 30 (12) - serial
20:00 Zakochani w Rzymie - komedia
22:00 Grimm (11) - serial
22:45 Szklana pułapka III - film sensacyjny
01:00 Dorwać gringo - dramat
02:35 Sara - film sensacyjny



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Cartoon Toon Toon:
Co nowego u Scooby'ego? (6) - serial
08:15 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (4) - serial
08:45 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (5) - serial
09:15 Scooby-Doo Abrakadabra Doo - film animowany
10:50 Rodzinne rozgrywki - komedia
12:45 Film sportowy - komedia
14:35 Kabaretowa ekstraklasa
16:35 Moja macocha jest kosmitką - komedia
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (282) - serial
20:10 Piąty element - thriller
22:45 Gala boksu zawodowego
23:50 Kości (18) - serial
00:50 Kości (19) - serial
01:50 Kości (20) - serial
02:50 Magazyn sportowy



06:15 Dekoratornia
06:50 Zwierzęta - czego nie widać (2) - dokument
07:50 Istne szaleństwo (10)
08:45 Tim - film obyczajowy
11:00 Galileo
12:00 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (16)
12:30 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (17)
13:00 Dekoratornia
13:30 Wtajemniczeni - mikropodróż przez ciało
14:30 Oblawa - thriller
16:35 Wyścig - film sensacyjny
19:00 Galileo
20:00 Skok - dramat
22:15 Spadkobiercy
23:20 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5) - serial
00:20 Britannic - dramat
02:25 I Like It



08:35 Auto GP w Nürburgu
09:00 Auto GP w Nürburgu
09:50 Watts
10:00 Anglia - Polska
11:30 Eneco Tour
12:15 Mistrzostwa Świata w Moskwie
13:45 Mistrzostwa Świata w Moskwie
14:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie
17:00 Greene Light
17:15 Eneco Tour
18:00 Holandia - Irlandia
19:30 Mistrzostwa Świata w Moskwie
21:00 Greene Light
21:15 Odlanier Solis - Yakup Sa?lam
23:05 Mistrzostwa Świata w Moskwie
00:30 Greene Light
00:45 Eneco Tour



08:00 Wiadomości
08:15 Pogoda poranna
08:20 Telezakupy
09:00 Ojciec Mateusz (47) - serial
09:55 Waran z Komodo - dokument
11:00 Hotel Pod Żyrafą i Nosorożcem (3) - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Nie ma rady na odpady?
12:55 Dzika planeta (5) - dokument
13:30 Tacy sami (4) - dokument
13:55 Klan (2446) - serial
14:25 Bao-bab, czyli zielono mi (1) - serial
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:25 Bonanza (116) - serial
16:20 Pszczółka Maja (37) - serial
16:30 Pszczółka Maja (38) - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Życie nad rozlewiskiem (11) - serial
18:25 Filantrop (6) - serial
19:15 Kulfon co z ciebie wyrośnie (3) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Nie ma mocnych - komedia
22:05 Życie na gorąco (3) - serial
23:40 Detoks (5) - serial
00:35 Żandarm i kosmici - komedia
02:15 Bonanza (116) - serial



06:10 Mango - Telezakupy
07:50 Ostry dyżur (17) - serial
08:50 Detektywi (820) - serial
09:20 Kuchenne rewolucje (11)
10:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (496) - serial
11:20 Ugotowani (8)
12:20 Szpital (54) - serial
13:20 Ukryta prawda (151) - serial
14:20 W-11 wydział śledczy (601) - serial
15:05 Sąd rodzinny (174) - serial
16:05 Rozmowy w toku (2045) - talk show
17:00 Szpital (55) - serial
18:00 Ukryta prawda (152) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy (936) - serial
20:50 Surowi rodzice (12)
21:50 Sekrety chirurgii (12) - dokument
22:50 Przepis na życie (12) - serial
23:50 Dowody zbrodni (14) - serial
00:50 Tajemnice Smallville (12) - serial
01:50 Uwaga!
02:10 Arkana magii (1018)



08:00 Straszliwe coś z Alfy - film animowany
08:20 Inspekcja pana Anatola - komedia
10:05 Tulpan - komediodramat
12:15 Hibernatus - komedia
13:50 Poślizg - film psychologiczny
15:30 Wyatt Earp i jego legenda - dokument
16:40 Maria Wern - serial
18:25 Strefa X - film sf
20:10 Podwójne ubezpieczenie - film kryminalny

Ameryka, lata 40. XX wieku. Piękna Phyllis Dietrichson korzysta z majątku męża, zdradzając go przy tym bez skrępow. Gdy poznaje przystojnego agenta ubezpieczeniowego, dochodzi do wniosku, że najbardziej odpowiadałaby jej rola wdowy. Kochankowie przygotowują plan pozbycia się małżonka. Phyllis namawia go, by wykupił wysokie ubezpieczenie na życie, a zauroczony kochanką Walter zgadza się go zamordować. Okoliczności śmierci pana Dietrichsona i fakt, że dopiero co ubezpieczył się na wysoką kwotę, budzą zainteresowanie policji.

22:10 Świadek oskarżenia - film kryminalny
00:10 Wielkie tajemnice Hollywood - dokument



06:00 Alternatywy 4 (9) - serial
07:30 M jak miłość (307) - serial
08:30 M jak miłość (308) - serial
09:25 Barwy szczęścia (946) - serial
10:00 Liturgia Święta Przemienienia Pańskiego
11:00 Na dobre i na złe (114) - serial
12:00 Coś dla Ciebie (41)
12:30 Familiada
13:05 Makłowicz w podróży
13:40 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (10) - dokument
14:15 Czas honoru (55) - serial
15:10 Ja to mam szczęście! (32) - serial
15:40 Rodzinka.pl (35) - serial
16:20 M jak miłość (987) - serial
17:10 Kabaretowy Klub Dwójki (73)
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
20:10 XII Mazurska Noc Kabaretowa - Mragowo 2010 (1)
21:05 Jan Paweł II (3, 4) - serial
22:55 Paradoks (8) - serial
23:50 12 ton - oni tam wszyscy są - dokument
00:55 Siostra Jackie (19, 20) - serial
02:00 Jan Paweł II (3, 4) - serial



06:55 Męski typ (2) - talk show
07:25 Sąd rodzinny (95) - serial
08:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (392) - serial
09:20 Kocham. Enter (39) - serial
10:20 Ostry dyżur (13) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
13:00 Sąd rodzinny (96) - serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (393) - serial
15:00 Agenci NCIS (18) - serial
16:00 Kocham. Enter (40) - serial
17:00 Ostry dyżur (14) - serial
18:00 Detektyw Monk (14) - serial
19:00 Agenci NCIS (19) - serial
20:00 Morderczy rój - film katastroficzny
21:55 Detektyw Monk (6) - serial
22:55 Narodziny - dramat
01:00 Arkana magii



06:00 Trzech wspaniałych
06:30 Łapu capu ekstra
07:00 +De lux
07:30 Nie przegap
07:40 Łapu capu
07:45 Trzech wspaniałych
08:15 W tonacji+
09:05 Makowe wzgórze - film animowany
10:35 Hollywood: paranoja i science fiction - dokument
11:35 +De lux
12:05 Odrobina nieba - film fantastyczny
13:50 Hollywood Buzz
14:20 Dwa i dwa - film krótkometrażowy
14:35 Kop głębiej - komediodramat
16:05 W tonacji+
16:55 Cezar musi umrzeć - dramat
18:15 Battlestar Galactica - Krew i chrom - film sf
19:45 Nie przegap
19:55 Łapu capu
20:00 Outlaw Country - dramat
21:30 Oburzeni - dokument
00:45 Przymus - film krótkometrażowy



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:45 Malanowski i Partnerzy (404) - serial
09:10 Malanowski i Partnerzy (405) - serial
09:40 Trudne sprawy (54) - serial
10:40 Dlaczego ja? (290) - serial
11:45 Pamiętniki z wakacji (41) - serial
12:45 Dom nie do poznania (143)
13:45 Dom nie do poznania (144)
14:45 Malanowski i Partnerzy (292) - serial
15:15 Malanowski i Partnerzy (293) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Dlaczego ja? (422) - serial
17:40 Trudne sprawy (61) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (283) - serial
20:05 Szalony lot - film sensacyjny
22:20 Snajper III - film sensacyjny
00:05 Breaking Bad (8) - serial
01:15 Zagadkowa noc (1154)



06:25 I Like It
07:25 Winx Club (5) - serial
07:55 Winx Club (6) - serial
08:25 Komisarz Rex (10) - serial
09:30 Kiedy się zakocham (45) - serial
10:25 You Can Dance (22)
11:25 4music
12:30 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (16)
13:00 Telesprzedaż
13:20 Dziewczyny z fortuną
15:00 Dekoratornia
15:30 Dekoratornia
16:00 Winx Club (7) - serial
16:35 Winx Club (8) - serial
17:05 Wzór (54) - serial
18:00 Ukryta miłość (46) - serial
19:00 Komisarz Rex (11) - serial
20:00 Galileo
21:00 Galileo
22:00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5) - serial
23:00 Wzór (54) - serial
23:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6) - serial
00:55 STOP Drogówka
01:55 4music



08:35 Mistrzostwa Świata w Moskwie
10:00 Eneco Tour
11:00 Letnie Grand Prix w Einsiedeln
11:45 Mistrzostwa Świata w Moskwie
13:00 Eneco Tour
14:00 Hiszpania - Niemcy
15:30 Niemcy - Anglia
16:00 Irlandia - Polska
17:30 Letnie Grand Prix w Einsiedeln
18:50 Mistrzostwa Świata w Moskwie
20:45 Watts
21:00 Tydzień z World Wrestling Entertainment
21:35 Eneco Tour
22:00 USA Pro Cycling Challenge
00:00 Eneco Tour



08:00 Wiadomości
08:15 Pogoda poranna
08:20 Telezakupy
09:00 Ojciec Mateusz (48) - serial
09:55 Dzika planeta (5) - dokument
10:35 Dzika Polska (87) - dokument
11:00 Hotel Pod Żyrafą i Nosorożcem (4) - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Nie ma rady na odpady?
12:50 Dzika planeta (6) - dokument
13:25 Tacy sami (5) - dokument
13:55 Klan (2447) - serial
14:25 Bao-bab, czyli zielono mi (2) - serial
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:25 Bonanza (117) - serial
16:20 Pszczółka Maja (39) - serial
16:30 Pszczółka Maja (7) - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Życie nad rozlewiskiem (12) - serial
18:25 Filantrop (7) - serial
19:15 Opowiedz nam coś, Milu (47) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Żandarm i kosmici - komedia
22:05 Życie na gorąco (4) - serial
23:35 Detoks (6) - serial
00:30 Moja Angelika - dramat
02:15 Bonanza (117) - serial



06:10 Mango - Telezakupy
07:50 Ostry dyżur (18) - serial
08:50 Detektywi (822) - serial
09:20 Kuchenne rewolucje (12)
10:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (497) - serial
11:20 Ugotowani (9)
12:20 Szpital (55) - serial
13:20 Ukryta prawda (152) - serial
14:20 W-11 wydział śledczy (936) - serial
15:05 Sąd rodzinny (175) - serial
16:05 Rozmowy w toku (2046) - talk show
17:00 Szpital (56) - serial
18:00 Ukryta prawda (153) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy (945) - serial
20:50 Zabójcy - film sensacyjny
23:30 Top Gear
00:55 Kuba Wojewódzki (17) - talk show
01:55 Smakuj świat z Pascalem
02:30 Uwaga!
02:50 Arkana magii (1019)



08:00 Sauna - komedia
09:45 Podróże - dramat
11:50 Adoracja - dramat
13:40 Młodzi górą w Hollywood - dokument
14:45 Winny - dramat
16:50 Vera (6) - serial
18:35 Pan Dodek - komedia
20:10 Bokser - dramat

Danny Flynn, były bojownik IRA, po czternastu latach wychodzi z więzienia. Postanawia zerwać z przeszłością, nie widzi sensu dalszej walki. Jego największym marzeniem jest stworzenie szkoły bokserskiej, do której uczęszczaliby katolicy i protestanci. Pragnie wrócić na ring, by wesprzeć swoje przedsięwzięcie. Dawni towarzysze nie akceptują jego decyzji o odejściu z organizacji, a związek z dawną ukochaną, spotyka się z niechęcią otoczenia. Maggie jest żoną jego najlepszego przyjaciela, odsiadującego wyrok.

22:15 Rząd (3) - serial
23:30 Rząd (4) - serial
00:45 Biała Masajka - melodramat
02:55 Ciemna strona Wenus - dramat



06:00 Przygód kilka wróbla Ćwirka (2) - serial
06:10 Przygód kilka wróbla Ćwirka (3) - serial
06:25 Przyłbice i kaptury (1) - serial
07:40 M jak miłość (309) - serial
08:40 M jak miłość (310) - serial
09:40 Wiadomości z drugiej ręki (35) - serial
10:15 Barwy szczęścia (947) - serial
10:45 Na dobre i na złe (115) - serial
11:50 O rety, Niemcy na Wolinie - dokument
12:15 Familiada
12:50 Makłowicz w podróży
13:20 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (26) - dokument
13:55 Czas honoru (56) - serial
14:50 Ja to mam szczęście! (33) - serial
15:25 Rodzinka.pl (36) - serial
16:05 M jak miłość (988) - serial
16:55 Kabaretowy Klub Dwójki (74)
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
20:10 XII Mazurska Noc Kabaretowa - Mrągowo 2010 (2)
21:15 Jedna gorąca letnia noc - dramat
22:50 Kuba: ostatnia szansa - dokument
00:00 Szpital Three Rivers (12) - serial
00:55 Wieża - film obyczajowy
02:40 Kabaretowy Klub Dwójki (74)



06:55 Męski typ (3) - talk show
07:25 Sąd rodzinny (96) - serial
08:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (393) - serial
09:20 Kocham. Enter (40) - serial
10:20 Ostry dyżur (14) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
13:00 Sąd rodzinny (97) - serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (394) - serial
15:00 Agenci NCIS (19) - serial
16:00 Kocham. Enter (41) - serial
17:00 Ostry dyżur (15) - serial
18:00 Detektyw Monk (15) - serial
19:00 Agenci NCIS (20) - serial
20:00 W służnej sprawie - film sensacyjny
22:10 The Event: Zdarzenie (3) - serial
23:10 Śmiertelna kuracja - horror
01:35 Arkana magii



06:00 Trzech wspaniałych
06:30 Łapu capu ekstra
07:00 +De lux
07:30 Nie przegap
07:40 Łapu capu
07:45 Trzech wspaniałych
08:15 W tonacji+
09:05 Gdzie jest Sonia? - dokument
10:00 Samica - melodramat
11:25 Hollywood Buzz
11:55 Bobasy - dokument
13:15 W tonacji+
14:05 W imieniu diabła - film psychologiczny
16:05 Anioły i kowbojki - film familijny
17:35 +De lux
18:05 Wypowiedzenie wojny - dramat
19:45 Nie przegap
19:55 Łapu capu
20:00 Guido Superstar - komedia
21:30 Rockefeller Plaza 30 (12) - serial
22:00 The Following (10) - serial
22:45 Igrzyska śmierci - film sf
01:05 Warsaw Dark - thriller
02:30 Trzy kolory. Czerwony - dramat



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:45 Malanowski i Partnerzy (406) - serial
09:10 Malanowski i Partnerzy (407) - serial
09:40 Trudne sprawy (55) - serial
10:40 Dlaczego ja? (291) - serial
11:45 Pamiętniki z wakacji (42) - serial
12:45 Dom nie do poznania (145)
13:45 Dom nie do poznania (146)
14:45 Malanowski i Partnerzy (294) - serial
15:15 Malanowski i Partnerzy (295) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:45 Dlaczego ja? (423) - serial
17:45 Trudne sprawy (62) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (284) - serial
20:05 Legionista - film sensacyjny
22:10 Nikomu ani słowa - thriller
00:25 Pytania i odpowiedzi - dramat



06:25 I Like It
07:25 Winx Club (7) - serial
07:55 Winx Club (8) - serial
08:25 Komisarz Rex (11) - serial
09:30 Kiedy się zakocham (46) - serial
10:25 You Can Dance (23)
11:25 4music
12:30 Mindfreak - iluzjonista Criss Angel (17)
13:00 Telesprzedaż
13:20 Dziewczyny z fortuną
15:00 Dekoratornia
15:30 Dekoratornia
16:00 Winx Club (9) - serial
16:35 Winx Club (10) - serial
17:05 Wzór (55) - serial
18:00 Ukryta miłość (47) - serial
19:00 Komisarz Rex (12) - serial
20:00 Płonący szczyt - film katastroficzny
21:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (6) - serial
22:55 Wzór (55) - serial
23:50 Łowca krokodyli (5) - dokument
00:55 Galileo
01:55 4music



08:30 USA Pro Cycling Challenge
09:30 US Open w Nowym Jorku
11:00 US Open w Nowym Jorku
13:00 USA Pro Cycling Challenge
14:00 Anglia - Szkocja
15:30 Hiszpania - Niemcy
16:00 Hiszpania - Niemcy
17:30 Anglia - Holandia
18:00 Irlandia - Belgia
19:30 Hiszpania - Niemcy
20:00 Holandia - Białoruś
21:30 USA Pro Cycling Challenge
22:00 USA Pro Cycling Challenge
00:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie



08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:20 Telezakupy
08:55 Ojciec Mateusz (49) - serial
09:55 Dzika planeta (6) - dokument
10:30 Dzika Polska (94) - dokument
11:00 Hotel Pod Żyrafą i Nosorożcem (5) - serial
12:00 Wiadomości
12:05 Agrobiznes
12:30 Zdumiewająca Ameryka Południowa (1) - dokument
13:30 Tacy sami (6) - dokument
14:00 Klan (2448) - serial
14:25 Bao-bab, czyli zielono mi (3) - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:25 Bonanza (118) - serial
16:20 Pszczółka Maja (8) - serial
16:30 Pszczółka Maja (9) - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Życie nad rozlewiskiem (13) - serial
18:25 Filantrop (8) - serial
19:15 Dziwny świat kota Filemona (11) - serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Pogoda
20:20 Piąty stadion (70) - serial
20:25 Liga Mistrzów
22:55 Atlético Madryt - FC Barcelona
01:10 Detoks (7) - serial
02:05 Mistrzowie horroru (12) - serial



06:10 Mango - Telezakupy
07:50 Ostry dyżur (19) - serial
08:50 Detektywi (823) - serial
09:20 Kuchenne rewolucje (1)
10:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (498) - serial
11:20 Ugotowani (10)
12:20 Szpital (56) - serial
13:20 Ukryta prawda (153) - serial
14:20 W-11 wydział śledczy (945) - serial
15:05 Sąd rodzinny (176) - serial
16:05 Rozmowy w toku (2047) - talk show
17:00 Szpital (57) - serial
18:00 Ukryta prawda (154) - serial
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:05 W-11 wydział śledczy (947) - serial
20:50 Przepowiednia - thriller
23:15 Ring - horror
01:40 Uwaga!
02:00 Arkana magii (1020)



08:00 Księga wielkich życzeń - dramat
10:05 Jesienna sonata - dramat
11:50 Historia kina w Popielawach - film obyczajowy
13:40 Sławna restauracja - komedia
15:20 Paradise Now - dramat
17:20 Armia ciemności - komedia
Ash i Linda odnajdują w leśnej chacie "Nekronomikon", pradawną księgę umarłych oprawioną w ludzką skórę i napisaną krwią. Wtargnięcie dwojga żywych rozsiewa duchy ciemności do tego stopnia, że zabijają Lindę. Ash próbuje się bronić, ale nie ma szans. Wraz z piłą tarczową, strzelbą i samochodem zostaje przeniesiony do 1318 r. Trafia w środek walki i zostaje wzięty do niewoli jako jeden z buntowników Henryka Czerwonego. Ma zakończyć życie w pieczarze, w której czai się niewyobrażalne zło. Jedną z obserwujących śmierć Asha jest piękna Sheila.
19:10 Główny podejrzany (13) - serial
20:10 Rząd (5) - serial
21:25 Rząd (6) - serial
22:40 Tajemnica - thriller
00:40 Cicha rzeka - film krótkometrażowy
01:25 Gdybyś tu był - thriller
02:55 Homo Father - komediodramat



06:05 Przygód kilka wróbla Ćwirka (5) - serial
06:25 Przyłbice i kaptury (2) - serial
07:35 M jak miłość (311) - serial
08:40 M jak miłość (312) - serial
09:35 Wiadomości z drugiej ręki (36) - serial
10:10 Barwy szczęścia (948) - serial
10:45 Na dobre i na złe (116) - serial
11:45 Pozyteczni.pl
12:15 Familiada
12:50 Makłowicz w podróży
13:20 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (27) - dokument
13:55 Czas honoru (57) - serial
14:50 Ja to mam szczęście! (34) - serial
15:25 Rodzinka.pl (37) - serial
16:05 M jak miłość (989) - serial
16:55 Kabaretowy Klub Dwójki (75)
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu
20:10 XIV Mazurska Noc Kabaretowa (1)
21:15 Cudotwórca - komedia
23:20 Aida (12) - serial
00:15 Na linii strzału (28) - serial
01:10 Virtuti - dramat



06:55 Męski typ (4) - talk show
07:25 Sąd rodzinny (97) - serial
08:20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (394) - serial
09:20 Kocham. Enter (41) - serial
10:20 Ostry dyżur (15) - serial
11:20 Mango - Telezakupy
13:00 Sąd rodzinny (98) - serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (395) - serial
15:00 Agenci NCIS (20) - serial
16:00 Kocham. Enter (42) - serial
17:00 Ostry dyżur (16) - serial
18:00 Detektyw Monk (16) - serial
19:00 Agenci NCIS (21) - serial
20:00 Trzy królestwa - dramat
23:10 Bezimienni (2) - serial
00:10 Miasto zbrodni - thriller
02:15 Arkana magii



06:00 Trzech wspaniałych
06:30 Łapu capu ekstra
07:00 +De lux
07:30 Nie przegap
07:40 Łapu capu
07:45 Trzech wspaniałych
08:15 W tonacji+
09:05 Anioły i kowbojki - film familijny
10:35 Wstań i tańcz - film krótkometrażowy
10:50 Jasminum - film obyczajowy
12:40 +De lux
13:10 Azjatycki podziemny krąg - dokument
14:00 Tango Libre - film obyczajowy
15:40 W tonacji+
16:30 Wielki rok - komedia
18:10 Zimne światło dnia - film sensacyjny
19:45 Nie przegap
19:55 Łapu capu
20:00 Parias - dramat
21:25 Baczyński - film biograficzny
22:35 Straż sąsiedzka - komedia
00:15 I Want (No) Reality - dokument
01:15 Lekcja martwego języka - dramat
02:55 Przypadek - dramat



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:45 Malanowski i Partnerzy (408) - serial
09:10 Malanowski i Partnerzy (409) - serial
09:40 Trudne sprawy (56) - serial
10:40 Dlaczego ja? (292) - serial
11:45 Pamiętniki z wakacji (43) - serial
12:45 Dom nie do poznania (148)
13:45 Dom nie do poznania (149)
14:45 Malanowski i Partnerzy (296) - serial
15:15 Malanowski i Partnerzy (297) - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Dlaczego ja? (424) - serial
17:45 Trudne sprawy (63) - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (285) - serial
20:00 Świat według Kiepskich (319) - serial
20:35 Boski żigolo w Europie - komedia
22:15 Zgadnij, kim jestem - komedia
00:40 Grubazzki - komedia
02:45 Tajemnice Iosu



06:25 I Like It
07:25 Winx Club (9) - serial
07:55 Winx Club (10) - serial
08:25 Komisarz Rex (12) - serial
09:30 Kiedy się zakocham (47) - serial
10:25 You Can Dance (24)
11:25 4music
12:30 Życiowe role gwiazd (23) - dokument
13:00 Telesprzedaż
13:20 Dziewczyny z fortuną
15:00 Dekoratornia
15:30 Dekoratornia
16:00 Winx Club (11) - serial
16:35 Winx Club (12) - serial
17:05 Wzór (56) - serial
18:00 Ukryta miłość (48) - serial
19:00 Komisarz Rex (13) - serial
20:00 Wyścig - film sensacyjny
22:20 Śmierć na talerzu (6) - dokument
23:20 Wzór (56) - serial
00:15 Strzelec wyborowy - film sensacyjny
02:25 4music



08:30 WTCC od środka
09:00 USA Pro Cycling Challenge
10:00 Australian Open w Melbourne
11:00 Australian Open w Melbourne
13:00 USA Pro Cycling Challenge
14:00 Mistrzostwa Świata w Moskwie
15:30 Hiszpania - Niemcy
16:00 Niemcy - Czechy
17:30 Kampus
18:00 Wednesday Selection
18:05 Riders Club
18:10 Turniej z cyklu US PGA - Wyndham Championships w Greensboro
19:10 Golf Club
19:15 Rolex Fastnet Race
19:45 Wydarzenia miesiąca
19:50 Extreme Sailing Series 2013 w Porto
20:20 Tour de France
20:50 Yacht Club
20:55 Wednesday Selection
21:25 USA Pro Cycling Challenge
22:00 USA Pro Cycling Challenge
00:00 US Open w Nowym Jorku

Poradnik dla młodych rodziców

Narodziny i pierwsze miesiące życia malucha

Ciąża to prawdziwa rewolucja w życiu każdej kobiety. Często nie zdajemy sobie sprawy z ogromu emocji, jakie towarzyszą temu stanowi i narodzinom dziecka. Z jednej strony dla rodziców to ogromna radość, z drugiej zaś wiele wątpliwości.

Dieta mamy karmiącej
Podstawą prawidłowego rozwoju dziecka jest zbilansowana dieta. Najlepszym pokarmem od pierwszych chwil życia jest mleko matki. Jest to najwłaściwsza i najtańsza forma żywienia. Z mlekiem matki niemowlę otrzymuje wszystkie niezbędne składniki pokarmowe i naturalnie wzmacnia swoją odporność. Optymalne efekty można uzyskać, gdy matka prawidłowo odżywia się w czasie ciąży i po porodzie oraz gdy dziecko nie jest niepotrzebnie dokarmiane. Karmiąca mama wcale nie musi jeść za dwoje. Powinna spożywać właściwe produkty w odpowiednich ilościach. Oznacza to, że dieta mamy po urodzeniu dziecka powinna być urozmaicona na tyle, by dostarczyć dziecku wszystkich niezbędnych składników odżywczych.

Przykładowe produkty do jedzenia, polecane kobietom po urodzeniu dziecka:

PRODUKTY	PRZYKŁADY	DZIAŁANIE
warzywa i owoce	kilka porcji dziennie	dostarczają witamin, soli mineralnych i błonnika
produkty zbożowe	pieczywo (jasne i ciemne), makaron, ryż i kasze	źródło energii
nienasycone kwasy tłuszczowe	ryby, oliwa z oliwek, oleje: słonecznikowy, sojowy	istotna rola w rozwoju układu nerwowego dziecka
mleko i przetwory mleczne	kefir, twarożek, jogurt, etc.	źródło wapnia
produkty wysokobiałkowe	mięso, ryby, jaja, wysokogatunkowe wędliny	źródło białka



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



Dodatkowo należy pić około 2-3 litrów płynów niegazowanych dziennie: soków, wody, herbat ziołowych.

Pamiętaj! Unikaj znacznych spadków masy ciała oraz rygorystycznych diet niskokalorycznych, są szkodliwe dla Twojego zdrowia i zdrowia Twojego dziecka.

Produkty, z których musisz bezwzględnie zrezygnować, gdy karmisz piersią:

- tytoń
- alkohol
- mocna kawa
- ostre przyprawy
- pokarmy powodujące wzdęcia u dziecka: fasola, groch
- napoje gazowane
- nadmiar czosnku

Karmienie piersią a mleko modyfikowane – czyli prawdy i mity o naturalnym karmieniu

Karmiąca mama powinna podawać dziecku dodatkowe płyny.

MIT: Jeśli efektywnie karmisz piersią, mleko zaspokaja zarówno, głód jak i pragnienie dziecka.

Jeśli masz infekcję, jesteś przeziębiona, nie wolno Ci karmić piersią.

MIT: W takich sytuacjach powinnaś karmić piersią. W czasie choroby Twój organizm wytwarza przeciwciała, które przenikają do mleka i budują odporność dziecka. Wyjątkiem jest przyjmowanie przez matkę leków przenikających do mleka (antybiotyki, silne leki przeciwwzapalne).

Przy nawale mlecznym, zastoinie czy zapaleniu, karmiąca mama musi ograniczyć ilość płynów, silnie masować piersi lub je bandażować.

MIT: W takich sytuacjach Twój organizm potrzebuje więcej płynów. Silne masowanie lub forsowanie obolałych piersi, w których zalega pokarm, może prowadzić do uszkodzenia przewodów mlecznych a nawet spowodować ropień.

W trakcie laktacji mamom karmiącym zaleca się spożywanie tylko gotowanego mięsa, warzyw i ryżu.

MIT: Jeśli u Twojego dziecka nie stwierdzono żadnej alergii, a jego rozwój przebiega prawidłowo, stosowanie diety eliminującej nie jest wskazane.

Przy nawale pokarmu karmiąca mama powinna ściągać cały pokarm.

MIT: Przy nadprodukcji mleka pomocne może być picie naparu z szalwii i odciąganie odrobinki mleka bądź przystawianie na chwilę dziecka za każdym razem, kiedy piersi są za bardzo napięte. Trzeba natomiast unikać odciągania dużych ilości mleka, bo to jeszcze bardziej pobudza laktację.

Mleko modyfikowane
Mleko krowie może powo-



Typy mleka modyfikowanego:

SYMBOL	KATEGORIA	WIEK
symbol 1	mleko początkowe	niemowlęta od urodzenia
symbol 2	mleko następne	niemowlęta powyżej 6. miesiąca
symbol 3	mleko Junior	dzieci powyżej 1. roku
symbol 4	mleko Junior	dzieci powyżej 2. roku

dować alergię u małych dzieci, gdyż jego skład jest niedostosowany do potrzeb małego organizmu. Zawiera za mało witamin i żelaza, a za dużo białka i sodu. W pierwszym półroczu życia dziecka jego układ pokarmowy nie jest w pełni rozwinięty, dlatego specjalnie dla niemowląt i małych dzieci w wieku do 3 lat stworzono mleko modyfikowane.

Pamiętaj! Mleko modyfikowane i mieszanki mleczne oznaczone symbolami 1, 2 czy Junior bez żadnych dodatkowych oznaczeń przy nazwie, przeznaczone są dla niemowląt zdrowych, u których nie wystąpiła alergja ani inne specyficzne dolegliwości.

Poranione brodawki

Poranione brodawki to częsty problem mam karmiących. Wynika ze złej techniki karmienia lub nieodpowiedniego przystawiania dziecka do piersi. Należy pamiętać o tym, aby dziecko chwyciło nie tylko za brodawkę, ale również za dużą część otoczki. W przeciwnym razie będzie gryzło dziąsłami i szarpało, raniąc brodawki mamy.

Jak poradzić sobie z poranionymi brodawkami?

- Nie myj brodawek zbyt czę-

sto. Wystarczy dwa razy dziennie. Nie używaj do tego mydła – może ono niepotrzebnie wysuszać i podrażniać skórę. Wystarczy zwykła woda.

- Po każdym karmieniu smaruj brodawki własnym mlekiem – ma ono działanie przeciwbakteryjne i gojące.

- Do mycia brodawek możesz używać naparu z nagietka lekarskiego lub naparu z szalwii.

Przed karmieniem zrób sobie okład z lodu – zmniejszy ból.

- Staraj się zmieniać pozycję karmienia, aby nie drażnić cały czas tych samych miejsc brodawek.

- Między karmieniami smaruj piersi kremami pielęgnującymi brodawki. Niektórych z nich nie trzeba nawet zmywać przed kolejnym karmieniem.

- Karmienie zaczynaj od mniej obolałej piersi. Dziecko na początku karmienia jest bardziej głodne, w związku z czym mocniej ssie.

- Staraj się jak najczęściej wietrzyć brodawki oraz noś luźne, przewiewne, bawełniane bluzki.

Już za tydzień: najczęstsze przypadłości wieku dziecięcego – zapraszamy!

Czy wiesz, że... Twoje mleko zawiera ponad 200 składników odżywczych, w tym: przeciwciała, substancje o działaniu ochronnym, przeciwwzapalnym i prebiotyki. Pediatrzy i specjaliści do spraw żywienia uważają, że przez pierwsze 6 miesięcy życia mleko matki zaspokaja wszystkie potrzeby żywieniowe dziecka. Dziecko karmione piersią nie wymaga dodatkowych płynów ani posiłków.

Horoskop

Koziorożec (22.12.-20.01.)

7 Twoje dotychczasowe życie zmieni się i nabierze sporego tempa. Poczujesz, że przeszłość to rozdział zamknięty i postanowisz zabrać się za życiowe porządki. Będziesz chciał wiele zmienić. Wyjdzie Ci to na dobre.

Wodnik (21.01.-19.0)

3 Fajny tydzień, w którym nie zabraknie powodzenia, sukcesów i radości. Spodziewaj się wielu korzystnych wydarzeń na polu osobistym oraz zawodowym. Dobry humor nie będzie Cię opuszczał.

Ryby (20.02.-20.03.)

X Odwiedź swoich najbliższych i poświęć choć trochę czasu starym przyjaciołom. Na pewno kilka spraw w pracy możesz przełożyć na później, więc zrób to. Nie będziesz narzekać na nudę.

Baran (21.03.-21.04.)

Y Gwarantowane powodzenie w sprawach zawodowych i osobistych. Uwierzysz we własne siły i dzięki temu pokonasz wszelkie trudności. Twoje relacje z partnerem będą pełne miłości.

Byk (21.04.-21.05.)

8 Postanowisz spokojnie przemyśleć trapiące Cię problemy zawodowe i osobiste. Taka chłodna kalkulacja przyda się, o ile będziesz potrafił wyciągnąć wnioski ze swojego dotychczasowego postępowania.

Bliznięta (22.05.-22.06.)

II Nie masz czasem wrażenia, że zbyt długo zasiedziałeś się w pewnych sytuacjach i znajomościach? Niepotrzebnie zwlekałeś z podjęciem ważnych decyzji. Rusz się i załatw, co trzeba. A w wolnej chwili wyjeżdż na krótki urlop.

Rak (22.06.-22.07.)

69 Spodziewaj się problemów w komunikacji z innymi, co doprowadzi do niepotrzebnych zadrzańień w relacjach osobistych. Będziesz narzekać, że nikt Cię nie rozumie, ale to nie do końca tak jest. Przemyśl swoje zachowanie.

Lew (23.07.-23.08.)

8 Musisz trochę przystopować i w końcu wyjechać na wakacje. Przestań tyle pracować, bo i tak nikt Ci za to nie da orderu. Zmęczenie na pewno da o sobie znać. Zaszuj się wtedy samotnie w domu i zbieraj siły.

Panna (24.08.-23.09.)

mp Poczujesz teraz, że możesz wszystko a świat leży u Twoich stóp. Będziesz silna, samodzielna, odważna we wszelkich działaniach. Twoja siła przebicia zadziwi niektóre osoby z Twojego otoczenia.

Waga (23.09.-22.10.)

1 Zapowiada się tydzień pełen dobrej rozrywki, atrakcji towarzyskich i kulturalnych. Pozwól sobie na nieco beztroski i nie odmawiaj, kiedy ktoś zaprosi Cię na tańce, do kina czy na grilla. Nie samą pracą żyje człowiek.

Skorpion (24.10.-22.11.)

m Wreszcie uwierzysz w swoje talenty, postawisz na nowe umiejętności. Wykorzystaj nadarzające się szanse. Pozytywne nastawienie do świata sprawi, że wszystko wyda Ci się dziecinnie łatwe.

Strzelec (23.11.-21.12.)

X Poświęć więcej uwagi zdrowiu. Twój organizm upomni się o swoje. A wtedy najlepiej zostawić wszelkie sprawy zawodowe i rodzinne i wyjechać na wakacje. Aktywny wypoczynek przywróci świeżość umysłu.

KRZYŻÓWKI PANORAMICZNE

Spoż.: węgierskie wino deserowe wysokiego gatunku.	▼	Bot.: dawniej: kobylina; Prosty miecz hu-sarski	▼	Żartobliwie: konkurent, zalotnik.	Muz.: żywy, skoczny taniec ludowy popularny w Irlandii.	▼	Marie-Dominique (1895-1990), fr. teolog i filozof, dominikanin;	Miasto nad rzeką Psoł (Ukr.) Catalina Albert y Paradis	▼	Żegl.: jadalnia na statku. Na pustyni Thar miasto	▼
▶		▼		▼	Tytuł opery Jeana Martinona. Zawiera witaminę C	▶		▼		▼	
3	1										
Port lotniczy Krakowa	▶						Kingsley, pisarz angielski	▶			
Pow. genetyki i cytologii		10	4		7		Jean (1908-82), fr. rysownik				2
▶							▼				
				11	12						
Taśma na muchy	▶				Wypukłość z tkaniny Rzeka w Kazachstanie	▶			Płynie przez Goleniów		Geogr.: miasto na Honsiu (Japonia).
					▼						
8						Szkoło ołowio-we, silnie rozszczepiające światło białe.	▶			6	5
Film R. Polańskiego	▶					Antonio dos Santos Ramalho (ur. 1935), portug. polityk, generał;	▶				
Muz.: pieśń trubadurów składająca się ze strofek 6-7 wierszowych.			Przejazd przez środek góry	▶				Grupa wysp koło Nowej Gwinei	▶		

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

8	9
---	---

10	11	12	13
----	----	----	----



CIASTO KAWOWE

Składniki

Biszkopt jasny:
6 jaj
6 łyżek mąki
szczypta soli
6 łyżek cukru
1 łyżeczka proszku do pieczenia

Biszkopt kawowy:
4 jajka
4 łyżki mąki
2 łyżki kawy sypanej
4 łyżki cukru
1/2 łyżeczki proszku do pieczenia

Masa
1 litr śmietany kremówki
3 łyżki cukru
2 łyżeczki kawy sypanej
wiórki czekoladowe do dekoracji
2 torebki cukru waniliowego
4 łyżeczki żelatyny

SPOSÓB WYKONANIA

Biszkopt jasny: białka ubić z cukrem i szczyptą soli na sztywną pianę, stopniowo dodawać żółtka. Na koniec delikatnie wsypać mąkę z proszkiem do pieczenia. Masę rozdzielić na dwie blachy. W piekarniku nagrzanym do temp. 180 st. C upiec biszkopty (ok. 15 min).
Biszkopt kawowy: białka ubić z cukrem i szczyptą soli na sztywną pianę, stopniowo dodawać żółtka. Na koniec delikatnie wsypać mąkę z proszkiem do pieczenia oraz kawę. Wymieszać. Piec ok. 20 min.
Masa: żelatynę zalać niewielką ilością wody i dokładnie wymieszać. Kawę zaparzyć (ok. pół szklanki), a następnie przecedzić. Śmietanę ubić z cukrem i cukrem waniliowym. Kiedy lekko zgęstnieje, dodać do niej żelatynę i ubijać, aż będzie sztywna. Podzielić ją na trzy części. Do jednej dodać zimne fusy z kawy, a naparem nasączyć dwa jasne biszkopty. Na jasny biszkopt nałożyć jedną część jasnego kremu, następnie drugi jasny biszkopt i kolejną porcję białej masy, na koniec ciemny biszkopt i na górę masę kawową. Wierzch udekorować wiórkami czekolady. Przed podaniem schłodzić ciasto w lodówce (najlepiej całą noc).

Pogoda

Środa 14.08.2013

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



temperatura
minimalna/odczuwalna/maksymalna

12/22/21

10/12/16

ciśnienie

1008 hPa

1010 hPa

wiatr

25 km/h

9 km/h

deszcz

0 mm

0 mm

Czwartek 15.08.2013

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



12/23/22

8/13/17

1013 hPa

1015 hPa

14 km/h

4 km/h

0 mm

0 mm

Piątek 16.08.2013

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



12/24/24

16/17/22

1016 hPa

1013 hPa

18 km/h

13 km/h

0 mm

0 mm

Sobota 17.08.2013

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



20/24/27

16/16/20

1009 hPa

1007 hPa

14 km/h

7 km/h

0 mm

0 mm

A to historia

Historia z dymkiem

Tytoń, podobnie jak wiele innych roślin, początkowo traktowany był jako lek. Z biegiem lat okazało się, że jednak szkodzi zdrowiu. Co ciekawe, pierwsi z papierosami zaczęli walczyć... naziści.

Tytoń był uprawiany przez Indian. W Ameryce Północnej noszono go w sakiewkach u pasa i palono w fajkach, by przypieczętować transakcje handlowe, ale także traktaty pokojowe. Stąd zapewne wzięło się określenie „fajka pokoju”. Czerwonoskórzy wierzyli, że tytoń jest darem od bogów i palenie tej rośliny powoduje, że ludzkie prośby wraz z dymem unoszą się i trafiają wprost przed oblicze tych bogów.

Tytoń wykorzystywano także w medycynie. Liście tabaki żuto, by uśmierzć ból, a zmieszane z jednym z pustynnych ziół były idealnym remedium na zimne noce.

Pod koniec XV wieku w Ameryce pojawili się Europejczycy. Przybyli po złoto, ale musieli zadowolić się odkryciem ciekawych roślin, jak kukurydza, ziemniaki czy właśnie tabaka. Pierwszym znanym europejskim palaczem był Rodrigo de Jerez, członek załogi statku Santa Maria, jednego z trzech, które wzięły udział w wyprawie Krzysztofa Kolumba. De Jerez otrzymał od Indian liście tabaki 12 października 1492 roku na wyspie San Salvador. Marynarze z Europy najpierw podpatrywali, jak tubylcy palą tytoń, później spróbowali sami. Kiedy de Jerez wrócił do Europy, wzbudził popłoch. Ludzie byli przerażeni, kiedy widzieli otaczający marynarza dym. Hiszpańska inkwizycja, znana ze swojego okrucieństwa, uznała zwyczaj palenia za grzeszny oraz piekielny postępek. Dlaczego? Bo tylko czart mógł dać człowiekowi dar wypuszczania z ust dymu. Pierwszy palacz został zamknięty w więzieniu na siedem lat. Kiedy wyszedł na wolność, palenie było już w Hiszpanii codziennością.

Początkowo wierzono w leczniczy charakter tytoniu. W 1571 roku hiszpański medyk Mikołaj Monardes wyliczył, że paląc go możemy wyleczyć się z aż 36 przypadłości. W 1560 roku tytoń zawędrował do Francji. Jego promotorem był Jean Nicot. To właśnie od jego nazwiska wywodzi się słowo nikotyna. Przedsiębiorczy Francuz zalecał zażywać tytoń, wciągając go nosem. Jedną z pierwszych uzależnionych Francuzek była królowa Katarzyna Medycejska. We Francji w XVI wieku tytoń nazywano „nikotyną”. Dopiero później tą nazwą ochrzczono główny składnik chemiczny rośliny.

Oczywiście, tytoń miał także swoich przeciwników. Jednym z pierwszych był król Anglii Jakub I. Sułtan Murad IV wprowadził zakaz palenia, które było – jego zdaniem – zagrożeniem dla moralności i zdrowia poddanych. W Japonii zdelegalizowano uprawy tytoniu, ponieważ zajmowały one nieliczne obszary przydatne dla rolnictwa. W 1634 roku patriarcha Moskwy zakazał handlu tytoniem pod groźbą chłosty. Katolicki papież Urban VII, mocą bulli papieskiej z 1590 roku, potępił palenie.

W połowie XVII wieku tytoń był już dostępny w każdym znanym zakątku świata. Władcy, którzy najpierw zabraniali handlu tym towarem, szybko przekonali się, że to świetny produkt eksportowy. Jeszcze do XVIII wieku nie mówiono o paleniu tytoniu, ale o piciu dymu.

Tytoń palono w fajkach. Przygotowywano także prototypowe wersje papierosów: tytoń zawijano w liście roślin, najczęściej kukurydzy. W XVII wieku pojawiły się papierosy, w których wykorzystywa-

no papier. W latach 30. XIX wieku we Francji narodziło się określenie „papieros”, a właściwie „cigarette” (małe cygaro). Wcześniej używano sformułowania „papelate”. W Polsce pozostaliśmy przy pierwotnej nazwie papieros, pochodzącej od słowa papier. Pod koniec XIX wieku wynaleziono pierwsze maszyny do masowej produkcji papierosów. W efekcie z 40 tysięcy sztuk produkowanych dziennie można było podskoczyć do poziomu 4 milionów!

Niemieccy lekarze za czasów Adolfa Hitlera jako pierwsi zauważyli związek między paleniem papierosów a zachorowalnością na raka płuc. W III Rzeszy prowadzono szeroko zakrojoną kampanię antynikotynową. Palenia zakazano w środkach transportu publicznego. Ograniczano limity papierosów w wojsku i drastycznie podniesiono podatki na tytoń. Sam Hitler w latach młodości palił jak smok – od 20 do 40 papierosów dziennie. Rzucił nałóg z powodów finansowych. Uważał, że tabaka była zemstą czerwonoskórych na białym człowieku. Był bardzo niezadowolony, kiedy w jego towarzystwie paliła jego konkubina Ewa Braun. Nałóg nikotynowy uznano za truciznę niszczącą rasę. O wzrost liczby uzależnionych od tytoniu obwiniono Żydów. Akurat to było po części prawdą, ponieważ tytoń do Niemiec ściągali bogaci żydowscy kupcy, ale działało się to w XVI wieku.

Obecnie liczba palaczy w krajach Zachodu maleje, głównie dzięki podnoszeniu cen na papierosy oraz kolejnym zakazom m. in. palenia w miejscach publicznych.

(pw)

XX wiek

Czarodziejski proszek

Chlorek poliwinylu to związek chemiczny bardzo powszechny i obecny w każdym domu czy biurze. Znamy go jako PCV. Tuż po wojnie był produkowany w wąbrzeskiej fabryce tworzyw sztucznych.

„Ten proszek, miałki jak puder, suchy jak pieprz i biały niczym świeży śnieg, ma przed sobą wielką przyszłość” – wieszczono w 1954 roku, opisując w prasie warszawskiej wąbrzeską fabrykę tworzyw sztucznych. „W wąbrzeskiej fabryce ochrzczono go krócej polichlorkiem, potocznie zaś o wyrobach z polichloru mówi się „to z igelitu”.

W Wąbrzeźnie z polichloru połączonego ze zmiękczaczem wyprodukować można było rękawice ochronne, płaszcze, folie czy rury. W okresie wczesnego PRL-u plan 6-letni przewidywał aż 30-krotne zwiększenie produkcji PCV. Miejskowa fabryka miała problemy ze zrealizowaniem swojej części planu. Zakład otrzymał kilka zagranicznych maszyn, jak zespół walców, ale było to kroplą w morzu potrzeb. Zestaw walców służył do produkcji folii do płaszców. Za to nieodpowiednie były hale, brakowało urządzeń socjalnych. W efekcie dział zajmujący się produkcją detali z masy PCV do samochodów „Warszawa” mieścił się w małym pomieszczeniu, przypominającym piwnicę. Rada zakładowa i dyrekcja nie były w stanie w 1954 roku załatwić dla pracowników ubrań ochronnych, co także wypominało w prasie. Jako jedną z przyczyn takiego stanu rzeczy wymieniano sporą odległość, jaka dzieliła Wąbrzeźno od Gliwic, gdzie znajdował się Centralny Zarząd Tworzyw Sztucznych.

Co produkowano w Wąbrzeźnie tuż po wojnie? Popularne były damskie i męskie paski z masy polichlorkowej, mylnie nazywane przez ówczesnych nylonowymi. Do sklepów trafiały także torebki damskie z masy PCV. W 1954 roku uru-

chomiono produkcję kolorowych płaszców. Do tej pory wyrabiane były zazwyczaj w jednym, szarym kolorze. Wąbrzeskie okrycia dostępne były w kolorach: zielonym, żółtym, czerwonym, jasnokremowym i szaro-stalowym. Liczba kolorów wkrótce wzrosła do 10.

W 1954 roku fabryka miała problemy z uruchomieniem produkcji tub z masy PCV do past, kremów i innych kosmetyków. W tym przypadku polichlorek zastępował deficytową cynę. Odbiorcą pojemników z Wąbrzeźna miała być firma „Lechia”. Wymagania co do tub były wysokie. Opakowania do past testowano przez trzy miesiące, analizując czy np. pasta nie traci swoich właściwości. Okazało się, że do produkcji tub potrzebna jest odpowiednia temperatura. Kiedy ta w hali spadała, opakowania stawały się kruche i łamliwe, dlatego konieczne było wprowadzenie stałej temperatury.

Zarząd zakładu w Wąbrzeźnie w 1954 roku planował także uruchomienie linii produkcji firanek i obrusów z masy plastycznej.

W Wąbrzeźnie wytwarzano także masę podeszwową. Był to ciekawy wynalazek, który miał zastąpić skóry. Równocześnie planowano opracować „porowaty” polichlorek, który miał ulżyć przemysłowi obuwicznemu.

„W ciągu najbliższych lat wyroby z polichloru z pewnością zdobędą sobie popularność i uznanie. Staną się one nieodłączną częścią gospodarstwa domowego i mieszkania. Firanki, obrusy, fartuchy, obicia, chodniki, poduszki, nie mówiąc już o smoczkach i dzieciątkach innych drobiazgów” – tak PCV zachwycała się prasa.

(pw)

XIX wiek

Jarmarczne złodziejaski

Jarmarki były w XIX wieku wielkim wydarzeniem. Przybywali na nie ludzie z dalekich stron. Wykorzystywali to także rabusie. W styczniu 1887 roku doszło do jednego z głośniejszych napadów pod Wąbrzeźnem.

4 stycznia 1887 roku w Wąbrzeźnie odbywał się jarmark, na którym pojawił się robotnik nazwiskiem Kanela. Przybył z Kamienia pod Sępólnem Krajeńskim, bo chciał sprzedać krowę. Jak zaplanował, tak zrobił, ale kupił także młodą jałówkę i wraz z nią wyruszył do domu. Mieszkał w Jabłonowie. Kanela, przechodząc przez Myśliwiec, został napadnięty przez trzech mężczyzn, którzy zażądali

pieniędzy. Kiedy ten odparł, że ich nie ma, rabusie pobili go. Napastnicy wzięli ze sobą także krowę. Zwierzę zdołało uciec i dotarło do Myśliwca, gdzie zostało złapane i oddane pod opiekę sołtysowi. Ciężko ranny Kanela leżał w przydrożnym rowie. Jego jęki usłyszeli inni wracający z jarmarku ludzie. Wyzionął ducha kilka dni później, w domu sołtysa w Myśliwcu.

(pw)



Przed wojną w reklamach papierosów, podobnie jak dziś w reklamach past do zębów, występowali lekarze

Hodowla

Japoński wynalazek

Hodowla przepiórek to w naszych warunkach wciąż niszowa gałąź rolnictwa. Ale niektórzy przekonują się do produkcji odmian azjatyckich zamiast rodzimych.



Przepiórki azjatyckie są udomowione i prawie wszystkie hodowlane rasy tego ptaka wywodzą się właśnie od nich. Samce mają rdzawe pióra na głowie i kołnierzu, co jest widoczne już w trzecim tygodniu życia. Samice natomiast wyróżniają się drobnymi cętkami na szyi i piersiach. Dorosłe samce osiągają wagę ok. 130 g, a samice 150 g. Przepiórki można hodować w zaadaptowanych pomieszczeniach, w których panuje odpowiednia temperatura, wilgotność, jest cyrkulacja powietrza i oświetlenie. Ptaki mogą być utrzymywane w kojcach na ściółce lub w klatkach. Zalecana obsada przy

Małe przepiórki japońskie utrzymywaniu w kojcach – 35-45 ptaków/m². Klatki powinny być wykonane z siatki o drobnych oczkach (średnica od 1 do 1,3 cm). Młode ptaki lubią ciepło (przez pierwsze 3 dni temperatura powinna wynosić 30°C, do końca pierwszego tygodnia życia 26°C, w drugim tygodniu życia 22°C). Wymiana powietrza powinna odbywać się 7-8 razy na godzinę. Przepiórki wymagają intensywnego oświetlenia. Przez pierwsze 2 tygodnie życia powinno być włączone przez 24 godziny. Od trzeciego do siódmego tygodnia czas oświetlenia skraca się o 2 godziny tygodniowo.

W żywieniu przepiórek stosu-

je się pasze pochodzenia roślinnego (zboża i śruty poekstrakcyjne), zwierzęcego (mączki mięsne) oraz dodatki mineralno-witaminowe. Cechą przepiórek japońskich jest niesamowicie szybka przemiana materii. Pisklęta przepiórek wylęgają się po 17 dniach inkubacji (kurczęta po 21 dniach), rosną i opierają się bardzo szybko. Po trzech dniach mają już lotki i na całym ciele palki piór. Po pierwszym tygodniu życia zanika puch na grzbiecie, a po trzech tygodniach opierzenie ptaków jest wystarczające, aby na podstawie jego koloru rozróżnić płeć.

Przepiórki japońskie selekcjonowane były przede wszystkim w kierunku produkcji nieśnej i osiągnęły rezultaty niespotykane u innych ptaków. Jajo przepiórki waży od 8 do 12 gramów, przeciętnie 10 g. W porównaniu z masą ciała kury, przepiórka znosi jaja ponad dwukrotnie cięższe, bo jajo kurze stanowi przeciętnie 3 proc. masy ciała nioski, a przepiórcze ponad 6 proc. masy przepiórki. Imponująca jest nieśność przepiórek, w ciągu roku jedna kurka znosi przeciętnie 280 jajek, a bywają rekordzistki produkujące 340 i więcej.

(pw)

Uprawy

Poźniwne siewy

Poplony to sposób, by ziemia „złapała oddech”, szczególnie w takich gospodarstwach, gdzie stosuje się monokulturę uprawową.

Podstawowa zasada w rolnictwie mówi, że pole jak najkrócej ma być gołe, czyli pozbawione roślin. Stąd poplony są tak istotne.

Poplon może dać nawet do 30 ton masy zielonej, która jest idealnym nawozem. Warunkiem jest wczesne wysianie. Świeża masa zastąpić może obornik. Poplony aktywizują także życie glebowe, ograniczają wzrost chwastów i okrywają glebę. Szczególnie rośliny motylkowate poprawiają wartość stanowiska oraz pozwalają na ograniczenie nawożenia, zwłaszcza azotowego.

Jeśli zdecydujemy się na wysianie poplonu jarego, zimą przekształci się w mulcz. Mulczem w ogrodzie mogą być trociny, kora czy słoma, a na polu właśnie poplon. Pod mulczem gleba pozostaje wilgotna i żyzna, a na wiosnę pole jest gotowe do siewu nawet bez orki. Poplony ozime należy zorać. Po poplonach

wymarzających, tam, gdzie to możliwe, zaleca się zastosować wiosną tylko uprawę agregatem w celu wymieszania poplonu z glebą, a także po to, żeby zniszczyć chwasty, które wyrosły w poplonie.

Do siewu poplonów można użyć prawie każdej rośliny. Może to być nawet mieszanka zbożowa jara lub ozima. Wybór zależy też od terminu wysiewu i celu spożytkowania poplonu. Najwięcej wartości mają poplony z udziałem roślin motylkowatych. Zaleca się mieszanie różnych gatunków w celu zniwelowania wpływu zmiennych warunków glebowych i pogodowych. Jeśli po zasiewie poplonu wystąpi długotrwała susza i nasiona nie kiełkują, wtedy pole trzeba jeszcze raz uprawić. Dzięki temu zapobiegniemy wystąpieniu chwastów lub zlikwidujemy je.

(pw)

Uprawy

Kiepski urodzaj

Zdaniem wielu ekonomistów, ale i rolników, urodzaj jest często ekonomicznie gorszym zjawiskiem niż nieurodzaj. W tym roku widać to na przykładzie uprawy rzepaku, która stała się niemal nieopłacalna, a właśnie na tę roślinę postawiło wielu rolników.

W ubiegłym roku uprawa rzepaku opłacała się, ponieważ koniunkturę nakręciły susze panujące na zachodniej półkuli, szczególnie w USA. W tym roku zboża obrodziły wszędzie, stąd ich ceny lecą na łeb, na szyję.

Mimo że rzepak jest tani i jest go dużo, nasz kraj zamierza importować ten produkt m. in. z Ukrainy. Nie są to wielkie ilości, ale... Sprawę obniżenia cen rzepaku przebadają też Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Efektem kontroli mogą być kary dla firm, jeśli okaże się, że stosowały zmo-

wy cenowe. Rolnikom wielkiej satysfakcji to nie przyniesie, choć o kontrolę UOKiK-u prosiła m. in. Krajowa Rada Izb Rolniczych.

Resort rolnictwa nie przewiduje interwencji na rynku rzepaku. W przypadku uprawy tej rośliny, cena zapewniająca pokrycie kosztów produkcji powinna wynosić około 1700 zł za tonę. Obecnie proponuje się ok. 1300 zł. Rolnik, by nie stracić, musiałby uzyskać plony rzędu 7 ton z ha. W Polsce zbiera się średnio ok. 2-3 ton z hektara.

(pw)

Sadownictwo

Polska borówką stoi

Borówka amerykańska to roślina, która w Polsce staje się bardziej popularna niż w Stanach Zjednoczonych. Już dziś jesteśmy trzecim dostawcą tego owocu na świecie.

Borówka amerykańska jest domeną Amerykanów, Kanadyjczyków i Polaków. Pierwsi dostarczają ponad połowę światowej produkcji – 197 tys. ton (dane Instytutu Ekonomiki Rolnictwa i Gospodarki Żywnościowej za FAOSTAT za 2011 r.), drudzy do-

kładają 112 tys. ton. My dorzuciliśmy do tego 8,6 tys. ton (w 2011 r.), ale daje nam to trzecie miejsce wśród światowych producentów.

W Polsce powierzchnia plantacji urosła z 2,4 tysiąca hektarów w 2009 roku do aż 6 tysięcy hektarów w 2012 roku. Na borówkę

amerykańską jest moda. W gazetach opisywana jest jako owoc dietetyczny i prozdrowotny.

Polskie borówki amerykańskie wciąż nie trafiły jeszcze do przetwórstwa. Prawie cała produkcja to owoce deserowe.

(pw)

Finanse

Dopłatowa dogrywka

Komisja Europejska zgodziła się na przesunięcie ok. 127 mln euro z innych programów rolnych na modernizację gospodarstw rolnych w ramach PROW 2007-2013.

O pieniądze na modernizację gospodarstw stara się wielu rolników. Tylko w tegorocznym naborze złożyli 17 tysięcy wniosków. Niestety, pomoc uzyska niewiele ponad 3 tysiące. Średnio gospodarz ubiega się o ok. 130 tys. zł, najczęściej chce je wydać na zakup ciągnika i maszyn rolniczych.

Minister Stanisław Kalemba poinformował, że dodatkowe pół

miliarda zł na modernizację gospodarstw trafi do każdego województwa. Z tych pieniędzy będzie mogło skorzystać kolejne ok. 3 tys. gospodarstw. Wsparcie będzie udzielane na dotychczasowych zasadach. O jego przyznaniu decyduje liczba punktów. Uzyskuje się je m. in. na podstawie oceny, na ile planowana inwestycja przyczyni się do wzmocnienia siły ekono-

micznej gospodarstwa.

Maksymalne dofinansowanie, jakie można uzyskać, wynosi 300 tys. złotych na jedno gospodarstwo i jednego beneficjenta. ARiMR dopłaca od 40 proc. do 60 proc. tzw. kosztów kwalifikowalnych danej inwestycji. To ostatnie rozdanie na modernizację w tej perspektywie budżetowej Unii Europejskiej.

(pw)

Uprawy

10 skib zamiast 8

Ruszył czas orki. Co preferują polscy rolnicy? Okazuje się, że wciąż nie są przekonani do uprawy bezorkowej.

Niektóre gospodarstwa stosują uprawę bezorkową na przemian z orką. Wciąż jesteśmy jednak mocno przywiązani do pługów, ale zwiększają się ich gabaryty. Coraz popularniejsze są pługi 10-korpusowe, które powoli wypierają najbardziej powszechne, 8-skibowe do ciągników o mocy

260 koni mechanicznych. Teraz więksi farmerzy kupili ciągniki o mocy 360 KM, a nawet 400 KM i szukają do nich odpowiednio większego pługa, np. 10-skibowego. Chodzi o efektywne wykorzystanie siły pociągowej.

(pw)

Żużel

Rozdajemy bilety!

Chcesz za darmo, razem z osobą towarzyszącą, obejrzeć mecz żużlowy czołowej ligi świata? Marzysz, aby zobaczyć w akcji największe sławy czarnego sportu z Tomaszem Gollobem i Ryanem Sullivanem na czele? Wystarczy, że przyślesz do nas maila. Mamy cztery podwójne zaproszenia na mecz Unibax Toruń - FOGO Unia Leszno. Spotkanie odbędzie się w czwartek, 15 sierpnia, o godzinie 16.00.

Unibax Toruń to bezsprzecznie jeden z najlepszych polskich klubów żużlowych w historii. Na koncie ma m.in. cztery mistrzostwa Polski, pięć wicemistrzostw i siedem brązowych medali. Zawodnicy z Torunia zdobywali też krążki na największych polskich i światowych imprezach w różnych kategoriach. Obecnie w zespole jeżdżą największe sławy żużla na świecie z Tomaszem Gollobem i Ryanem Sullivanem na czele. Dodajmy, że polska liga jest uważana za jedną z najmocniejszych.

Dzięki naszemu tygodnikowi, macie szansę wziąć udział w niesamowitych wydarzeniach. Zapraszamy do udziału w konkursie, w którym do wygrania są cztery podwójne wejściówki na mecz Unibaxu z FOGO Unią Leszno, który odbędzie się w czwartek, 15 sierpnia, o godzinie

16.00. To jednak nie wszystko, bo przed toruńską MotoAreną już od godziny 13.00 odbędzie się wielkie Moto Show. KST Unibax przygotował dla kibiców liczne atrakcje przed, w trakcie i po meczu.

Wśród atrakcji motoryzacyjnych przed MotoAreną będą symulatory jazdy: ścigacz, motocykl żużlowy, bolid F1, ciężarówka, symulator dachowania, model koncepcyjny bolidu F1, legendy motoryzacji, mistrzowie driftu, auta tuningowane. Nie zabraknie też konkursów dla kibiców.

Na Moto Show pojawią się również elektryczne rajdówki w skali 1:10, wystawione przez Fabrykę Dobrych Pomysłów. W Parku Ferme zobaczyć będzie można repliki Subaru Imprezy Krzysztofa Hołowczyca, Maćka Oleksowicza czy Mitsubishi Lan-

cera Marcina Gagackiego. Do dyspozycji każdego, kto ukończył 8 lat, udostępniony będzie model toruńsko-kraowski zespołu Subaru Poland RC Team.

Aby wziąć udział w zabawie i wygrać bilety, wystarczy napisać maila do naszej redakcji, w tytule wpisując: ŻUŻEL i nazwę tygodnika właściwego dla miejsca zamieszkania: powiat lipnowski CLI, powiat wąbrzeski CWA, powiat golubsko-dobrzyński CGD. Prosimy o podanie swoich dokładnych danych (imienia, nazwiska i adresu oraz numeru telefonu). Bilety będą do odbioru przed meczem w kasie stadionu. Piszcie na: redakcja@wpr.info.pl. Na maile czekamy w środę, 14 sierpnia, do godziny 16.00. Kto pierwszy, ten lepszy!

(ak)

MOTO SHOW
13:00 / **MOTOARENA 15.08.2013**

KST UNIBAX VS **FOGO LESZNO**

PROMOCJA NA STREFĘ ZIELONĄ!
RODZIC 20 ZŁ DZIECKO 2 ZŁ

SWIETUJEMY 80 URODZINY MARIANA ROSE
1933-2013

SPOTKANIE Z DZUŻYNĄ KST UNIBAX!

SYMULATORY ŚCIGACZY MISTRZOWIE DRIFTU! SYMULATOR ŻUŻLOWY	SYMULATORY BOLIDÓW F1 KONCEPCYJNY MODEL F1 SYMULATOR CIĘŻARÓWKI SYMULATOR DACHOWANIA	LEGENDY MOTORYZACJI KONKURSY Z NAGRODAMI AUTA PO TUNINGU AUTA TORUŃSKICH DILERÓW
--	---	---

REKLAMA

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ
Dogodne **RATY**

56-649-44-30 54-233-81-41
52-388-22-73 24-368-32-17
509-574-644 509-058-388
www.konstal-garaze.pl

Więźby dachowe
tanio
szybko
tel. 604 579 580

REKLAMA

KARKON
ZAKŁAD ŚLUSARSKI ZAPOROWICZ
Ul. Szosa Rypińska 50, 87-400 G-D
Tel: 883 673 400 www.karkon.pl
PRODUCENT
KOTŁÓW Z PODAJNIKIEM NA
EKOGROSZEK, MIAŁ, PELET,
UNIWERSALNE - NADMUCHOWE
SERWIS REGENERACJA
PODAJNIKÓW
OGRODZENIA, FORMY STALOWE

REKLAMA

SKUP ZŁOMU
I METALI KOLOROWYCH
F.H.U.OLEK
OSTROWITE 22
87-400 GOLUB-DOBRYŃ
Tel 56 683 62 94
Kom 501 621 145
SKŁAD WĘGLA
AKTUALNE CENNIKI ZNAJDZIESZ NA
<http://www.fhuolek.ecom.com.pl>

OGŁOSZENIE PŁATNE

KUJAWSKO-POMORSKA SZKOŁA WYŻSZA W BYDGOSZCZY
www.kpsw.edu.pl

→ **STUDIA MAGISTERSKIE**
» PRAWO
» EKONOMIA
» PEDAGOGIKA
» ADMINISTRACJA

→ **STUDIA LICENCJACKIE**
» FILOLOGIA
» PRACA SOCJALNA
» STOSUNKI MIĘDZYNARODOWE
» DZIENNIKARSTWO
» KOMUNIKACJA SPOŁECZNA

→ **STUDIA INŻYNIERSKIE**
» GEODEZJA I KARTOGRAFIA
» BUDOWNICTWO
» INFORMATYKA
» INŻYNIERIA BEZPIECZEŃSTWA

→ **STUDIA PODYPLOMOWE**
» PONAD 60 SPECJALNOŚCI

→ **CHESNE JUŻ OD 990 ZŁ**

→ **PONAD 80 MODUŁÓW UZUPEŁNIAJĄCYCH**

ZAPISZ SIĘ DO 20 SIERPNIA
» **ZYSKAJ NAWET 1410 ZŁ**
» **WYGRAJ KURS J.ANGIELSKIEGO DLA INŻYNIERA**

Biura rekrutacji: Bydgoszcz,
ul. Toruńska 55-57, ul. Piotrowskiego 12-14
52 322 0 322 500 149 149

REKLAMA

FINANS-SIT
NOWOCZESNA KSIĘGOWOŚĆ W TWOJEJ FIRMIE

Biuro Rachunkowe "FINANS-SIT"
Sylvia Łopatkiewicz

ul.1 Maja 37 87-200 Wąbrzeźno tel. kom. 722 384 500
Biuro czynne: tel. kom. 722 384 511
od poniedziałku do piątku 9:30 do 17:00 e-mail: biuro@finans-sit.pl
sobota 10:00 - 13:00 www.finans-sit.pl

Świadczymy usługi w zakresie księgowości, podatków, kadr, płac i inne.
Obsługujemy klientów działających w branżach: usługowej, handlowej i produkcyjnej.

Pomożemy w założeniu nowej firmy, wybraniu odpowiedniej formy prawnej oraz sposobu opodatkowania.

Najważniejszy dla nas jest komfort Klienta, dlatego zapewniamy:
- dojazd po odbiór dokumentów
- kontakt telefoniczny i e-mailowy siedem dni w tygodniu
- spotkania w biurze w czasie dogodnym dla klienta.

Nasza oferta kierowana jest do firm, stowarzyszeń, rolników

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY

Piłka nożna

Piękna bramka dała pierwsze punkty

Nowa - stara Unia Wąbrzeźno udanie zainaugurowała rozgrywki klasy okręgowej. W pierwszym meczu rundy wąbrzeźnianie pokonali na własnym boisku Rol-Ko Konojady. Bramkę na wagę trzech punktów zdobył w doliczonym czasie Sebastian Isbrandt.

W sobotę zainaugurowano rozgrywki klasy okręgowej. W swoim pierwszym starciu piłkarze Unii zmierzali się z ekipą z Konojad. Do pojedynku wąbrzeźnianie przystąpili z nowym trenerem oraz w składzie z Sebastianem Isbrandtem i Jarosławem Rybszlegerem, zawodnikami, którzy mieli przejść na piłkarską emeryturę. Niestety, braki kadrowe już na początku sezonu sprawiły, że z konieczności musieli oni wspomóc młodszych kolegów. Rolę trenera w tym sezonie będzie pełnił nowy - stary szkoleniowiec Walentin Guścin. Guścin prowadził już wąbrzeskich zawodników kilka sezonów temu. Ostatnio był trenerem Sparty Brodnica. Poza wspomnianymi zmianami, piłkarze Unii przystąpili do sezonu 2013/2014 bez żadnych wzmocnień.

Pierwszy pojedynek nowego sezonu przyszło zagrać z wymagającym rywalem Rol-Ko Konojady. Ostatnie dwa pojedynki między tymi ekipami na swoją korzyść rozstrzygali piłkarze Rol-Ko, którzy wygrali u siebie skromnie 1:0, a w rundzie rewanżowej zwyciężyli w Wąbrzeźnie 4:2. Wiadomo było, że o punkty będzie niezwykle ciężko. Pierwsze minuty meczu to rozeznanie przeciwnika i mało składnych akcji. Gra toczyła się w środku pola. Licznie zgromadzeni kibice mogli czuć się rozczerowani takim poziomem gry. Z ławki trenerskiej głośno podpowiadał swoim zawodnikom trener Guścin. Zawodnicy Unii mocno się irytowali, słysząc głośne okrzyki szkoleniowca. W 35. minucie meczu goście wyprowadzili akcję środkiem pola. Zagranie za plecy naszego obrońcy wykorzystał napastnik przyjezdnych, który dopadł do piłki i łobem pokonał, powracającego po ciężkiej kontuzji, bramkarza Unii Zubrzyckiego. Winę za stratę bramki ponosi wąbrzeski golkeeper, który niepotrzebnie wyszedł z bramki, czym ułatwił sytuację strzelcowi gola. Po stracie prowadzenia unicy zaatakowali śmieiej, jednak nie przyniosło to rezultatów. Groźnie strzelał z wolnego Kuba Gościński, ale nie trafił w światło bramki. Najlepszą okazję do wyrównania zmarnował Bartosz Rybszleger, który przechwycił piłkę wyprowadzaną przez obrońców gości i silnym strzałem zza pola karnego próbował pokonać bramkarza z Konojad. Ten jednak instynktownie sparował futbolówkę na rzut różny. Do przerwy wąbrzeźnianie przegrywali.

Druga odsłona zaczęła się od głośnego dopingu kibiców wąbrzeskiej Unii, którzy - trzeba

przyznać - stanęli na wysokości zadania. Dawno nasi zawodnicy nie mieli takiego wsparcia. Niesieni dopingiem unicy szybko przejęli inicjatywę i narzucili rywalowi swój styl. Momentami gracze Rol-Ko nie potrafili wyprowadzić piłki z własnej połowy. Ale nasi piłkarze nie mogli znaleźć recepty na zdobycie gola. Brakowało ostatniego podania, które stworzyłoby okazję do zdobycia bramki. Przewaga Unii była coraz bardziej wyraźna. Wreszcie w 82. minucie, po błędzie obrony przyjezdnych, gola zdobył Marcin Gołąb. Otrzymał podanie z lewej strony placu gry i płaskim strzałem pokonał bezradnie interweniującego golkipera Rol-Ko. Chwilę po stracie prowadzenia do ataku ruszyli goście. W ciągu kilku minut trzy razy Unię ratował Zubrzycki, który swoimi interwencjami nie pozwolił się pokonać przyjezdnym. Śmiało można powiedzieć, że zrehabilitował się tymi obronami za stratę gola z pierwszej połowy. Podłamani kapitalną formą naszego golkipera zawodnicy Rol-Ko przestali wierzyć w wygraną. Sędzia doliczył dwie minuty do podstawowego czasu gry. Ostatnią akcję meczu przeprowadzili wąbrzeźnianie. Futbolówkę na aut wybili obroń-

cy przyjezdnych. Sędzia nadal nie kończył gry. Wyrzucona z autu piłka trafiła pod nogi nabiegającego Sebastiana Isbrandta, który precyzyjnym strzałem z ostrego kąta w samo okienko pokonał bezradnie odprowadzającego wzrokiem futbolówkę bramkarza z Konojad. Radość piłkarzy i kibiców ogromna. Arbiter nie pozwolił już na dalszą grę i gwizdkiem zakończył inauguracyjny pojedynek sezonu 2013/2014. W przypływie emocji piłkarze Unii odtńczyli radosny taniec na środku boiska, po czym podziękowali kibicom za wspieranie doping.

Trzeba przyznać, że wąbrzescy piłkarze pokazali w sobotnim meczu charakter. Gra była co prawda daleka od ideału, ale woli walki i zaangażowania naszym zawodnikom odmówić nie można. Oby tak dalej. Już w najbliższy czwartek Unię czeka kolejna ligowa potyczka. Tym razem do Wąbrzeźna przyjedzie Start Pruszczy, który na otwarcie sezonu przegrał na własnym stadionie z Chemikiem Bydgoszcz 0:2. Liderem po pierwszej kolejce zostali piłkarze Naprzodu Jabłonowo, którzy wysoko pokonali beniaminka ligi okręgowej Sokół Radomin 5:0.

Tekst i fot. Dawid Otremba



W spotkaniu nie brakowało ostrej walki, potrzebne były interwencje lekarza



W inauguracyjnym pojedynku z Rol-Ko Konojady wąbrzeźnianie okazali się lepsi



Przed przerwą, po strzale z wolnego, okazję do wyrównania miał Kuba Gościński

Piłka ręczna

Holenderski brąz

Po zakończeniu zmagania o Mistrzostwo Polski, plażowi szczypiornicy wybrali się na międzynarodowy turniej Camelot Beachtournament do Holandii. To jedno z największych zawodów w piłce ręcznej na piasku.



Plażowi piłkarze ręczni BHT Vambresii zajęli trzecie miejsce podczas turnieju w Holandii

Sportowa impreza odbyła się od 2 do 4 sierpnia w Tillburgu. Oprócz naszego zespołu, zagrały ekipy z kilku państw Europy. Kolejny raz losowanie nie wypadło po myśli wąbrzeźnian. Trafili do „grupy śmierci” razem z 12 Monkey Koln (Niemcy), Chemo Profili (Chorwacja) oraz Salgotarjani Strandepitok (Węgry). Nasz zespół stawiano na straconej pozycji, ale - jak się okazało - niesłusznie. Pierwsza porażka z węgierską ekipą mogła potwierdzać, że nasz team będzie dostarczyć punktów w tym turnieju. Jednak kolejne spotkanie z Monkey Koln, wygrane po zaciętym boju 2:1, przełamało złą passę. Ostatni mecz grupowy z Chemo Profili miał ogromne znaczenie. Wygrana zapewniała awans do dalszej fazy rozgrywek. Rywale z Chorwacji to naszpikowana gwiazdami ekipa. Nasi szczypiornicy stanęli jednak na wysokości zadania i pewnie pokonali utytułowanych Chorwatów 2:0.

W drugiej części turnieju przyszło nam zmagać się z Sand Devils Minden (Niemcy), Camelot Tilburg (Holandia), HUK Outdoor (Dania) i BHT Piotrkowianin Juko Piotrków Trybunalski (Mistrz Polski 2013). Pierwszy mecz z Duńczykami wygraliśmy 2:0, co napawało optymizmem przed kolejnymi potyczkami. Sand Devils Minden okazał się za mocny dla naszych zawodników. Przegrana 0:2 nie podcięła jednak wąbrzeźnianom skrzydeł i w kolejnym meczu wygrali w shoot-outach z gospodarzami z Tilburga. Ogromny wkład w to zwycięstwo miała postawa Macieja Pieńczewskiego w bramce, który wspierał się na wyżyny swoich umiejętności i fantastycznie strzegł bramki. Ostatni mecz w tej

fazie był pojedykiem derbowym. Naprzeciw naszych zawodników stanęli aktualni mistrzowie Polski, BHT Piotrkowianin Juko. Po pełnym emocji meczu piłkarze ręczni BHT Vambresii wygrali 2:1 i dzięki temu awansowali do półfinału. Ciekawostką jest fakt, że miejscowi szczypiornicy jako pierwsi i jedyni pokonali w tym sezonie Mistrza Polski z Piotrkowa. Na drodze do finału stanęła po raz kolejny drużyna z Węgier Salgotarjani Strandepitok. Tym razem także lepsi okazali się rywale. Nasi szczypiornicy nie wykorzystali w tym meczu aż pięciu rzutów karnych, co miało przełożenie na końcowy wynik. Pozostała gra o brązowe krążki z niemieckim Sand Devils Minden. O pierwszym secie wąbrzeźnianie będą chcieli jak najszybciej zapomnieć. Błąd za błędem zaowocowały przegraną. Drugi to jednak znakomita gra naszego teamu i wygrana. O trzecim miejscu zdecydowały więc kolejny raz shoot-outy. Kapitalnie zagrał w nich nasz bramkarz, który bronił jak natchniony, a pozostali zawodnicy celnie rzucali. Tym samym zapracowaliśmy na trzecie miejsce w Camelot Beachtournament. Brązowy medal w tym największym turnieju piłki ręcznej plażowej to ogromny sukces BHT Vambresii. MVP turnieju wybrano Bartosza Wojdaka z Wąbrzeźna.

Mimo tak wielkiego osiągnięcia, przyszłość szczypiornistów stoi pod znakiem zapytania. Od dawna borykają się oni z problemami finansowymi. Być może sukces odniesiony w Holandii przyciągnie jakiegoś sponsora, który wesprze naszych piłkarzy.

Dawid Otremba,
fot. nadesłane

Fitness

Uwierz w siebie – druga odsłona

W sobotę instruktorka fitness Joanna Duma zaprosiła na drugą imprezę z cyklu „Belive In Yourself”. Deszczowa aura zmusiła organizatorów do przeniesienia Otwartego Dnia Fitness do sali sportowej.

Wielu osobom fitness kojarzy się wyłącznie z ciężkimi ćwiczeniami fizycznymi, litrami wylanego potu i bolącymi mięśniami. Tymczasem fitness to sposób na zdrowe, higieniczne życie, dbałość o ciało i umysł poprzez różne formy ruchu, dostosowane do potrzeb i możliwości ćwiczącego. Tą ideą organizatorzy chcieli zarazić uczestników drugiego Otwartego Dnia Fitness. Pomysłodawczyni Joanna Duma poszła jednak

o krok dalej. Krótco przed rozpoczęciem zajęć można było dokonać pomiaru tkanki tłuszczowej. Badanie to wykonywały studentki Wyższej Szkoły Gospodarki z Bydgoszczy. Na chętnych czekało także stanowisko AVON i specjalistki od pięknego wyglądu. Przyszłym mamom porad udzielała Maria Rumińska, która reprezentowała szkołę rodzenia, a Beata Studzińska mówiła o tym, jak ważne jest prawidłowe odży-

wianie. W drugiej części odbyły się zajęcia fitness. Był trening interwałowy, ćwiczenia cardio, układy choreograficzne, power step, abs, stretching i elementy jogi czyli wszystko to, co chcieli pokazać przybyłym organizatorzy. Na zakończenie każdy uczestnik otrzymał upominek.

Na kolejne dni fitness trzeba poczekać do kolejnych wakacji.

**Tekst i fot.
Dawid Otremba**



Uczestnicy drugiego Otwartego Dnia Fitness chętnie wzięli udział w zajęciach



Joanna Duma (druga z lewej) jest pomysłodawczynią całej imprezy



Można było oddać się w ręce masażystek



Kącik porad dietetycznych Beaty Studzińskiej



Każdy otrzymał pamiątkowy upominek od Agnieszki Piątkowskiej



Ćwiczenia z piłką w parach



Stanowiska, przy których udzielano porad, były oblegane

Karate

Szlifowali formę

Na przełomie lipca i sierpnia w Tucholi odbył się obóz letni, zorganizowany przez Polską Federację Kyokushin Karate. Nie zabrakło na nim wąbrzeskich miłośników sztuk walki. Nasze miasto reprezentowali Anita Chojnicka, Alicja Karpińska, Elwira Plewa, Bartłomiej Zaleśkiewicz, Tymoteusz Kornacki, Wojciech Zaleśkiewicz i Krzysztof Sosnowka.

Treningi odbywały się cztery razy dziennie. Rano ćwiczenia ogólnorozwojowe, przed południem trening techniczny, później jeszcze K1 – sparingi i taktyka w formule kyokushin karate i K1. Obozowicze podnosili swoje umiejętności techniczne i taktyczne, szlifowali też szybkość i wytrzymałość. Na całością szkolenia czuwali: shihan Bogdan Jeremicz, prezes PFKK oraz sensei Artur Wilento – trener kadry narodowej. W Tucholi byli także goście specjalni – sensei Nicholas

Pettas, jedyny uchideshi z Europy, który ukończył 3-letnie szkolenie w Szkole Lwów, założyciel Kyokushin Karate Sosai Oyamy, sensei Andrzej Poczwadowskie, wielokrotny Mistrz Polski, sensei Jarosław Rogala oraz trener Marek Piotrowski, dziewięciokrotny mistrz świata w kickboxingu.

Podczas trwania obozu sensei Janusz Drywa z wąbrzeskiego klubu zdał egzamin na 3 dan.

**Dawid Otremba,
fot. nadesłane**



Zawodnicy pracowali nad umiejętnościami technicznymi i taktycznymi

Piłka nożna

Trening czas zacząć

W miniony piątek treningi wznowiła Szkołka Piłkarska Książki. Młodzi miłośnicy futbolu będą regularnie trenować pod okiem trenera dwa razy w tygodniu.



Zawodnicy Szkołki Piłkarskiej Książki pilnie słuchają rad trenera

Pierwsze zajęcia na boisku przy Szkole Podstawowej w Książkach przyciągnęły sporą liczbę chętnych. Kolejne zajęcia odbywać się będą w każdy wtorek i piątek sierpnia godzinie 16.30. Jak mówi założyciel szkoły Mariusz Kemski, planowany jest start rocznika 2003/2004 i młodszy w Lidze Orlika.

– Nadal prowadzimy nabór do szkoły, bez względu na płeć. Obecnie trenuje czternastu zawodników. Wiosną graliśmy w Lidze Orlika, zorganizowanej wspólnie z kolegami z Grudziądza. Jeden z turniejów odbył się pod koniec czerwca w Wąbrzeźnie. W klasy-

fikacji generalnej zajęliśmy trzecie miejsce. Nadal szukamy wsparcia, zarówno finansowego, jak i materialnego. Jeśli znajdzie się osoba chętna, by nam pomóc, będziemy wdzięczni – dodaje trener Mariusz Kemski.

Wszystkie dzieci chcące grać w piłkę nożną zapraszamy we wtorki i piątki na boisko przy podstawówce w Książkach. Więcej informacji można uzyskać na stronie internetowej szkoły www.szkolkapilkarska2012.futbolowo.pl.

**Dawid Otremba,
fot. nadesłane**