



REKLAMA W CWA
tel. (56) 682 26 80

PLUŻNICA

**Jest dotacja
na drogę
Orłowo-Ostrowo**

str. 2

POWIAT

**Do wyborów
w pojedynkę**

str. 3

WĄBRZEŻNO

**Uczniowie pojechali
do Włoch**

str. 5

BEZPIECZEŃSTWO

**Uwaga, oszuści
grasują**

str. 5

CZWARTEK

6 listopada
2014

nakład 2200 egz.
ISSN: 2080-0878

1,79zł

w tym 5% VAT

nr 45/2014 (292)

CWA



TYGODNIK REGIONU WĄBRZESKIEGO

Płużnica

Idźcie na wybory – prosi młodzież



Członkowie Młodzieżowej Rady Gminy Płużnica swoją postawą prowyborczą potrafiliby zawstydzić niejednego uprawnionego do głosowania obywatela, który nie korzysta z tego prawa. „Dorośli – idźcie na wybory!” – to hasło kampanii promującej frekwencję przy wyborczych urnach, zorganizowanej przez radę. Młodzież będzie rozdawała mieszkańcom gminy plakaty i ulotki, które otrzymała z Fundacji Batorego.

(pg), fot. nadesłane

Kurkocin

Boisko do reklamacji

Miał być ładny kompleks rekreacyjno-sportowy w centrum wsi. Tymczasem inwestycję trzeba było reklamować.

Kompleks rekreacyjno-sportowy, składający się z boiska do piłki nożnej, piłki siatkowej i placu zabaw, powstał w Kurkocinie ubiegłej jesieni. Inwestycja, zdaniem sołtysa wsi Piotra Oliwy, od początku pozostawiała wiele do życzenia.

– Teren był źle wyrównany i dziurawy. Po deszczu stały kałuże – opowiada – Do tego urządzenie zamontowane na placu zabaw okazały się mało stabilne.

Gmina złożyła reklamację do wykonawcy inwestycji – firmy z województwa podkarpackiego. Na przełomie maja i czerwca wykonawca przystąpił do naprawy

usterek.

– Nawieźli ziemię torfową z zielskiem. Wystarczy mżawka i jest błoto. Teren nadal nie jest równy. Mieli naprawić zabawki na placu zabaw i tego nie zrobili – skarży się sołtys.

Piotr Oliwa zajmował się wykaszaniem trawy na boisku, używając kosiarki zakupionej za pieniądze z funduszu sołeckiego kosiarki. – Przestałem, bo nie będę zielska kosić – mówi.

Sołtys twierdzi też, że gmina niesłusznie ma do niego pretensje, że nie zbiera śmieci na placu zabaw.

dokończenie na str. 2

Wąbrzeźno

Nieuleczalna choroba to nie znaczna niepełnosprawność

Rodzice 16-letniego mieszkańca Wąbrzeźna, chorego na ciężką postać hemofilii, nie mogą pogodzić się z decyzją sądu orzekającego o stopniu niepełnosprawności. Chłopiec otrzymał stopień umiarkowany, przez co opiekująca się nim mama straciła świadczenie pielęgnacyjne.

Hemofilia jest wrodzoną skazą krwotoczną, polegającą na niedoborze czynników krzepnięcia. W przypadku 16-lątka z Wąbrzeźna (dane do wiadomości redakcji), który cierpi na tę chorobę – chodzi o brak czynnika VIII. Wystarczy mała rana, by spowodować obfite krwawienie. Ale najgorsze są samoistne wylewy krwi do stawów, najczęściej kolanowych i łokciowych. Są bardzo bolesne. Nawracają i przyczyniają się do uszkodzenia stawów.

Zdarza się, że nastoletni chłopcy mają tak zniszczone stawy jak osoby w podeszłym wieku.

Ból nie do zniesienia

– Zdarzały się 4 takie wylewy w tygodniu. To ból nie do zniesienia. Kolana i łokcie, w których następuje wylew puchną, nie można nimi ruszać. Syn nie jest wtedy w stanie nic przy sobie zrobić – opowiada mama chłopca.

Za każdym razem, gdy nastąpił wylew, chory dostawał

dożylnie czynnik VIII. Bóle i problemy z poruszaniem uniemożliwiały mu uczęszczanie do szkoły. Realizował więc obowiązek szkolny przez nauczanie indywidualne w domu. W 2009 r. chłopiec został zakwalifikowany do programu profilaktyki i zaczął regularnie, niezależnie od wylewów otrzymywać czynnik VIII, trzy razy w tygodniu. Wylewy nadal się powtarzały, ale z mniejszą częstotliwością.

dokończenie na str. 4

REKLAMA

kredyty gotówkowe

Idzie jesień
**Napełnij
kieszeń!**

Weź gotówkę w 15 minut!

Zapraszamy do oddziału
Santander Consumer Banku

w Wąbrzeźnie
ul. Kościuszki 2a
pon.pt. 9.00-17.00



na każdy
pomysł



minimum
formalności



Infolinia:
195 00

koszt połączenia zgodny z taryfą operatora



Santander
CONSUMER BANK

santanderconsumer.pl

Bank dla Twoich pomysłów

Gmina Płużnica

Dotacja już pewna

Wniosek gminy Płużnica na przebudowę drogi Orłowo-Ostrowo zajął wysoką pozycję na wstępnej liście rankingowej tzw. schetynówek. To oznacza, że gmina otrzyma dofinansowanie.

W piątek wojewoda Ewa Mes zatwierdziła wstępną listę rankingową wniosków o dofinansowanie przebudowy dróg w ramach Narodowego Programu Dróg Lokalnych. Na liście znalazło się 70 wniosków. Dostępna dla naszego województwa w roku 2015 pula środków w ramach schetynówek wynosi 60 mln 210 tys. zł. Umożliwia ona dofinansowanie pierwszych 14 zadań dotyczących dróg powiatowych oraz 28 zadań dotyczących dróg gminnych (przy czym dotacja na 14 i 28 zadanie jest częściowa z powodu wyczerpania puli). Gmina Płużnica ze swoim wnioskiem na przebudowę drogi gminnej Orłowo-Ostrowo zajęła 5. miejsce.

– Duża liczba punktów uzyskanych przez nasz wniosek gwarantuje nam otrzymanie dotacji.

Droga będzie więc wykonana w przyszłym roku – mówi wójt gminy Płużnica Marcin Skonieczka. – W bieżącej kadencji samorządu jest to już trzecia droga, na którą pozyskaliśmy dofinansowanie w ramach schetynówek. Łącznie wysokość przyznanych dotacji to 4,75 mln zł, wliczając tegoroczną edycję konkursu. W zeszłym roku w ramach tego programu wybudowaliśmy drogę w Płużnicy, a w tym roku drogę Błędowo-Wałdowo Szlacheckie.

Droga przebiegająca przez centrum Orłowa, a następnie przez Ostrowo do granicy z gminą Lisewo ma 2,930 km. Prace będą polegały na zmianie rodzaju nawierzchni i szerokości jezdni. Nowa jezdnia będzie wykonana z masy asfaltowej i będzie miała szerokość od 5,5 m w terenie

zabudowanym do 3,5 m na końcowym odcinku. Zaplanowano także budowę i przebudowę chodnika, zamontowanie lamp solarnych, budowę zatoki autobusowej oraz wysepki. Powstanie nowe oznakowanie pionowe i poziome oraz zostaną ustawione bariery ochronne. Wnioskowana dotacja to 1,243 mln zł, przy całkowitym koszcie zadania wynoszącym 2,93 mln zł.

Na 8. miejscu listy rankingowej znalazła się gmina Książki z projektem na przebudowę drogi gminnej Książki-Łopatki. Kwota dotacji to 953 tys. zł. 13. pozycję w rankingu w kategorii drogi powiatowe zajął powiat wąbrzeski z projektem przebudowy drogi Wąbrzeźno-Książki. Ubiegał się o 3 mln dotacji.

(pg)

Kurkocin

Boisko do reklamacji



Niektóre zabawki zamontowane na placu zabaw są źle skrócone

dokończenie ze str. 1

Uważa, że skoro to teren gminny, to powinien to robić pracownik gminy.

Zapytaliśmy wójta gminy Dębowa Łąka Stanisława Szarowskiego jak ocenia „naprawę” boiska. Zaprzeczył, że na boisko była nawożona ziemia.

– Przyjechali i stwierdzili, że trawa jest prawidłowo posiana, a boisko jest w miarę równe. W ramach tej reklamacji i zaleceń inspektora nadzoru budowlanego należało uporządkować plac zabaw – dowieziono więc piasek pod urządzenia. Uważam, że żadnych rewolucyjnych zabiegów nie ma co tam robić. Boisko nadaje się do eksploatacji. Jeśli natomiast nie będzie systematycznego przycinania trawy, zrobi się tam łąka. Zaproponowałem, żeby wyznaczyć spośród mieszkańców jakąś osobę, która za odpłatnością miesięczną opie-

kowałaby się tym boiskiem, kosiła trawę i zbierała śmieci. To jest boisko wiejskie. W Radowiskach, Niedźwiedziu i Łobdowie samorządowcy sami o to dbają.

Gmina w ramach drugiej reklamacji zgłosiła do firmy problem z niestabilnymi urządzeniami na placu zabaw.

– Jest jeszcze kwestia przestroni wokół boiska, która powinna być uporządkowana. Spór między gminą i firmą dotyczy dużych kamieni znajdujących się na brzegach boiska. Wykonawca twierdzi, że, gdy jego pracownicy siali trawę, to ich tam nie było – mówi Stanisław Szarowski.

Kompleks rekreacyjno-sportowy w Kurkocinie kosztował 87,5 tys. zł. Gmina otrzymała na tę inwestycję dofinansowanie z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich.

Tekst i fot.
Paulina Grochowalska

Gmina Wąbrzeźno

Gmina pomoże pozbyć się azbestu

Właściciele obiektów położonych w gminie Wąbrzeźno, którzy chcieliby pozbyć się szkodliwego azbestu, mogą starać się o dofinansowanie na jego usunięcie. Czas na złożenie wniosku mija 20 lutego.

Z dofinansowania mogą skorzystać ci, którzy planują demontaż, transport i unieszkodliwienie oraz zabezpieczenie odpadów zawierających azbest. O dotację mogą starać się m.in. osoby fizyczne, kościoły, wspólnoty i spółdzielnie mieszkaniowe.

Wyłonienie wykonawcy i przeprowadzenie prac zaplanowane na okres letni.

wano na okres letni.

Wnioski będą przyjmowane do 20 lutego w Urzędzie Gminy w Wąbrzeźnie, pokój 105. Właściciele obiektów muszą oświadczyć, że nowe pokrycie dachowe wykonają we własnym zakresie. Przed złożeniem wniosku niezbędne jest zgłoszenie robót w starostwie powiatowym. Więcej informacji

można uzyskać pod numerem telefonu 56 687 75 23.

Dzięki środkom z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska w Toruniu w latach 2011-2013 z nieruchomości na terenie gminy Wąbrzeźno zostały zdjęte płyty cementowo-azbestowe o wadze prawie 180 ton.

(pg)

Wąbrzeźno

Czernina na 11 listopada

W tym roku dla uczestników powiatowych obchodów Święta Niepodległości w Wąbrzeźnie przygotowano niespodziankę w postaci degustacji tradycyjnej czerniny na gęsinie.

Uroczystości z okazji 11 listopada rozpoczną się o godz. 14.00 od złożenia kwiatów pod tablicą Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”. Potem uczestnicy obchodów obejrzą w kościele pw. św. Ap. Szymona i Judy Tadeusza program artystyczny przygotowany przez uczniów wąbrzeskiego Zespołu

Szkół Zawodowych i wezmą udział we mszy św. w intencji Ojczyzny. Uroczystość będzie kontynuowana na Placu Jana Pawła II. Składanie kwiatów pod Pomnikiem Żołnierza Polskiego odbędzie się w asyście Jednostki Wojskowej 1109 z Grudziądza.

Zgodnie z przysłowiem „Na

świętego Marcina najlepsza gęsiną” o godz. 16.00 na rynku mieszkańcy powiatu będą mieli okazję posmakować czerniny na gęsinie z kluseczkami, serwowanej przez uczniów technikum żywienia i usług gastronomicznych Zespołu Szkół we Wroniu.

(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

Książki

Z tabletkami w kieszeni

2 tabletki ecstasy znaleźli wąbrzescy policjanci przy pasażerze zatrzymanego do kontroli auta.

W piątek patrol policji zatrzymał w Książkach do kontroli drogowej opla astrę. Jechało nim 5 młodych mężczyzn. Zdenerwowanie jednego z nich wzbudziło u funkcjonariuszy podejrzenie, że coś ukrywa. Okazało się, że 21-latek miał przy sobie dwie tabletki ecstasy. Mieszkaniec powiatu wąbrzeskiego trafił do policyjnego aresztu. Usłyszał już zarzut posiadania środków narkotycznych. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności.

(pg)

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. (56) 68 22 680

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

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

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

Wąbrzeźno, gmina Wąbrzeźno, Książki

Do wyborów w pojedynkę

Bogumiła Karczewska, Ewa Ronowska, Andrzej Walkiewicz i Józef Chmielewski to kandydaci na radnych startujący z własnych komitetów. Co mają do zaoferowania wyborcom?



– Chciałbym dbać o dobro gminy i wsi, z której się wywodzę oraz interesy mieszkańców z mojego okręgu – mówi Andrzej Walkiewicz

Józef Chmielewski (61 lat), rolnik z Orzechówka, kandyduje z okręgu nr 14 do Rady Gminy Wąbrzeźno. Był już radnym 30 lat temu przez dwie kadencje. Od 23 lat sprawuje funkcję sołtysa Orzechówka.

– Przechodzę na emeryturę i będę mógł więcej czasu poświęcić na sprawy społeczne – mówi kandydat na radnego. – Potrafię realnie spojrzeć na to, co jest możliwe do osiągnięcia. Znam problemy mieszkańców.

Chciałby m.in. wykorzystać powstające w Orzechówku Centrum Tradycji Rybackich do zintensyfikowania działań kulturalnych, zabiegać o wybudowanie chodnika w centrum wsi, upowszechniać na terenie gminy wykorzystanie energii słonecznej.

Bogumiła Karczewska (39 lat), mieszkanka Czystochlebia, startuje do Rady Gminy Wąbrzeźno w okręgu nr 8. Na co dzień zajmuje się prowadzeniem gospodarstwa domowego i wychowaniem dwóch



– Będę zabiegała o remonty dróg i chodników, budowę nowych przystanków autobusowych, boisk i placów zabaw oraz rozbudowę kanalizacji – deklaruje Bogumiła Karczewska

córek oraz pomaga mężowi w prowadzeniu działalności gospodarczej. Należy do Koła Gospodyń Wiejskich w Czystochlebie. Chętnie angażuje się w działania społeczne i akcje charytatywne.

– Będę zabiegała o remonty dróg i chodników, budowę nowych przystanków autobusowych, boisk i placów zabaw oraz rozbudowę kanalizacji – deklaruje.

Kandydatka na radną chce też promować estetyczne zagospodarowanie ulic i budynków oraz zwiększenie bezpieczeństwa mieszkańców i ich posesji. Zamierza też m.in. dążyć do stworzenia dzieciom oraz młodzieży dobrych warunków do aktywnego i bezpiecznego spędzania czasu poprzez organizowanie półkolonii, wycieczek do kina i teatru oraz kursów pierwszej pomocy.

Wąbrzeźnianka Ewa Ronowska (65 lat) kandyduje do rady miasta w okręgu nr 5. Zna samorząd od podszewki, bo całe zawodowe życie przepracowała w urzędzie.



– Przechodzę na emeryturę i będę mógł więcej czasu poświęcić na sprawy społeczne – mówi Józef Chmielewski. – Potrafię realnie spojrzeć na to, co jest możliwe do osiągnięcia. Znam problemy mieszkańców

dzie miasta, w tym 20 lat w biurze rady. – Myślę, że moje umiejętności i doświadczenie są potrzebne. Jestem dobrze przygotowana do pełnienia funkcji radnego – stwierdza. – Będę składała interpelacje i wnioski dotyczące naszego miasta i osiedla. Znam potrzeby Wąbrzeźna i jego mieszkańców. Jestem otwarta na sugestie.

Nauczyciel z Książek Andrzej Walkiewicz (53 lat) startuje do Rady Gminy Książki w okręgu 7. Jeśli wygra, będzie to jego druga kadencja.

– Chciałbym dbać o dobro gminy i wsi, z której się wywodzę oraz interesy mieszkańców z mojego okręgu – mówi kandydat na radnego. – Jest wiele spraw, którymi trzeba się zająć. Będę zabiegał o modernizację dróg lokalnych. Chcę zajmować się sprawami oświaty, m.in. usprawnić dojazd dzieci do szkoły. Będę dążył do racjonalizowania ceny ścieków.

(pg), fot. archiwum CWA

OGŁOSZENIE PŁATNE

Książki

Zabawy niezwykle

„Magnesowe czary i niezwykle iluzje” – to nazwa kolejnych zajęć, na które zaprasza dzieci Gminny Ośrodek Kultury w Książkach. Już w piątek, w godzinach 13.45-15.30, będzie można wziąć udział w różnych zabawach i eksperymentach z magnesami, a potem sprawdzić jak niektóre iluzje potrafią oszukać mózg. Zajęcia poprowadzą wolontariusze w ramach programu Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności „PROJEKTOR – wolontariat studencki”. Zapisy trwają do czwartku.

REKLAMA



Hotel Osada Karbówko
Wellness & SPA

zaprasza na

Wieczór z teatrem

„Lecz się w szpitalu”

/spektakl kabaretowy/



16.11.2014 (niedziela), 18⁰⁰

bilety: 30zł

(w cenie biletu: spektakl i poczęstunek)

Rezerwacja i sprzedaż biletów:

Osada Karbówko, tel.: 56 683 96 01 lub 603 382 469
Hotel VaBank, tel.: 56 682 02 70 /Golub – Dobrzyń/

www.osadakarbowko.pl

OGŁOSZENIE PŁATNE

Marzena DRAB

Czas na zmiany!

LIDER DO SEJMIKU WOJEWÓDZTWA

PIS

Grudziądzanka. Absolwentka Wydziału Nauk Ekonomicznych UMK w Toruniu oraz studiów Podyplomowych na Uniwersytecie Gdańskim z zakresu Zarządzania Funduszami Unii Europejskiej. Doświadczony samorządowiec, Wicewojewoda Kujawsko-Pomorski i Poseł na Sejm RP. Obecnie Wicestarosta Aleksandrowski.

Jako radna Sejmiku Województwa, będę wspierała działania gwarantujące:

- przywrócenie zlikwidowanych połączeń komunikacji lokalnej w Województwie,
- elektryfikację linii kolejowej Toruń-Grudziądz-Malbork,
- budowę obwodnicy Łasina i Kowalewa Pomorskiego,
- rozwój turystyki rehabilitacyjno-zdrowotnej z wykorzystaniem Geotermii Grudziądz.

OGŁOSZENIE PŁATNE

CZŁOWIEK - RODZINA
PRACA - GODNE ŻYCIE

Lista nr **10**
Pozycja nr **2**

Łukasz Mazurkiewicz

KANDYDAT DO SEJMIKU WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO

SAMOBRONA

Kampania finansowana ze środków KWW Samobrona

www.skoneczka.pl

Pracowity i skuteczny samorządowiec

Kandydat na wójta gminy Płużnica i do Sejmiku Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Edukacja. Współpraca. Rozwój.



✗ Marcin Skonieczka

Najważniejsze punkty programu rozwoju

- Nowe miejsca pracy poprzez tworzenie terenów inwestycyjnych i inkubatorów przedsiębiorczości
- Dostosowanie kwalifikacji osób bezrobotnych do potrzeb rynku pracy
- Zwiększenie dostępności edukacji przedszkolnej
- Przebudowa drogi nr 548 prowadzącej do autostrady A1

Sfinansowano ze środków KWW Dla Rozwoju Gminy Płużnica

Wąbrzeźno

Nieuleczalna choroba to nie znaczna niepełnosprawność

dokończenie ze str. 1

Rodzice zdecydowali wspólnie z lekarzem, by chłopiec uczęszczał do normalnego gimnazjum. Potem kontynuował naukę w szkole ponadgimnazjalnej.

– Nie chcieliśmy, żeby się odizolował w domu – mówi matka. – Nie może ćwiczyć na w-f-ie ani jeździć na wycieczki szkolne, bo nikt nie podejmie się odpowiedzialności za niego. Nawet do dentysty musimy jeździć do Bydgoszczy, bo leczenie zębów w przypadku hemofilii to duże ryzyko. Gdy coś się dzieje, jestem w stanie w każdej chwili dotrzeć do szkoły.

Wymaga pomocy, ale nie opieki

Do ukończenia przez chłopca 16 roku życia jego mama, jako opiekun osoby niepełnosprawnej, otrzymywała świadczenie pielęgnacyjne. Obecnie wynosi ono 1 tys. zł. 24 października chłopiec stanął na komisji orzekającej o stopniu niepełnosprawności.

– Akurat syn miał wylew w prawym łokciu. Ręka była unieruchomiona. Był po podaniu czynnika VIII. Rozebrałam syna. Lekarz orzecznik zapytał jaki syn ma zakres ruchu tą ręką. Nie mógł pokazać, bo nie mógł nią ruszać, więc lekarz kazał mu to pokazać zdrową – relacjonuje matka. – Nie badał mu stawów. Tylko go osłuchiwał. Zapytał syna czy jest w stanie się umyć. On odpowiedział, że tak, jeśli nie ma wylewów. Lekarz nawet nie zajrzał w dokumenty z historią choroby, które przyniosłam. Myślę, że oceniał go tylko po wyglądzie. Przyznał mu stopień umiarkowany. Uznał, że syn jest zdolny do samodzielnej egzystencji. My tak nie uważamy. Nie możemy się pogodzić z tym, że syn jest tak ciężko chory, na nieuleczalną chorobę, która będzie postępować, a nie należy mu się znaczny stopień niepełnosprawności. Przez to straciłam świadczenie pielęgnacyjne na niego.

Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności wydał 16-latkowi Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności. Członkowie zespołu powoływani są przez starostę na wniosek przewodniczącego zespołu. Muszą posiadać zaświadczenie od wojewody, które ich uprawnia do orzekania. Żeby je uzyskać, trzeba odbyć szkolenie i zakończyć je pozytywnym wynikiem testu. Wśród członków zespołu są specjaliści działający w ramach składów orzekających: lekarze, pracowni-

cy socjalni, pedagodzy, psycholodzy, doradcy zawodowi. W komisjach uczestniczą tylko wybrani członkowie, w zależności od celu złożenia wniosku. Powoływani są pod kątem schorzenia. Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności nie dysponuje hematologiem, więc w przypadku bohatera artykułu powołano lekarza chorób wewnętrznych, będącego przewodniczącym składu orzekającego i specjalistę – pracownika socjalnego.

– Komisja jest tylko wycinkiem całego procesu. Lekarz wcześniej zapoznaje się z dokumentacją medyczną, potem przeprowadza badanie, a specjalista, w tym wypadku pracownik socjalny, robi wywiad, żeby dokonać oceny zdolności do samodzielnego funkcjonowania w środowisku. Potem jest narada, podczas której wspólnie podejmują decyzję. Gdy różnią się ich opinie – ostateczny głos ma lekarz, jako przewodniczący składu orzekającego – wyjaśnia Romana Wzorek, przewodniczącą Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności. – Nikt nie twierdzi, że ten chłopiec jest zdrowy. Otrzymał orzeczenie o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, co oznacza, że wymaga pomocy ze strony innych osób, ale nie opieki. O opiece i pielęgnacji mówimy wtedy, gdy taka osoba jest niezdolna do samodzielnej egzystencji, tzn. wymaga stałej i długotrwałej opieki i pielęgnacji ze strony innych osób, np. trzeba jej przygotować posiłek, nakarmić ją, w skrajnych przypadkach wytrzeć w utrzymaniu higieny osobistej (umyć, ubrać). Skład orzekający podejmuje decyzję na podstawie aktualnego stanu zdrowia, obecnej zdolności do samodzielnego funkcjonowania. Jeżeli w czasie ważności posiadanego orzeczenia stan zdrowia istotnie ulegnie zmianie, osoba zainteresowana może wystąpić do zespołu o ponowne ustalenie stopnia niepełnosprawności.

– Moim narzędziem jest druk oceny. Interesuje mnie czy ta osoba jest samodzielną w samoobsłudze, czego nie może robić z powodu ograniczeń wynikających ze schorzenia, czy np. może się sama ubrać, umyć i ogolić – mówi Tomasz Turbak, pracownik socjalny i członek zespołu orzekającego o stopniu niepełnosprawności 16-latka. – Z tego, co mi przedstawił chłopiec wynika, że ma on częściowe ograniczenia w ruchach stawów łokciowych i kolanowych. Ale te ogranicze-

nia nie kwalifikują go do stopnia znacznego. Mamy osoby, które nie mogą całkowicie się poruszać np. leżące. W takiej sytuacji zabrakłoby dla nich stopnia.

– Uważam, że wydaliśmy orzeczenie słuszne. Orzekanie stopnia niepełnosprawności odbywa się na podstawie rozmowy, badania i dostarczonej dokumentacji. Nie neguję cierpienia tego młodego człowieka, ale są pewne przepisy i kryteria i on spełnia kryteria stopnia umiarkowanego – mówi lekarz orzecznik, przewodniczący zespołu orzekającego.

Wielu niezadowolonych

W ubiegłym roku Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności wydał łącznie 1034 orzeczenia. 174 to orzeczenia o niepełnosprawności w przypadku dzieci, 53 przypadki nie zostały zaliczone do niepełnosprawności. Jeśli chodzi o osoby od 16 roku życia, zespół rozpatrywał 860 przypadków: w 184 zostały wydane orzeczenia o znacznym stopniu niepełnosprawności, 369 umiarkowanym a 221 lekkim, 57 nie zaliczono, w pozostałych nie zmieniono stopnia u osób, których posiadały ważne orzeczenia. Przewodniczącą Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności przyznaje, że wiele osób jest niezadowolonych z przyznanego stopnia. Jakich mają możliwości?

– Mogą w ciągu 14 dni od daty odbioru orzeczenia odwołać się do Wojewódzkiego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Bydgoszczy. Jeśli ta decyzja też będzie dla nich niekorzystna, to w ciągu 30 dni mogą odwołać się do sądu pracy i ubezpieczeń społecznych – mówi Romana Wzorek.

Z doświadczenia wie jednak, że bardzo mało spraw druga instancja rozpatruje pozytywnie, a sąd jeszcze mniej.

Rodzice chłopca zapowiadają, że odwołają się do drugiej instancji. A jeśli to nie pomoże, to do sądu.

Paulina Grochowalska

**REKLAMA
W TYGODNIKU**

CWA

**ZADZWOŃ !!!
tel. (56) 682 26 80**

REKLAMA



TZMO SA to wiodący producent i dostawca artykułów higienicznych, kosmetycznych i wyrobów medycznych na rynek światowy. Posiadamy 54 firmy w Polsce i za granicą, w których zatrudniamy ponad 7300 pracowników. Jesteśmy obecni na obszarze zamieszkałym przez 1/3 ludności świata. Nasze marki dostępne są na 65 rynkach – w Europie, Azji, Afryce, Ameryce i Australii.

Obecnie Plastica Sp. z o.o. należąca do Grupy TZMO poszukuje odpowiednich kandydatów na stanowisko:

MAGAZYNIER

Miejsce pracy: Kowalewo Pomorskie

Nr ref.: GT/P/MAG/11/14

Osoba zatrudniona na tym stanowisku będzie odpowiedzialna za:

- obsługę wózka widłowego,
- załadunek i rozładunek samochodów dostawczych,
- rozwożenie towaru w strefy składowania,
- przeprowadzanie operacji przyjmowania i wydawania towaru w systemie informatycznym.

Od kandydatów oczekujemy:

- wykształcenia min. średnie,
- uprawnienia na wózki widłowe,
- znajomości gospodarki magazynowej,
- doświadczenia w pracy na stanowisku magazyniera,
- dyspozycyjności, gotowości do podjęcia pracy w trybie 4-brygadowym,
- umiejętności obsługi komputera,
- rzetelności w wykonywaniu powierzonych zadań,
- umiejętności pracy w zespole, komunikatywności.

W zamian oferujemy:

- odpowiedzialną pracę w dynamicznie rozwijającej się firmie
- szeroki pakiet świadczeń socjalnych
- szkolenia i możliwość rozwoju zawodowego

Oferty zawierające list motywacyjny, CV prosimy kierować na adres e – mail: plastica@tzmo.com.pl

Prosimy o umieszczenie odpowiedniego numeru referencyjnego w temacie wiadomości oraz dopisanie następującej klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej aplikacji dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji w TZMO SA oraz Plastica Sp. z o.o. (zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jedn. Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późn. zm.)”

Informujemy, że nadesłanych aplikacji nie zwracamy. Skontaktujemy się tylko z wybranymi kandydatami.

Zachęcamy do odwiedzenia naszych stron: www.tzmo.com.pl oraz www.plastica.com.pl

REKLAMA



**Plastica Sp. z o.o. należąca do Grupy Kapitałowej
Toruńskich Zakładów Materiałów Opatrunkowych S.A.**

proceedzi nabór pracowników na stanowisko:

PRACOWNIK PRODUKCYJNY

Miejsce pracy: Frydrychowo

Do obowiązków osoby na tym stanowisku będzie należeć:

- Obsługa linii do produkcji wyrobów higienicznych
- Dbanie o wysoką jakość produkowanych wyrobów
- Pakowanie wyrobów i rejestracja w systemie komputerowym
- Transport wewnętrzny

Od kandydatów oczekujemy:

- Wykształcenia zawodowego lub średniego technicznego
- Rzetelności w wykonywaniu powierzonych zadań
- Umiejętności pracy w zespole, komunikatywności
- Umiejętności obsługi paneli sterowniczych
- Umiejętności dobrej organizacji pracy, samodzielności

Mile widziane:

- Umiejętność obsługi i regulacji maszyn produkcyjnych
- Kurs z zakresu pierwszej pomocy przed medycznej
- Prawo jazdy kat. B
- Uprawnienia na prowadzenie wózków podnośnikowych z napędem elektrycznym
- Uprawnienie suwnic kat IIS lub żurawi kat IIŻ

W zamian oferujemy:

- Interesującą, odpowiedzialną i pełną wyzwań pracę w dynamicznie rozwijającej się firmie
- Atrakcyjne warunki wynagrodzenia
- Szeroki pakiet świadczeń socjalnych
- Szkolenia i możliwość rozwoju zawodowego

**Kandydatów prosimy o przesłanie dokumentów
z podaniem nr ref.: 2/2014/ZWH/PP na adres:**

Frydrychowo 55

87- 410 Kowalewo Pomorskie

lub na adres: plastica@tzmo.com.pl

Prosimy o umieszczenie następującej klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej aplikacji dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji w Plastica Sp. z o.o. (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.1997 roku o Ochronie Danych Osobowych Dz. U. Nr 133 poz. 883).”

Wąbrzeźno

Edukacyjna wyprawa do Włoch

12-osobowa grupa uczniów i nauczycieli z Zespołu Szkół Zawodowych w Wąbrzeźnie odwiedziła partnerską szkołę we Włoszech. Wizyta była częścią realizowanego przez placówki projektu, w ramach którego uczniowie m. in. szkolą język angielski.

Międzynarodowe spotkanie, w którym wzięli udział przedstawiciele szkół z Włoch, Wąbrzeźna i Turcji odbyło się Castiglione del Lago. Ponad tygodniowy pobyt we Włoszech był częścią projektu „S.O.S. – Time”. Chodzi w nim m.in. o rozwijanie i doskonalenie umiejętności językowych uczniów, zaznajamianie ich z tradycjami i zwyczajami innych krajów.

– Każda grupa przedstawiła swoją szkołę, zaprezentowaliśmy przygotowany przez nas album

o zamkach krzyżackich, zwiedziliśmy włoską szkołę. Tam każda klasa ma swoją salę, uczą się też w soboty. Nasza szkoła bardziej im się podobała – mówią Izabela Wilczyńska, Marcin Potorski i Łukasz Dachowski z klasy III technikum ekonomicznego/mechatronicznego, uczestniczący w projekcie. – Zwiedziliśmy Rzym i Perugię, uczestniczyliśmy w spotkaniach integracyjnych, wychodziliśmy do restauracji i pizzerii. Udział w tym projekcie dał nam możliwość po-

znania kultury włoskiej, obyczajów, życia codziennego Włochów. Podszkoliśmy język angielski.

Projekt będzie realizowany do czerwca 2015 roku. Jego podsumowanie odbędzie się w Turcji. Przedsięwzięcie finansowane jest ze środków Unii Europejskiej przez Narodową Agencję Programu „Uczenie się przez całe życie” Comenius – Partnerskie Projekty Szkół.

(pg)

fot. nadesłane



Grupa z Wąbrzeźna zwiedziła m.in. Rzym

Gmina Płużnica

Nowa kadencja młodzieżowej rady

Gimnazjaliści wybrali swoich przedstawicieli do Młodzieżowej Rady Gminy Płużnica.

Ze 141 uprawnionych do głosowania uczniów gimnazjum w Nowej Wsi Królewskiej, swój głos oddało 120 osób. Jeden głos okazał się nieważny. O 9 mandatów radnych ubiegało się 12 uczniów

szkoły. W skład nowej rady weszli: Joanna Kur (kl.III), Milena Eckert (kl.III), Miłosz Juda (kl.III), Angelika Lemieszek (kl.III), Weronika Lamparska (kl.II), Marika Witkowska (kl.II), Aleksandra Cegiel-

ska (kl.II), Julia Masłowska (kl.I) i Aleksandra Ślesar (kl.I).

Młodzieżowa Rada Gminy funkcjonuje od 1 lutego 2012 roku.

(pg)

Bezpieczeństwo

Oszuści działają!

Pomysłowość i bezczelność oszustów nie ma granic – teraz po telefonie „wnuczka” dzwoni „policjant” lub „funkcjonariusz CBS”, który przekonuje ofiarę, że jej pieniądze pomogą w schwytaniu przestępców. W ten sposób osoby starsze tracą oszczędności.

Profilaktyczne akcje policji i nagłośnienie procedury „na wnuczka” spowodowały, że coraz więcej osób orientuje się, że ktoś chce je oszukać. Przestępcy nie pozostali dłużni policji i obmyślili nową, perfidną metodę wyłudzenia pieniędzy od osób starszych. Pierwsza faza podstępu przypomina dawną metodę. Najpierw oszust dzwoni, podając się za członka rodziny (najczęściej wnuczka). Zmieniony głos tłumaczy chorobą lub wzbudza poczucie winy w rozmówcy, że go nie poznaje. „Wnuczek” prosi o pożyczanie dużej sumy pieniędzy np. na pokrycie szkód po wypadku drogowym lub operację. Po zakończeniu rozmowy ofiara odbiera kolejny telefon. I tu robi się ciekawie, bo dzwoniąca osoba podaje się za funkcjonariusza CBS lub policjanta. Informuje rozmówcę o tym, że jest potencjalną ofiarą oszustwa, a poprzednia rozmowa telefoniczna była próbą wyłudzenia pieniędzy. Informuje, że oszust został namierzony i nalega, aby osoba pokrzywdzona wypłaciła określoną sumę pieniędzy z banku i przekazała ją wyznaczonej osobie lub wykonała przelew bankowy na wskazany numer konta. Fałszywy funkcjonariusz podaje często wymyślone nazwisko, numer odznaki i prosi, aby nie przerywając rozmowy telefonicznej wybrać numer na policję. Wtedy inny głos w słuchawce przekonuje ofiarę, że bierze udział w akcji rozpracowania oszusta. Oszuści przekonują starsze osoby, że ich

pieniądze pomogą w schwytaniu przestępców. Mówią, że gotówka przechowywana na koncie nie jest bezpieczna, a oszust ma do niej łatwy dostęp. Grożą konsekwencjami prawnymi, jeżeli ich rozmówca nie będzie współpracował.

Jak nie dać się oszukać? Trzeba wykazać się ostrożnością i potwierdzić prośbę o pomoc, samodzielnie wykonując telefon na numer prawdziwego krewnego lub kontaktując się z nim bezpośrednio. Oszuści przekonują, że wszystko trzeba zrobić jak najszybciej, tak aby ofiara nie miała czasu potwierdzić czy to naprawdę dzwoni krewny. Nie należy ulegać presji czasu. Warto też, aby krewni starszych osób ustalili z nimi, że nigdy nie będą o pieniądze prosić telefonicznie, ani przysyłać po nie kogoś obcego. Nie należy informować nikogo przez telefon o ilości pieniędzy, które są w domu lub na koncie. Nie należy wypłacać z banku wszystkich oszczędności.

Funkcjonariusze policji nigdy nie informują o prowadzonych przez siebie sprawach telefonicznie i nigdy nie proszą o przekazanie pieniędzy nieznanemu osobie. W momencie, kiedy ktoś będzie chciał nas oszukać, podając się przez telefon za policjanta, należy natychmiast zakończyć rozmowę.

Warto tłumaczyć rodzicom i dziadkom i innym starszym znajomym osobom jak powinny się zachować, żeby nie zostać oszukanym.

oprac. (pg)

Wąbrzeźno

Nowe życie „Pana Samochodzika”



Uczniowie klas szóstych ze Szkoły Podstawowej nr 3 oraz z klas szóstych i piątych z „dwójki” spotkali się w Wąbrzeskim Domu Kultury z kontynuatorem kultowej serii książek Zbigniewa Nienackiego „Pan Samochodzik” – pisarzem Arkadiuszem Niemirskim. Spod jego ręki wyszło 16 tomów przygód historyka sztuki i detektywa. Ale Niemirski pisze też książki detektywistyczne dla młodzieży niezwiązane z serią. Spotkanie zorganizowała wąbrzeska biblioteka.

(pg), fot. nadesłane

WYGRAJ GĘSIĄ TUSZKĘ!

Samorząd Województwa już po raz szósty organizuje kampanię „Kujawsko-pomorska gęsinia na świętego Marcina”. Do akcji przyłączył się także nasz tygodnik, dzięki czemu będziecie Państwo mogli wygrać 20 gęsin tuszek.

Aby wziąć udział w konkursie należy znaleźć odpowiedź na pytanie:

JAKIE RASY GĘSI SĄ CHARAKTERYSTYCZNE DLA NASZEGO WOJEWÓDZTWA? (WYMIENI DWIE)

Odpowiedzi należy nadesłać mailem w czwartek, 6 listopada, w godzinach od 10:00 do 11:00 na adres redakcja@wpr.info.pl.

W tytule maila prosimy o zawarcie formuły „CLI gęsinia”. W treści wiadomości, oprócz poprawnej odpowiedzi, powinny znaleźć się również: nazwisko startującego w konkursie oraz numer telefonu. 20 gęsin tuszek trafi do osób, których maile dotarły jako pierwsze w regulaminowym czasie na adres mailowy redakcji. Zwycięzców poinformujemy telefonicznie.

Gęsi będzie można odebrać w poniedziałek, 10 listopada, na parkingu Placu Jana Pawła II w Wąbrzeźnie od 10:40 do 11:10. Ważna informacja - jedna osoba może odebrać jedną gęs.

Gmina Płużnica

Nadmorskie atrakcje



40 seniorów z gminy Płużnica, biorących udział w projekcie „Aktywny Senior – Mobilny Uniwersytet III Wieku”, pojechali na 3-dniową wycieczkę po Żuławach. Zanim dotarli do celu, zatrzymali się w Malborku. Głównym punktem było zwiedzanie Gdańska. Po powrocie do pensjonatu w Kątach Rybackich, wybrali się na spacer nad morze. Ostatniego dnia pobytu zwiedzili muzeum w Szymbarku i dom do góry nogami.

(pg), fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Wystawa sklepowa jak scena

Mieszkańcy Wąbrzeźna, którzy w środę po godz. 16.00 robili zakupy w sklepach przy rynku mogli się bardzo zdziwić. Na wystawach poprzebierane postacie robiły dziwne rzeczy. Nie była to oryginalna kampania reklamowa – to Teatr Studio Form Niezależnych zorganizował kolejny happening.

„Uwaga! Martwi przyjaciele! Zakaz fotografowania!” – taki przewrotny tytuł nosiło najnowsze przedsięwzięcie teatru, który pod kierunkiem Zbyszka Izdebskiego działa w strukturach Wąbrzeskiego Domu Kultury. Dziwne postaci, z planszami, na których wypisane zostały różne hasła, próbowały zwrócić na siebie uwagę przechodniów. Nie było to łatwe, bo od pochłoniętych rozmyślaniami czy rozmową przez telefon komórkowy osób dzieliła je szyba wystawowa.

– Proponowaliśmy swoje pomysły, wymyślaliśmy napisy, które prezentujemy na planszach. Każdy

z nas wybrał sobie postać – opowiada o przygotowaniach do happeningu Bartek Zaleski, który wcielił się w rolę Czarodzieja. – Oczekujemy zainteresowania ze strony ludzi. Chcemy wprowadzić do ich życia coś nowego, ciekawego, wywołać uśmiech na ich twarzach, skłonić ich do rozmyślań nad przekazem.

Szybko można odczytać jako metaforę bariery, którą oddziela twardą rzeczywistość od świata z naszych wyobrażeń. Pochłonięci codziennością, zapominamy o marzeniach.

Tekst i fot. Paulina Grochowalska



Mieszkańcy Wąbrzeźna, którzy w środę po godz. 16.00 robili zakupy w sklepach przy rynku, mogli się bardzo zdziwić

Wielkie Rodowiska

Mamo, tato – jestem już przedszkolakiem



W miniony czwartek w punkcie przedszkolnym w Wielkich Radowiskach celebrowano pasowanie na przedszkolaka. Najpierw dzieci pochwały się przed rodzicami i zaproszonymi gośćmi połączonymi piosenkami i wierszykami. Potem dyrektor szkoły podstawowej Bogumiła Frankiewicz, wraz z nauczycielkami Beatą Szurek i Mariettą Falkowską, dokonała pasowania na przedszkolaka. Na pamiątkę tego wydarzenia dzieci dostały dyplomy oraz drobne upominki. Uroczystość zwieńczył słodki poczęstunek przygotowany przez rodziców.

(pg)

fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Zapomniane cmentarze w obiektywie

Na zniszczonych i zapomnianych nekropoliach można znaleźć piękne zabytki architektury cmentarnej. Kilkanaście z nich przypomnieli uczestnicy konkursu fotograficznego.



Laureaci konkursu

29 października w Wąbrzeskim Domu Kultury otwarto wystawę zdjęć, które wpłynęły na konkurs „Polskie zapomniane cmentarze”. Autorzy najlepszych prac otrzymali dyplomy i nagro-

dy rzeczowe.

Pierwsze miejsce zajęła Marta Wiśniewska z Wielkiego Rychnowa, drugie Lucjan Dąbrowski ze Szkoły Podstawowej nr 2 w Chełmnie, trzecie Julia Talkowska z Wielkich Radowisk.

Wyróżniono zdjęcia: Pawła Müllera ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego

w Dębowej Łące i Klaudii Ptach z Gimnazjum w Myśliwcu

Wystawę można oglądać do końca listopada.

(pg)

fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Lekcje pamięci

O zbrodniczej działalności organizacji obywateli polskich niemieckiego pochodzenia, członków Selbstschutzu, na Pomorzu Gdańskim nie można zapomnieć – dlatego Wąbrzeski Dom Kultury zaprosił młodzież na żywe lekcje historii.

Lekcje, które zorganizowano 30 października dla młodzieży szkolnej były związane z wystawą Instytutu Pamięi Narodowej zatytułowanej „Zapomniani kaci Hitlera. Samoobrona Niemiecka na Pomorzu Gdańskim (Selbstschutz Westpreussen) w 1939 r”. Plansze w galerii WDK prezentują fakty na temat metod zabijania, topografii terroru, sylwetki i motywacje wybranych sprawców, niektóre miejsca kaźni oraz formy pamięci o zbrodniach. Zajęcia prowadził jeden z autorów ekspozycji, dr

Tomasz Ceran, pracownik Biura Edukacji Publicznej Instytutu Pamięi Narodowej.

To właśnie członkowie Selbstschutzu (Samoobrony Obywateli Polskich Niemieckiego Pochodzenia) jesienią i zimą 1939 r. w piaszkowni w Łopatkach zamordowali w zbiorowych egzekucjach setki mieszkańców powiatu wąbrzeskiego, brodnickiego, chełmińskiego, golubsko-dobrzyńskiego, grudziądzkiego.

(pg)

fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Poetycki dialog

W tym roku partnerem Jana Pawła II w regionalnym konkursie recytatorskim „Poetycki dialog” jest Krzysztof Kamil Baczyński.

Przedsięwzięcie, w którym chodzi o popularyzację poezji Papieża Polaka i Krzysztofa Kamila Baczyńskiego, skierowane jest do uczniów gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych. Żeby wziąć udział w konkursie wystarczy przygotować dwa wiersze – po jednym każdego z bohaterów „Poetyckiego dialogu”. Czas recytacji obu utworów nie powinien przekraczać 7 minut. Uczestnicy

zaprezentują się 10 grudnia o godzinie 10.00 w Wąbrzeskim Domu Kultury.

Regulamin i karta zgłoszenia znajdują się na stronie internetowej WDK: www.wdkwabrzezo.pl oraz w dziale animacji kultury WDK i wąbrzeskiej bibliotece. Zgłoszenie należy dostarczyć do 1 grudnia do organizatorów – WDK lub księżnicy.

(pg)

Wąbrzeźno

Posprzątaali śmietnik wokół grobowców

Harcerze z Wąbrzeskiej Drużyny Starszoharcerskiej „Eventyr” zakasali rękawy i uporządkowali grobowce Dąbskich i Szczepańskich na „starym” cmentarzu w Wąbrzeźnie. Efekt to 11 worków śmieci.

Stan miejsc pochówku pierwszego polskiego starosty wąbrzeskiego Józefa Szczepańskiego i właścicieli pałacu w Wałyczu Dąbskich wskazywał na to, że jest to miejsce „towarzyskich” spotkań pijaków. Teren wokół grobowców zamienił się śmietnik i publiczną toaletę pod chmur-

ką. Harcerze wzięli się do roboty i przed Wszystkimi Świętymi uporządkowali go. Wyrwali chwasty, pozbialali butelki i wynieśli stamtąd aż 11 worków śmieci. Teraz proszą, by to miejsce i spokój spoczywających tam osób zostały uszanowane i nikt tam więcej nie śmiecił.

„Eventyr” ma pod swoją opieką grób Żołnierzy Polskich z września ’39. Zastęp „Obrońcy Poczty Gdańskiej” od tego roku zajmie się też mogiłą powstańca wielkopolskiego Romana Sarniewicza.

(pg)
fot. nadesłane



Teren wokół grobowców przed i po interwencji drużyny „Eventyr”

Powiat

Akcja „Znicz” – u nas było spokojnie



– W trakcie trwania akcji od 31 października do 3 listopada funkcjonariusze skontrolowali 101 kierowców, nie odnotowano żadnych kradzieży, ani aktów wandalizmu na cmentarzach – informuje Michał Głębocki, oficer prasowy wąbrzeskiej policji. Mundurowi sprawdzali prędkość, trzeźwość kierowców i stan techniczny aut, a w rejonach cmentarzy utrzymywali płynność ruchu pojazdów. 1 listopada zabezpieczyli w Wąbrzeźnie przejście procesji ulicami Nadbrzeżną, Chełmińską i Mikołaja z Ryńska.

(pg), fot. KPP w Wąbrzeźnie

Wąbrzeźno

Kwestowali na odnowienie elewacji



Tradycyjnie 1 i 2 listopada na wąbrzeskich nekropoliach kwestowali wolontariusze i harcerze. Pieniądze z tegorocznej zbiórki mają zostać przeznaczone na odnowienie elewacji kaplicy na „nowym” cmentarzu. Jeszcze nie wiadomo jaką kwotę udało się zebrać. Organizatorem kwesty była parafia pw. Św. Ap. Szymona i Judy Tadeusza. Na zdjęciu Marcelina Sól i Ada Kwiatkowska z 70 Drużyny Harcerskiej „Poszukiwacze”, działającej w Szkole Podstawowej nr 3 w Wąbrzeźnie.

(pg), fot. Zbigniew Markiewicz

Wąbrzeźno

Miłośnicy czarnych krążków łączcie się!

Wąbrzeski Dom Kultury zaprasza miłośników dawnych przebojów na spotkanie z muzyką z czarnych płyt.

„Powróćmy jak za dawnych lat...Antykwariat polskiej piosenki” – to nazwa imprezy, którą zaplanowano na 14 listopada, o godz. 17.00 w Kawiarni „Styl”, działającej w WDK. Spotkanie poprowadzi Paweł Małs, kolekcjoner

płyt muzycznych i miłośnik przebojów minionych lat. Uczestnicy będą mogli posłuchać m.in. Ireny Santor, Sławy Przybylskiej, Jerzego Połomskiego czy Czerwono-Czarnych. Wstęp bezpłatny.

(pg)

Wąbrzeźno

Dotknęli historii

Uczniowie miejskich podstawówek spotkali się w Wąbrzeskim Domu Kultury z grupą rekonstrukcyjną, która przybliżyła codzienne życie żołnierza w czasie II wojny światowej.



Dzieci mogły dotknąć, a nawet założyć na siebie omawiane eksponaty.

Przedstawiciele grupy rekonstrukcyjnej omówili uzbrojenie, elementy umundurowania i wyposażenia żołnierza z okresu II wojny światowej. Dzieci mogły dotknąć, a nawet założyć na siebie omawiane eksponaty.

Podsumowaniem tej nieco-

dziennej lekcji historii był konkurs z nagrodami sprawdzający, czy uczestnicy spotkania uważnie słuchali.

Zajęcia zostały zorganizowane w ramach projektu Narodowej Strategii Spójności.

(pg), fot. nadesłane

Płużnica

Rolnicze aktualności

Aktualne tematy z zakresu rolnictwa, takie jak m. in. nowe wnioski o przyznanie płatności obszarowych zostaną omówione na Płużnickim Forum Rolniczym.

Osoby zainteresowane problematyką rolniczą spotkają się 12 listopada o godz. 8.30 w siedzibie Stowarzyszenia Towarzystwo Rozwoju Gminy Płużnica. Podczas forum zostaną omówione możliwości tworzenia grup producentów w ramach nowego Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich, nowe wnioski o przyznanie płatności obszarowych na 2015 rok oraz odszkodowania i zadośćuczynienia przysługujące rolnikom.

(pg)

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

CWA TYGODNIK REGIONU
WĄBRZESKIEGO

Gmina Płużnica

U nich przyjął się zwyczaj zza oceanu

Zamiast strachu była radość i zabawa – amerykański halloween obchodzono w punktach przedszkolnych i świetlicach w gminie Płużnica.

Przedszkolaki z Orłowa przed halloweenową zabawą przygotowały odpowiedni wystrój sali – nie zabrakło papierowych duszków, nietoperzy i lampionów z dyni. Każde dziecko miało też stosowny – straszny makijaż. Maluchy ozdobiły też balony i bawiły się przy muzyce.

W piątek do punktu przedszkolnego w Mgowie dzieci przyszły poprzebierane w różne kostiumy. Uczestniczyły w konkursach i zabawach tanecznych oraz z radością dały sobie pomalować buzie. Nie zabrakło słodkich smakołyków.

W świetlicy w Wieldządzu w świetle kolorowych, własnoręcznie wykonanych lampionów harcowały czarownice, szkielety, duchy i zombie. Zabawę urozmaiciły konkursy. Podobnie ten czas spędziły dzieci ze świetlicy w Kotnowie.

Malowanie twarzy, zabawa w mumię, wyławianie jabłek

z wody, taniec z miotłą – to tylko część atrakcji halloweenowej zabawy w świetlicy w Mgowie. Dzieci brały też udział w konkursach wiedzy, za które otrzymywały słodkie nagrody. Szuka-

ły również ukrytych słodkości.

W świetlicy w Płużnicy z okazji halloween dzieci wykonały m.in. maski z papieru i dyni.

(pg), fot. nadesłane



Halloweenowy makijaż – uczestnicy zabawy w świetlicy w Mgowie



Przedszkolaki z Orłowa przed halloweenową zabawą przygotowały odpowiedni wystrój sali – nie zabrakło papierowych duszków, nietoperzy i lampionów z dyni



W świetlicy w Wieldządzu w świetle kolorowych, własnoręcznie wykonanych lampionów harcowały czarownice, szkielety, duchy i zombie



Dzieci ze świetlicy w Kotnowie też bawiły się z okazji Halloween



W świetlicy w Płużnicy z okazji Halloween dzieci wykonały m.in. maski z papieru i dyni



W piątek do punktu przedszkolnego w Mgowie dzieci przyszły poprzebierane w różne kostiumy

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

CWA TYGODNIK REGIONU
WĄBRZESKIEGO

Wywiad

Wszyscy zaczynają kłócić się, nienawidzić

Z Jakubem Kawalcem, wokalistą zespołu „happysad” o nowej płycie, smutnych Polakach, stosunku do telewizji i muzycznej starości rozmawiał Tomasz Błasziewicz.

– Za nami długo oczekiwana premiera albumu „Jakby nie było jutra”. Konkretna data pojawienia się płyty na rynku była przesuwana. Z czego wynikały te problemy?

– Historia jest skomplikowana. Gdy album był zarejestrowany już w całości, zalało nam studio. Doszło do awarii energetycznych, spaliły się dyski. Jedyne co mogliśmy zrobić, to czekać. Cześć materiału udało się odzyskać, natomiast resztę musieliśmy nagrać od nowa. To już zaburzyło pracę, bo płyta była nagrywana „na setkę”. Na szczęście podstawowe ścieżki, czyli bębny i bas udało się odzyskać. Wokale, cześć gitar i przeszkadzajki zrobiliśmy od początku. Po pierwotnym terminie premiery mieliśmy już pewne zobowiązania, które musieliśmy zrealizować, tak więc pracę z Marcinem Borsem siłą rzeczy musieliśmy odłożyć w czasie. To, co później się działo, pokazało że z jednej strony na płytę czekamy my, bo to w końcu nasze dziecko, ale czekają też fani. To bardzo budujące.

– W zapowiedziach mówiliście, że to album, który zawsze chcieliście nagrać. Co się kryje pod tym stwierdzeniem?

– Chcieliśmy nagrać płytę brudną, niegrzeczną. Mając komfort kilku wydanych albumów, mogliśmy pozwolić sobie na nagranie innego krążka, różniącego się od poprzednich. Wcześniej sami nieco się ograniczaliśmy, ale teraz mam poczucie, że się udało, choć dla pewnej grupy odbiorców ten album będzie zaskoczeniem.

– Jak się układała współpraca z Marcinem Borsem?

– Fantastycznie. To człowiek – kosmita, jeśli chodzi o budowanie aranży, o wizję płyty. Marcin wciągnął nas w ten album, zaraził swoim optymizmem. Wiedzieliśmy jaki materiał powstał, ale Marcin jeszcze go wzmocnił.

– Słuchając utworu „Ciała detale”, zastanawiam się skąd tak zauważalny zwrot w kierunku elektroniki?

– Zdaje sobie sprawę, że dla mniej zaangażowanych słuchaczy jest to nagły zwrot, ale na poprzedniej płycie już pojawiały się utwory o podobnym brzmieniu. To efekt naszych fascynacji, korzystamy z tego, co daje nam doświadczenie. Po pierwszej i drugiej płycie byliśmy w gruncie rzeczy zespołem półamatorów

skim. Jednak ten czas, który spędziliśmy na scenie pozwolił nam okrzepnąć. Pojawiły się chęci, aby szukać czegoś nowego.

– W kolejnej kompozycji śpiewasz: „Tylko nie wiem czemu, mijają mnie tylko smutni ludzie”. Dziś trudno o optymizm?

– Mam wrażenie ogromnego obniżenia nastrojów społecznych. Wydaje mi się, że za chwilę może to grozić jakąś wojną. Wszyscy zaczynają się kłócić, nienawidzić...

– Nie buntujecie się?

– Nie, raczej jesteśmy pogodzeni z losem.

– Utarły się dwa stereotypy. Pierwszy, że „happysad” dociera głównie do ludzi dopiero dojrzewających. Drugi, że to zespół w pewien sposób przewidywalny. Nie boisz się, że nowa płyta, poprzez zachwianie tej przewidywalności, zostanie odebrana negatywnie?

– Z każdym kolejnym albumem staramy się uciekać od tych stereotypów. Celem jest zawsze osiągnięcie pewnej zmiany, choćby poprzez współpracę z producentem czy wzbogacenie brzmienia o dodatkowych muzyków. Nagraliśmy pięć płyt i nie chcemy robić wciąż tych samych rzeczy. Zakładam, że ludzie mają pełne prawo do tego, żeby ten album im się nie podobał, ale to w żaden sposób nie może ograniczać zespołu, który chce smakować wolności artystycznej.

– Wiosną odbyliście trasę upamiętniającą debiutancki album „Wszystko jedno”. To było 10 lat tłustych i gorących?

– Myślę, że to dobre określenie. Te lata były maksymalnym tygłem emocjonalnym. Przyspieszaliśmy, czasami musieliśmy zwolnić, ale generalnie to był dobry czas. Coś, co w liceum czy na studiach traktowaliśmy jako hobby, stało się sposobem na życie. Początkowo to było marzenie, pojawiające się gdzieś tam z tyłu głowy, połączone z realizmem, że dlaczego akurat nam to ma się udać? Nagrywając pierwszą płytę, mieliśmy zagranych może piętnaście koncertów.

– Jednak kluby przyjmowały Was z radością.

– Tak, ale to nie stało się od razu po wydaniu płyty, choć rzeczywiście działaliśmy intensywnie. Mam wrażenie, że wszystko działo się tak szybko, że nie mieliśmy nawet na to wpływu, ale

bardzo nas to napędzało.

– Doszła jeszcze radiowa Trójka, która grała „Zanim pójde” i „Łydkę”.

– To prawda, nawet pamiętam, kto nas wtedy puszczał.

– Zdradzisz?

– Jeśli dobrze pamiętam, Agnieszka Szydłowska. Teraz jakoś nie po drodze Trójce z nami, ale to się może zmienić.

– Ale stosunek do telewizji chyba się nie zmieni?

– Format proponowany przez telewizję jest dla mnie uwłaczający. Idziesz do programu, siedzisz tam cały dzień, przeganiają Cię z kąta w kąt, a wieczorem poświęcają Ci piętnaście sekund, po czym występ zostaje przerwany gagiem prowadzącego. To jest moim zdaniem skandal, który przeczy wszelkim prawom. Samo to, że trzeba skracać utwory do radia jest gwałtem na sztuce. Bardziej odpowiada mi zagraniczny model talk show, gdzie zespoły są zapraszane jako główni goście programu, a rozmowa porusza kwestie muzyczne. W Polsce tak naprawdę nie ma wartościowego programu muzycznego, ludzie nie wiedzą jak pracuje zespół, w jaki sposób robi się płytę, ile to kosztuje itd. Dostają jedynie końcowy produkt.

– Szczęśliwi ci, którzy pamiętają czasy starego MTV.

– Pewnie jeszcze tacy się ostali. Wiesz, my jako zespół nie mamy na co narzekać. Jednak jest mnóstwo obiecujących kapeł, które na tym cierpią. A nie ma nic lepszego, niż móc wystąpić w programie prawdziwie muzycznym. Zamiast np. telewizji śniadaniowej, gdzie goście obok rozmawiają o miesięczce kota, czy problemach gastrycznych ludzi po siedemdziesiątce. Brakuje przestrzeni, żeby się skupić. Słuchając muzyki odpływam, nie jest ona dla mnie dodatkiem do jedzenia czy robienia zdjęć na portale społecznościowe. Są oczywiście stacje radiowe, które w pewnym stopniu ratują sytuację. Ale tylko w pewnym, bo nie mamy kultury radiowej z prawdziwego zdarzenia. Jest Trójka i stacje niszowe, które możemy znaleźć w sieci, ale to raczej szczątkowa materia.

– Masz telewizor?

– Od pięciu lat nie mam. I muszę powiedzieć, że jestem szczęśliwszym człowiekiem.

– Od 2004 roku z najlepszej perspektywy obserwujesz pu-



bliczność. Przez ten czas przybyło aparatów nad głowami?

– Tak, ale wiesz... nam to nie przeszkadza, bo sami dojrzewaliśmy w tych warunkach. Choć głównie z tego powodu nie chcemy grać nowych utworów przed premierą płyty. Zdarza się tak, że piosenki tuż po koncercie pojawiają się w internecie.

– Nie przeszkadza ci, że młode pokolenie czerpie wiedzę, także muzyczną, w głównej mierze z sieci?

– Tego nie zmienimy. Jednak przeszkadza mi, że zbyt często szufladkujemy muzykę, a to bierze się z braku podstawowej edukacji muzycznej, choć nie chcę też generalizować.

– Polski pop został dopiero niedawno odczarowany i nie kojarzy się już wyłącznie z tandetną muzyką.

– To prawda, a przecież Beatlesi byli klasycznym zespołem popowym. Moim zdaniem ludzie, którzy są odbierani jako autorytety, powinni poruszać takie kwestie w mediach. Mamy też internet, za pomocą którego można mówić o pewnych sprawach. Warto to podkreślić, jesteśmy innym krajem niż pięć czy dziesięć lat temu, także muzycznie.

– I nie mamy się czego wstydząć?

– Absolutnie.

– Zapraszaliście do współpracy wielu artystów m.in. Czesława Mozila, Indios Bravos czy Marcelinę. Pojawili się ostatnio muzycy, którzy szczególnie Cię zainteresowali?

– Na polskim rynku jest mnóstwo takich artystów.

– Namówię Cię na konkretny przykład?

– Jestem absolutnym fanem zespołu Muchy. Są wybitni w tym co robią, naprawdę warto ich docenić.

– Myślę, że nie będzie nadużyciem jeśli powiem, że Michał Wiraszko przypomina wokalem Grzegorza Ciechowskiego.

– To prawda, choć wydaje mi się, że Michał zdaje sobie z tego sprawę i stara się gdzieś trochę od tego uciekać.

– Jeśli już rozmawiamy o Muchach, oni także obchodzą w tym roku dziesięciolecie istnienia. Jakies publiczne życzenia?

– To zespół nieprzewidywalny, a przy tym już ukształtowany. W związku z tym, koledzy, spokojnej starości!

– Wam życzyć tego samego?

– Jasne.

– I może trochę mniej tych smutnych twarzy.

Tomasz Błasziewicz,
fot. Justyna Hołubowska



Klasa I c ze Szkoły Podstawowej w Płużnicy.

Uczniowie: Angelika Dąbrowska, Joanna Kujaczyńska, Wiktor Makówka, Igor Witos, Karol Jarzab, Paweł Sochacki, Klaudia Antoszek, Marcin Chmiel, Wiktoria Sobczak, Fabian Sosnowski, Igor Machela, Miłosz Sentkowski, Daria Grębosz, Patryk Sosnowski, Nikola Socha, Karol Zdziebło, Oskar Rantflejsz, Maciej Zieliński.

Wychowawczyni Paulina Właśniewska.

fot. nadesłane



Klasa I ze Szkoły Podstawowej w Łobdowie.

Uczniowie: Amelia Czerzniewska, Dorota Dębowska, Julia Grenda, Jan Iwiński, Bartosz Jaranowski, Kacper Kopczyński, Jagoda Koźlikowska, Mikołaj Narzyński, Wiktoria Piątek, Jakub Sztramkowski, Dorota Wiśniewska, Artur Wrzesiński, Grzegorz Zubko.

Wychowawczyni: Mariola Raś.

fot. Paulina Grochowalska

Nowa Wieś Królewska

Książkowe święto

Wystawy książek, lekcje biblioteczne, turniej wiedzy o książce – to elementy obchodów Święta Bibliotek Szkolnych w gimnazjum w Nowej Wsi Królewskiej.



Wystawy oglądały kolejne klasy uczestniczące w lekcjach bibliotecznych prowadzonych przez uczennice przebrane w baśniowe stroje

Za motto tegorocznego święta posłużyły gimnazjalistom słowa Jadwigi Andrzejewskiej: „Bez porządnej biblioteki w porządnej szkole porządnie uczyć się nie da”. Uczniowie mieli okazję zapoznać się z wystawą ulubionych książek swoich nauczycieli, takich jak „Plastusiowy pamiętnik”, „Dzieci z Bullerbyn”, „Szelmostwa lisa Witalisa” czy „Mały Książę”. Na drugiej ekspozycji znalazły się pozycje popularne wśród współczesnych młodych czytelników, a więc głównie horrory, thrillery i powieści fantasy. Na straży tego księgozbioru stał ubrany w garni-

tur i cylinder szkielet wypożyczony z pracowni biologicznej.

Wystawy oglądały kolejne klasy uczestniczące w lekcjach bibliotecznych, prowadzonych przez uczennice przebrane w baśniowe stroje. Podczas zajęć gimnazjaliści wzięli m.in. udział w turnieju wiedzy o książce, bibliotece i bohaterach literackich, musieli rozwiązać krzyżówkę i odgadnąć nazwiska wybitnych twórców literatury przedstawionych na portretach. Zwycięzcy otrzymali nagrody.

oprac. (pg)
fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Dzieła uzdolnionych

Studenci kierunku rzeźba pokażą na wystawie swój artystyczny potencjał.



Co potrafią studenci rzeźby – będzie można zobaczyć już w piątek

W piątek, o godz. 17.00 w galerii Wąbrzeskiego Domu Kultury zostanie otwarta wystawa prac, wykonanych przez studentów wydziału sztuk pięknych UMK w Toruniu, kierunku rzeźba. Będzie można na niej zobaczyć kilkadziesiąt obiektów w różnych materiałach i technikach.

Poprzez wystawę studenci chcą promować rzeźbę. – Pragnie-

my pokazać artystyczny potencjał jaki w nas tkwi i zainteresować naszą twórczością jak największą liczbę osób – tymi słowami reklamują wernisaż.

To wspólna inicjatywa WDK oraz studenckiego koła naukowego rzeźby Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

(pg), fot. nadesłane

PROGRAM TELEWIZYJNY

HITY TYGODNIA

CZWARTEK 20:00 TV4 - WIECZNY STUDENT II

Komedia, 95 min, USA, 2006

Sequel komedii z 2002 roku. Tym razem historia skupia się na studencie Taj Mahal Badalandabad, znanym z pierwszej części. Taj wyjeżdża do Anglii na prestiżowy uniwersytet Oxford, aby kontynuować "naukę", ale tak naprawdę chce pokazać miejscowym studentom jak spędzać czas, na zabawie i imprezach.

SOBOTA 17:05 TVN 7 - KSIĄŻĘ W NOWYM JORKU

Komedia, 116 min, USA, 1988

W swoje 21. urodziny książę Akeem z małego afrykańskiego królestwa Zamundy zgodnie z tradycją ma poślubić kobietę, której nigdy wcześniej nie widział. Ponieważ nie uśmiecha mu się ta perspektywa, a że jest bogaty i rozpieszczony to po prostu wyjeżdża do Nowego Jorku. Razem z nieodłącznym towarzyszem Semmim pragnie w końcu znaleźć w Ameryce prawdziwą miłość. Przyjaciele prowadzą poszukiwania incognito i początkowo zamiast miłości znajdują nowych wrogów i mnóstwo kłopotów.

NIEDZIELA 20:05 TVN 7 - MISSION IMPOSSIBLE

Sensacyjny, akcja, 110 min, USA, 1996

W CIA działa podwójny agent, który zamierza sprzedać listę z nazwiskami wszystkich szpiegów amerykańskiego wywiadu. Grupa operacyjna IMF dowodzona przez Jima Phelps'a wyrusza do Pragi, aby zdemaskować zdrajcę. Wraz z Jimem do Czech jadą m.in. jego żona Claire i Ethan Hunt. Akcja kończy się niepowodzeniem. Wszyscy oprócz Ethana i Claire giną. Podejrzenie o zdradę pada jednak na Hunta. By oczyścić się z zarzutów, musi sam odnaleźć podwójnego agenta.

PONIEDZIAŁEK 18:00 TV4 - INSPEKTOR GADŻET II

Komedia, 89 min, Australia, USA, 2003

Ledwo w Riverton zapanowała chwila spokoju, a już sprawy zaczynają przybierać zły ogrót. Inspektor Gadżet (French Stewart) odbywa swój policyjny staż, gdy tymczasem Clau inscenizuje brawurową ucieczkę z więzienia i planuje nowe "przestępstwo stulecia". Tymczasem burmistrz prezentuje udoskonalony model G2 - całkowicie sztucznego robota, wyposażonego w gadżety najnowszej generacji i wyglądającego jak kobieta. Potem Inspektor Gadżet i G2 (Elaine Hendrix) wyruszają razem na ratunek światu. Pomagają im w tym Brian i Penny.



07:40 Czas dla ciebie. Motywator 60+
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie
08:35 Moda na sukces odc. 6025 - serial
09:05 Wspaniałe stulecie odc. 15 - serial
10:05 Ojciec Mateusz odc. 44 - serial
11:00 Drużyna A odc. 7 - serial
12:00 Wiadomości
12:05 Agrobiznes
12:20 Smaki polskie
12:40 Przepis dnia
12:45 Tajemnice trzmieli
13:50 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Moda na sukces odc. 6026 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Klan odc. 2634 - serial
15:45 Wspaniałe stulecie odc. 16 - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan odc. 2635 - serial
18:30 Świat się kręci
19:15 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz odc. 156 - serial
21:25 Sprawa dla reportera
22:25 Damsko-męskie sprawy
23:40 Do białego rana odc. 17, 18 - serial
00:30 Człowiek prezydenta
02:10 Sprawa dla reportera



06:00 Uwaga!
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Detektywi odc. 622 - serial
08:00 Dzień dobry TVN
10:55 Na Wspólnej odc. 1965 - serial
11:25 Szkoła odc. 47 - serial
12:25 Szpital odc. 275 - serial
13:25 Ukryta prawda odc. 396 - serial
14:25 Ugotowani s. 7 odc. 39 - rozrywka
15:00 Szkoła odc. 48 - serial
16:00 Rozmowy w toku odc. 2385 - talk show
17:00 Ukryta prawda odc. 397 - serial
18:00 Szpital odc. 276 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:10 Na Wspólnej odc. 1966 - serial
20:50 Ugotowani s. 7 odc. 40 - rozrywka
21:30 Kuchenne rewolucje s. 10 odc. 10 - rozrywka
22:35 Tylko mnie kochaj - komedia romantyczna
00:35 Superwizjer
01:10 Perfekcyjna pani domu s. 5 odc. 10 - rozrywka
02:10 Uwaga!
02:30 Sekrety magii odc. 188 - rozrywka



06:00 Złotopolscy odc. 48, 49 - serial
07:00 Nash Bridges s. 6 odc. 106 - serial
08:00 Gliniarz i prokurator s. 3 odc. 17 - serial
09:00 Tequila i Bonetti w Rzymie odc. 9 - serial
10:00 Hela w opałach s. 3 odc. 12, 13 - serial
11:00 Niania s. 7 odc. 102 - serial
11:30 Sekret odc. 49 - serial
12:30 Zbuntowany anioł odc. 253, 254 - serial
14:30 Jesteś moim życiem odc. 37 - serial
15:30 Niania s. 7 odc. 103, 104, 105 - serial
17:00 Akademia policyjna odc. 8 - serial
18:00 Gwiazdne wrota s. 7 odc. 2 - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 102, 103 - serial
20:00 Idiokracja - komedia
21:50 Po prostu walcz II - film sensacyjny
00:00 Krwawa masakra w Hollywood - horror
02:00 Kręcimy z gwiazdami odc. 9 - rozrywka



06:00 Audycje komitetów wyborczych
06:30 Lokatorzy odc. 120 - serial
07:00 M jak miłość odc. 662 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia odc. 1188 - serial
11:35 Na dobre i na złe odc. 408 - serial
12:35 Na sygnale odc. 7 - serial
13:05 Makłowicz w podróży
13:40 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 17
14:15 Postaw na milion - rozrywka
15:10 Rodzinka.pl odc. 90 - serial
15:40 Audycje komitetów wyborczych
16:00 Panorama - kraj
16:15 Pogoda - kraj
16:25 Na dobre i na złe odc. 573 - serial
17:25 Reporter Polski
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:25 Barwy szczęścia odc. 1188, 1189 - serial
20:40 Jestem numerem cztery - film science-fiction
22:45 Habemus Papam - mamy papieża - komediodramat
00:40 Pozew o miłość - komedia romantyczna
02:20 Habemus Papam - mamy papieża - komediodramat



06:40 Męski typ s. 2 odc. 8 - talk show
07:15 Niewinna intryga odc. 48 - serial
08:15 Sąd rodzinny odc. 64 - serial
09:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 465 - serial
10:15 Magda M. s. 4 odc. 51 - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny odc. 65 - serial
13:55 Szpital odc. 154 - serial
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 466 - serial
15:55 Magda M. s. 4 odc. 52 - serial
16:55 Julia odc. 53, 54 - serial
18:00 Castle s. 2 odc. 12 - serial
19:00 Mentalista s. 2 odc. 12 - serial
20:00 Książę w Nowym Jorku - komedia
22:20 Mentalista odc. 14 - serial
23:25 Dziecko Rosemary - horror
02:10 Sekrety magii odc. 188 - rozrywka



07:00 Informacje kulturalne
07:25 Quo vadis? odc. 5 - serial
08:30 Miss Nikki i Tiger Girls
10:00 Gonitwa - film obyczajowy
11:30 Studio kultura - Rozmowy
12:05 Szlakiem Kolberga - Anna Maria Jopek odc. 8 - kultura
12:40 Godzina z... Janem Kobuszewskim
13:55 Informacje kulturalne
14:25 Koty to dranie - film obyczajowy
15:35 Echo - film krótkometrażowy
16:05 Quo vadis? odc. 5 - serial
17:15 Miss Nikki i Tiger Girls
18:40 Koty to dranie - film obyczajowy
19:55 Do serca twego - film krótkometrażowy
20:20 Hala odlotów odc. 80 - talk show
21:15 Mad Men s. 6 odc. 7 - serial
22:15 Brat - dramat kryminalny
00:05 Hala odlotów odc. 80 - talk show
01:05 Deszczowy żołnierz - film obyczajowy
02:55 Oczy bez twarzy - horror



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 48 - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy s. 11 odc. 590, 591 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 48 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 540 - serial
12:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 49 - serial
13:00 Trudne sprawy s. 3 odc. 9 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 1972 - serial
14:45 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 49 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy s. 13 odc. 686 - serial
17:00 Dlaczego ja? odc. 311 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 1973 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 369 - serial
20:05 Zdrady s. 4 odc. 10 - serial
21:05 Przyjaciółki s. 4 odc. 9 - serial
22:05 Na krawędzi s. 2 odc. 11 - serial
23:05 Siła strachu - thriller
01:15 Tajemnice Iosu



06:00 Czyja wina? odc. 5 - serial
07:05 Klub przyjaciół Myszk Miki odc. 38 - serial
07:35 Jake i piraci z Nibylandii odc. 38 - serial
08:05 Garfield Show odc. 3, 4 - serial
08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 3 - serial
09:00 Czyja wina? odc. 6 - serial
10:00 Nie igraj z aniołem odc. 127 - serial
11:00 Burza odc. 48 - serial
12:00 Na patrolu odc. 23 - serial
12:30 Sekrety sąsiadów odc. 23 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 23 - serial
14:00 STOP Drogówka
15:00 Dom nie do poznania odc. 231 - rozrywka
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 128 - serial
17:00 Burza odc. 49 - serial
18:00 Na patrolu odc. 24 - serial
18:30 Sekrety sąsiadów odc. 24 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 24 - serial
20:00 Wieczny student II - komedia
22:00 Gabriel - horror
00:25 Spadkobiercy odc. 72 - rozrywka
01:30 Interwencja
01:50 To był dzień
02:55 Seks w wielkim mieście odc. 22 - serial



HISTORIA

07:20 Był taki dzień dc. 341
07:25 "...swego nie znacie..." - katalog zabytków odc. 30
07:30 "...swego nie znacie..." - katalog zabytków odc. 64
07:55 Święci i grzesznicy. Historia papieżstwa odc. 3
09:00 Przeprowadzki odc. 7 - serial
10:00 Cafe Historia
10:20 Polska i świat z historią w tle odc. 67
10:45 Dzika Polska odc. 128
11:10 Okrasa łamie przepisy
11:45 Gdy świat się wali odc. 22
12:50 Sprawa pułkownika Kuklińskiego
13:50 Henryk Sławik. Polski Wallenberg
14:55 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
15:25 Sensacje XX wieku odc. 162, 163
16:25 Flesz historii
16:45 Ex libris
17:00 Przeprowadzki odc. 8 - serial
18:10 Ewangelia i bunt
19:00 Dziennik telewizyjny
19:45 Gdy świat się wali odc. 23
21:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
21:35 Sensacje XX wieku odc. 126, 127
22:35 Szerokie tory odc. 94
23:05 Ostatni Warmiacy i Mazurzy odc. 2
23:20 Kartki z PRL-u odc. 216
23:50 Wielkie napady PRL-u odc. 4
00:25 Proszę raz zapukać i czekać
00:45 Naszaarmia.pl
01:15 Królik po berlińsku
02:05 Był sobie mur
02:40 Złote góry



07:30 Audycje komitetów wyborczych
 08:00 Wiadomości
 08:05 Pogoda poranna
 08:10 Polityka przy kawie
 08:40 Odwiedziny
 09:05 Opowieści z tysiąca i jednej nocy - Aladyn i Szeherazada - film przygodowy
 10:05 Ojciec Mateusz odc. 50 - serial
 11:00 Drużyna A odc. 13 - serial
 12:00 Wiadomości
 12:10 Agrobiznes
 12:30 Innowacje w rolnictwie
 12:45 Przepis dnia
 12:55 Afryka odc. 4
 13:55 Jaka to melodia? - rozrywka
 14:30 Moda na sukces odc. 6031 - serial
 15:00 Wiadomości
 15:10 Pogoda
 15:25 Sprawa dla reportera
 16:25 Audycje komitetów wyborczych
 17:00 Teleexpress
 17:15 Pogoda
 17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
 17:55 Klan odc. 2640 - serial
 18:30 Świat się kręci
 19:15 Przepis dnia
 19:30 Wiadomości
 20:00 Sport
 20:05 Rajdowe Mistrzostwa Europy - Rajd Korsyki - sporty motorowe
 20:15 Pogoda
 20:30 Tajemnice hotelu Adlon odc. 6 - serial
 21:30 Kowboj z Szanghaju - western
 23:30 Terra Nova odc. 10 - serial
 00:20 Tajemnica twierdzy szyfrów odc. 6 - serial
 01:10 Do białego rana odc. 19, 20 - serial
 02:05 Drużyna A odc. 13 - serial



06:00 Uwaga!
 06:20 Mango - Telezakupy
 07:25 Detektywi odc. 623 - serial
 08:00 Dzień dobry TVN
 10:55 Na Wspólnej odc. 1966 - serial
 11:25 Szkoła odc. 48 - serial
 12:25 Szpital odc. 276 - serial
 13:25 Ukryta prawda odc. 397 - serial
 14:25 Ugotowani s. 7 odc. 40 - rozrywka
 15:00 Szkoła odc. 49 - serial
 16:00 Rozmowy w toku odc. 2386 - talk show
 17:00 Ukryta prawda odc. 398 - serial
 18:00 Szpital odc. 277 - serial
 19:00 Fakty
 19:35 Sport
 19:45 Pogoda
 19:50 Uwaga!
 20:00 Kowboje i obcy - western
 22:25 W sieci pająka - thriller
 00:35 Kuba Wojewódzki s. 9 odc. 10 - talk show
 01:40 Uwaga!
 01:55 Sekrety magii odc. 189 - rozrywkaa



06:00 Złotopolscy odc. 49, 50 - serial
 07:00 Nash Bridges s. 6 odc. 107 - serial
 08:00 Gliniarz i prokurator s. 3 odc. 18 - serial
 09:00 Tequila i Bonetti w Rzymie odc. 10 - serial
 10:00 Hela w opałach s. 3 odc. 13, 14 - serial
 11:00 Niania s. 7 odc. 104 - serial
 11:30 Sekret odc. 50 - serial
 12:30 Zbuntowany anioł odc. 254, 255 - serial
 14:30 Jesteś moim życiem odc. 38 - serial
 15:30 Niania s. 7 odc. 105 - serial
 16:00 Niania s. 8 odc. 106, 107 - serial
 17:00 Akademia policyjna odc. 9 - serial
 18:00 Gwiezdne wrota s. 7 odc. 3 - serial
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 103, 104 - serial
 20:00 Pan życia i śmierci - thriller
 22:35 Siła i honor - dramat obyczajowy
 01:10 Chinatown - dramat kryminalny



06:00 Audycje komitetów wyborczych
 06:25 Lokatorzy odc. 119 - serial
 07:00 M jak miłość odc. 663 - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 10:55 Barwy szczęścia odc. 1189 - serial
 11:35 Na dobre i na złe odc. 409 - serial
 12:35 Na sygnale odc. 8 - serial
 13:10 Milion ton śmieci
 13:40 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 18
 14:20 Kabaretowa scena Dwójki odc. 33 - rozrywka
 15:10 Rodzinka.pl odc. 91 - serial
 15:40 Audycje komitetów wyborczych
 16:00 Panorama - kraj
 16:20 Pogoda - kraj
 16:30 Na sygnale odc. 18, 19 - serial
 17:25 Reporter Polski
 18:00 Panorama
 18:30 Sport-telegram
 18:40 Pogoda
 18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
 19:30 Barwy szczęścia odc. 1189 - serial
 20:05 O mnie się nie martw odc. 10 - serial
 21:05 superSTARcie odc. 6 - rozrywka
 22:35 superSTARcie - kulisy odc. 6
 22:45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas s. 13 odc. 9 - serial
 23:45 Jestem numerem cztery - film science-fiction
 01:40 Kabaretowa Scena Dwójki przedstawia - rozrywka
 02:45 Baza ludzi umarłych - dramat psychologiczny



06:40 Męski typ s. 2 odc. 9 - talk show
 07:15 Niewinna intryga odc. 49 - serial
 08:15 Sąd rodzinny odc. 65 - serial
 09:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 466 - serial
 10:15 Magda M. s. 4 odc. 52 - serial
 11:20 Mango - Telezakupy
 12:55 Sąd rodzinny odc. 66 - serial
 13:55 Szpital odc. 155 - serial
 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 467 - serial
 15:55 Magda M. s. 4 odc. 53 - serial
 16:55 Julia odc. 55, 56 - serial
 18:00 Castle s. 2 odc. 13 - serial
 19:00 Mentalista s. 2 odc. 13 - serial
 20:00 Bitwa o Anglię - film wojenny
 22:45 Rodzina Addamsów II - czarna komedia
 00:45 Czarna lista odc. 6 - serial
 01:40 Sekrety magii odc. 189 - rozrywka



07:15 Quo vadis? odc. 6 - serial
 08:10 Szpieg w Pekinie
 09:20 Wakacje z Madonną - film obyczajowy
 10:55 Olena - film krótkometrażowy
 11:30 Studio Kultura - Niedziela z...
 12:20 A jeśli to miłość - rozrywka
 13:00 Murmurando - film obyczajowy
 13:50 Żona doskonała - komedia
 15:40 Olena - film krótkometrażowy
 16:10 Quo vadis? odc. 6 - serial
 17:15 Szpieg w Pekinie
 18:20 Wakacje z Madonną - film obyczajowy
 20:00 Informacje kulturalne
 20:20 Nieznośna lekkość bytu - dramat obyczajowy
 23:20 Tygodnik kulturalny
 00:15 Mad Men s. 6 odc. 7 - serial
 01:10 Informacje kulturalne
 01:30 Lang Lang i Herbie Hancock w Berlinie



06:00 Nowy dzień z Polsat News
 08:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 49 - serial
 09:00 Małanowski i Partnerzy s. 11 odc. 592, 593 - serial
 10:00 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 49 - serial
 11:00 Dlaczego ja? odc. 541 - serial
 12:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 50 - serial
 13:00 Trudne sprawy s. 3 odc. 10 - serial
 14:00 Pierwsza miłość odc. 1973 - serial
 14:45 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 50 - serial
 15:50 Wydarzenia
 16:10 Pogoda
 16:15 Interwencja
 16:30 Małanowski i Partnerzy s. 13 odc. 687 - serial
 17:00 Dlaczego ja? odc. 312 - serial
 18:00 Pierwsza miłość odc. 1974 - serial
 18:50 Wydarzenia
 19:20 Sport
 19:25 Pogoda
 19:30 Świat według Kiepskich odc. 370 - serial
 20:05 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami s. 2 odc. 10 - rozrywka
 22:05 Sztos II - film sensacyjny
 00:25 Komando smoka - film sensacyjny



06:00 Czyja wina? odc. 6 - serial
 07:05 Klub przyjaciół Myszk Miki odc. 39 - serial
 07:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 1 - serial
 08:05 Garfield Show odc. 5, 6 - serial
 08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 4 - serial
 09:00 Czyja wina? odc. 7 - serial
 10:00 Nie igraj z aniołem odc. 128 - serial
 11:00 Burza odc. 49 - serial
 12:00 Tata sam w domu odc. 10 - rozrywka
 13:00 Kłamczuch odc. 9 - rozrywka
 14:00 STOP Drogówka
 15:00 Dom nie do poznania odc. 232 - rozrywka
 16:00 Nie igraj z aniołem odc. 129 - serial
 17:00 Burza odc. 50 - serial
 18:15 Zagadka jaskini - film przygodowy
 20:00 Bez litości - serial
 21:55 STOP Drogówka
 23:00 Podwójne życie - film erotyczny
 00:50 Zagadki kryminalne odc. 8
 01:50 I Like It
 02:55 Seks w wielkim mieście odc. 23 - serial



07:25 "...swego nie znanie..." - katalog zabytków odc. 65, 41
 07:55 Święci i grzesznicy. Historia papieństwa odc. 4
 09:00 Przeprowadzki odc. 8 - serial
 10:05 Kartki z PRL-u odc. 216
 10:35 Śmiałkowie górnego Mekongu
 11:40 Gdy świat się wali odc. 23
 12:50 Królik po berlińsku
 13:35 Plesz historii
 14:00 Był sobie mur
 14:40 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
 15:10 Sensacje XX wieku odc. 126, 127
 16:15 Spór o historię odc. 107
 17:00 Przeprowadzki odc. 9 - serial
 18:05 Maria Skłodowska-Curie
 18:45 Polska i świat z historią w tle odc. 119
 19:05 Dziennik telewizyjny
 19:45 Przelomowe dni odc. 1, 2
 20:45 Ostatni Warmiacy i Mazurzy odc. 3
 21:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
 21:35 Sensacje XX wieku odc. 128, 129
 22:35 Szerokie tory odc. 126
 23:10 Wielkie napady PRL-u odc. 11
 23:35 Olgierd Budrewicz odc. 4
 23:50 Ex libris
 00:05 Pierwsza
 00:40 Naszaarmia.pl
 01:10 Żegnaj DDR! Przez Warszawę ku wolności
 02:20 Rody polskie odc. 3
 02:55 Przerwa w nadawaniu



06:00 Audycje komitetów wyborczych
 06:20 Ekspres miłosierdzia odc. 2
 06:50 Pełnosprawni - magazyn
 07:05 Las story
 07:25 Rok w ogrodzie
 07:50 Dzień dobry w sobotę
 08:25 Naszaarmia.pl
 09:00 Weekendowy magazyn filmowy odc. 168 - kultura
 09:30 Jak to działa?
 10:00 Operacja "Życie" odc. 40
 10:35 Ocalony świat odc. 9
 10:50 Wiadomości naukowe
 11:05 Jaka to melodia? - rozrywka
 11:40 Chłopi odc. 5 - serial
 12:40 Tajemnice hotelu Adlon odc. 6 - serial
 13:40 Okrasa łamie przepisy
 14:20 Blondynka odc. 35 - serial
 15:20 Żegnaj DDR! Przez Warszawę ku wolności
 16:25 Audycje komitetów wyborczych
 17:00 Teleexpress
 17:20 Pogoda
 17:30 Ojciec Mateusz odc. 157 - serial
 18:35 Rolnik szuka żony odc. 9 - rozrywka
 19:30 Wiadomości
 20:00 Sport
 20:05 GOL T-Mobile Ekstraklasa - magazyn
 20:08 Mistrzostwa Świata w Almaty - podnoszenie ciężarów
 20:10 Rajdowe Mistrzostwa Europy - Rajd Korsyki - sporty motorowe
 20:15 Pogoda
 20:25 Komisarz Alex odc. 74 - serial
 21:25 Piraci z Karaibów: Na nieznanym wodach - film przygodowy
 23:55 Żywe trupy s. 4 odc. 10 - serial
 00:50 Operacja Samum - film sensacyjny
 02:30 Za wszelką cenę - dramat obyczajowy



07:55 Kobieta na krańcu świata s. 4 odc. 5
 08:30 Dzień dobry TVN
 11:00 Na Wspólnej odc. 1963, 1164, 1165, 1166 - serial
 12:45 Lekarze s. 5 odc. 9 - serial
 13:50 Perfekcyjna pani domu s. 5 odc. 10 - rozrywka
 14:50 Na językach
 15:55 MasterChef s. 3 odc. 9 - rozrywka
 16:55 Top Model s. 4 odc. 10 - rozrywka
 18:00 Kuchenne rewolucje s. 10 odc. 10 - rozrywka
 19:00 Fakty
 19:25 Sport
 19:35 Pogoda
 19:45 Uwaga!
 20:00 Mam talent s. 7 odc. 9 - rozrywka
 21:55 Kocha, lubi, szanuje - komedia romantyczna
 00:20 Zabójczy wirus - horror
 02:10 Uwaga!
 02:25 Sekrety magii odc. 190 - rozrywka



06:00 Dyżur odc. 10
 06:30 Menu na miarę
 07:00 Taki jest świat
 07:50 Atlantyda odc. 3, 4 - serial
 09:45 Niania s. 7 odc. 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105 - serial
 13:55 Niania s. 8 odc. 106, 107 - serial
 14:55 Atlantyda odc. 5, 6 - serial
 16:50 Asterix i Obelix kontra Cezar - film przygodowy
 19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 104, 105 - serial
 20:00 Sharknado 2 - horror
 22:00 Sobowtór diabła - film sensacyjny
 00:10 Teksańska masakra piłą mechaniczną - horror
 02:25 Zobacz to!



06:30 Audycje komitetów wyborczych
 07:00 M jak miłość odc. 1091 - serial
 08:00 Pytanie na śniadanie
 11:15 Sztuka życia
 11:40 Barwy szczęścia odc. 1185, 1186, 1187 - serial
 13:20 Bliskie i groźne spotkania Steve'a s. 2 odc. 47
 14:00 Familiada - rozrywka
 14:40 Audycje komitetów wyborczych
 14:50 Rodzinka.pl odc. 10 - serial
 15:30 Czas honoru. Powstanie odc. 9 - serial
 16:20 Powstanie - miasto i ludzie odc. 9
 16:25 Słowo na niedzielę
 16:35 superSTARcie odc. 6 - rozrywka
 18:00 Panorama
 18:35 Sport-telegram
 18:40 Pogoda
 18:55 Postaw na milion - kulisy
 19:05 Postaw na milion - rozrywka
 20:05 The Voice of Poland odc. 14 - rozrywka
 22:10 Vabank II, czyli riposta - komedia kryminalna
 00:05 Robert Randolph - Rawa Blues Festival 2014
 01:15 Musisz być mój - thriller



06:25 Mango - Telezakupy
 08:30 Violetta odc. 51, 52, 53 - serial
 11:35 Julia odc. 47, 48, 49, 50, 51, 52 - serial
 15:00 Sowie pole - komedia
 17:05 Księżę w Nowym Jorku - komedia
 19:30 Pieniądze to nie wszystko s. 2001 - komedia
 21:50 Następne 48 godzin - komedia sensacyjna
 23:50 Mission: Impossible - film sensacyjny
 02:05 Sekrety magii odc. 190 - rozrywka



07:00 Informacje kulturalne
 07:25 Przybyli ułani - film obyczajowy
 08:35 Świat bez ludzi?
 09:40 Żona doskonała - komedia
 11:30 Cappuccino z książką
 12:00 Informacje kulturalne
 12:25 Największa chińska restauracja na świecie
 13:35 Rozmowy o literaturze i nie tylko - rozmowa
 14:15 "Trzymaj się swoich chmur" - piosenki Seweryna Krajewskiego
 15:15 60 lat Opery Łódzkiej
 15:55 Ogródenie odc. 8 - film krótkometrażowy
 16:20 Radostki - film krótkometrażowy
 16:45 Hibernatus - komedia
 18:20 Tygodnik kulturalny
 19:15 Teledyski zmieniły muzykę odc. 5, 17 - dokument
 20:20 Lawendowe wzgórze - dramat obyczajowy
 22:15 Deep Purple z orkiestrą - Montreux 2011
 23:25 Śmiertelne zmęczenie - komedia
 01:00 Lawendowe wzgórze - dramat obyczajowy
 02:55 Komeda, Komeda



06:00 Komisarz Rex s. 12 odc. 2 - serial
 07:05 Garfield Show odc. 1, 2 - serial
 07:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 2 - serial
 08:05 Garfield Show odc. 7, 8 - serial
 08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 5 - serial
 09:05 Najgroźniejsze zwierzę świata
 11:05 Galileo
 12:05 Najdziwniejsze zwierzęta świata
 13:05 Zatopione skarby odc. 9
 14:05 STOP Drogówka
 15:15 8. stopień zagrożenia - film katastroficzny
 17:15 Wyspa zła - film science-fiction
 19:00 Galileo
 20:00 Zaginiona księga Nostradamusa
 22:00 Wrogie niebo s. 2 odc. 4 - serial
 23:00 Nietoperze: krwawe żniwa - horror
 00:55 Linia uskoku - film katastroficzny
 02:50 Seks w wielkim mieście odc. 24 - serial



07:20 "...swego nie znanie..." - katalog zabytków dc. 48, 74
 07:55 Święci i grzesznicy. Historia papieństwa odc. 5
 09:00 Blisko, coraz bliżej odc. 7 - serial
 10:10 Wielka historia małych miast odc. 10
 10:50 Tajna historia ZSRR odc. 7
 11:10 Pierwsza
 11:45 Przelomowe dni odc. 1, 2
 12:50 Najpiękniejsze zamki Francji odc. 6
 14:00 Szerokie tory odc. 94
 14:35 Spór o historię odc. 107
 15:20 Dzieje kultury polskiej odc. 3
 16:25 Encyklopedia II wojny światowej odc. 47
 17:00 Blisko, coraz bliżej odc. 8 - serial
 18:10 Ex libris
 18:40 Cafe Historia
 19:00 Dziennik telewizyjny
 19:40 Przelomowe dni odc. 3, 4
 20:45 Tajemnice historii odc. 8
 21:15 Koło historii odc. 17
 21:45 Powrót do Polski - film historyczny
 23:05 Encyklopedia II wojny światowej odc. 57
 23:35 Nicolas Le Floch odc. 16 - serial
 00:45 Naszaarmia.pl
 01:15 Wielki błąd Józefa Stalina odc. 1
 02:10 Pradawni bogowie odc. 3
 02:40 Kołyma... na dnie życia



06:00 Audycje komitetów wyborczych
06:15 Kárd. Gianfranco Ravasi. Rozmowa o wierze, dialogu i obojętności
06:30 My, wy, oni
07:00 Msza św. z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:30 Magazyn Ligi Mistrzów - magazyn
08:55 Ziarno odc. 515 - dla młodzieży
09:30 Nela - mała reporterka odc. 19
09:55 Stawka większa niż życie odc. 8 - serial
11:00 Biegajmy razem odc. 47 - magazyn
11:25 Vox Hit Festival - Szczecin 2014
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:10 Między ziemią a niebem
12:50 Królik po berlińsku
13:55 Piraci z Karaibów: Na nieznanym wodach - film przygodowy
16:25 Audycje komitetów wyborczych
16:35 Film dokumentalny
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Komisarz Alex odc. 74 - serial
18:35 Jaka to melodia? - rozrywka
19:20 Wiadomości naukowe
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:10 Mistrzostwa Świata w Almaty odc. 3 - podnoszenie ciężarów
20:15 Pogoda
20:25 Blondynka odc. 36 - serial
21:30 Rolnik szuka żony odc. 10 - rozrywka
22:25 Tunel ku wolności - dramat obyczajowy
00:05 Weekendowy magazyn filmowy odc. 168 - kultura
00:30 Za wszelką cenę - dramat obyczajowy
02:50 Żywe trupy s. 4 odc. 10 - serial



07:55 Maja w ogrodzie
08:25 Akademia ogrodnika
08:30 Dzień dobry TVN
11:00 Kobieta na krańcu świata s. 4 odc. 6
11:35 Co za tydzień
12:05 Kto poślubi mojego syna? odc. 10 - rozrywka
13:05 Mam talent s. 7 odc. 9 - rozrywka
15:00 Kroniki Spiderwick - film przygodowy
17:00 Prawo Agaty s. 6 odc. 10 - serial
18:00 Ugotowani s. 7 odc. 10 - rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 MasterChef s. 3 odc. 10 - rozrywka
21:00 Lekarze s. 5 odc. 10 - serial
22:00 Na językach
23:00 Oszukać przeznaczenie IV - horror
00:40 Kuchenne rewolucje s. 10 odc. 10 - rozrywka
01:40 Uwaga!
01:55 Sekrety magii odc. 191 - rozrywka



06:00 Allo, Allo s. 2 odc. 6 - serial
06:45 Allo, Allo s. 3 odc. 1, 2, 3 - serial
09:00 Wojciech Cejrowski. Boso - Teksas odc. 4, 5
10:00 Aukcja w ciemno s. 3 odc. 1, 2
10:55 Łowcy okazji s. 2 odc. 14, 15
11:50 Safari - film animowany
13:50 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm - film fantastyczny
15:00 Góra czarownic - film przygodowy
17:05 Bibliotekarz III - przekłety kielich Judasza - film przygodowy
19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 105, 106 - serial
20:00 Protektor - film sensacyjny
22:00 Wikingowie odc. 9 - serial
23:00 Wikingowie s. 2 odc. 1 - serial
00:00 Hannibal odc. 13 - serial
01:00 American Horror Story odc. 11 - serial
02:00 Zobacz to!
02:50 Dyżur odc. 4



06:30 Audycje komitetów wyborczych
06:50 Sto tysięcy bocianów odc. 62
07:20 M jak miłość odc. 1092 - serial
08:10 Barwy szczęścia odc. 1188, 1189 - serial
09:15 Kultura, głupcze
09:55 Narodziny Europy odc. 3
10:55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat odc. 32
11:30 Makłowicz w podróży
12:10 Vabank II, czyli riposta - komedia kryminalna
14:00 Familiada - rozrywka
14:35 The Voice of Poland - rozrywka
14:40 Audycje komitetów wyborczych
14:55 The Voice of Poland s. 5 odc. 14 - rozrywka
16:30 Na dobre i na złe odc. 573 - serial
17:25 Na sygnale s. 2 odc. 35 - serial
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:35 Pogoda
18:55 O mnie się nie martw odc. 10 - serial
19:50 superSTARCie - kulisy odc. 6
20:05 Kabaretowa Scena Dwójki przedstawia odc. 2 - rozrywka
21:10 Czas honoru. Powstanie odc. 10 - serial
22:00 Powstanie - miasto i ludzie odc. 10
22:10 Kocham kino - kultura
22:40 Bankomat - thriller
00:20 WOK - wszystko o kulturze
00:55 Przeblysk geniuszu - dramat sądowy



05:30 Szymon Majewski Show s. 12 odc. 1 - rozrywka
06:40 Mango - Telezakupy
08:45 Violetta odc. 54, 55 - serial
10:50 Julia odc. 53 - serial
11:25 Bitwa o Anglię - film wojenny
14:05 Rodzina Addamsów II - czarna komedia
16:10 Mała księżniczka - film obyczajowy
18:15 Obóz Jezusa
20:00 Mission: Impossible - film sensacyjny
22:25 Czarna lista odc. 7 - serial
23:25 Powrót człowieka zwanego Koniem - western
02:00 Sekrety magii odc. 191 - rozrywka



07:00 Informacje kulturalne
07:25 Barbórka - film obyczajowy
08:50 Teledyski zmieniły muzykę odc. 5
09:30 Nic do oclenia - komedia
11:30 Szlakiem Kolberga - Stanisław Soyka odc. 10
12:00 Informacje kulturalne
12:25 Świat bez ludzi?
13:25 Teledyski zmieniły muzykę odc. 17
14:00 Epizod - nowele filmowe
14:35 Matura - dramat obyczajowy
15:15 Hala odlotów odc. 80 - talk show
16:10 Koncert trzech tenorów w Termach Karakalli w Rzymie
17:15 Studio Kultura - Niedziela Z...
18:15 Śluby panięskie - komedia
20:05 Pogoda na jutro - komediodramat
21:55 Studio Kultura
22:00 Sobota Grażyny A. i Jerzego T.
23:05 Do serca twego - film krótkometrażowy
23:25 Bractwo Bang Bang - dramat obyczajowy
01:20 Miruna - film krótkometrażowy
01:50 Pogoda na jutro - komediodramat



06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków odc. 18 - serial
08:25 Scooby Doo! Strachy i patałachy - komedia
10:10 Epoka lodowcowa II: Odwilż - film animowany
11:55 Bandslam - komedia muzyczna
14:15 Top chef s. 3 odc. 9 - rozrywka
15:45 Twoja twarz brzmi znajomo odc. 15 - rozrywka
17:45 Nasz nowy dom odc. 31 - rozrywka
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie
20:05 Must be the music - tylko muzyka s. 8 odc. 9 - rozrywka
22:10 Kości s. 9 odc. 20 - serial
23:10 Stone - thriller
01:25 Magazyn sportowy - magazyn



06:00 Komisarz Rex s. 12 odc. 3 - serial
07:05 Garfield Show odc. 3, 4 - serial
07:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 3 - serial
08:05 Garfield Show odc. 9, 10 - serial
08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 6 - serial
09:05 Zathura - kosmiczna przygoda - film fantastyczny
11:15 Galileo
12:15 Tata sam w domu odc. 10 - rozrywka
13:30 Zagadki sfinksa - film science-fiction
15:30 Zero bezwzględne - film katastroficzny
17:25 Kung Pow - Wejście Wybrańca - komedia sensacyjna
19:00 Galileo
20:00 Spisek w New Hope - film sensacyjny
21:55 Przed egzekucją - dramat kryminalny
00:30 Equilibrium - film science-fiction
02:50 Mega Chichot - rozrywka



07:20 "...swego nie znacie..." - katalog zabytków odc. 75, 40
07:55 Pasterz - Kazimierz Kardynał Świątek
09:00 Blisko, coraz bliżej odc. 8 - serial
10:10 Był sobie mur
10:50 Dzieje kultury polskiej odc. 3
11:55 Wielki błąd Józefa Stalina odc. 1
12:50 Przełomowe dni odc. 3, 4
13:55 Szerokie tory odc. 126
14:35 Zapomniana melodia - komedia muzyczna
16:10 Cafe Historia
16:25 Encyklopedia II wojny światowej odc. 57
17:00 Blisko, coraz bliżej odc. 9 - serial
18:15 Ex libris
18:30 Ostatni Warmiacy i Mazurzy odc. 4
18:45 Przełomowe dni odc. 5, 6
19:50 Gdy świat się wali odc. 21
21:00 Pora umierać - dramat obyczajowy
23:00 Encyklopedia II wojny światowej
23:30 Nicolas Le Floch odc. 17 - serial
00:35 Naszaarmia.pl
01:05 Królik po berlińsku
02:10 Kręć! Jak kochasz, to kręć!



07:30 Audycje komitetów wyborczych
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie
08:35 Moda na sukces odc. 6030 - serial
09:05 Wspaniałe stulecie odc. 20 - serial
10:05 Ojciec Mateusz odc. 51 - serial
11:00 Drużyna A odc. 14 - serial
12:00 Wiadomości
12:05 Agrobiznes
12:25 Przepis dnia
12:30 Enklawy dzikiej przyrody odc. 5
13:10 Dytlatyn 1920
13:35 Jaka to melodia? - rozrywka
14:25 Okrasa łamie przepisy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:25 Wspaniałe stulecie odc. 21 - serial
16:25 Audycje komitetów wyborczych
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan odc. 2641 - serial
18:30 Świat się kręci
19:15 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:04 GOL T-Mobile Ekstraklasa - magazyn
20:05 Mistrzostwa Świata w Almaty - podnoszenie ciężarów
20:10 Pogoda
20:20 Wszystko, co chciałbyście wiedzieć o giełdzie. ABC inwestora
20:25 Dzwony wojny odc. 1, 2 - serial
21:40 Święta wojna odc. 5
22:40 Tunel ku wolności - dramat obyczajowy
00:25 Dzień, który odmienił twoje życie - dramat obyczajowy
02:25 Drużyna A odc. 14 - serial



06:00 Uwaga!
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Detektywi odc. 624 - serial
08:00 Dzień dobry TVN
10:55 Szkoła odc. 49 - serial
12:00 Szpital odc. 277 - serial
13:00 Ukryta prawda odc. 398 - serial
14:00 Kuchenne rewolucje s. 2 odc. 1 - rozrywka
15:00 Szkoła odc. 50 - serial
16:00 Rozmowy w toku odc. 2387 - talk show
17:00 Ukryta prawda odc. 399 - serial
18:00 Szpital odc. 278 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:10 Na Wspólnej odc. 1967 - serial
20:50 Ugotowani s. 7 odc. 41 - rozrywka
21:30 Top Model s. 4 odc. 11 - rozrywka
22:30 Perfekcyjna pani domu s. 5 odc. 11 - rozrywka
23:30 Prawo Agaty s. 6 odc. 10 - serial
00:30 Wybrani s. 2 odc. 8 - serial
01:30 Co za tydzień
02:00 Uwaga!
02:20 Sekrety magii odc. 192 - rozrywka



06:20 Złotopolscy odc. 51 - serial
06:50 Nash Bridges s. 6 odc. 108 - serial
07:50 Księżniczka na ziarnku grochu - film dla dzieci
09:00 Duszek głuptasek - film fantastyczny
11:05 Waga ciężka - komedia
13:05 Poszukiwani idealni rodzice - komedia
14:55 Biały Kieł - film przygodowy
17:05 Beethoven. Świąteczna przygoda - komedia
19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 106, 107 - serial
20:00 Ucieczka z Alcatraz - film sensacyjny
22:25 Kwarantanna II: Terminal - horror
00:00 Objawienia odc. 3 - serial
01:10 Idiokracja - komedia
02:55 Zobacz to!



06:00 Audycje komitetów wyborczych
06:30 Coś dla Ciebie
07:00 M jak miłość odc. 664 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
10:40 Barwy szczęścia odc. 1189 - serial
11:15 O mnie się nie martw odc. 10 - serial
12:15 Tata-mama - komedia romantyczna
14:00 Familiada - rozrywka
14:45 Pojedynek gigantów, czyli Ani Mru Mru kontra Kabaret Moralnego Niepokoju - the best of odc. 1 - rozrywka
15:40 Audycje komitetów wyborczych
16:00 Kubuś i przyjaciele - film animowany
17:05 Matrix, czyli 1000 kabaretowych światów odc. 1 - rozrywka
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:30 Barwy szczęścia odc. 1189, 1190 - serial
20:40 M jak miłość odc. 1093 - serial
21:40 Kulisy serialu "M jak miłość"
21:50 Tomasz Lis na żywo
22:55 Hellboy: Złota armia - film fantastyczny
01:05 Bankomat - thriller
02:45 Człowiek w żelaznej masce - film historyczny



06:45 Męski typ odc. 1 - talk show
07:15 Niewinna intryga odc. 50 - serial
08:15 Sąd rodzinny odc. 66 - serial
09:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 467 - serial
10:15 Magda M. s. 4 odc. 53 - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny odc. 67 - serial
13:55 Szpital odc. 156 - serial
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 468 - serial
15:55 Magda M. s. 4 odc. 54 - serial
16:55 Julia odc. 57, 58 - serial
18:00 Castle s. 2 odc. 14 - serial
19:00 Mentalista s. 2 odc. 14 - serial
20:00 Trójkąt Bermudzki na Morzu Północnym - film katastroficzny
22:55 Wybrana odc. 11 - serial
23:55 Eksplozja - film sensacyjny
02:25 Sekrety magii odc. 192 - rozrywka



07:15 Dom odc. 1 - serial
08:55 Maestro, czy Mefisto - sir Georg Solti
10:05 Duże zwierzę - film obyczajowy
11:30 Hala odlotów odc. 80 - talk show
12:30 Karol Szymanowski - III symfonia "Pieśń o nocy" op. 27
12:55 Karol Szymanowski - IV Symfonia "Koncertująca" op. 60
13:40 Wrzeczono czasu - film obyczajowy
15:35 Dom odc. 1 - serial
17:15 Maestro, czy Mefisto - sir Georg Solti
18:30 Duże zwierzę - film obyczajowy
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Baczyński - film biograficzny
21:40 Szlakiem Kolberga - Stanisław Soyka odc. 10
22:15 Sowa - film krótkometrażowy
23:00 Videofan
23:10 Videogalerie odc. 117 - kultura
23:50 Informacje kulturalne
00:15 Madadayo - dramat obyczajowy
02:45 Historia bluesa odc. 6



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 50 - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy s. 11 odc. 594, 595 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 50 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 542 - serial
12:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 51 - serial
13:00 Trudne sprawy s. 3 odc. 11 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 1974 - serial
14:45 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 51 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy odc. 1 - serial
17:00 Dlaczego ja? odc. 313 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 1975 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 372 - serial
20:10 Czas wojny - dramat wojenny
23:25 Pogranicze - dramat kryminalny
01:10 Na rozstaju uczuć - komediodramat



06:00 Komisarz Rex s. 12 odc. 4 - serial
07:05 Garfield Show odc. 5, 6 - serial
07:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 4 - serial
08:05 Garfield Show odc. 11, 12 - serial
08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 7 - serial
09:00 Shaolin Soccer - komedia
11:35 Czytaj i płacz - komedia
13:15 Wróć do mnie - komediodramat
15:45 Syreny - komediodramat
18:00 Inspektor Gadżet II - komedia
20:00 Tata sam w domu odc. 11 - rozrywka
21:00 Galileo
23:00 Bazylisek: król węży - horror
01:00 STOP Drogówka
02:15 To był dzień



07:25 "...swego nie znacie..." - katalog zabytków odc. 69, 76
07:55 Święci i grzesznicy. Historia papieża odc. 6
09:00 Przeprowadzki odc. 9 - serial
10:05 Kolo historii odc. 17
10:40 Najpiękniejsze zamki Francji odc. 6
11:45 Zapomniany generał Tadeusz Jordan Rozwadowski
12:50 Pora umierać - dramat obyczajowy
14:50 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
15:20 Sensacje XX wieku odc. 128, 129
16:20 Cafe Historia
16:40 Regiony z historią
17:00 Przeprowadzki odc. 10 - serial
18:00 Kartki z PRL-u odc. 6, 7
19:05 Dziennik telewizyjny
19:45 Flesz historii
20:00 Ex libris
20:20 Spór o historię odc. 105
21:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
21:35 Sensacje XX wieku odc. 166, 168
22:40 Gdy świat się wali odc. 21
23:45 Bitwa pod Warną
00:55 Naszaarmia.pl
01:30 Zapomniana melodia - komedia muzyczna



07:30 Audycje komitetów wyborczych
07:55 Naszaarmia.pl
08:25 Pan Wołodyjowski - film historyczny
11:15 Biegajmy razem odc. 48 - magazyn
11:40 Święto Niepodległości - transmisja uroczystości na Placu Piłsudskiego w Warszawie
13:10 Przepis dnia
13:15 Polska oczami orła
14:00 Jaka to melodia? - rozrywka
14:35 Dwaj bracia - film przygodowy
16:25 Audycje komitetów wyborczych
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Alvin i wiewiórki III - film animowany
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Mistrzostwa Świata w Almaty - podnoszenie ciężarów
20:10 Pogoda
20:25 Dzwony wojny odc. 3, 4, 5 - serial
22:15 Wszystko, co chcielibyście wiedzieć o giełdzie. ABC inwestora
22:25 Zakochana złoźnica - komedia romantyczna
00:10 Wrota Europy - dramat wojenny
01:35 Chopin. Pragnienie miłości - melodramat



06:00 Uwaga!
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Ugotowani s. 7 odc. 41 - rozrywka
08:00 Dzień dobry TVN
10:55 Gdzie mieszkają dzikie stwory - film fantastyczny
13:00 Atramentowe serce - film fantastyczny
15:10 Tylko mnie kochaj - komedia romantyczna
17:25 Gnomeo i Julia - film animowany
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:10 Na Wspólnej odc. 1968 - serial
20:50 Ugotowani s. 7 odc. 42 - rozrywka
21:30 Prawo Agaty s. 6 odc. 11 - serial
22:30 Kuba Wojewódzki s. 9 odc. 11 - talk show
23:30 Superwizjer
00:05 Na językach
01:06 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 6 - serial
02:05 Uwaga!
02:25 Sekrety magii odc. 193 - rozrywka



06:20 Złotopolscy odc. 52 - serial
06:55 Nash Bridges s. 6 odc. 109 - serial
07:50 Waga ciężka - komedia
09:50 Ogniem i mieczem - film historyczny
13:20 Księżniczka na ziarnku grochu - film dla dzieci
14:45 Asterix i Obelix kontra Cezar - film przygodowy
16:50 Góra czarownic - film przygodowy
19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 107, 108 - serial
20:00 Wikingowie s. 2 odc. 2, 3 - serial
22:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas s. 2 odc. 10 - serial
23:00 Objawienia odc. 4 - serial
00:10 Krwawa masakra w Hollywood - horror
02:20 Zobacz to!



06:00 Audycje komitetów wyborczych
06:25 Ja to mam szczęście! - ulubione skecze odc. 40 - rozrywka
06:40 Dzieciaki Okrągłego Stołu - film dla dzieci
08:25 Powrót do tajemniczego ogrodu - film fantastyczny
10:05 11 listopada - Święto Niepodległości
10:15 Kubuś i przyjaciele - film animowany
11:35 Człowiek w żelaznej masce - film historyczny
13:45 11 listopada - Święto Niepodległości
14:00 Familiada - rozrywka
14:45 Kabaretowa scena Dwójki odc. 9 - rozrywka
15:35 11 listopada - Święto Niepodległości
15:40 Audycje komitetów wyborczych
16:00 Wyznania zakupoholiczki - komedia romantyczna
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:35 Pogoda
18:44 11 listopada - Święto Niepodległości
18:55 Uroczysty koncert - obchody 100. rocznicy wybuchu I wojny światowej
20:05 Kabaretowa Noc Listopadowa 2014 odc. 1, 2, 3 - rozrywka
23:20 Purpurowe rzeki II - Aniołowie Apokalipsy - thriller
01:05 Zakochana złoźnica - komedia romantyczna
02:00 Powstanie - miasto i ludzie odc. 10
02:10 Hellboy: Złota armia - film fantastyczny



06:55 Mango - Telezakupy
09:00 Dwóch i pół s. 10 odc. 16, 17 - serial
10:05 Przemineło z wiatrem odc. 1, 2 - melodramat
14:45 Piramida strachu - film przygodowy
17:00 Trójkąt Bermudzki na Morzu
Północnym - film katastroficzny
20:00 Eksplozja - film sensacyjny
22:35 Skazany na śmierć odc. 11 - serial
23:35 Firefox - film sensacyjny
02:05 Pamiętniki wampirów odc. 10 - serial



07:00 Informacje kulturalne
07:25 Dom odc. 2 - serial
09:05 Salon sióstr W.
09:45 Sztuczki - komediodramat
11:30 Tygodnik kulturalny
12:30 Kobieta z przeszłością - rozrywka
13:10 Informacje kulturalne
13:30 Mój tydzień z Marilyn - film biograficzny
15:10 Wydarzenie aktualne
15:45 Dom odc. 2 - serial
17:15 Salon sióstr W.
18:00 Szwadron - dramat wojenny
20:00 Eurokultura odc. 6
20:30 Bigda idzie! - teatr
22:20 Jedna scena
22:35 Iluminacja - film psychologiczny
00:20 Cappuccino z książką
00:50 Sowa - film krótkometrażowy
01:35 Eurokultura odc. 6
01:55 Power of the Horns: Alaman



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 51 - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy s. 11 odc. 596, 597 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 51 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 543 - serial
12:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 52 - serial
13:00 Trudne sprawy s. 3 odc. 12 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 1975 - serial
14:45 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 52 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy odc. 2 - serial
17:00 Dlaczego ja? odc. 314 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 1976 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 373 - serial
20:05 Hell's Kitchen - piekielna kuchnia
21:40 Dzień Niepodległości - film science-fiction
00:45 Wspólna tajemnica - dramat obyczajowy
02:40 Tajemnice Iosu



06:00 Komisarz Rex s. 12 odc. 5 - serial
07:05 Garfield Show odc. 7, 8 - serial
07:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 5 - serial
08:05 Garfield Show odc. 13, 14 - serial
08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 8 - serial
09:00 D'Artagnan - film przygodowy
11:25 Inspektor Gadżet II - komedia
13:15 Wróc do mnie - komediodramat
15:45 Czytaj i płacz - komedia
17:35 Shaolin Soccer - komedia
20:00 Granice zła - thriller
22:05 Equilibrium - film science-fiction
00:25 Dyniogłowy II - Krwawe skrzydła - horror
02:20 Mega Chichot - rozrywka
02:50 Puncher - magazyn



07:20 Wiadomości roku 1918
07:35 Przystanek Niepodległość
08:00 Równieśnicy Niepodległości
09:00 Przeprowadzki odc. 10 - serial
10:05 Flesz historii
10:25 Ex libris
10:45 Kraina Nasza
11:40 Święto Niepodległości - transmisja z uroczystości państwowych w Warszawie
13:20 Świadkowie XX wieku odc. 2
15:00 Weteran
15:20 Wiadomości roku 1918
15:30 Sensacje XX wieku odc. 166
16:00 Spór o historię odc. 32
16:35 Śladami legionów
17:00 Polonia Restituta odc. 1 - serial
18:00 W pogardzie i chwale - Wojciech Korfanty
19:00 Być równym innym - Wincenty Witos
19:45 Pożegnanie cesarzy - film obyczajowy
21:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
21:35 Sensacje XX wieku odc. 24
22:35 Wiadomości roku 1918
22:45 A jednak Polska 1918-1921
00:20 Roman Dmowski - współtwórca Niepodległej
00:45 Błękitny generał
01:30 Śpiewnik Polaka odc. 1 - muzyka
02:30 Ignacy Paderewski - zarys biografii odc. 2



07:30 Audycje komitetów wyborczych
08:00 Wiadomości
08:05 Pogoda poranna
08:10 Polityka przy kawie
08:35 Alvin i wiewiórki III - film animowany
10:10 Ojciec Mateusz odc. 52 - serial
11:00 Drużyna A s. 2 odc. 1 - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Magazyn rolniczy
12:50 Afryka odc. 5
13:55 Jaka to melodia? - rozrywka
14:30 Bodo na sukces odc. 6032 - serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:25 Wspaniałe stulecie odc. 22 - serial
16:25 Audycje komitetów wyborczych
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - rozrywka
17:55 Klan odc. 2642 - serial
18:30 Świat się kręci
19:15 Przepis dnia
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Mistrzostwa Świata w Almaty - podnoszenie ciężarów
20:10 Pogoda
20:25 13. dzielnica - komedia sensacyjna
22:00 Na pierwszym planie
23:05 Czerwony smok - thriller psychologiczny
01:15 13. dzielnica - komedia sensacyjna
02:50 Drużyna A s. 2 odc. 1 - serial



06:00 Uwaga!
06:20 Mango - Telezakupy
07:25 Detektywi odc. 625 - serial
08:00 Dzień dobry TVN
10:55 Na Wspólnej odc. 1968 - serial
11:25 Szkoła odc. 50 - serial
12:25 Szpital odc. 278 - serial
13:25 Ukryta prawda odc. 399 - serial
14:25 Ugotowani s. 7 odc. 42 - rozrywka
15:00 Szkoła odc. 51 - serial
16:00 Rozmowy w toku odc. 2388 - talk show
17:00 Ukryta prawda odc. 400 - serial
18:00 Szpital odc. 279 - serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga!
20:10 Na Wspólnej odc. 1969 - serial
20:50 Ugotowani s. 7 odc. 43 - rozrywka
21:30 Kto poślubi mojego syna? odc. 11 - rozrywka
22:50 Babylon A.D. - film science-fiction
00:55 Agenci NCIS: Los Angeles odc. 7 - serial
01:55 Uwaga!
02:15 Sekrety magii odc. 194 - rozrywka



06:00 Złotopolscy odc. 52, 53 - serial
07:00 Nash Bridges s. 6 odc. 110 - serial
08:00 Gliniarz i prokurator s. 3 odc. 19 - serial
09:00 Tequila i Bonetti w Rzymie odc. 11 - serial
10:00 Heła w opalach s. 3 odc. 14 - serial
10:30 Heła w opalach s. 4 odc. 1 - serial
11:00 Niania s. 8 odc. 106 - serial
11:30 Sekret odc. 51 - serial
12:30 Zbuntowany anioł odc. 255, 256 - serial
14:30 Jesteś moim życiem odc. 39 - serial
15:30 Niania s. 8 odc. 107, 108, 109 - serial
17:00 Akademia policyjna odc. 10 - serial
18:00 Gwiezdne wrota s. 7 odc. 4 - serial
19:00 Pingwiny z Madagaskaru odc. 108, 109 - serial
20:00 Trzej muszkieterowie - film przygodowy
22:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas s. 2 odc. 11 - serial
23:00 Hannibal odc. 13 - serial
00:00 Arrow odc. 10 - serial
00:55 Spartakus: Zemsta s. 2 odc. 4 - serial
02:05 Zobacz to!
02:35 Dyżur odc. 5



06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 52 - serial
09:00 Małanowski i Partnerzy s. 11 odc. 598, 599 - serial
10:00 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 52 - serial
11:00 Dlaczego ja? odc. 544 - serial
12:00 Pielęgniarki s. 2 odc. 53 - serial
13:00 Trudne sprawy s. 3 odc. 13 - serial
14:00 Pierwsza miłość odc. 1976 - serial
14:45 Dzień, który zmienił moje życie s. 2 odc. 53 - serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Małanowski i Partnerzy odc. 3 - serial
17:00 Dlaczego ja? odc. 315 - serial
18:00 Pierwsza miłość odc. 1977 - serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich odc. 374, 455 - serial
20:40 Top chef s. 3 odc. 10 - rozrywka
22:05 Policja zastępcza - komedia sensacyjna
00:40 Goly film - komedia
02:30 Tajemnice Iosu



06:00 Czyja wina? odc. 7 - serial
07:05 Garfield Show odc. 9, 10 - serial
07:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 6 - serial
08:05 Garfield Show odc. 15, 16 - serial
08:35 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego odc. 9 - serial
09:00 Czyja wina? odc. 8 - serial
10:00 Nie igraj z aniołem odc. 129 - serial
11:00 Burza odc. 50 - serial
12:00 Na patrolu odc. 24 - serial
12:30 Sekrety sąsiadów odc. 24 - serial
13:00 Policjantki i policjanci odc. 24 - serial
14:00 STOP Drogówka
15:00 Dom nie do poznania odc. 233 - rozrywka
16:00 Nie igraj z aniołem odc. 130 - serial
17:00 Burza odc. 51 - serial
18:00 Na patrolu odc. 25 - serial
18:30 Sekrety sąsiadów odc. 25 - serial
19:00 Policjantki i policjanci odc. 25 - serial
20:00 Aż do śmierci - film sensacyjny
22:10 Efekt motyla - thriller
00:30 Spadkobiercy odc. 73 - rozrywka
01:35 Interwencja
01:55 To był dzień
02:55 Seks w wielkim mieście odc. 26 - serial



07:20 "...swego nie znacie..." - katalog zabytków odc. 19, 93
07:55 Najpiękniejsze zamki Francji odc. 2
09:00 Polonia Restituta odc. 1 - serial
10:00 Spór o historię odc. 105
10:40 Nie ma jak Polska odc. 41 - przyroda i podróże
11:10 Makłowicz w podróży
11:40 Pożegnanie cesarzy - film obyczajowy
13:00 Powrót do Polski - film historyczny
14:20 Nad nami orzeł biały
14:55 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
15:30 Sensacje XX wieku odc. 24
16:25 Koło historii odc. 17
17:00 Polonia Restituta odc. 2 - serial
18:05 Tobruk 1941
18:45 Ostatni Warmiacy i Mazurzy odc. 4
19:00 Dziennik telewizyjny
19:45 Gdy świat się wali odc. 24
21:00 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii
21:35 Sensacje XX wieku odc. 133, 173
22:45 Towarzysz Wiesław. Od agitatora do dyktatora
23:55 Portrety wojenne odc. 1
00:30 Naszaarmia.pl
01:05 Katyń - dramat wojenny



06:00 Audycje komitetów wyborczych
06:25 Program ekumeniczny
07:00 M jak miłość odc. 665 - serial
08:00 Pytanie na śniadanie
11:05 Barwy szczęścia odc. 1190 - serial
11:35 Na dobre i na złe odc. 411 - serial
12:35 Na sygnale odc. 9 - serial
13:10 WOK - wszystko o kulturze
13:45 Wojciech Cejrowski - Boso przez świat odc. 20
14:25 Historia świata według Kabaretu Moralnego Niepokoju odc. 7 - rozrywka
15:10 Rodzinka.pl odc. 92 - serial
15:40 Audycje komitetów wyborczych
16:00 Panorama - kraj
16:20 Pogoda - kraj
16:30 M jak miłość odc. 1093 - serial
17:25 Reporter Polski
18:00 Panorama
18:30 Sport-telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu - rozrywka
19:30 Barwy szczęścia odc. 1190, 1191 - serial
20:40 Na dobre i na złe odc. 574 - serial
21:45 Na sygnale s. 2 odc. 36 - serial
22:20 Wyznania zakupoholiczki - komedia romantyczna
00:20 Wywiad Snowdena
00:50 Zakazany głos blogerów
01:55 Purpurowe rzeki II - Aniołowie Apokalipsy - thriller



06:45 Męski typ odc. 2 - talk show
07:15 Niewinna intryga odc. 51 - serial
08:15 Sąd rodzinny odc. 67 - serial
09:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 468 - serial
10:15 Magda M. s. 4 odc. 54 - serial
11:20 Mango - Telezakupy
12:55 Sąd rodzinny odc. 68 - serial
13:55 Szpital odc. 157 - serial
14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska odc. 469 - serial
15:55 Magda M. s. 4 odc. 55 - serial
16:55 Julia odc. 59, 60 - serial
18:00 Castle s. 2 odc. 15 - serial
19:00 Mentalista s. 2 odc. 15 - serial
20:00 Trener - dramat obyczajowy
22:50 Super Size Me
01:05 Punkt krytyczny s. 4 odc. 3 - serial
02:05 Sekrety magii odc. 194 - rozrywka



07:00 Eurokultura odc. 6
07:25 Dom odc. 3 - serial
09:00 Bossak. Kronika wypadków filmowych
10:20 Okruch lustra - film obyczajowy
11:40 60 lat Opery Łódzkiej
12:10 Cappuccino z książką
12:45 Magazyn 102 odc. 12 - rozrywka
13:25 Eurokultura odc. 6
13:50 Matka swojej matki - dramat obyczajowy
15:35 Dom odc. 3 - serial
17:15 Bossak. Kronika wypadków filmowych
18:35 Okruch lustra - film obyczajowy
20:00 Informacje kulturalne
20:20 Zew wolności
21:50 Kukułka - dramat wojenny
23:40 Zabij to, co kochasz
01:10 Informacje kulturalne
01:30 Attenberg - dramat obyczajowy

Choroby

Miażdżyca. Co musimy wiedzieć?

Miażdżyca jest jedną z najczęściej występujących chorób układu krążenia. Narażeni są na nią przede wszystkim mężczyźni. Ryzyko zachorowania rośnie wraz z wiekiem, a nieleczona miażdżyca może mieć bardzo poważne konsekwencje.



Dieta, stres – to tylko niektóre z czynników sprzyjających rozwojowi miażdżycy. Występuje głównie u mieszkańców krajów wysokorozwiniętych. Dlatego też zaliczana jest do chorób cywilizacyjnych. W Polsce miażdżyca stanowi ok. 20 proc. zgonów spowodowanych chorobami układu krążenia.

Co to jest miażdżyca?

Miażdżyca tętnic to choroba przewlekła obejmująca niemal cały organizm. W ścianach tętnic (najczęściej w aorcie oraz w tętnicach bezpośrednio od niej odchodzących) odkładają się tzw. złogi cholesterolu. Następnie dochodzi do ich zwapnienia, które powoduje stwardnienie tętnic i uszkodzenie śródbłonna. Jego ubytek prowadzi do zalegania krwi i tworzenia się zakrzepów. W konsekwencji wewnątrz naczynia tworzy się tzw. blaszka miażdżycowa (składa się przede wszystkim z cholesterolu oraz lipidów), która całkowicie „zatyka” tętnicę, a tym samym prowadzi do niedokrwienia przypisanego jej narządu (np. kończyny, mózgu). Nieprawidłowe zmiany w naczyniach niejednokrotnie stwierdza się już w dzieciństwie, a nawet w życiu płodowym, niezwykle istotna jest zatem stosowana przez nas dieta i prowadzony styl życia już od najmłodszych lat, są to bowiem jedne z głównych czynników, które wpływają na rozwój miażdżycy, a które możemy kontrolować. Objawy miażdżycy, która rozwija się tak wcześnie, pojawiają się jednak dość późno: u mężczyzn w piątej dekadzie życia, u kobiet w okresie menopauzalnym. Miażdżyca może leżeć u podłoża wielu chorób takich jak: choroba wieńcowa, udar

mózgu i choroba naczyń obwodowych – przykładowo zwężenia tętnic szyjnych, tętnic kręgowych, nerkowych oraz przewlekłe niedokrwienie kończyn dolnych.

Co wywołuje miażdżycę?

Przyczyną choroby jest otyłość. Osoby ze znaczną nadwagą mają podwyższony cholesterol, cukier, trójglicerydy i insulinę, co z kolei prowadzi do podwyższenia ciśnienia krwi. Skutki nadciśnienia to przede wszystkim uszkodzenie naczyń krwionośnych. Szczególnym ryzykiem choroby miażdżycowej obarczone są osoby z otyłością brzuszną. Nagromadzenie tkanki tłuszczowej w jamie brzusznej znacznie podnosi prawdopodobieństwo pojawienia się zmian miażdżycowych.

Kolejną przyczyną miażdżycy jest wysoki poziom złego cholesterolu LDL we krwi. Tłuste jedzenie, nieregularne posiłki, przewaga smażonych potraw nad gotowanymi i pieczonymi są głównym powodem nieprawidłowego stężenia cholesterolu w organizmie.

Następna przyczyna to papierosy. Przeprowadzone badania dowiodły, że na chorobę wieńcową umiera 70 proc. więcej palaczy niż osób niepalących. Palenie przeszło dwudziestu papierosów dziennie znacznie zwiększa ryzyko zawału, powoduje kurczenie się naczyń krwionośnych, wzrost ciśnienia, przyspieszenie akcji serca, pojawianie się zakrzepów oraz niepokojące zmiany w składzie krwi. Ryzyko wystąpienia choroby wieńcowej u biernych palaczy wzrasta nawet o 30 proc.!

Nie sposób nie wspomnieć o stresie. On także jest przyczyną miażdżycy. Stres zwiększa ryzyko wystąpienia chorób serca,

degraduje organizm, wyniszcza psychikę wpływając destrukcyjnie na cały układ nerwowy. Specjaliści radzą, że zmniejszenie ilości spożywanego alkoholu może obniżyć ryzyko występowania zmian miażdżycowych nawet o kilkanaście procent. W podwyższonej grupie ryzyka znajdują się także osoby cierpiące na cukrzycę, które są narażone na choroby ze strony układu krążenia.

Objawy miażdżycy

Wzrost ilości cholesterolu we krwi lub nieprawidłowa proporcja jego frakcji zwykle przez długi czas nie daje żadnych niepokojących objawów. Dopiero gdy nasze tętnice zwężone są co najmniej o połowę, zauważamy, że coś jest nie tak: łatwiej się męczymy, możemy mieć trudności z koncentracją i zapamiętywaniem. W bardzo rzadkich przypadkach złogi cholesterolowe odkładają się w skórze i widać je jako żółte zgrubienia, zwykle w okolicy powiek, w zgięciu łokcia, pod pachami. Mogą się też tworzyć w postaci guzków na ścięgnach nadgarstków i ścięgnie Achillesa. Dopiero w zaawansowanej postaci pojawia się ucisk i ból w klatce piersiowej. Najczęściej promieniuje on do rąk, szyi oraz szczęki. Bardzo często miażdżycy towarzyszą bóle nóg w trakcie chodzenia, drętwienie rąk, chwilowa utrata przytomności, a także zaburzenia wzroku i mowy.

Skutki miażdżycy

Na skutek osadzania się blaszki miażdżycowej naczynia krwionośne zwężają się i krew ma coraz większe trudności, by się przez nie przecisnąć. Serce, które działa jak pompa, przyspiesza pracę i krew płynie szybciej.

Dzięki temu do poszczególnych narządów dociera tyle krwi, ile trzeba, ale jednocześnie jest to nadmierny wysiłek dla samego serca. Mięsień rozrasta się więc, żeby sprostać zadaniu, domaga się większej porcji utlenowanej, odżywczej krwi. Tymczasem zwężone blaszką miażdżycową tętnice wieńcowe są zbyt wąskie, by rozrośnięty mięsień dostał tyle krwi, ile potrzebuje. Dochodzi do niedotlenienia serca. Powoduje to bóle w klatce piersiowej zwane wieńcowymi (tzw. dusznicę bolesną). Z czasem ból taki pojawia się nawet po niewielkim wysiłku. W zaawansowanej miażdżycy złogi cholesterolowe mogą zajmować więcej niż połowę przekroju naczynia. Pod wpływem np. podwyższonego ciśnienia wewnętrzna ściana naczynia może pękać. Szybko sklejające się w miejscu pęknięcia płytki krwi tworzą skrzep, który w każdej chwili może się oderwać od ścianki i z krwią popłynąć np. w kierunku serca (dochodzi wtedy do zawału), mózgu (dochodzi do udaru), płuc (powstaje zator). Na skutek miażdżycy zarostowej tętnic często dochodzi także do znacznego niedokrwienia nóg. Może to doprowadzić do martwicy części tkanek. Powstają wówczas niegojące się owrzodzenia, które w skrajnych przypadkach mogą być przyczyną amputacji nogi.

Jak sprawdzić czy chorujemy?

Niestety, nie ma jednego specjalistycznego badania, które pozwoliłoby z całą pewnością potwierdzić miażdżycę. Ale jeśli mamy podwyższony poziom cholesterolu, a zwłaszcza nieprawidłowy poziom jego frakcji LDL, oraz wysoki poziom trójglicerydów - miażdżyca jest bardzo prawdopodobna. Gdy w tętnicach jest już bardzo dużo blaszki miażdżycowej, można ją wykryć za pomocą USG. Na monitorze widać wtedy poszerzenie oraz pogrubienie ścian naczyń. Przydatne jest badanie USG z przystawką Dopplera, dzięki któremu lekarz może ocenić zaburzenia przepływu krwi przez naczynia. Stan tętnic wieńcowych pozwala ocenić tomografia komputerowa i koronarografia.

Jak zmniejszyć ryzyko?

Co powinniśmy robić, by ustrzec się miażdżycy i związanych z nią chorób? Przede wszystkim należy nie palić i zdrowo się odżywiać, a także uprawiać ćwiczenia fizyczne lub jakiś sport. W zapobieganiu miażdżycy istotne znaczenie ma utrzymywanie prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi, utrzymywanie prawidłowej wagi ciała, a w przypadku nadwagi lub otyłości dążenie do powrotu do prawidłowej wagi. Nie należy zapominać o aktywności fizycznej. Każdy powinien co najmniej

3 razy w tygodniu przez 30 min poświęcić czas na wysiłek fizyczny – spacer marszowym krokiem, bieganie, pływanie, jazda na rowerze. W zimie warto korzystać ze sportów zimowych typu jeżdżenie na nartach oraz łyżwach. Dieta powinna być uboga w tłuszcze pochodzenia zwierzęcego, a bogata w nienasycone kwasy tłuszczowe (np. oliwa z oliwek, ryby oraz owoce morza). W diecie nie powinno zabraknąć owoców oraz warzyw, produktów pełnoziarnistych. Należy unikać soli kuchennej, białego pieczywa, białego makaronu, ryżu oraz ciast, klusek i innych wyrobów w z białej mąki. Należy także ograniczyć spożycie cukrów prostych (słodycze). Dieta powinna być raczej niskokaloryczna – oprócz zapobiegania miażdżycy prawdopodobnie przedłuży nam ona życie. Ponieważ w tworzeniu się blaszki miażdżycowej biorą udział utlenione postacie LDL ważne jest przyjmowanie przeciwutleniaczy – ich doskonałym źródłem jest np. zielona herbata. Pomocne będzie także przyjmowanie preparatów zawierających kwasy tłuszczowe omega-3 lub jedzenie ryb morskich. Samoistnie nie chronią one przed miażdżycą – choroba ta występuje u Eskimosów, w których diecie co prawda jest bardzo dużo kwasów tłuszczowych omega-3, ale bardzo mało warzyw i owoców. Nie należy też zaniedbywać nawet pozornie banalnych infekcji – jeżeli mamy jakieś zakażenia należy je wyleczyć, gdyż proces zapalny może oprócz dolegliwości jakie sam powoduje, narażać nas na rozwój miażdżycy.

Leki i zabiegi stosowane przy miażdżycy

W leczeniu miażdżycy stosuje się przede wszystkim leki obniżające ciśnienie, krzepliwość oraz poziom cholesterolu we krwi. Bardziej zaawansowana postać choroby wymaga interwencji chirurgicznej. Poprzez nacięcie naczynia usuwa się blaszkę miażdżycową. Alternatywnym zabiegiem jest angioplastyka (umieszczanie stent wewnątrz tętnicy lub balonikowanie i spłaszczenie blaszki miażdżycowej) lub zastosowanie bay-passów, czyli wszczepienie fragmentów naczynia, tak by omijały zwężone miejsce. Brak właściwego leczenia może doprowadzić do zawału serca, udaru mózgu lub dusznicy.

Miażdżyca jest przyczyną wielu chorób takich jak: choroba wieńcowa, udar mózgu i choroba naczyń obwodowych. Dlatego też osoby w średnim i starszym wieku powinny zwracać uwagę na ewentualne występowanie niepokojących objawów i zgłosić się do lekarza. Wczesne wdrożenie leczenia ma ogromne znaczenie dla przebiegu choroby.

Dr Khalillul Quaium,
chirurg ogólny

A to ciekawe

Szwedzka odsiecz

Podczas powstania listopadowego w naszym kraju pojawili się lekarze ochotnicy ze Szwecji. Wśród nich był Sven Jonas Stille. W swojej książce pt. „Podróż do Polski” opisał m.in. wędrówkę przez nasze okolice.

Przygoda szwedzkich lekarzy z polskim powstaniem rozpoczęła się od lektury gazety, w której rząd powstańczy zapraszał medyków z zagranicy. Ze Szwecji trójka śmiałków przedostała się do Danii, a następnie dotarli do Gdańska i Królewca. Ponieważ nie mieli stosownych dokumentów, musieli przeprawić się przez pruską granicę na Drwęcy nielegalnie.

Zanim do tego doszło, przeszli błyskawiczny kurs języka polskiego. Czasu było mało, nauczyli się więc zaledwie kilku słów: „klebb”, „voddy”, „massla”, „dwa koń** do Briesen” (czy daleko do Wąbrzeźna). Ruszyli w drogę. Dotarli nawet do Wąbrzeźna, o czym wspomina Stille.

„Nareszcie o pierwszej w nocy przybyliśmy do Wąbrzeźna, nędznej miejsciny, gdzie zatrzymaliśmy się na czymś w rodzaju rynku przy domu, w którym ludzie jeszcze nie spali. Nasz włościanin wszedł do środka i wyszedł w gromadzie pijanych, którzy spędzali w tym domu miły wieczór. Otoczyli nasz wóz i posypały się dowcipy, których niestety nie rozumieliśmy, gdyż wokół nas rozbrzmiewały głośnie salwy śmiechu. Najwyraźniej nie można tam było dostać noclegu, gdyż nasz włościanin zawrócił wóz i powiózł nas w dół, w sąsiednią dolinę, do domu otoczonego wielkimi drzewami. Przypominało to wjazd do zbójckiej jaskini lub siedziby trolla, jakie opisują nasze romanse rycerskie. Wieśniak zaczął walić w drzwi, które otworzyły się. Wyjrzał zza nich człowiek zarośnięty na twarzy, ubrany w czarny płaszcz. Po ożywionej rozmowie zostaliśmy wprowadzeni do małej, nędznej izdebki, która nie posiadała żadnych innych wygód poza gołą podłogą. Po chwili usłyszeliśmy, jak ów czarny człowiek zaryglowuje drzwi i zapadła cisza. Mieliśmy więc doskonałą okazję, by oddać się romantycznym rozmyśleniom, lecz natura zwyciężyła. Zasnęliśmy na wilgotnej podłodze, zapominając o prawdziwych i urojonych niebezpieczeństwach”.

Kolejnym przystankiem Szwedów była wieś Zieleń i Kowalewo. Do granicy było już bardzo blisko. W samym Kowalewie młodzi lekarze zatrzymali się w zajeździe. „Właściciel zajazdu w Kowalewie był wesółym i otwartym człowie-

kiem. Zupełnie nie ukrywał swego oddania dla polskiej sprawy a my, zadowoleni ze znalezienia bratniej duszy, zwierzyliśmy mu się, iż zamierzamy przekroczyć granicę. Nie pochwalił on jednak naszego planu uważając, iż jest niemożliwy do wykonania, gdyż kordon pruski był postawiony w największy stan pogotowia. Opowiadał nam, iż parę dni wcześniej dwóch ludzi zostało postrzelonych przy przekraczaniu granicy: jeden po pruskiej stronie, drugi zaś, gdy podszedł zbyt blisko granicy po polskiej stronie”.

Wraz z nastaniem wieczoru Stille z towarzyszami ruszył w kierunku Golubia. Nie wiemy dokładnie, w którym miejscu nastąpiła przeprawa. Wiadomo jednak, że z tego stanowiska zagraniczni goście dobrze widzieli wieżę kościoła w Golubiu.

„Przygotowaliśmy się do przebycia rzeki. Przywiązaliśmy w tym celu linę do końca kłody, a Stenkula przymocował do niej swój plecak i puścił ten niewymyślny statek na wodę chcąc zbadać, czy wytrzyma większe obciążenie. Kłoda zanurzyła się jednak tak bardzo w wodzie, że nie było nadziei, by mogła udźwignąć naraz wszystkie nasze rzeczy, postanowiliśmy więc przeprawić się po kolei. Rozebraliśmy się i Stenkula miał się właśnie rzucić do rzeki, gdy usłyszeliśmy poszczekiwanie karabinów i odgłos kroków na tra-

wiastym brzegu”.

Mimo asysty pruskich żandarmów, Szwedzi przeprawili się do Dobrzynia. O drugiej w nocy pukali do drzwi mieszkańców, ale nikt nie otwierał. Włóczyli się po uliczkach miasteczka, dopóki ktoś ich nie zaczepił. Wtedy poznali różnicę między ich a naszą gościnnością. Trafili do brudnej izby i spali na wiązkach słomy. Rankiem udali się na śniadanie do burmistrza.

„U burmistrza, gdzie wkrótce przyszliśmy, znajdowało się kilku oficerów i całe towarzystwo przyjęło nas przyjaźnie, serdecznie i z entuzjazmem. Była to więc przemilla kompania. Widzieli przed sobą jeszcze tylko kilka dni na polu bitwy i przepełnieni miłością do ojczyzny pili jej zdrowie i śpiewali pełni triumfu swą pieśń wolności Noch ist Polen nicht verloren („Jeszcze Polska nie zginęła”).

Dobrzyniaci pytali Szwedów o to, jak uprawia się u nich ziemię. O Szwecji wiedzieli tyle, że to bardzo niegościnny dla rolników kraj, w którym trudno o ziarno na siew.

Po śniadaniu gościom dano wóz, podpisano stosowne dokumenty i wysłano ich do Lipna. Po drodze mijali Kikół. Szwedów dziwił fakt, że co ćwierć mili przy drodze stoją obrazy Maryi Panny, którym podróżni oddają cześć zdejmując kapelusz.

W naszych okolicach istniał ciekawy system wczesnego powiadomienia o wrogu. „Żyto obrodziło, zieleniły się pastwiska, wokół chat stojących w cieniu gęstych drzew rozlewał się spokój. O niezwykłości sytuacji przypominały tylko wysokie żerdzie owinięte słomą, na szczycie których znajdowały się beczki. Beczki wypełnione były prochem, podpalanym w razie napaści nieprzyjaciela. W ten sposób wiadomość wędrowała od słupa do słupa aż do Warszawy”.

W Lipnie wędrowcy trafili do burmistrza. Otrzymali również mieszkanie w rynku, gdzie mogli odpocząć po trudach podróży. „W miasteczku był wtedy właśnie dzień targowy i niesłychane rzesze ludzkie gromadziły się przed naszym domem, żeby obejrzeć obcych, o których zapewne słyszeli, że są ze Szwecji. Wywoływało to wrażenie podobne temu, jakie sprawiłoby zjawienie się na szwedzkim rynku przybyszów z księżycy. Wyszliśmy na miasto, by nie oglądano nas jak zwierzęta w klatce, a także chcąc sami popatrzeć na barwny tłum ludzi, który roił się wokół”.

Cenny jest opis, jaki Stille pozostawił widząc stroje, w jakich na targ do Lipna przyjechali okoliczni chłopcy. Zakładali na nogi czerwone szarawary, białą sukmanę z czerwonymi wyłogami, wielobarwny, wybrzuszony kapelusz z szerokim rondem, do którego przypięto białą-czerwoną wstążkę. Szwedów zdziwił fakt, że wszyscy nosili wąsy. „Jest to obecnie symbol wolności, bowiem wielki książę Konstanty nakazał się wszystkim ogolić, by i w ten sposób poniżyć naród, co dowodzi, iż pracowita dusza ma czas na wszystko i trosz-

czy się nawet o zarost narodu. Polacy mają na ogół wygląd ludzi odważnych i dzielnych, większość z nich to bruneci, są muskularni i gibcy a w ich ciemnych oczach odbija się dusza, która zdaje się rzucać wezwanie całemu światu”.

Następnego dnia z okazji wizyty Szwedów wydano obiad. Najtrudniejszym momentem dla gości było powitanie i pożegnanie, ponieważ wszyscy chcieli się z nimi całować.

„Tak więc przypuszczono do nas, biednych Szwedów, prawdziwy szturm. Złożyliśmy tym dobrym ludziom ofiarę z naszych warg pocieszając się, iż może nadejdą także damy, które wynagrodzą nam trudy z ich mężami i braćmi. Byli tam jednak tylko mężczyźni, nie mogliśmy się więc spodziewać żadnego zadośćuczynienia”.

Dzięki zapiskom Stillego wiemy także nieco o tym, co ustawiono na stole podczas pamiętnego obiadu. Serwowano mnóstwo dań mięsnych doprawionych pieprzem, podanych z cebulą i ogórkami. Popijano węgierskie wino.

Z Lipna lekarze ze Szwecji ruszyli drogą przez Wielgie do Dobrzynia nad Wisłą. 14 czerwca zostali przyjęci do wojska. Warszawa przygotowywała się do obrony. Po klęsce powstania Szwedzi wrócili do domu. Stille został lekarzem w Goteborgu. Zachował swój polski mundur. Organizował rocznice powstania listopadowego. Zmarł w 1839 roku. Towarzysz podróży – Bergh został lekarzem i zmarł w Malmö w 1868 roku. Stenkula w 1863 roku pomagał organizować pomoc dla kolejnego polskiego powstania – tym razem styczniowego. Zmarł w 1867 roku.

Piotr Wołyński



Szwedzi pozostali w Polsce do momentu upadku Warszawy, który opisali jako najbardziej traumatyczne wydarzenie w ich życiu

Technologie

Wiedza w komórce

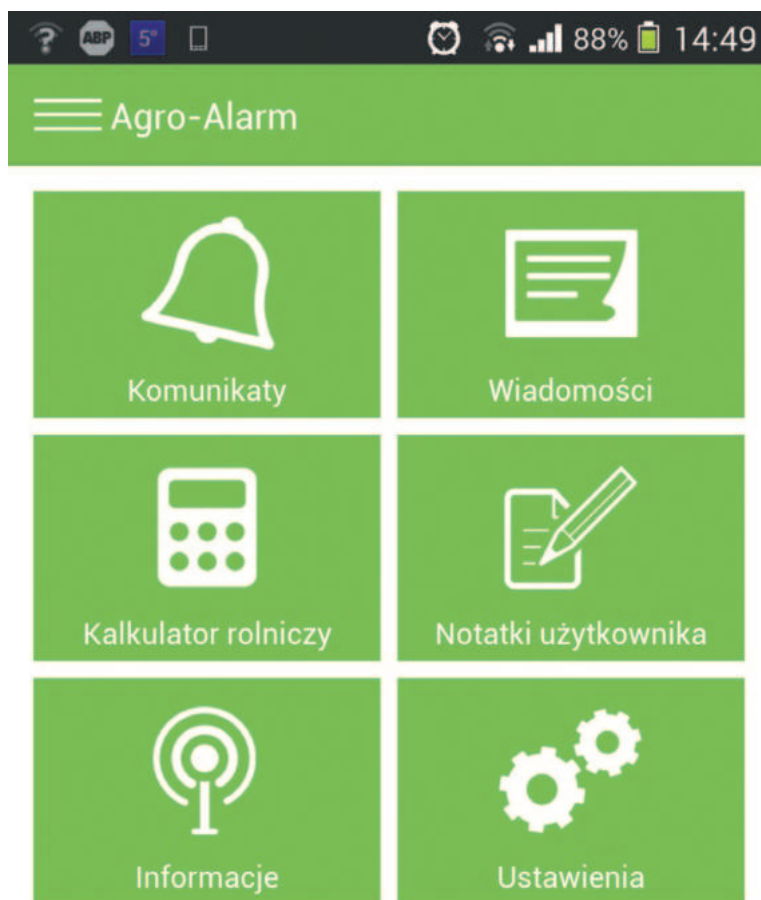
Agro Alarm to bezpłatna aplikacja przeznaczona na telefony komórkowe, która ma pomóc rolnikowi w zarządzaniu gospodarstwem.

Agro Alarm został wymyślony w Polsce. Można go ściągnąć z internetu na telefon lub tablet. Posiada m. in. kalkulator rolniczy, dzięki któremu obliczymy dawki i stężenia środka ochrony roślin czy ilość cieczy roboczej. W notatniku plantator będzie mógł notować swoje spostrzeżenia. Agro Alarm to także baza wiedzy na temat nawożenia czy nowych odmian roślin. Dodatkowym atutem są także komunikaty sadownicze, z których dowiemy się o zagrożeniach dla upraw.

Podczas instalacji aplikacji użytkownik może wybrać interesujące go uprawy. Będzie otrzymywał wiadomości i komunikaty dotyczące tylko ich. Lista dostępnych upraw jest bardzo długa, możemy zaznaczyć m. in. opcję: zboża, rzepak, kukurydza, warzywa liściowe, warzywa dyniowate, grusza, jabłoni, truskawka oraz wiele innych.

Aplikacja jest bezpłatna. Treści w niej publikowane zostały przygotowane we współpracy z ekspertami i stanowią cenne źródło informacji dla rolników.

(pw)



Mechanizacja

Powrót legendy

Ursus C 380 u wielu rolników przywołuje wspomnienia. Producent wykorzystał chwytliwą nazwę i nadał ją swojemu nowemu produktowi. Czy nowa C 380 dorównuje poprzedniczce?

Nowa wersja Ursusa 380 została zaprezentowana w ostatnim tygodniu października w Lublinie. Pod maską znajduje się silnik o mocy 75 KM. Układ przeniesienia napędu to przekładnia Carraro, synchronizowana z 12 biegami do przodu i 12 wstecz, z rewersem mechanicznym. Dźwignia rewersu została umieszczona z lewej strony kolumny kierownicy. Ursus C 380 może jechać z maksymalną prędkością 30 km/h.

Co ciekawe, firma planuje także nadawać swoim następnym konstrukcjom kultowe nazwy sprzed lat. Doczekamy się więc ciągników C 330 oraz C 360.



Ursus C 380

Zdaniem producentów, Ursus C 380 ma konkurować z Zetorem Major. Nie będzie to łatwe, ponieważ czeska konstrukcja wciąż jest

w Polsce na topie. Ursus chce zachęcać także ceną. Za C 380 będzie trzeba zapłacić około 100 tys. zł.

(pw)

Przepisy

Certyfikat do sylwestra

Rolnicy uprawiających rzepak na biopaliwo powinni pamiętać o tym, że do końca roku muszą postarać się o specjalny certyfikat. Bez niego sprzedaż plonów może być utrudniona.

Certyfikaty mają poświadczать, że rzepak na biopaliwo pochodzi z pewnego źródła, czyli z gospodarstwa, którego właściciel spełnia wymagania w zakresie zrównoważonego rozwoju. Indywidualny rolnik ma złożyć stosowne oświadczenie.

Mimo szumnych zapowiedzi,

w Polsce co roku produkuje się tylko 1 mln ton biokomponentów i biopaliwa. Na dodatek rzepak przestaje być narodową domeną. W ubiegłym roku jego import przewyższył eksport. Na uprawę decyduje się ok. 90 tysięcy gospodarstw. Ten rok był dla plantatorów udany. Zbiory powinny być

większe o 20 proc. od ubiegłorocznych.

Rzepak przeznaczany jest nie tylko na biopaliwa, ale również przy produkcji biogazów oraz bioalkoholi (metanolu i butanolu).

(pw)

Finanse

Ile za akcyzę?

Jesienią rolnikom zwracany jest podatek akcyzowy zawarty w cenie oleju napędowego. Krajowa Rada Izb Rolniczych domaga się, aby od przyszłego roku stawka zwrotu była jeszcze wyższa.

Rząd zaproponował, by stawka zwrotu na 2015 rok wynosiła 96 groszy. To zaledwie o grosz więcej niż w br. Krajowa Rada Izb Rolniczych podnosi, że tak niska podwyżka nie spełnia oczekiwań gospodarzy, których dotknęło rosyjskie embargo i proponuje 1,19 zł za litr. Dopiero taka stawka miałaby pozytywnie wpłynąć na poprawę trudnej sytuacji w rolnictwie.

To niejedyna propozycja zmian. Zarząd KRIR wniósł o zwiększenie ustawowo określonej ilości litrów oleju napędowego na 1 ha użytków rolnych, tj. 86. Niezmienny od kilku lat przelicznik nie odzwierciedla rzeczywistych nakładów ponoszonych przez producentów rolnych.

Kolejna podnoszona sprawa to

zmiana rozliczania zwrotów. Obecnie rolnik musi uporać się z rachunkami w momencie największego nasilenia prac w gospodarstwie, a do tego na sierpień przypada okres urlopowy urzędników.

Dokonanie zwrotu części podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego wykorzystywanego do produkcji rolnej jest zgodne z dyrektywą wspólnotową z 2003 r. w sprawie restrukturyzacji wspólnotowych przepisów ramowych dotyczących opodatkowania produktów energetycznych i energii elektrycznej. Wysokość kwoty zwrotu przedstawiona w rozporządzeniu – 0,96 zł – nie przekracza limitu wyznaczonego w dyrektywie.

(pw)

Rynek zbóż

Zboże do Gdańska

W Świnoujściu powstaje terminal gazowy. Producenci zbóż chcą, aby w Gdańsku powstał... terminal zbożowy.

W Polsce średnia nadwyżka w produkcji zbóż wynosi od 4 do 8 milionów ton. Co z nią zrobić? Krajowa Federacja Producentów Zbóż jest zainteresowana wydzierżawieniem w Gdańsku magazynów i baterii silosów. Są to obiekty, których budowę rozpoczęto kilkanaście lat temu, ale jej nie ukończono. Dostosowanie budynków do odbioru zbóż przez statki kosztowałoby 5 milionów złotych – to niewiele, tym bardziej, że za pomysłem opowiadają się firmy zajmujące się załadunkami statków. Szacuje się, że w pierwszych dwóch latach

funkcjonowania terminal mógłby obsłużyć eksport od ok. 500 tys. do 1 mln ton zboża rocznie. Po 2-3 latach funkcjonowania można byłoby rozważyć zwiększenie możliwości załadunkowych. Zboże z Gdańska trafiałoby do Afryki i Azji.

Szkoda, że pomysł budowy terminala nie pochodzi od rządu, ale od rolników. Ci przewidują problemy na rynku za kilka lat. Jeśli Ukraina utrzyma swój prozachodni kurs, zaleje Europę tanim zbożem. Dlatego już dziś trzeba szukać nowych odbiorców.

(pw)

OGŁOSZENIE PŁATNE

GPI. 6722.1.2014.BL

Płużnica, dnia 04.11.2014 r.

ZAWIADOMIENIE WÓJTA GMINY PŁUŻNICA

Na podstawie art. 17 pkt 2 ustawy z dnia 27 marca 2003 roku o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. Nr 80 poz. 717 z późn. zmianami) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Płużnica Uchwały Nr XXXIX/314/2014 z dnia 12 sierpnia 2014 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego części wsi Dąbrówka, Płachawy, Błędowo, Goryń, Wiewiórki w Gminie Płużnica. Zgodnie z art. 39 ust. 1 w związku z art. 3 ust. 1 pkt 11 i pkt 14 ustawy z dnia 3 października o udostępnianiu informacji o środowisku, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2008r. nr 199 poz. 1227) informuję o przystąpieniu do opracowania prognozy oddziaływania na środowisko w celu przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Wnioski dotyczące planu i prognozy oddziaływania na środowisko mogą być składane w: Urzędzie Gminy w Płużnicy, 87-214 Płużnica, powiat wąbrzeski, województwo kujawsko-pomorskie do 12 grudnia 2014 r.

**Wójt Gminy Płużnica
Marcin Skonieczka**

Krzysztof Czerwiński
ul. Kopernika 13
Wąbrzeźno
tel. 605 767 495
www.hades-wabrzezno.manifo.com

Horoskop

Koziorożec (22.12.-20.01.)

W pracy możesz osiągnąć wiele, pokazując się z jak najlepszej strony. Nie ma takich wyzwań, z którymi teraz nie dałbyś sobie rady. W sprawach osobistych musisz podjąć ważne decyzje.

Wodnik (21.01.-19.0)

Zapał do pracy i duża doza rozsądku pozwolą Ci załatwić wiele spraw odkładanych z miesiąca na miesiąc. Wydasz też na nie mniej pieniędzy niż przewidywałeś. Dobry czas na przeprowadzki.

Ryby (20.02.-20.03.)

Spodziewaj się miłych przeżyć natury osobistej. To także nie najgorszy czas dla Twoich finansów. Jeśli myślisz o zmianie pracy lub szukasz nowej – wkrótce otrzymasz pomyślne wieści.

Baran (21.03.-21.04.)

Czas sprzyja harmonii w związkach osobistych. W rodzinie zapanuje zgoda. Będziesz zadowolony z przebiegu spraw w tej dziedzinie życia. Poczujesz spokój.

Byk (21.04.-21.05.)

Możesz teraz zrobić wiele dobrego dla innych ludzi – podzielić się wiedzą, umiejętnościami, znaleźć czas, by odbyć ważną rozmowę, wesprzeć. Może dołączysz do grupy wolontariuszy?

Bliźnięta (22.05.-22.06.)

Wiele okazji do spotkań z miłymi ludźmi, wspólnych rozrywek i imprez. Życie będzie się teraz toczyć przyjemnie, poczujesz, że wszyscy są Ci przychylni. Może poznasz osobę, która będzie Twoją drugą połówką.

Rak (22.06.-22.07.)

Jak się postarasz, czeka Cię pasmo sukcesów. Nie wolno jednak spoczywać na laurach, lecz wszelkimi możliwymi sposobami próbować osiągnąć to, czego się pragnie. Gwiazdy Ci sprzyjają.

Lew (23.07.-23.08.)

Czas pełnej mobilizacji. Musisz być silny fizycznie i psychicznie, zdolny do dużego wysiłku. Sprawy rodzinne zmuszą Cię do niesienia pomocy komuś z bliskich. Jeśli będziesz działał sprawnie, szybko przyjdzie poprawa.

Panna (24.08.-23.09.)

Możesz przeżywać teraz chwile satysfakcji z racji zakończenia różnych spraw. Lepiej niż dotąd będą układały się Twoje kontakty z partnerem czy dziećmi. Nawet obowiązki będą wydawać Ci się łatwiejsze i mniej nużące.

Waga (23.09.-22.10.)

Będziesz spełniona i pogodzona z wyzwaniami, jakie niesie los. Poczujesz, jakby w Twoim życiu i kontaktach z innymi nie istniały żadne ograniczenia. Tak jednak nie jest, przekonasz się o tym w przykry sposób. Bądź rozsądna i uważna.

Skorpion (24.10.-22.11.)

Otrząśniesz się z niepotrzebnych obaw, uwierzysz w siebie i swoje możliwości. Dobry czas, by zacząć od nowa w każdej dziedzinie. Możesz poznać nowych ludzi, zacząć pracę na własną rękę.

Strzelec (23.11.-21.12.)

Nie będziesz teraz narzekać ani na samopoczucie fizyczne, ani na nastrój. Przed Tobą wiele okazji do przeżycia miłych niespodzianek. To, o co starałeś się od bardzo dawna, jest na wyciągnięcie ręki.

KRZYŻÓWKI PANORAMICZNE

Podkop		Nadwyżka		Wideo- klip	Otwór w pokładzie statku		Kozak w "Ogniem i mieczem"	Np. dys- kiem		Grat, ru- pieć	
		Obrady						Dowódca statku		Włoskie gó- ry	
					Teren					5	
Duży pa- lec							Pierwsze danie				
Zabawa dziecięcia		3			4		Francuskie wino				
					Strata						
					Wódka ja- pońska						
L.a. 88				Pęk zboża					Ruch doko- ła osi		Naga po- stać
				Najniższy głos			1				
						Przegląd, pokaz np. strojów				8	
Siedziba, siedlisko						Kieliszek alko- holu					
Rodzaj sie- kierki do mięsa		Odbitka ksero- gra- ficzna			2	6		Grawers- kie nacię- cie			
1	2	3	4	5	6	7	8				

Kulinarne ABC,

czyli uczniowie Zespołu Szkół w Kowalewie Pomorskim proponują
Uczniowie klas III i IV technikum kucharskiego podczas zajęć teoretycznych z technologii gastronomicznej z towaroznawstwem doskonalili swoje umiejętności w przygotowywaniu deserów. Czytelników zachęcamy do wypróbowania przepisów.

Lekki deser

Potrzebne składniki: kruche ciasteczka lub biszkopty (można zastąpić płatkami owsianymi lub musli), mrożone truskawki, jogurt naturalny, cukier, gorzka czekolada

Sposób wykonania: mrożone truskawki zblendować lub zmiksować, można do smaku dodać cukier. W wysokim szklanym naczyniu układać warstwami, poczynając od spodu, pokruszone ciastka, jogurt naturalny, zmiksowane truskawki i ponownie jogurt. Całość posypać wiórkami czekolady, udekorować listkiem mięty.

Drożdżówka ze śliwkami i kruszonką

Składniki na ciasto: 1,5 kg śliwek, 30 g drożdży, 50 g cukru, 1 szklanka mleka, 0,5 kg mąki, 40 g masła, 1 jajko, skórka otarta z 1 cytryny

Składniki na kruszonkę: 15 dag mąki, 10 dag cukru, 80 g masła, 1 łyżka cukru waniliowe-
go

Sposób wykonania: z drożdży, cukru, łyżki mąki i podgrzanego mleka zrobić rozczyn. Przy-
kryć czystą ściereczką, odstawić w ciepłe miejsce i poczekać aż drożdże zaczną pracować.

Mąkę przesiać do miski, wlać rozczyn i wyrobić ciasto. Odstawić miskę w ciepłe miejsce i ponownie przykryć ściereczką. Poczekać, aż ciasto wyrośnie. Do wyrośniętego ciasta dodać roztopione masło, skórkę z cytryny i jajko. Wyrabiać ręką, aż zacznie odchodzić od brzegów miski. Odstawić na 20-30 minut w ciepłe miejsce, aż kolejny raz wyrośnie.

Następnie rozwałkować, przełożyć na blachę, poukładać śliwki. Owoce posypać kruszonką –
masło utrzeć z cukrem i cukrem waniliowym, dodać mąkę, wyrobić, zetrzeć na tarce wprost na
śliwki. Ciasto włożyć do otwartego piekarnika rozgrzanego do 50 st. C, żeby jeszcze wyrosło. Następnie piec w temp. do 200 st. C
przez 20-25 minut.

Smacznego!



Agnieszka Kowalska
i Andżelika Natkowska

Pogoda

Czwartek 6.11.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



temperatura
minimalna/odczuwalna/maksymalna

7/10/12

ciśnienie

1010 hPa

wiatr

9 km/h

śnieg/deszcz

0 mm

Piątek 7.11.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



7/9/11

1012 hPa

7 km/h

0,5 mm

1012 hPa

7 km/h

0,5 mm

Sobota 8.11.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



9/11/12

1014 hPa

6 km/h

0 mm

1016 hPa

7 km/h

0 mm

Niedziela 9.11.2014

dzień 7:00 - 19:00

noc 19:00 - 7:00



8/10/12

1018 hPa

8 km/h

0 mm

1018 hPa

10 km/h

0 mm



ARiMR



APELUJE O SZYBKIE SKŁADANIE WNIOSKÓW O WYPŁATĘ WSPARCIA UDZIELANEGO Z UNIJNYCH PROGRAMÓW POMOCOWYCH

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa chce jak najszybciej wypłacić pieniądze wszystkim, którzy podpisali z nią umowy, zrealizowali swoje przedsięwzięcia i zobowiązania w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007–2013 oraz Programu Operacyjnego Ryby 2007–2013. W związku z tym zwraca się do rolników, przedsiębiorców, armatorów statków rybackich i innych beneficjentów tych Programów, by jak najszybciej składali wnioski o wypłatę przyznanej im pomocy. Jednocześnie Agencja prosi o staranne przygotowywanie takich wniosków i dołączenie do nich wszystkich niezbędnych dokumentów. Prawidłowo wypełnione i kompletne wnioski pozwalają szybko wypłacić dofinansowanie i uniknąć straty czasu na ich poprawianie czy uzupełnianie.

To jest łatwe

Wnioski nie są skomplikowane, a ponadto ARiMR wprowadziła ostatnio dodatkowe udogodnienia. Na portalu internetowym www.arimr.gov.pl, dla kilku najpopularniejszych działań inwestycyjnych finansowanych z PROW 2007–2013, zostały udostępnione interaktywne formularze wniosków o płatność, w które „wbudowano” odpowiedzi ułatwiające wypełnienie poszczególnych części tych wniosków. Dodatkowo Agencja przygotowała film instruujący beneficjentów jak poprawnie wypełnić wniosek o płatność oraz jakie dokumenty trzeba do takiego wniosku dołączyć.

Agencja czuwa i pomaga

Przebieg realizacji umów na wsparcie inwestycji z PROW 2007–2013 i PO Ryby 2007–2013 jest przez ARiMR monitorowany. Beneficjenci, gdy zbliża się termin złożenia wniosku o płatność są zawiadamiani o tym telefonicznie lub też otrzymują pisma, przypominające o dostarczeniu takiego dokumentu – nawet z dwumiesięcznym wyprzedzeniem. Agencja informuje też o upływających terminach dokonania potrzebnych niekiedy uzupełnień, wyjaśnień czy poprawek do złożonych dokumentów. Z kolei w przypadku długotrwałych inwestycji realizowanych np. w ramach PO RYBY 2007–2013, których całkowite rozliczenie mogłoby się przeciągnąć, Agencja ułatwia ich podzielenie na etapy, by usprawnić realizację i sfinansowanie takich przedsięwzięć.

**Sięgnij po należne Ci z ARiMR pieniądze,
NIE ZWLEKAJ**

WYBORY 2014

WYKONAMY DLA CIEBIE:

banery, plakaty, ulotki, notesy,

wizytówki, kalendarzyki,

długopisy, gadzety odblaskowe,

breloki, smycze, kubki,

koszulki, słodczyce oraz wiele innych...



mkk.pl
odzież i gadzety z pomysłem

Golub-Dobrzyń, ul. Dworcowa 4
tel. 56 682 26 00



mkk.pl
odzież i gadzety z pomysłem

REKLAMA

KONSTAL PRODUCENT

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

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

GARAŻE WZMOCNIONE

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

REKLAMA

DACHY, AKCESORIA
OKNA, DRZWI

CENTRA DACHOWE - Grupa MCC

BLACHODACHÓWKA
OD 20,99 Z VAT
TRAPEZ 18 OCYNK
OD 15,99 Z VAT

Sprzedaż-pomiar-montaż
tel. (56)47 409 20, 514 866 203

REKLAMA
W TYGODNIKU

CWA

ZADZWOŃ !!!
tel. (56) 682 26 80

OGŁOSZENIE PŁATNE

OGŁASZAM**pierwszy nieograniczony przetarg ustny na dzierżawę:**

1.z przeznaczeniem pod boks garażowy część działki ewidencyjnej nr 658 o powierzchni 15 m² położonej w obrębie 1 miasta Wąbrzeźna przy ulicy Wolności, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1W/00023683/0 i przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe.

Cena wywoławcza kwartalnego czynszu dzierżawnego wynosi 118,08 zł

(słownie: sto osiemnaście 08/100 złotych)

Wadium na nieruchomości ustalono na kwotę 6,00 zł (słownie: sześć złotych)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 2,00 zł (słownie: dwa złote)

2. z przeznaczeniem pod boks garażowy część działki ewidencyjnej nr 658 o powierzchni 15 m² położonej w obrębie 1 miasta Wąbrzeźna przy ulicy Wolności, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1W/00023683/0 i przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe.

Cena wywoławcza kwartalnego czynszu dzierżawnego wynosi 118,08 zł

(słownie: sto osiemnaście 08/100 złotych)

Wadium na nieruchomość ustalono na kwotę 6,00 zł (słownie: sześć złotych)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 2,00 zł (słownie: dwa złote)

3.z przeznaczeniem pod boks garażowy część działki ewidencyjnej nr 658 o powierzchni 15 m² położonej w obrębie 1 miasta Wąbrzeźna przy ulicy Wolności, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1W/00023683/0 i przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe.

Cena wywoławcza kwartalnego czynszu dzierżawnego wynosi 118,08 zł

(słownie: sto osiemnaście 08/100 złotych)

Wadium na nieruchomość ustalono na kwotę 6,00 zł (słownie: sześć złotych)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 2,00 zł (słownie: dwa złote)

4. z przeznaczeniem pod boks garażowy część działki ewidencyjnej nr 753 o powierzchni 20 m² położonej w obrębie 1 miasta Wąbrzeźna przy ulicy Matejki, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1W/00004850/6 i przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe w połączeniu z lokalami mieszkalnymi.

Cena wywoławcza kwartalnego czynszu dzierżawnego wynosi 118,08 zł

(słownie: sto osiemnaście 08/100 złotych)

Wadium na nieruchomość ustalono na kwotę 6,00 zł (słownie: sześć złotych)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 2,00 zł (słownie: dwa złote)

5. z przeznaczeniem pod drobne uprawy część działki ewidencyjnej nr 156 o powierzchni 420 m² położonej w obrębie 3 miasta Wąbrzeźna przy ulicy 1 Maja, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1W/00023694/0 i przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe.

Cena wywoławcza rocznego czynszu dzierżawnego wynosi 42,00 zł

(słownie: czterdzieści dwa złote)

Wadium na nieruchomość ustalono na kwotę 3,00 zł (słownie: trzy złote)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 1,00 zł (słownie: jeden złotych)

6. z przeznaczeniem pod drobne uprawy część działki ewidencyjnej nr 160 o powierzchni 460 m² położonej w obrębie 3 miasta Wąbrzeźna przy ulicy 1 Maja, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1W/00023694/0 i przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe.

Cena wywoławcza rocznego czynszu dzierżawnego wynosi 46,00 zł

(słownie: czterdzieści sześć złotych)

Wadium na nieruchomość ustalono na kwotę 3,00 zł (słownie: trzy złote)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 1,00 zł (słownie: jeden złotych)

7. z przeznaczeniem pod drobne uprawy część działki ewidencyjnej nr 158 i 159 o łącznej powierzchni 800 m² położonej w obrębie 3 miasta Wąbrzeźna przy ulicy 1 Maja, zapisanej w księgach wieczystych KW nr TO1W/00023696/4 i KW nr TO1W/00023695/7, przeznaczonej w planie zagospodarowania miasta pod zabudowę mieszkaniową wielorodzinną i usługi nieuciążliwe.

Cena wywoławcza rocznego czynszu dzierżawnego wynosi 80,00 zł

(słownie: osiemdziesiąt złotych)

Wadium na nieruchomość ustalono na kwotę 5,00 zł (słownie: pięć złotych)

Postąpienie na nieruchomość ustalono w kwocie nie niższej niż 1,00 zł (słownie: jeden złotych)

Przetarg odbędzie się dnia 8 grudnia 2014 roku na nieruchomości wymienioną w pkt 1 o godz. 11.00, w pkt 2 o godz. 11.15, w pkt 3 o godz. 11.30, w pkt 4 o godz. 11.45, w pkt 5 o godz. 12.00, w pkt 6 o godz. 12.15, w pkt 7 o godz. 12.30 w siedzibie Urzędu Miasta Wąbrzeźna przy ulicy Wolności nr 18 (sala nr 19). Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium na wybrana nieruchomość w podanej wyżej wysokości na konto Gminy Miasto Wąbrzeźno, nr 47 2030 0045 1110 0000 0219 3690 – w terminie do dnia 4 grudnia 2014 roku włącznie.

Szczegółowych informacji udzielają pracownicy Wydziału Geodezji, Budownictwa i Inwestycji Urzędu Miasta Wąbrzeźno, tel. 56 6884528 lub przez pocztę internetową: e-mail: gg@wabrzezno.com

Pelen tekst ogłoszenia został wywieszony na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta oraz znajduje się na stronie internetowej Miasta Wąbrzeźno pod adresem: www.bip.wabrzezno.com w zakładce „zamówienia publiczne”.

Burmistrz Wąbrzeźna
Leszek Kawski

Wielkie Radowiska

Lubią czytać i robią to pięknie

Uczniowie szkół podstawowych z gminy Dębowa Łąka zmierzili się w konkursie o tytuł „Mistrza pięknego czytania”.



Uczniowie szkół podstawowych z gminy Dębowa Łąka zmierzili się w konkursie o tytuł „Mistrza pięknego czytania”

W środę w bibliotece w Wielkich Radowiskach do rywalizacji stanęło 6 uczniów z klas II-III i 9 z klas IV-VI ze szkół w Dębowej Łące, Łobdowie i Wielkich Radowiskach. Pierwszy etap konkursu polegał na przeczytaniu przez zawodników przygotowanych wcześniej wierszy lub ich fragmentów. Drugi etap był trudniejszy, bo o tym jaki wycinek prozy dzieci przeczytają decydowało losowanie. W trzeciej części należało wykazać się znajomością

mością przeczytanego tekstu.

Podczas przerwy w konkursie uczestnikom umilił czas grą na skrzypcach Filip Chetwynd.

Wszyscy otrzymali dyplomy i nagrody książkowe. Tytuły „Mistrza pięknego czytania” zdobyły Karolina Dąbrowska z SP w Łobdowie w kategorii kl. II-III i Magdalena Szczech z SP w Wielkich Radowiskach w kategorii uczniów starszych.

(pg), fot. nadesłane

Wyniki konkursu:

Kl. II-III

Mistrz pięknego czytania – Karolina Dąbrowska kl. III Łobdowo

II miejsce – Filip Chetwynd, kl. III, Wielkie Radowiska

III miejsce – Rumińska Roksana, kl. III, Dębowa Łąka

Wyróżnienie – Karol Klabun, kl. II, Łobdowo

Kl. IV-VI

Mistrz pięknego czytania – Magdalena Szczech, kl. VI, Wielkie Radowiska

II miejsce – Julia Łęgowska, kl. V, Dębowa Łąka

III miejsce – Julia Talkowska, kl. V, Wielkie Radowiska

Wyróżnienie – Ewelina Dąbrowska, kl. V, Łobdowo



Bacińska śpiewana i czytana

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

na I FESTIWAL PIOSENEK **ALEKSANDRY BACIŃSKIEJ**

ORAZ

PROMOCJĘ AUDIOBOOKA Z TEKSTAMI POETKI
Z TOMIKU PT. „A MÓWIŁEŚ...”

8 listopada 2014r.

o godz. 17.00

w Wąbrzeskim Domu Kultury

WSTĘP BEZPŁATNY

ORGANIZATORZY:

• MIĘDZYGOSKOWA KRAJOWA PRACOWNIA DLA MIEJSCOWOŚCI
W WĄBRZEŹNIE
• WĄBRZEŹSKI DOM KULTURY

Wąbrzeźno

Zamkowa lekcja historii



W ostatni tydzień października wszystkie klasy drugie z wąbrzeskiej „Trójki” pojechały na pierwszą lekcję historii do Golubia-Dobrzynia. Uczniowie zostali przywitani na zamku armatnim wystrzałem. Rycerze opowiedzieli im o dawnych czasach, husaria pokazała swoje umiejętności, dzieci zwiedziły też zamek od lochów po komnaty. A na finał na dziedzińcu upiekły kielbaski przy ognisku.

Dawid Otremba, fot. nadesłane
OGŁOSZENIE PŁATNE

PSB MRÓWKA WĄBRZEŹNO

UL. PRZEJAZDOWA 30 (OBW. WĄBRZEŹNA), TEL. 56 687 99 90
GODZINY OTWARCIA: PN. - PT.: 7⁰⁰-20⁰⁰, SOB.: 7⁰⁰-20⁰⁰, ND.: 10⁰⁰-18⁰⁰



8.11.2014
DZIEŃ WIELKICH SZANS!
JEDYNA TAKA OKAZJA!
SETKI ARTYKUŁÓW
LICYTUJEMY OD
ROZPOCZYNAMY O 11:00

OFERTA DO WYCZERPIANIA ZAPASÓW



NARZĘDZIA RĘCZNE BETA



PRZESŁA OGRODZENIOWE FIRMY ATEX



DRZWI WEWNĘTRZNE I ZEWNĘTRZNE ORAZ OŚCIEŻNICE
szeroka gama wzorów i kolorów



ARCHITEKTURA OGRODOWA

Listopad 2014

Oferta ważna 8 listopada 2014 r.

Wąbrzeźno

Z wizytą w grodzie Kopernika



29 października klasy VI wąbrzeskiej Szkoły Podstawowej nr 3 wybrały się na wycieczkę do Torunia. Uczniowie odwiedzili Muzeum Piśmiennictwa i Drukarstwa w Grębocinie, gdzie wzięli udział w warsztatach papierniczo-drukarskich oraz Stare Miasto w Toruniu. Na zakończenie obejrzeli w kinie „Wakacje Mikołajka”.

Dawid Otremba, fot. nadesłane

Wąbrzeźno

Dyskutowali o sporcie

W ostatnich dnia października w ramach programu „W-F z klasą” w Szkole Podstawowej nr 3 zorganizowano debatę „SOS”. Uczniowie dyskutowali o sposobach udoskonalania oraz uatrakcyjniania zajęć wychowania fizycznego, sportowych i rekreacyjnych.



45 uczniów z SP 3 debatowało na temat zajęć wychowania fizycznego dyskusji. Debatę miała charakter burzy mózgów. Uczestnicy wybrali również zadanie dodatkowe do realizacji, będące niezbędnym warunkiem do otrzymania certyfikatu „W-F z klasą”. Będzie to zdrowe odżywianie w okresie zimowym i lekcje w-f poza szkołą w letnim.

W przedsięwzięcie zaangażowani byli nauczyciele wychowania fizycznego, wychowawcy klas oraz uczniowie. Podczas godzin wychowawczych dyskutowano o potrzebach i oczekiwaniach dzieci odnośnie lekcji wuefu oraz o pomysłach na uatrakcyjnienie i ulepszenie zajęć sportowych. Po czterech przedstawicieli z każdej klasy wzięło udział w finałowej

Dawid Otremba
fot. nadesłane

Piłka nożna

Wygrana last minute

Młodzicy wąbrzeskiej Unii zanotowali w minioną niedzielę trzecią wygraną w lidze wojewódzkiej. W Bydgoszczy pokonali naj słabszy zespół rozgrywek – Gwiazdę. Gola na wagę trzech punktów wąbrzeźnianie zdobyli w ostatnich minutach meczu.

Na ten pojedynek nasi piłkarze jechali podrażnieni przegraną sprzed tygodnia z Chemikiem. Niedzielne zawody lepiej rozpoczęli przyjezdni, którzy dość szybko objęli prowadzenie za sprawą Patryka Kuczkowskiego. Nasz pomocnik wykorzystał dokładne podanie i nie dał szans bramkarzowi miejscowych na obronę. To nieco rozluźniło szyki unitów. Efektem tego była strata bramki po błędzie defensywy. Piłkarze prowadzeni przez Sebastiana Isbrandta szybko się jednak pozbierali i znowu przejęli inicjatywę. Raz po raz stwarzali zagrożenie pod bramką rywala. Brakowało jednak przysłowiowej kropki nad i. Szans na objęcie prowadzenia było wiele, ale szwankowała skuteczność.

Po zmianie stron przełamał się Kuba Nowak, który w sytuacji sam na sam nie dał szans na obronę golkeeperowi Gwiazdy. Ale po chwili po raz kolejny miejscowi doprowadzili do wyrównania. Od tego momentu nasz zespół wziął się w karby i osiągnął miażdżącą

przewagę, z której – poza posiadaniem piłki – nie wynikało wiele. Młodzicy co chwila dochodzili do sytuacji strzeleckich, ale chybili raz po raz. Wreszcie w ostatniej akcji meczu Bartoszowi Piórkowskiemu udało się zmusić do kapitulacji

golkipera Gwiazdy. Na odrobienie strat miejscowym zabrakło już czasu.

Teraz młodzicy zagrają na własnym terenie z toruńską Elaną.

Dawid Otremba
fot. nadesłane

Gwiazda Bydgoszcz – Unia Wąbrzeźno 2:3 (1:1)
Bramki: Patryk Kuczkowski, Jakub Nowak, Bartosz Piasecki
Unia: Jarka, Drewnik, Sturmman, Jabłoński, Piórkowski, Piasecki, Kołodziejczak, Talkowski, Nowak, Kamiński, Kuczkowski, Młodziejewski, Ziętarski, Adamczyk, Warzel



Młodzicy wąbrzeskiej Unii (niebieskie stroje) po raz trzeci w tym sezonie sięgnęli po komplet punktów

Siatkówka

Ku pamięci nauczyciela

Już po raz dwunasty w hali szkoły w Dębowej Łące rozegrano Memoriał Andrzeja Jaroszewskiego. W tegorocznej edycji do rywalizacji stanęło siedem zespołów.

Memoriał Andrzeja Jaroszewskiego na stałe wpisał się już w kalendarz imprez sportowych gminy Dębowa Łąka. Jaroszewski przez blisko 30 lat pracował w tutejszej szkole jako nauczyciel wychowania fizycznego. Po jego śmierci stowarzyszenie GLZS postanowiło zorganizować memoriał, który rozgrywany jest do

dziś i z roku na rok cieszy się coraz większym powodzeniem.

W tegorocznej edycji do walki o puchary stanęło siedem ekip, podzielonych na dwie grupy. Zwycięzcy mierzyli się w finale, zespoły z drugich miejsc rywalizowały o brązowe medale. Grano do dwóch wygranych setów.

Na najwyższym stopniu po-

dium stanęła ekipa LZS Małe Pułkowo. Drugie miejsce przypadło OSP Niedźwiedź, a trzecie zajęli Absolwenci z Dębowej Łąki.

Organizatorzy dziękują sponsorom z pomoc przy organizacji imprezy.

Dawid Otremba

Piłka ręczna

Olimpijczyk bez olimpijskiej formy

Wysokim zwycięstwem UKS Vambresii WORWO Wąbrzeźno zakończył się niedzielny pojedynek ligi juniorek młodszyc w Kowalewie Pomorskim z miejscowym UKS-em Olimpijczyk. Gospodynie nie były w stanie dotrzymać kroku silniejszemu fizycznie i bardziej zorganizowanemu w ataku i obronie wąbrzeskiemu zawodniczkom.

Inauguracyjną bramkę już w 1. minucie meczu zdobyły kowalewianki. Nasze zawodniczki odpowiedziały dwukrotnie i objęły prowadzenie 2:1. W kolejnych minutach systematycznie zwiększały swoją przewagę na drużyną UKS Olimpijczyk. Na przerwę zespoły schodziły przy wyniku 20:5 dla UKS Vambresii WORWO.

W drugiej odsłonie gospodynie grały bardzo ambitnie i starały się zmniejszyć różnicę bramkową, ale bez powodzenia.

- Cieszy zwycięstwo i fragmenty gry w ataku i obronie, które chcielibyśmy, aby drużyna grała przez cały mecz – powiedział po spotkaniu trener Rutkowski.

Kolejny pojedynek wąbrzeźnianki stoczą 5 listopada (środa) w hali Gimnazjum nr 1 w Wąbrzeźnie o godzinie 16.00. Zmierzą się z drużyną MKS Brodnica.

Dawid Otremba

UKS Olimpijczyk – UKS Vambresia Worwo (5:20) 12: 43
Dąbrowska Weronika – Rutkowska Zuzanna (9 bramek), Sobeczka Lucyna (4), Zielińska Kira (7), Donarska Natalia (2), Kochańska Monika (7), Król Joanna (10), Wartecka Olga (2), Kłosińska Patrycja (2), Weber Weronika
trenerzy: Jarosław Rutkowski, Maciej Wiliński

Piłka nożna

Remis jak porażka

Trampkarze wąbrzeskiej Unii zremisowali w niedzielę w Bydgoszczy z ekipą Gwiazdy. Był to pierwszy punkt wywalczony na wyjeździe w tej rundzie.

Spotkanie nie zachwycało. Nasi trampkarze zagrali słabe zawody, ale mimo to udało się wywalczyć pierwszy wyjazdowy punkt. Unici mogli się nawet pokusić o komplet oczek, ale w ostatniej akcji sędzia nie uznał zdobytego gola, dopatrując się zagrania ręką naszego zawodnika.

Wynik spotkania otworzył Mateusz Lupertowicz, który dobił piłkę po niefortunnej interwencji golkipera gospodarzy. Miejscowi wyrównali po błędzie defensywy

naszego zespołu. Szkoda straconej szansy na trzy oczka, bo była okazja ku temu, żeby wywieźć wygraną.

Podopieczni trenera Rybszlegera zmierzą się w niedzielę z ekipą toruńskiej Elany. Trzeba wykorzystać atut własnego boiska i pokusić się o kolejne punkty.

Rundę jesienną trampkarze zakończą wyjazdową potyczką z Liderem Włocławek.

Dawid Otremba

Gwiazda Bydgoszcz – Unia Wąbrzeźno 1:1 (1:1)

Bramka: Mateusz Lupertowicz

Unia: Potaczała (45' Wierzbowski) – Janowski, Muszalski, Błaziejewicz, Lewandowski, Niemyt (60 Mikulski), Lupertowicz, Balcerowicz (45 Gajewski), Sajda (65' Chojnacki O.), Kankowski, Chojnacki F. (36' Godlewski).

Wąbrzeźno

Kulinarne warsztaty

Pod koniec października w ramach programu „Owoce i warzywa w szkole” uczniowie klasy II b ze Szkoły Podstawowej nr 3 wzięli udział w kulinarnych warsztatach.

Najpierw dzieci rysowały różne produkty żywnościowe, a potem układały je w piramidę żywieniową. Dzięki temu dowiedziały się, czego mogą jeść dużo, a co muszą ograniczać. Przygotowywali różne dania: było musli według własnej receptury ze zgromadzonych produktów, pasta jajeczna, bardziej lub mniej pikantna, oraz twarożek.

Niektórzy uczniowie przyznali, że pastę i musli jedli po raz pierwszy.

Najwięcej inicjatywy trzeba było wykazać przy wykonywaniu kanapek. Wszystkie stanęły do konkursu na najpiękniejszą i najsmaczniejszą.

Dawid Otremba
fot. nadesłane



Uczniowie II b z ochotą przygotowywali różne potrawy



Na zakończenie młodzi kucharze z dumą prezentowali przygotowane przez siebie potrawy

Piłka nożna

Sukces futbolistów „trójki”

Drużyna piłkarska Szkoły Podstawowej nr 3 w Wąbrzeźnie znalazła się w najlepszej czwórce województwa.



Reprezentacja SP 3 znalazła się w najlepszej czwórce zespołów w województwie

Reprezentacja Szkoły Podstawowej nr 3 zajęła drugie miejsce w półfinale wojewódzkim Igrzysk Młodzieży Szkolnej, rozgrywanym 28 października w Lubaniu, i wywalczyła awans do finału.

W pierwszym spotkaniu nasza drużyna uległa faworyzowanej ekipie SP7 z Brodnicy. Chwilę potem gospodarze, SP Lubanie, pokonali 1:0 SP Radziejów. W drugiej kolejce Brodnica łatwo rozprawiła się z Radziejowem (6:1), a wąbrzeźnianie po ładnym spotkaniu pokonali

Lubanie 2:1. Bramki dla SP 3 w tym pojedynku zdobyli Bartek Piasecki i Mikołaj Piórkowski. Wynik mógł być znacznie bardziej okazały, bo przewaga naszego zespołu była wyraźna. Niestety, brakowało skuteczności. W ostatniej kolejce Lubanie uległo Brodnicy aż 0:8. Taki wynik sprawił, że do awansu podopiecznym Sebastiana Isbrandta wystarczył tylko (lub aż) remis w ostatnim meczu z Radziejowem.

Decydujący pojedynek rozpoczął się bardzo dobrze, bo już

w 3. minucie wąbrzeźnianie wyszli na prowadzenie za sprawą Piotra Talkowskiego. Niestety, po chwili rywale strzelili dwie bramki i na przerwę nasi piłkarze schodzili, przegrywając 1:2. Kilka uwag w szatni przyniosło efekty. Druga odsłona to zdecydowanie lepsza gra naszej drużyny, która po bramce Bartka Piaseckiego doprowadziła do wyrównania i kontrolowała przebieg meczu do końcowego gwizdka. Wynik nie uległ już zmianie i mogliśmy cieszyć się z awansu do najlepszej czwórki w województwie. To kolejny, po złotych medalach w sztafetach, wielki sukces sportowców z SP3 w tym roku szkolnym.

Finał piłkarskich zmagañ 5 listopada w Bydgoszczy.

Reprezentacja Szkoły Podstawowej nr 3 zagrała w składzie: Szymon Jarka, Szymon Kołodziejczak, Stanisław Jabłoński, Piotr Talkowski, Bartosz Drewnik, Bartosz Piasecki, Krystian Sturmman, Mikołaj Piórkowski, Patryk Kuczkowski, Jakub Nowak.

Dawid Otremba
fot. nadesłane

Półfinały

SP3 Wąbrzeźno – SP 7 Brodnica 0:3
SP3 Wąbrzeźno – SP Lubanie 2:1
SP3 Wąbrzeźno – SP Radziejów 2:2

Piłka ręczna

Pojedynek na szczycie

Wielkimi krokami zbliża się starcie gigantów. Już w najbliższy piątek szczypiornistki Vambresii Worwo zmierzą się z MTS Kwidzyn.

Po dwóch seriach spotkań nasz zespół jest liderem rozgrywek. Najbliższy rywal wąbrzeźnianek zajmuje trzecią lokatę w tabeli z tą samą liczbą punktów (lepszy bilans bramkowy ma Vambresia).

W zeszłym sezonie wąbrzeźnianki dwukrotnie mierzyły się z utytułowanym rywalem i oba spotkania przegrały. Jednak bieżący sezon nasz zespół zaczął znakomicie, notując dwie wygrane. Sztab trenerski zapowiada walkę o pełną pulę.

– Nie położymy się przed rywalkami. Będziemy walczyć o zwycięstwo, chcemy po tym meczu pozostać na fotelu lidera rozgrywek. Na pewno kibice będą naszym dodatkowym zawodnikiem. Zawsze na naszych meczach jest ich komplet, więc tak będzie pewnie i tym razem – mówi trener Jarosław Rutkowski.

Początek spotkania w piątek o godzinie 17.00 w hali wąbrzeźskiego gimnazjum.

Dawid Otremba

Tabela II ligi kobiet

1.Vambresia WORWO Wąbrzeźno	2	4	64:38	/+26/
2.UKS Drwęca Nowar Lubicz	2	4	61:48	/+13/
3.MTS Kwidzyn	2	4	54:45	/+9/
4.MTS Giżycko	2	0	48:54	/-6/
5.AZS Politechnika Koszalińska Koszalin	2	0	43:50	/-7/
6.UKS PCM Budowlanka Kościerzyna	2	0	40:75	/-35/

Piłka nożna

Leisik załatwił Unii wygraną

Zwycięstwem zakończył się niedzielny pojedynek wąbrzeskiej Unii z Pomorzaniem Toruń. Wygraną zapewnił Wojtek Leis, który zdobył obie bramki dla naszego zespołu.

Przed meczem ciężko było wskazać faworyta tego spotkania, mimo że Pomorzanie plasował się wyżej w tabeli. Piłkarze z grodu Kopernika w ostatnim miesiącu osiągnęli przeciętne wyniki. Start rozgrywek mieli imponujący, ale z meczu na mecz grali słabiej. Nasz zespół jechał do Torunia po porażce w dobrym stylu z Drwęcą Golub-Dobrzyń.

W niedzielne południe od pierwszej minuty w bramce stanął Zubrzycki. Na ławce spotkanie zaczął Hancyk, a w pierwszym składzie zagraли jeszcze Liszaj i Dawid Kalinowski. Już w 5. minucie pierwszy zabójczy cios wyprowadziła Unia. Do bezpiecznej piłki na 16 metrze dopadł Wojtek Leis i pięknym strzałem zza pola karnego dał prowadzenie wąbrzeźnianom. Potem gra toczyła się głównie w środku pola. Gospodarze czekali na swoją akcję, ale dobrze dysponowany blok defensywny Unii nie pozwalał im na wiele. Podopieczni trenera Kościelaka również próbowali konstruować akcje, ale niewiele z tego wynikało. Wreszcie kolejny raz dał o so-

bie znać młodzieżowiec Wojtek Leis. Błąd w polu karnym popełnił obrońca Pomorzana, skorzystał z tego nasz gracz. Przejął futbolówkę i niczym rasowy napastnik wpakował ją obok bezradnego bramkarza z Torunia.

W 35. minucie sztab trenerski Unii zmuszony był dokonać zmiany. Groźnie wyglądającej kontuzji nabawił się Dawid Kalinowski (podwójne złamanie kości nadgarstka) i musiał opuścić plac gry. W jego miejsce desygnowany został Hancyk. Jeszcze przed przerwą unicy mogli prowadzić wyżej, ale zabrakło precyzji przy uderzeniach naszych napastników.

Drugie 45 minut należało do miejscowych, którzy od samego początku mocno przycisnęli. Można było się tego spodziewać, więc trener Kościelak uczył swoich obrońców. Z minuty na minutę opór gospodarzy rósł, ale nie potrafili oni zmienić wyniku meczu. Po godzinie gry żółtą kartkę zobaczył Dariusz Kalinowski. Po chwili z drobnym urazem boisko musiał opuścić Paweł Mazurowski. Ile on znaczy dla naszego zespołu, prze-

konaliśmy się tydzień temu. Na domiar złego po kolejnych 3 minutach Darek Kalinowski powtórzył swój wybryk i został usunięty z placu gry z czerwoną kartką. Trener Kościelak błyskawicznie zareagował na tę sytuację i zdjął z boiska strzelca obu goli Wojtka Leisa. W jego miejsce pojawił się Marszałek, który miał wspomóc defensywę. Niestety, to nie był koniec złej passy Unii. Już po chwili w polu karnym Zubrzycki sfaułował napastnika Pomorzana i arbiter przyznał gospodarzom jedenastkę. W 70. minucie piłkarze Pomorzana zamienili ją na gola. Od tego momentu napór miejscowych jeszcze bardziej się nasilił. Grali z przewagą jednego zawodnika i dążyli do odrobienia strat. Z minuty na minutę coraz bardziej się denerwowali, co miało przełożenie na jakość akcji. Nasi piłkarze ograniczali się do wybijania piłki z własnego pola karnego. Ta jednak szybko wracała.

Krótko przed ostatnim gwizdkiem na boisku zameldował się jeszcze, w miejsce Liszaja, Szczodrowski, który miał uspokoić grę.

Mimo szaleńczych ataków miejscowych, nie udało się im doprowadzić do wyrównania i trzy oczka pojechały do Wąbrzeźna.

Porównując pojedynek z Pomorzaniem do tego z Drwęcą śmiało można pokusić się o stwierdzenie, że lepiej brzydko wygrać niż ładnie przegrać. Na słowa pochwały zasłużył w niedzielę Woj-

tek Leis, który zdobył dwie bramki dla Unii. Były to jego premierowe trafienia w seniorskiej piłce.

Kibiców czeka nie lada gratka. Unia zmierzy się w sobotę w prestiżowych derbach z Legią Chełmża. Jak bardzo zacięte są to pojedynki, kibicom przypominać nie trzeba.

Dawid Otremba

Pomorzanie Toruń – UNIA Wąbrzeźno 1:2 (0:2)

Bramki: Wojciech Leis (5' i 31')

Unia: Zubrzycki – Kalinowski Dar., Nowaczek, Chojnowski, J. Rybszleger – Mazurowski (65' Gołab), Czarnecki – Kalinowski Daw. (kontuzja 35' Hancyk), Liszaj (85' Szczodrowski), B. Rybszleger – Leis (70' Marszałek)

Tabela ligi okręgowej

1. Chemik Bydgoszcz	13	34	65-11
2. Naprzód Jabłonowo Pomorskie	13	29	28-15
3. Strażak/Wda II Przechowo	13	25	25-11
4. Wisła Nowe	13	22	29-18
5. Drwęca Golub-Dobrzyń	13	21	22-16
6. Pomorzanie Toruń	13	19	30-29
7. Czarni Nakło nad Notecią	13	17	26-33
8. Pomorzanie Serock	13	17	16-29
9. Gryf Sicienko	13	17	23-29
10. Legia Chełmża	13	15	25-28
11. Mustang Ostaszewo	13	15	18-22
12. Sokół Radomin	13	14	21-30
13. Tor Laskowice Pomorskie	13	14	22-32
14. Unia Wąbrzeźno	13	13	18-33
15. Start Pruszcz	13	11	12-22
16. Piast Łasin	13	10	14-36

Wyniki 13 kolejki ligi okręgowej

Strażak/Wda II	3-0	Naprzód Jabłonowo Pomorskie
Gryf Sicienko	3-1	Mustang Ostaszewo
Chemik Bydgoszcz	8-0	Piast Łasin
Start Pruszcz	4-0	Tor Laskowice Pomorskie
Pomorzanie Serock	0-5	Czarni Nakło nad Notecią
Drwęca Golub-Dobrzyń	4-0	Sokół Radomin
Pomorzanie Toruń	1-2	Unia Wąbrzeźno
Legia Chełmża	1-0	Wisła Nowe