

Tajne zarobki radnych

Tygodnik Podlaski

www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 50 (1674)

15 grudnia 2013

CSL LEKTOR
CENTRUM SZKOLENIOWE

KURSY

OPERATORÓW MASZYN BUDOWLANYCH I DROGOWYCH
koparek, ładowarek, spycharek, walców drogowych i innych
MONTAŻU RUSZTOWAŃ METALOWYCH
PRZEWOZU RZECZY I OSÓB
WÓZKÓW WIDŁOWYCH, HDS, ADR



Łomża, Al. Legionów 27,
tel. 86-218 52 75, 504 175 696,

www.kursylektor.pl

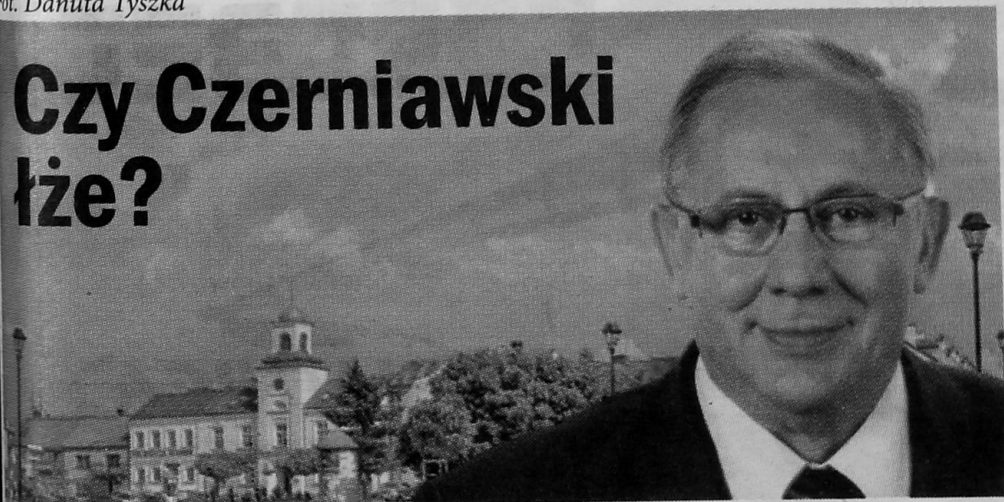
cena: 2,70 zł (z VAT 8%)



Wicemiss Polski Karolina Ladzińska z Grajewa

Fot. Danuta Tyszka

Czy Czerniawski łże?



Jak zmarnować miliony?



SPRZEDAŻ OLEJU NAPĘDOWEGO I OPAŁOWEGO
Z DOSTAWĄ DO KLIENTA PO CENACH KONKURENCYJNYCH
POMOC DROGOWA



F.H.U.T. „KULIKOWSKI”
WYGODA UL. WESOŁA 2

TEL/ 86 219 30 25

TEL/FAX. 86 219 30 00



Zaproś

do nas bliskich na:

Gyros, Bifteki

Grzaniec

Fileciki dla dzieci

z oryginalnej kuchni greckiej

Łomża, al. Legionów 65, tel. 534 730 854

ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



50
9 770208 684005

fol. 560

„To nie są moje spotkania wyborcze”, zapewnia prezydent **Czy Czerniawski łąże?**

W Łomży pojawiły się ulotki z wyretuszowaną fotografią prezydenta Mieczysława Czerniawskiego i zaproszeniem na spotkanie. Mieszkańcy znajdowali je w skrzynkach pocztowych lub przyklepione plastrem na ścianie w klatkach schodowych. Taka sama „wisi” na oficjalnej stronie Urzędu Miasta.

„To spotkanie nie jest spotkaniem wyborczym. Kiedy prowadziłem kampanię wyborczą w 2010 roku, mówiłem o formach kontaktów z mieszkańcami, w tym o bezpośrednich spotkaniach. To jest właśnie takie spotkanie”, zapewniał prezydent na pierwszym z zapowiedzianych w ulotce spotkań we wtorek (10 grudnia) wieczorem w siedzibie SM Perspektywa przy ul. Kazańskiej. Przyszło na nie kilkadziesiąt osób. Zapewnił też, że za kolportaż ulotek z zaproszeniem na spotkania miasto nie zapłaciło ani złotówki, gdyż tego się podjęli administratorzy osiedli i „inne osoby”.

„Zwrócił się do nas przedstawiciel ratusza, żeby umieścić ulotki w klatkach schodowych. Pomogliśmy, skoro władza miejska chce rozmawiać z ludźmi. Ale nie po-



Porozmawiajmy o Łomży

Szanowni Państwo,

Przed nami kolejny rok – nowy budżet, nowe pomysły na miasto, nowe perspektywy, także te unijne. Chciałbym porozmawiać z Państwem o tym, jak ma wyglądać Łomża, jakie problemy nurtują na co dzień mieszkańców, jakimi funduszami dysponuje samorząd i na co warto je wydawać. Wiem, że mają Państwo wiele pytań, ale i pomysłów. Spotkajmy się, porozmawiajmy.

Mieczysław Czerniawski
Prezydent Miasta Łomży

10 mieszkańców Łomży, zapytanych przez „Kontakty”, z czym kojarzy im się powyższe ulotka, odpowiedziało: „Z plakatem wyborczym”

dość mi się to, że pominięto nasze osiedla. Miejsca spotkań wyznaczono w opłotkach Łomży. Czyżby po to, żeby nie dotarli zwykli mieszkańcy?”, zastanawia się pre-

zes ŁSM Jerzy Brodziuk.

Tak rozpoczął pierwsze z trzech zapowiedzianych spotkań.

W ulotce prezydent Czerniawski napisał: „Przed nami kolejny

rok – nowy budżet, nowe pomysły na miasto, nowe perspektywy, także te unijne. Chciałbym porozmawiać z Państwem o tym, jak ma wyglądać Łomża, jakie problemy nurtują na co dzień mieszkańców, jakimi funduszami dysponuje samorząd i na co warto je wydawać. Wiem, że mają Państwo wiele pytań, ale i wiele pomysłów. Spotkajmy się, porozmawiajmy”. Pomijając fakt, że po trzech latach urzędowania prezydent powinien wiedzieć, „jakie problemy nurtują na co dzień mieszkańców”, zapowiadanych w ulotce rozmów o przyszłorocznym budżecie miasta nie było. Bo być nie mogło. Sens miałyby ze dwa miesiące temu, a nie w chwili, gdy budżet został przez prezydenta opracowany, przeszedł przez komisję Rady Miasta i czeka tylko na plenarne głosowanie.

To nie pierwsze „konsultacje” Urzędu Miasta po fakcie. Pisaliśmy o niektórych w tym roku.

Prezydent Czerniawski przyznał, że jest namawiany przez władze regionalne i krajowe SLD do startu w wyborach do Sejmiku i na prezydenta Łomży w 2014 roku, lecz decyzji nie podjął. Jeśli już, to zdecydować w marcu przyszłego roku.

Stawiamy funt kłaków przeciwko dwom funtom kłaków, że da się namówić i wystartuje!

XIV Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego „Kontakty” 2013 • Łomża
11-13 października

Partner Strategiczny:

Prezydent Łomży

Sponsorzy i partnerzy:

Sponsor Główny:

KONTAKTY

TYGODNIK PODLASKI

rok założenia 1980

Ukazuje się w województwie podlaskim, części województwa mazowieckiego, Nowym Jorku, Chicago i Toronto oraz wersji elektronicznej, identycznej z papierową na www.kontakty-tygodnik.com.pl

Adres:

Al. Legionów 7, 18-400 Łomża
tel. (86) 216-42-43, (86) 216-40-22
fax: (86) 216-57-11
www.kontakty-tygodnik.com.pl
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Redaguje zespół:

Maria Kaczyńska, tel. 86 216 42 43
Alicja Niedźwiecka; Maria Tocka, tel. 86 215 35 70
Władysław Tocki (red. naczelny),
tel. (86) 216-40-22

Oddział w Białymstoku:

Jan Oniszczyk, tel. 602 383 682

Oddział w Suwałkach:

Bożena Dunat, tel. 606 882 082

Stale współpracują:

Teresa Adamowska, Adam Dobroński,
Stanisław Kędzielawski, Krystyna Michalczyk-
Kondratowicz, Mikołaj Tocki, ks. Jan Żelazny

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński
Zdjęcia: Gabor Lörczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

Wydawnictwo „Kontakty” Sp. z o.o.
Prezes: Władysław Tocki. Adres: Al. Legionów 7,
18-400 Łomża, tel. (86) 216-42-43
Księgowość: Elżbieta Bączek (główna księgowa)
tel. (86) 215-35-67
Zofia Olender, tel. (86) 215-35-66

Kierownik sekretariatu i Biura Ogłoszeń:

Alina Budrik, tel. (86) 216-42-43,
tel./fax (86) 216-57-11

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

Biuro Ogłoszeń i Reklam w Ostrowi Mazowieckiej
Pl. Księżnej Anny Mazowieckiej 6
07-300 Ostrow Mazowiecka
tel. 29-642-80-34, 505-233-744
www.BiuroOgloszen.wOstrowi.pl
e-mail: reklama@w-ostrowi.pl

Kolportaż: RUCH SA, Poczta Polska, „Kolporter”,
Garmond Press, sieć własna wydawcy

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

Stary Rynek 16, Łomża, tel. (86) 216-77-16

DTP: GroupMedia Krzysztof Wierzbowski

Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

Wersja www: Marek Łapiński

(_duszek) marek.lapinski@data.pl

Wydawca jest członkiem Izby Wydawców Prasy.
Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca
i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów.
Za treść ogłoszeń redakcja i Wydawca nie ponoszą
odpowiedzialności.

Zbliża się koniec roku, niebawem w prasie, radiu, telewizji pojawią się rankingi i podsumowania. Na najprzystojniejszego polityka. Na najpiękniej ubraną kobietę. Na najgłupszą odzywkę roku... Zależą nas tony wykresów, słupków, tabel. Jak zwykle, nikt nie pokusi się, by podsumować, czym żyją zwykli ludzie, jak mają się wsie, gminy, miasteczka. O ile procent spadły ceny zbóż, mleka, świń. O ile procent wzrosły ceny nawozów, oprysków, maszyn rolniczych, pasz. Ale to nie news! Nie wywoła wścieklej pyskówki przed kamerami, nie będzie pretekstem do zwołania konferencji prasowej.

Ujawnię prywatny ranking. Tuż po interwencyjnych, najwięcej informacji, które docierały do „Kontaktów”, dotyczyły „otwierania”. Boisk, dróg, mostków, remiz, sal gimnastycznych, świetlic, warsztatów terapeutycznych, szkół, przedszkoli. I, co zdumiewające, często zawiadamiali nas o tym także mieszkańcy: „Przyjdźcie zobaczyć, jaką mamy remizę; jak wygląda nasza szkoła po remoncie”. Tuż po „otwieraniu”, zaproszenia na konkursy, przeglądy, koncerty, wystawy, spotkania autorskie, obchody, obrzędy. W mijającym roku, w naszych wsiach, gminach i miasteczkach, chociaż ludziom wcale nie żyło się lepiej, działo się tyle dobrego, że gdyby choć jedną czwartą tego zrobili ci „na górze”, świat patrzyłby na Polskę z podziwem!

Mniejsza z najprzystojniejszym mężczyzną prezesem Kaczyńskim, najwytworniejszym mówcą Palikotem i najpracowitszym premierem Tuskiem. Niech sobie z najpotężniejszymi gazetami, rozgłośniami radiowymi i telewizyjnymi żyją w wymaginowanej medialnej rzeczywistości. Nie muszą wiedzieć, że nie powiedział tego dziennikarz. Że to powiedzieli ludzie, którzy machnęli na nich ręką i bez oglądania się na czyjąkolwiek łaskę, sami zabrali za własne sprawy. I jedyne, czego chcą, to by im nie przeszkadzać! Bo wbrew ekspertom nierzeczywistej rzeczywistości, poczuli się i są obywatelami!

WŁADYSŁAW TOCKI



Od redaktora

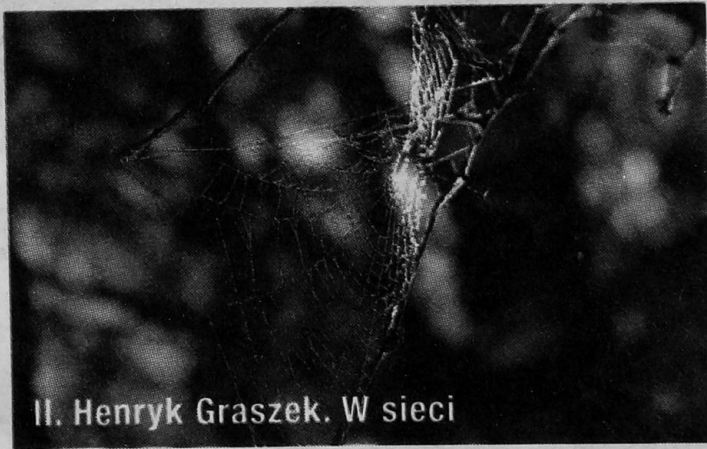
Zdjęcie miesiąca Wrzesień 2013



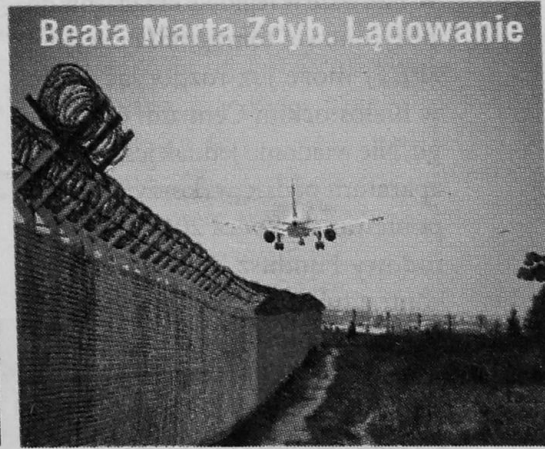
I. Henryk Graszek. Podniebne pole

W głosowaniu internetowym Czytelnicy wybrali zdjęcie miesiąca Sierpień 2013:

I i II miejsce – Henryk Graszek za prace „Podniebne pole” oraz „W sieci”, III miejsce – Krystyna Brudnicka za fotografię „Spacer we dwoje”. Gratulujemy. Publikujemy także zdjęcie Beaty Marty Zdyb „Lądowanie”, ponieważ nam się podoba ujęcie.



II. Henryk Graszek. W sieci



Beata Marta Zdyb. Lądowanie



III. Krystyna Brudnicka. Spacer we dwoje

Od piątku, 13 do piątku 20 grudnia można będzie równolegle głosować na zdjęcie Październik 2013 oraz Listopad 2013. Wejdź na stronę www.kontakty-tygodnik.com.pl (zakładka Konkurs fotograficzny). Obejrzyj zdjęcia Lecha Bielawskiego, Marty Władysławskiej, Martyny Kurpiewskiej, Dominiki Lotniak, Alicji Świerszyk, Wiktora Wisłoka, Hanny Turwit, Henryka Graszka, Kingi Jankowskiej, Wiktorii Choromańskiej, Magdaleny Sierżputowskiej, Justyny Modzelewskiej, Pawła Zalewskiego. I zgłoszuj!

Przypominamy, że z danego komputera można głosować raz na dobę (odrębnie na każdy miesiąc). W przypadku nie przestrzegania tego warunku system może odliczyć niewłaściwie oddane głosy, a nawet zablokować głosowanie.

MYŚL TYGODNIA:

Jeśli człowiek nie jest dla nikogo tym najdroższym, jedynym,
to czuje się samotny nawet wtedy, gdy kocha go wielu ludzi

Anna Frank

■ Orkan Ksawery, który dokonał poważnych zniszczeń w północnej Europie, a także w znacznej części Polski, województwo podlaskie tylko „musnął”. Wiało silniej, niż zwykle, było trochę połamanych gałęzi wymagających interwencji strażaków i zerwanych linii energetycznych, ale zdarzały się już w regionie silniejsze i bardziej niszczycielskie wichury.

■ Pierwsze pozwolenia na budowę mostu energetycznego, który połączy Polskę i Litwę, wydał wojewoda podlaski. Prace mogą rozpocząć się już w gminach Sejny i Puńsk.

■ Obowiązek ubezpieczenia się szpitali od błędów, które mogą przytrafić się w procesie leczenia, został o dwa lata odłożony. W województwie podlaskim decyzja przyjęta została z ulgą, ponieważ praktycznie żadna z placówek nie byłaby w stanie wyłożyć kilkuset tysięcy złotych rocznie na ten cel (ok. 300 tys. w przypadku szpitali powiatowych).

■ Zwolnienia mogą dotknąć ok. 80 pracowników naukowych i administracyjnych na Uniwersytecie w Białymstoku, gdyż z powodu braku naboru nie ma pierwszego roku na kilku kierunkach. Najbardziej zagrożeni są mający już uprawnienia emerytalne lub etaty także w innych miejscach.

■ Pierwsze w regionie urządzenie do pozytonowej tomografii emisyjnej (PET) może już rozpocząć pracę w Białostockim Centrum Onkologii. Nie wiadomo jednak jeszcze, jak aparatura będzie wykorzystywana, ponieważ do końca 2014 roku Narodowy Fundusz Zdrowia nie zakontraktuje tego rodzaju usług. Za badania 250 osób zapłaci na razie firma, do której należy sprzęt.

■ Dwie firmy z Polski i jedna z Belgii zgłosiły zainteresowanie zakupem udziałów (prawie 85 proc.) Miejskiego Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej w Białymstoku. Specjalna komisja przeanalizuje oferty i zdecyduje, czy negocjacje będą kontynuowane. Wartość MPEC szacowana jest na 200 – 250 milionów zł.

■ Niższe opłaty za usuwanie odpadów będą mieli mieszkańcy Białegostoku za kilka miesięcy. Władze miasta po analizie finansowej systemu obowiązującego od lipca

stwierdziły, że są pokaźne oszczędności, a mieszkańcy sumiennie płacą rachunki. Stąd propozycja obniżenia stawek od 4 do 9 złotych miesięcznie, zależnie od wielkości lokalu oraz dla przedsiębiorców. Nowe reguły wejdą w życie nie wcześniej niż w marcu.

■ Do 867 rodzin w województwie trafiły „Szlachetne Paczki”, przygotowane w ramach akcji cieszącej się rosnącym stale uznaniem. Darczyńcy wybierają najbardziej potrzebujące rodziny ze specjalnej listy i starają się zaspokoić ich podstawowe potrzeby, a w miarę możliwości także specjalne marzenia.

■ Przyrodę z bliska mogą poznawać uczniowie z województwa dzięki inicjatywie Instytutu Badań Edukacyjnych, który przygotował interaktywną mapę wskazującą, gdzie organizowane są tego rodzaju zajęcia. Są na niej m.in. centrum edukacyjne Biebrzańskiego Parku Narodowego i Muzeum Przyrody w Drozdowie.

■ Nominację w prestiżowym plebiscycie Paszporty „Polityki” otrzymała Iza Tarasewicz. Pochodząca z województwa podlaskiego absolwentka ASP w Poznaniu zajmuje się rzeźbą, rysunkiem, przygotowuje instalacje i performance. Stale współpracuje z Galerią Arsenał w Białymstoku.



Mikołajki w Venedzie

Święty Mikołaj nie przestraszył się silnego wiatru i stawiał się w piątek (6 grudnia) punktualnie na spotkanie z dziećmi w Galerii Veneda w Łomży. Towarzyszył mu orszak uroczych Śnieżynek oraz... nadworny fotograf. Śnieżynki pakowały prezenty i podsuwały je Mikołajowi, Mikołaj wręczał dzieciom, a fotograf uwieczniał to na zdjęciach. Prezenty otrzymały wyłącznie grzeczne dzieci! Następnego dnia (sobota) Mikołaj zjawił się ze swoim nadwornym cukiernikiem, który nauczył wszystkich, jak upiec pyszny, pachnący goździkami i miodem świąteczny piernik. Wszystko, co zostało upieczone, było potem zjedzone! (ann)

■ Nauczycielami mianowanymi zostali Marta Malinowska z Przedszkola Publicznego nr 15, Barbara Pisarska z Publicznego Gimnazjum nr 8 i Jacek Kicała z III Liceum Ogólnokształcącego w Łomży.

■ Zwarcie instalacji elektryczne było przyczyną pożaru wieży zabytkowego kościoła św. Wojciecha w Białymstoku. Prokuratura nie dopatrzyła się śladów celowego działania czy zaproszenia ognia i śledztwo umorzyła. Zniszczona część świątyni została zabezpieczona na zimę, a wiosna ma się rozpocząć odbudowa.

■ Za to, że pomagali się ukrywać Katarzynie W., podejrzewanej wówczas o zabójstwo swojej półrocznej córki Madzi w głośnej na całą Polskę sprawie oraz utrudnianie śledztwa, stanęli przed sądem w Białymstoku stanęli Krzysztof P. (42 lata) z Klukowa i Marcin K. (24 lata) z Łowicza. Jesienią ubiegłego roku wspólnie wynajęli mieszkanie w Turośni Dolnej koło Białegostoku, gdzie spędzili w trójkę około miesiąca. Obaj nie przyznają się do winy. Twierdzą, że nie wiedzieli, z kim mieli do czynienia.

■ Zakupy zbyt drogich mebli i innych elementów wyposażenia do nowego biurowca zarzucili kontrolerzy Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad szefostwu białostockiego oddziału. Wśród nabytków były m. in. biurka po 9 tysięcy złotych. Kilka osób otrzymało w związku z tym kary służbowe.

Znaki czasu

■ Sąd Okręgowy w Warszawie nie podzielił opinii posłów Twojego Ruchu, według których krzyż w Sejmie wywiera presję światopoglądową. „Ważne, że jest rozstrzygnięcie sądowe, które mam nadzieję zamknie ten, moim zdaniem, nikomu niepotrzebny spór. Mnie krzyż w Sejmie nie przeszkadza”, skomentował premier Donald Tusk.

■ 37,6 mld zł rząd przeznaczy na Program Budowy Dróg Krajowych w latach 2014 – 2020; pieniądze pochodzić będą z Krajowego Funduszu Drogowego oraz refundacji z budżetu UE, zdecydował rząd.

■ Ugrupowanie Jarosław Gowina Polska Razem postuluje, aby rodzice mogli głosować za dziećmi do ukończenia przez nie 13. lat.

■ Studenci dziennikarstwa z 19 polskich uczelni nagrodzili ks. Adama Bonieckiego główną nagrodą AUTORYtet w 7. plebiscycie Studenckich Nagród Dziennikarskich MediaTory za rzetelność, profesjonalizm i najwyższe standardy oraz za całokształt pracy dziennikarskiej.

■ Niezgodne z konstytucją są przepisy przewidujące automatyczne zwalnianie z policji i straży pożarnej chorych na AIDS lub przewlekłe zapalenie wątroby, orzekł we wtorek Trybunał Konstytucyjny.

■ Polacy nie odczuwają kryzysu gospodarczego i tłumnie wyjadą na świąteczne wakacje. Biura podróży oceniają, że dawno nie było takiego zainteresowania świąteczną ofertą.

■ Zakazane w Polsce tabletki, przerywające ciążę, kobiety kupują za granicą przez Internet na stronie międzynarodowej organizacji, która popiera prawo kobiet do aborcji (serwery znajdują się w Holandii). Przesyłka przychodzi z Indii, trzeba za nią zapłacić 90 euro w formie darowizny, podała „Rzeczpospolita”.

■ 5 samochodów spłonęło w Krakowie, mieszkańcy osiedla uważają, że to podpalenia.

■ Biznesmen z Gdyni Dariusz G. (50 l.) kręcił filmy porno ze zwierzętami i zmusił swoją kochankę do seksu z psem. Opuścił areszt po wpłaceniu kaucji 5 000 zł.

Wracają zlikwidowane przez Gowina sądy rejonowe

To już pewne na 99 proc., szacuje sędzia Jan Leszczewski, rzecznik Sądu Okręgowego w Łomży i prezes Oddziału Stowarzyszenia Sędziów Polskich Iustitia.

Reaktywowane zostaną Sądy Rejonowe w Grajewie i Wysokiem Mazowieckiem, zlikwidowane z 1 stycznia 2013 roku w wyniku tzw. reformy Gowina. Podczas prac w Sejmie nad prezydenckim pro-

jektem nowelizacji ustawy Prawo o ustroju sądów powszechnych, wprowadzającym kryteria tworzenia sądów rejonowych, posłowie w minionym tygodniu przegłosowali poprawkę, zgodnie z którą Minister Sprawiedliwości będzie musiał przywrócić nie 17, jak pierwotnie zakładał projekt, ale 41 ze zlikwidowanych 79 sądów, w tym oba z okręgu łomżyńskiego.

Kryteria zakładają, że sąd rejonowy jest tworzony na obszarze zamieszkałym przez minimum 50 000 osób i wpływa do niego minimum 5 000 spraw rocznie. Sądy w Grajewie i Wysokiem Mazowieckiem oba te kryteria spełniają.

Nie jest jeszcze znana dokładna data przywrócenia sądów. Nieoficjalnie mówi się, że może to być już 1 stycznia 2014 roku. (ann)



Zdjęcie oryginalnej choinki przysłał „Kontaktom” Czytelnik z Zambrowa.

Może ktoś jeszcze stroi swoją choinkę nie tylko tradycyjnymi ozdobami? Prosimy o zdjęcia, które mogą zainspirować ciekawe pomysły wśród innych naszych Czytelników.

Wyrok na fałszywą reporterkę

Alicja J., która podając się za dziennikarkę oszukiwała hotelarzy w całej Polsce, usłyszała w Zielonej Górze wyrok półtora roku więzienia w zawieszeniu na 3 lata.

Skazana została tylko za oszustwa dokonane po wyjeździe z Pniewa. Tymczasem tu wcześniej naciągnęła na 12 000 kredytu Wiesława Mittera twierdząc, że potrzebuje pieniędzy na zagraniczne leki na raka. Do Pniewa przybyła, odpowiadając na jego anons matrymonialny. Zaczęła współpracować „Narwią”, a potem z Radiem Nadzieja w Łomży. W tym czasie w Łomży wyłudziła

od Zofii 9 000 zł. Od Waldemara „pożyczyła” 500 zł. Nagle zniknęła. Zaczęła podróżować po Polsce, podając się za dziennikarkę ogólnopolskiej stacji telewizyjnej. Nocowała w hotelach i wyjeżdżała nie płacąc. Wynajmowała także lokalnych operatorów kamer w miastach, do których przyjeżdżała, którym również nie płaciła za pracę.

Oprócz kary więzienia w zawieszeniu, będzie musiała zapłacić grzywnę w wysokości 200 złotych i zwrócić firmom wyłudzone od nich pieniądze, czyli ponad 30 tysięcy złotych. Wyrok jest prawomocny.

Sprawiedliwość po 23 latach?

Sprawą wypadku drogowego sprzed 23 lat zajmuje się Sąd Okręgowy w Białymstoku. W grudniu 1990 roku Dariusz W. miał potrącić na przejściu dla pieszych małżeństwo. Mężczyzna zmarł, kobieta doznała poważnych obrażeń. Zanim został osądzony, Dariusz W. wyjechał do USA i ukrywał się aż do 2012 roku. W pierwszej instancji usłyszał wyrok 6 lat więzienia. W procesie odwoławczym twierdzi, że wypadek spowodował jego nieżyjący już ojciec.

Dla zwolnionych nauczycieli

Dla nauczycieli, którzy stracili pracę, ma być przeznaczona unijna dotacja, by mogli zmienić kwalifikacje lub zakładać własne firmy. Wojewódzki Urząd Pracy rozpocznie przyjmowanie wniosków po nowym roku. Pieniądzy powinno wystarczyć dla około 200 pedagogów, choć gwarancji zatrudnienia im nie zapewni. Związek Nauczycielstwa Polskiego wołałby przeznaczyć pieniądze na organizację dodatkowych zajęć w szkołach, co pozwoliłoby ocalić trochę etatów.

Tygrys w ziemi

Fragmenty niemieckiego czołgu Tygrys, jednego z najpotężniejszych w czasie drugiej wojny światowej, znaleźli entuzjaści historii ze Stowarzyszenia Grupa Wschód w miejscowości Liza Stara koło Łap. Szukali na podstawie wskazań jednego z mieszkańców i pod polną drogą natrafili na części pancerza, gąsienic, lufy, włązy, amunicję. Według świadectw historycznych, czołg uległ awarii podczas walk w sierpniu 1944 roku i został wysadzony przez załogę. Tygrysa, a nawet większych fragmentów tej konstrukcji, nie ma żadna placówka muzealna w Polsce. Znaleźisko z Lizy będzie poddane zabiegom konserwatorskim, a potem trafi do Muzeum Wojska w Białymstoku.

Pijany policjant skazany

Rok temu nocą na jednej z dróg w gminie Narėw samochód wpadł do rowu. Śledztwo wykazało, że kierowcą był kompletnie pijany (ponad 3 prom.) policjant z Białogostoku. Teraz za jazdę po pijanemu sąd skazał go na 3 tys. zł grzywny oraz odebrał mu prawo jazdy na 3 lata. Jak mówił sędzia Tomasz Pannert, kara jest raczej symboliczna, bo oskarżony tak naprawdę ukarał się sam: „Był czynnym funkcjonariuszem policji, teraz jego sytuacja życiowa diametralnie się zmieni. Oczywiście jest, że nie będzie mógł wykonywać tych obowiązków i oczywiście jest, że to zachowanie wpłynie na kształt całego jego dalszego życia”.

Policjant zapowiada, że odwoła się od wyroku. Od początku twierdził, bowiem, że to nie on siedział za kierownicą. Jednak zdaniem sądu mężczyzna, który rzekomo prowadził samochód, pojawił się na miejscu wypadku później. Sąd uznał, że sprawę zbadano bardzo dokładnie.

REKLAMA



URZĘDOWSKI

ILASZCZUK.PL

URZĘDOWSKI

OKNA I DRZWI DREWNIANE

- ŁOMŻA
- WARSZAWA
- BIAŁYSTOK
- SUWAŁKI

ŁOMŻA

SIKORSKIEGO 239

086-216-69-60, 606-991-850, 604-277-545



Kamienica Wiejska 10 sprzed kilkunastu lat oraz po odbudowie

Podniesione z ruin

Dużo zmienia się na łomżyńskiej Starówce w rejonie ulic Wiejskiej i Kolegialnej. Odbudowana została przez prywatnego inwestora ogromna, zrujnowana kamienica z końca XIX wieku na Wiejskiej 10. Prace trwały wiele lat w uzgodnieniu z konserwatorem zabytków. Obok, na rogu Wiejskiej i Kolegialnej, powstaje porównywalny, jeśli chodzi o gabaryty, ogromny budynek mieszkalny, wznoszony

przez innego prywatnego inwestora. Będzie wyglądem współgrał z kamienicą Wiejska 10 i razem z nią wypełni cały kwartał w obrębie Kolegialna – Wiejska – Piękna. Kolejny prywatny inwestor przywraca dawną świetność tzw. poliklinice, czyli budynkowi z przełomu XIX/XX na narożnej działce Wiejska – Kolegialna, w którym do II wojny światowej i po wojnie mieszkali lekarze, pracujący

w Szpitalu Miejskim św. Ducha. W pozostałej wolnej pierzei ul. Kolegialnej budowana jest przez miasto hala sportowa dla II LO. Jej elewacja także została dostosowana do charakteru miejsca. W głębi, za gmachem II LO, rozbudowywany jest dawny internat „Medyka” na dom akademicki PWSiP. Brzydka „peerelowska” architektura tego budynku zostanie również dostosowana do otoczenia. (ann)

Autobusy już wożą uczniów!

Od poniedziałku (9 grudnia) autobusy MPK dojeżdżają już do szkoły ZDZ na ul. Ciepłej! Przebudowa tej ulicy utknęła z powodu zaniechania realizacji offsetu przez spółkę Galeria Narew. Jak informowaliśmy, prezes ZDZ i dyrektor szkoły porozumieili się z właścicielami firm, mających siedziby przy ul. Ciepłej i Studenckiej, zrobili składkę i własnym sumptem poprawili dojazd do szkoły. Kilkaset metrów ul. Studenckiej, która miała nawierzchnię gruntową, utwardzono płytami betonowymi. Wybudowana została na końcu ul. Ciepłej, przy szkole ZDZ, pętla dla autobusów. Drugi przystanek jest obok Wyższej Szkoły Agrobiznesu. Rano zajeżdżają pod szkołę autobusy linii

nr 1 i 15, a po południu, o godz. 13.00 i 14.00 autobusy linii nr 2.

Stowarzyszenie ZDZ było zmuszone z końcem sierpnia przenieść siedzibę swoich szkół, trzyletniej zawodowej szkoły publicznej i czteroletniego niepublicznego technikum fryzjerskiego (w sumie około 210 uczniów), z miejskiego budynku przy ul. Studenckiej do własnego przy ul. Ciepłej. Uczniowie od września chodzili do nowej szkoły na piechotę od przystanku na ul. Wojska Polskiego gruntowym odcinkiem ul. Studenckiej, często brodząc po błocie.

„W szkole stworzyliśmy uczniom dobre warunki, choć przystosowanie budynku jeszcze się nie skończyło. Nie mogliśmy pozwolić, żeby brodzili po błocie.



Pracownicy ZDZ ustawiają przystanek MPK na nowej, tymczasowej pętli przed wejściem do szkoły

Oddajemy serce naszym uczniom i robimy wszystko, żeby nie mieli gorzej od innych”, mówi dyrektor szkoły Janusz Mieczkowski. (MK)

W rocznicę stanu wojennego



Na spotkanie z internowanymi 13 grudnia 1981 roku w Łomży działaczami „Solidarności” zaprasza Łomżyński Klub Myśli Patriotycznej (piątek, 13 grudnia, godz. 18.00, Centrum Katolickie, ul. Zawadzka 55).

2 mln zł na staże

O 2 mln zł na staże dla bezrobotnych młodych (do 30 roku życia) i po pięćdziesiątce starają się wspólnie w Europejskim Funduszu Społecznym powiaty łomżyński, kolneński i zambrowski. Z powiatu łomżyńskiego szanse na staże ma 117 osób.

Ratusz zmienił bank

Finanse miasta od 1 stycznia 2014 roku będzie obsługiwać Getin Noble Bank SA (dotychczas obsługiwał BPH SA). Zmiana banku przysporzyła pracy urzędnikom. Nowe konta bankowe wprowadzają do uchwał Rady Miejskiej, zarządzeń prezydenta i urzędowych formularzy.

Akademicka łączy

Za niecały rok będzie można jeździć z ul. Poznańskiej na al. Piłsudskiego ulicą Akademicką. Obecnie Akademicka od strony Poznańskiej kończy się przy bloku za parkingiem Państwowej Wyższej Szkoły Informatyki i Przedsiębiorczości. Od strony al. Piłsudskiego jest nowy odcinek do ronda w ciągu ul. Spokojnej. Między rondem a PWSiP rozciąga się dziewiczy teren i właśnie na nim powstanie brakujący odcinek o długości 350 m (termin zakończenia budowy 30 września 2014 r.).

Kosztowna rekreacja

Ponad 6 mln zł musi dopłacić miasto do działalności Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji od stycznia do października mijającego roku, wynika ze sprawozdania dyrekcji MOSiR. Najwięcej, ponad 3 mln zł, dopłaca do biletów na obie pływalnie. Na obiektach MOSiR (dwie pływalnie, stadion z bocznym boiskiem ze sztuczną nawierzchnią, sztuczne lodowisko, basen letni) rekreację organizuje mieszkańcom Łomży ponad 100 pracowników MOSiR, zatrudnionych na 103,5 etatów.

70 urodziny Przyjaciela Łomży i „Kontaktów”

Mistrz pióra i słowa z niezwykłą umiejętnością prezentowania dziejów przez ludzi, zdarzenia i anegdoty. Zaciekawia i zachwyca, bo jego opowieści są barwnymi obrazami, w których fakty i szczegóły są jednakowo ważne; tworzą dramaturgię i koloryt zdarzeń. Historyk, wybitny uczony i pasjonat dziejów regionu. Znanca archiwaliów wschodnich (głównie grodzieńskich i wileńskich) oraz londyńskich. Od 41 lat nauczyciel Uniwersytetu w Białymstoku (wcześniej filia Uniwersytetu Warszawskiego), na którym pełnił funkcje pełnomocnika rektora, dziekana i prodziekana Wydziału Humanistycznego, kierownika studiów doktoranckich Wydziału Historyczno-Socjologicznego, przewodniczącego Rady Naukowej Instytutu Historii, senatora Uniwersytetu.

Profesor Adam Czesław Dobroński 12 grudnia na Uniwersytecie w Białymstoku obchodzi jubileusz 70. urodzin.

Pochodzi z Ostrowi Mazowieckiej. Wypromował około 400 magistrów, 11 doktorów, 3 jego uczniów uzyskało habilitację. Jest autorem, współautorem i redaktorem prawie 250 prac naukowych i popularno-naukowych, w tym ponad 20 monografii książkowych. Współpracuje z wieloma pisarzami naukowymi i regionalnymi, a wśród nich od wielu lat z tygo-



Prof. Adam Czesław Dobroński kwestuje przed cmentarzem w Łomży

dnikiem „Kontakty” i rocznikiem „Ziemia Łomżyńska”. Był posłem na Sejm (1993-1997), zabiegał wówczas o powołanie w Białymstoku samodzielnego uniwersytetu i Uniwersytet w Białymstoku powstał w 1997 r. jako trzynasty państwowy uniwersytet w Polsce. Kierował Urzędem do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych, przewodniczył Polsko-Litewskiej Ko-

misji Parlamentarnej (jest laureatem „Nagrody Obojga Narodów” w 2005 r.). Jest członkiem honorowym Polskiego Towarzystwa Historycznego, Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej i kilkunastu innych stowarzyszeń i towarzystw.

„Kontakty” uważają, że zasłużył na honorowe obywatelstwo Łomży!

Wielu twórczych lat w zdrowiu, Drogi Adamie.

Krytycznie o podziale unijnych pieniędzy na lata 2014 – 2020

Duże pieniądze, duże niezadowolenie

„W poprzednim Regionalnym Programie Operacyjnym Łomża i powiat łomżyński na 91 projektów wartości 727 mln zł otrzymały 422 mln zł dofinansowania. To dużo i mało jednocześnie. Jest dużo do zrobienia. Ten Regionalny Program Operacyjny może temu zaradzić. Wszystko zależy od naszej aktywności”, mówił podczas konsultacji projektu RPO na lata 2014 – 2020 w Łomży wicemarszałek Jacek Piorunek.

Podlaskie będzie miało do wydania w tym okresie 1 miliard euro. Ale, jak poinformował dyrektor Departamentu Zarządzania RPO w Urzędzie Marszałkowskim Daniel Górski, tym razem Komisja Europejska określiła kilka dziedzin, na które należy przeznaczyć ponad 50 proc. unijnych pieniędzy. Są to badania naukowe i ich rozwój, wspieranie małych firm, rozwój telekomunikacji, energia odnawialna.

Projekt podziału miliarda, przygotowany przez Urząd Marszałkowski spotkał się z krytyczną oceną wszystkich wójtów, burmistrzów i starostów Łomżyńskiego.

„Dla powiatów i gmin, dla Łomży pieniędzy w tym programie nie będzie. Jest on dla nas nie do przyjęcia”, podsumował burmistrz Kolna Andrzej Duda.

W Polsce co 7 policjant jest kobietą. W powiecie wysokomazowieckim wśród 94 policjantów, pań jest 10

Policjant na obcasach



Starszy aspirant Alicja Buczkowska

Jeździła na nocne patrole. Ścigała przestępców i piratów drogowych. Z bronią i kajdankami penetrowała ulice Wysokiego Mazowieckiego. Pomagała ofiarom, uspokajała

„damskich bokserów”, czasami pochylała się nad zwłokami.

Alicja Buczkowska, dziś starszy aspirant i oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Wysokiem Mazowieckiem, 20 lat temu była pierwszą policjantką w powiecie.

„Zawsze podobały mi się mundury. To mój wymarzony zawód. Gdybym dziś wybierała, wybór byłby taki sam. Poznałam pracę w policji od podszewki, bo zaczynałam od służby patrolowo-interwencyjnej”, mówi.

Potem była pięć lat dzielnicową. „Dzielnicowy, to jak lekarz

pierwszego kontaktu. Z wieloma sprawami spotykałam się pierwszy raz. I wcale nie było zawsze tak fajnie, jak na plakacie”, śmieje się.

Była blisko ludzi, stała obok biedy, patrzyła na dzieci przerażone awanturą czy pijaństwem rodzica.

Teraz rzadko jeździ na patrol. Spotyka się z mieszkańcami na zebraniach, podpowiada i szkoli; na spotkaniach z uczniami mówi o bezpieczeństwie, ostrożności, jak się zachować w konkretnych, niebezpiecznych zdarzeniach. Poza tym jest „twarzą” Komendy Powiatowej Policji w Wysokiem Ma-

zowieckiem. Coś się dzieje, trzeba odpowiedzieć na docieklive pytania dziennikarzy, skomentować, napisać informację. To ona.

Prywatnie Alicja Buczkowska jest żoną...policjanta (w sąsiednim powiecie) i mamą dwóch córek (starsza, studentka Politechniki Białostockiej, młodsza licealistka). Kocha podróże i swoją pracę.

„Pracuję ciągle z taką samą energią. Nakręca mnie pomoc innym. A cieszą uśmiechy ludzi i ich przyjazne spojrzenia”, mówi.

MARIA TOCKA

POWIAT GRAJEWSKI

Nagrodzeni za wielkie serca

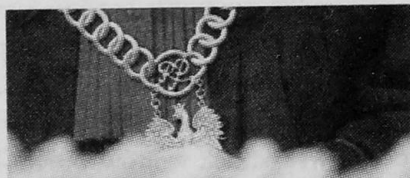
Nie marnują czasu. Gdy inni odpoczywają, oni myślą i pracują bezinteresownie. Grajewskich wolontariuszy w mijającym roku uhonorował burmistrz Adam Kiełczewski podczas II Gali Wolontariatu w Miejskim Domu Kultury.

Spośród uczniów wyróżnieni zostali gimnazjaliści Patrycja Ignaciuk i Aleksandra Murawska z Zespołu Szkół Miejskich nr 3 oraz Karolina Kiluk (ZSM nr 1) i Jakub Zambrowski (ZSM nr 2) za pomaganie kolegom w nauce, prowadzenie kolonii i zimowisk, udział w kwestach, czytanie młodszemu itp.

W kategorii inicjatywa roku laureatem został ZSM nr 2 za Bożonarodzeniowy Festyn Charytatywny, a wyróżnienie otrzymał nauczyciel Zespołu Szkół Specjalnych Mirosław Deresz.

Tytuł Wolontariusza Roku otrzymała Parafia Trójcy Przenajświętszej i ks. Serafin Kaliszewski. Wyróżnione zostały nauczycielki Irena Konopko (ZSM nr 3) i Elżbieta Niedbała (ZSM nr 1). (ann)

POWIAT KOLNEŃSKI



Policjanci w sądzie

O niedopełnienie obowiązków i przekroczenie uprawnień oskarżyła Prokuratura Rejonowa w Łomży trzech policjantów z Kolna, którzy w lipcu ubiegłego roku przyjechali do Stawisk na miejsce kolizji z udziałem służbowego samochodu burmistrza Stawisk. Jeden z nich jest już na emeryturze i jego sprawa została wyłączona z postępowania. Rozprawa policjanta i policjantki (zawieszeni w czynnościach) odbędzie się w sądzie w poniedziałek, 16 grudnia.

Sprawa burmistrza po apelacji toczy się przed sądem w Kolnie. Burmistrz twierdzi, iż nie prowadził wówczas auta, a kierował nim kierowca zatrudniony w Urzędzie. Przy jednoznacznym ustaleniu okoliczności i sprawcy kolizji dużo zależało od pracy policji. Zdaniem prokuratury, policjanci zaniedbali obowiązki, na miejscu kolizji nie zabezpieczyli dowodów.

Szczuczyn z nową twarzą

Wypiękniało centrum Szczuczyna. Dzięki inwestycjom Starostwa Powiatowego w Grajewie i burmistrza, wybudowane zostały ulice Wąsoska, Majewskiego i Krzywa. Nowy, piękny wygląd otrzymał pl. Tysiąclecia (dawny rynek). To historyczne serce miasta, zaprojektowane przez architektów Antoniego Szczuki na przełomie XVII i XVIII wieku. Kosztowały ponad milion złotych. Już niedługo do gruntownie wyremontowanej kamienicy przy pl. Tysiąclecia wróci Urząd Miejski, który przez ostatnie dwa lata dzia-

łał w zastępczym budynku pocztowym przy ul. Grunwaldzkiej. Nowocześnie i ładnie zrobiło się też przy ul. Kolneńskiej, gdzie wybudowane zostało za kolejny milion nowe targowisko miejskie. Prowadzi do niego nowy chodnik.

Starostwo przebudowało też 5 km drogi powiatowej Szczuczyn – Wąsosz (koszt 2,4 mln zł). Droga ta, niestety, jeżdżą ciężarówki, wywołujące żwir ze zwirowni w Wąsoszu, co naraża ją na zniszczenia. Czy będą jeździć także przez odnowione centrum? Tego obawiają się mieszkańcy. (ann)

Ładne i ciepłe

Szare i brzydkie bloki przy ul. Wojska Polskiego oraz na os. Tysiąclecia w Grajewie zmieniły się nie do poznania. Zakład Administracji Domów Mieszkalnych ocieplił ściany i wykonał nowe elewacje bloków nr 37 przy ul. Wojska Polskiego oraz nr 4, 4 A, 5 na os. Tysiąclecia. Odbiór ostatniego budynku (nr 4 na os. Tysiąclecia) odbył się 2 grudnia. Główną korzyścią, poza estetyką,

jest zmniejszanie kosztów ogrzewania budynków. Lokatorzy zauważają oszczędności w rachunkach za ciepło już za kilka miesięcy, zapewnia dyrektor Zakładu Edward Kupiec.

W tym roku ZADM wydał na termomodernizację prawie 472 000 zł. Jak zapowiada dyrektor Edward Kupiec, wiosną przyszłego roku dokończony zostanie blok nr 3 na os. Tysiąclecia. (ann)

Festyn dla Mi-chałka



Na Bożonarodzeniowy Festyn Charytatywny zaprasza w niedzielę, 15 grudnia, Zespół Szkół Miejskich nr 2 w Grajewie (hala MOSiR, ul. Strażacka 2, godz. 16.00). Dochód ze sprzedaży ozdób świątecznych i wypieków będzie przeznaczony na leczenie Michałka Markowskiego.

Basen i muzeum

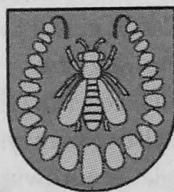
Basen i Muzeum Mleka wybuduje firma z Elku na rogu ul. Targowej i Konstytucji 3 Maja w Grajewie do wiosny 2015 roku za ok. 18 mln zł.

Grajewo chce obwodnicy

W Grajewie, wzorem innych miast położonych przy drogach krajowych, powstał Społeczny Komitet Wspierania Budowy Obwodnicy. Działa w nim radny Tomasz Cebeliński, który zapowiada, że już w styczniu Komitet zorganizuje blokadę przebiegających przez miasto dróg krajowych.

Od tygodnia gmina Turośl ma herb, flagę i pieczęcie

Turośl z herbem, autor z korzeniami



Herb gminy Turośl

Herb, przedstawiający pszczołę otoczoną sznurkiem bursztynów na zielonym tle, nawiązuje do bogactw naturalnych Kurpiowszczyzny i głównego zajęcia jej mieszkańców w dawnych wiekach. A zajmowali się bartnictwem, łowiectwem i wydobywaniem bursztynu. Tradycje te zachowały się do dziś, choć bursztyn znajduje się już w śladowych ilościach. Ma jednak szczególne miejsce w folklorze kurpiowskim, bo bursztynowe korale nadal zdobią stroje kobiet. Mieszkańcy gminy, jak ich przodkowie, dziś także zajmują się pszczelarstwem.

Autorem projektu jest heraldyk Robert Szydlik z Łuszcza. Ten sam autor opracował wcześniej symbole około 20 miejscowości w Polsce, w tym Piątnicy, Kulesz Kościelnych, Rutek powiatu oleckiego. Robert Szydlik jest członkiem Związku



Robert Szydlik

Kurpiów, jako że jego przodkowie w I poł. XVIII w. wyruszyli z okolic parafii Myszyniec lub Czarnia pod Ostrów Mazowiecką, gdzie osiadając się, dali z innymi „emigrantami” początek Kurpiom Białym. Ze strony matki z kolei autor miał przodków w Kalinowie Solkach (gm. Kulesze Kościelne), Wdziękoniu II (gm. Zambrów) i Chłudniach (gm. Mały Płock).

Grupa pomocy



Młodzież z Kolna tworzy Grupę Pierwszej Pomocy, która będzie uczyła zasad udzielania pierwszej pomocy i prawidłowych zachowań w sytuacjach kryzysowych. Spotkanie organizacyjne 12 grudnia (godz. 17) w KOKiS.

Na kombinezony

8 ubrań koszarowych kupili strażacy z OSP Stawiski za dotację (2 000 zł) z budżetu województwa.

Konsekracja w Lachowie

Ordynariusz Łomżyński Janusz Stepnowski z udziałem biskupa pomocniczego Tadeusza Bronakowskiego i biskupa seniora Tadeusza Zawistowskiego konsekrowali w niedzielę wzniesiony 135 lat temu kościół Zwiastowania NMP w Lachowie. Parafia liczy 2 700 wierznych, od sześciu lat proboszczem jest ks. Krzysztof Malinowski.

Co to jest religia?

Rozpoczynamy niezwykle ciekawy cykl, leksykon religii świata. Dlatego na początku warto postawić pytanie: „Co to jest religia”. Słowo „religia” pochodzi od łacińskiego „religio” i oznacza szacunek do tego, co jest święte.

Podstawę wszystkich religii stanowi wiara w boga. We wszystkich religiach występują pewne wspólne, typowe elementy: wyznawane prawdy wiary, zasady moralne, formy kultu i organizacji wspólnot wierzących.

Religie przybierają zawsze postać instytucjonalną i zorganizowaną. Istnieją w nich przywódcy duchowi. Dzięki tym wspólnym elementom wszystkie religie są podobne, chociaż różnią się między sobą.

Ze względu na wiarę w boga, religie dzielą się na monistyczne, czyli takie, w których wierzy się w jednego boga i politeistyczne, w których wyznaje się wiarę w wiele bóstw.

We wszystkich religiach wierni nawiązują łączność z bogiem lub z bogami przez modlitwę, obrzędy i medytację. W wielu religiach istnieje wiara w to, że dusza ludzka żyje po śmierci, w specjalnych świętych miejscach albo wciela się w inne formy życia.

Pierwotnie religie rozprzestrzeniały się dzięki dosłownym przekazom ustnym, z pokolenia na pokolenie. Od czasu wynalezienia pisma, zaczęto spisywać święte teksty.

Większość religii przyjęła znaki, które pozwalają rozpoznawać wiarę i formy jej wyznawania.

Wszystkie religie narzucają swoim wyznawcom zasady, których powinno się przestrzegać w życiu. Posłuszeństwo tym zasadom ma przynieść szczęście zarówno na tym świecie, jak i po śmierci.

Kapłani, duchowni, przewodnicy są ludźmi ze specjalnymi uprawnieniami w ramach zorganizowanych religii. Ich zadania obejmują obowiązki od przemawiania do Boga lub bogów w imieniu wiernych, po przewodnictwo duchowe lub moralne.

(Za tydzień: buddyzm).

KS. DR JAN ŻELAZNY



Św. Mikołaj z dziećmi w Zambrowie

Św. Mikołaj w Trójcy

W grudniu wyczekujemy narodzenia Jezusa. Ponad 200 dzieci w kościele Trójcy Przenajświętszej w Zambrowie codziennie uczestniczy w Eucharystiach, zwanych roratami, które będą trwały do Bożego Narodzenia.

Pomysł na tegoroczne roraty dał papież Franciszek. Kiedy go wybierano, jeden z kardynałów powiedział: „Nie zapomnij o ubogich”. Papież natychmiast pomyślał o św. Franciszku z Asyżu. „Jak bardzo chciałbym Kościoła uboższego i dla ubogich!”, to była druga myśl papieża.

Rozważania rorat w 2013 prowadzą nas przez postacie Świętych Kościoła, którzy poświęcili się ubogim. Biorąc z nich wzór w czasie adwentu, dzieci i dorośli wspierają różne inicjatywy pomocy ubogim. 6 grudnia wspominaliśmy św. Mikołaja, ulubionego Świętego wszystkich dzieci. Ponad 1700 lat temu był biskupem w mieście Mira. Ten zaszczytny tytuł nie przeszkodził mu jednak w pomaganiu najbiedniejszym. Święty Mikołaj jest symbolem dobroci i radości, a dzień jego wspomnienia jest okazją do obdarowywania się prezentami. Właśnie w tym dniu po Mszy św. kościele Trójcy Przenajświętszej w Zambrowie rozległ się dźwięk dzwonków. Na dziedzińcu kościoła pojawił się Święty Mikołaj w asyście aniołów. Przy akompaniamencie muzyki dzieci śpiewały piosenki i recytowały wiersze o Mikołaju i dla Mi-

kołaja. Wszyscy obiecywali Świętemu, że będą grzeczni. Stary, dobry Mikołaj opowiedział dzieciom o sobie oraz o tym, jak ważną rzeczą jest sprawianie przyjemności i radości innym. Często wystarczy dobre słowo, uśmiech, przyjazny gest i już jest cieplej na sercu. Obdarował najmłodszych słodyczkami, pożegnał wszystkich i udał się w dalszą drogę. Kończąc spotkanie ks. Dawid poprosił, żeby każdy postarał się być św. Mikołajem. Bo jak mówią słowa piosenki: „I Ty, i Ty możesz zostać św. Mikołajem”.

Małgorzata Lachowska s. Justyna
Parafia Trójcy Przenajświętszej
w Zambrowie

Pociąg do Łomży

„W odpowiedzi na zapytanie, dotyczące inwestycji w infrastrukturę kolejową w województwie podlaskim w nowej perspektywie finansowej na lata 2014 – 2020, wniesione w ramach Wojewódzkiej Komisji Dialogu Społecznego w Białymstoku informujemy, że w ramach budżetu założonego w projekcie Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego 2014 – 2020 planowana jest rewalizacja linii kolejowej nr 49 na odcinku Śniadowo – Łomża oraz rewalizacja linii kolejowej nr 36 na odcinku Łapy – Śniadowo, celem przywrócenia ruchu na trasie Białystok – Śniadowo. W tej sprawie Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego w Białymstoku prowadził już

rozmowy z PKP PLK”, odpowiedział posłowi Lechowi Antoniemu Kołakowskiemu z upoważnienia Marszałka Województwa dyrektor Departamentu Zarządzania RPO Daniel Górski.

Skasowane pokolenie

Należę do pokolenia stacjonarnych telefonów i papierowych gazet. W czasach mojej aktywności zawodowej posiadanie stacjonarnego telefonu znaczyło tyle samo, co stały adres. Stacjonarny telefon był pewnikiem i znakiem wiarygodności. Był w książce telefonicznej, można się było skontaktować. Mam nadal stacjonarny telefon. Ma go dużo ludzi starszych. Wiedzą o tym i dziś wykorzystują tę wiedzę różni spekulanci, którzy dzwonią na telefony stacjonarne i zapraszają na pokazy łączone ze sprzedażą. Mam też telefon komórkowy i ma go wielu kolegów w moim wieku. Na komórkę nikt nie dzwoni z informacją o pokazie.

Drugim przyzwyczajeniem była i jest papierowa gazeta. Kiedyś rano, w drodze do pracy, w kiosku kupowałem gazety. Z gazet wiedziałem, co dzieje się w mieście, co będzie się działo, gdzie warto pójść ze znajomymi. Prawie już nie ma kiosków gazetowych. Gazety można kupić w sklepach, z tym mogę się pogodzić. Ale ubolewam, że organizatorzy życia kulturalnego i społecznego w mieście nie ogłaszają swoich spotkań i imprez. To tak, jakby skasowali jedno pokolenie odbiorców. A ich propozycje bardzo interesują ludzi w moim wieku. Warto wydać jakieś złotówki na ogłoszenie, żeby mieć publiczność. Przecież to się zwróci w biletach, które kupimy, a poza tym impreza będzie miała inny wizerunek. Nie będzie wydarzeniem tylko garstki ludzi. To odkryli spekulanci, którzy zapraszają na pokazy. Oni nie liczą czasu i pieniędzy, gdy dzwonią i namawiają na pokaz. Nie wiedzą tego (może nie chcą) inni organizatorzy. A mnie i innym z pokolenia papierowych gazet i stacjonarnych telefonów, żal i przykro, że nas skasowali.

Ryszard Wróblewski
Łomża

„Świetlicowa” gmina

440 000 zł kosztował remont i rozbudowa świetlicy w Kaczynie Starym (unijne dofinansowanie 207 000 zł). Burmistrz Anna Bogucka wyposażała ją w nowe meble do sali głównej i kuchni. Teren wokół budynku został utwardzony kostką, więc przed świetlicą jest duży parking.

„Gmina Czyżew jest jedną z przodujących gmin pod względem pozyskiwania pieniędzy unijnych nie tylko na świetlice, ale również na inne inwestycje”, mówi wicemarszałek województwa podlaskiego Mieczysław Baszko. Nowy budynek poświęcił proboszcz parafii w Dąbrowie Wielkiej ks. Wiesław Pac.

Świetlica w Kaczynie Starym jest 8 świetlicą wyremontowaną przez burmistrz Annę Bogucką. Wcześniej odnowione zostały świetlice w Dąbrowie Wielkiej, Rosochatem Kościelnym, Dmochach Wochach, Kaczynie Herbasach, Siennicy Święchach, Dąbrowie Nowej Wsi, Siennicy Lipusach.

Bez funduszu pod publikę

„Nie będziemy tworzyć budżetu obywatelskiego. W tak małym mieście, jakim jest Wysokie Mazowieckie, każde osiedle ma swojego radnego, który zgodnie z prawem składa wnioski do budżetu. Radni spotykają się z mieszkańcami, wiedzą jakie są potrzeby w ich osiedlach. Za bezzasadne uważam

tworzenie dodatkowej struktury i wydzielanie pieniędzy”, uważa burmistrz Wysokiego Mazowieckiego Jarosław Siekierko.

„W urzędzie nie ma ochrony, każdy może przyjść z pomysłem. Nie będziemy tworzyć funduszu dla mody i pod publikę”, skomentował burmistrz.

Stypendyści burmistrza

34 uczniów z Wysokiego Mazowieckiego otrzymało za wybitne osiągnięcia w nauce i sporcie stypendia burmistrza Jarosława Siekierko.

Stypendystami ze Szkoły Podstawowej Nr 1 są: Weronika Biała, Łucja Bogucka, Dominika Chojńska, Aleksandra Grodzka, Andrzej Kaczyński, Konrad Kalinowski, Karolina Kaliszczyk, Wiktoria Korszlak, Weronika Krajewska, Monika Murawska, Magdalena Ogrodnik, Marcin Różański, Sylwia Stypułkowska.

Z Gimnazjum: Aleksandra Bie-

lińska, Weronika Ciecierska, Karolina Dąbrowska, Natalia Dąbrowska, Michał Dołęgowski, Julita Gmitrzuk, Roksana Mirek, Michalina Mormol, Miłosz Piekutowski, Joanna Szuberska, Marta Zielińska, Justyna Żurowska.

Z Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Policealnych: Piotr Gutowski, Lidia Kubić, Piotr Leszczyński, Marcin Miłkowski, Przemysław Mystkowski, Dominik Roszkowski, Anna Szymanowska, Agata Ścisłowicz.

Stypendium sportowe otrzymała Patrycja Kostro.

Bogactwo z mleka



W mieście z Mlekovitą (zatrudnia 2 200 pracowników) i firmami zatrudniającymi po kilkadziesiąt ludzi, trudno znaleźć pracownika. Zakłady nie upadają, lecz rejestrują się nowe. Przyczynia się do tego także wieś, bogata z mleka sprzedawanego Mlekovicie.

Na praktyce w Niemczech

19 uczniów Technikum Organizacji Usług Gastronomicznych ZSOiZ z Czyżewa doskonało język niemiecki na tygodniowym obozie językowym w górskiej miejscowości Scheibe – Alsbach, a potem odbyło czterotygodniowe praktyki w hotelach Turynii.

Uniwersytet w Ciechanowcu

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Ciechanowcu „wystartował” 8 grudnia. Prezesem Stowarzyszenia jest Zofia Januszkiewicz-Diakowska.



Gotowi na śnieg

„Na odśnieżanie dróg i zwalczanie śliskości ogłosiliśmy przetarg, są wyłonieni wykonawcy. To rolnicy z gminy, którzy prowadzą działalność gospodarczą i mają odpowiedni sprzęt. Poza tym w najtrudniejszych momentach do odśnieżania włączają się strażacy z samochodami i pługami”, poinformował wójt gminy Zambrów Kazimierz Dmochowski.

Gminę Zambrów tworzą 72 wsie (powierzchnia 30 000 ha). Zimą w pierwszej kolejności odśnieżane są te drogi, którymi dzieci są dowożone do szkół i którymi do rolników jeżdżą samochody odbierające mleko. W ubiegłym roku nie było w gminie szczególnie trudnych sytuacji z powodu zaśnieżonych dróg. „Zawsze proszę o cierpliwość i wyrozumiałość, bo nie da się natychmiast wszędzie odśnieżyć, czasami trzeba trochę poczekać”, dodaje wójt.

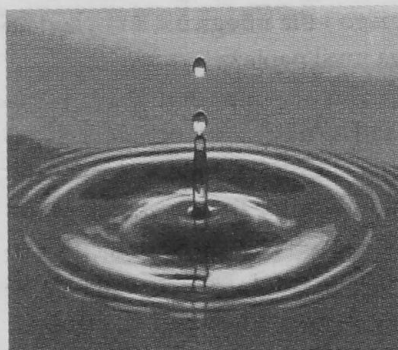
Własna woda, będzie taniej!

Nowoczesną stację uzdatniania wody w Porytem Jabłoni za ponad milion złotych wybudowała za własne pieniądze gmina Zambrów. „Ekspertcy ocenili, iż woda jest bardzo dobrej jakości. Pokłady wody niewyczerpane, mają aż 15 metrów grubości i bardzo dobre naturalne ciśnienie”, powiedział wójt gminy Kazimierz Dmochowski.

Gmina Zambrów kupuje wodę od miasta Zambrów oraz z Czyżewa i Wysokiego Mazowieckiego. Dąży do uniezależnienia, co znacznie obniży koszty (dziś płaci za wodę i za oddawane ścieki). Przy poborze z własnej studni głębinowej, koszty spadną. Do nowej studni w Porytem Jabłoni podłączone zostaną najbliższe wsie. W ten sposób gmina będzie się uniezależniać od wody sąsiadów. Planuje też dla wsi położonych na obrzeżach gminy budować oczyszczalnie i podłączać do nich po kilka miejscowości.

Przed hydrofornią w Porytem Jabłoni kończona jest budowa parkingu i drogi dojazdowej.

Tymczasem problemy mają mieszkańcy gminy Szumowo.



„Potrzebna nowa studnia. Hodowcy krów mają kłopoty z myciem zbiorników, bo ciśnienie w wodociągu jest bardzo niskie”, alarmuje sołtys Srebrnej Antoni Szwarc.

Sołtysowi wody nie brakuje, bo korzysta z własnej studni, ale na brak wody skarżą się rolnicy. Ponad 20 lat temu pracował w Społecznym Komitecie Budowy Wodociągów w gminie. Pamięta, że wówczas eksperci ocenili, iż budowane studnie w Łętownicy będą wystarczające. Wystarczyły na 20 lat. Dziś jest znacznie większy pobór wody i jej brakuje. „Zimą wody jest więcej, ale latem jest tragicznie”, mówi Antoni Szwarc.

Szlachetna paczka



75 rodzin z Zambrowa otrzymało „szlachetne paczki”. Przygotowało je 32 wolontariuszy.

Konkurs szopek

Do 7 stycznia można zgłaszać prace na Powiatowy Konkurs Szopek Bożonarodzeniowych, organizowany przez Bursę Szkolną Nr 1 w Zambrowie.

Na narty

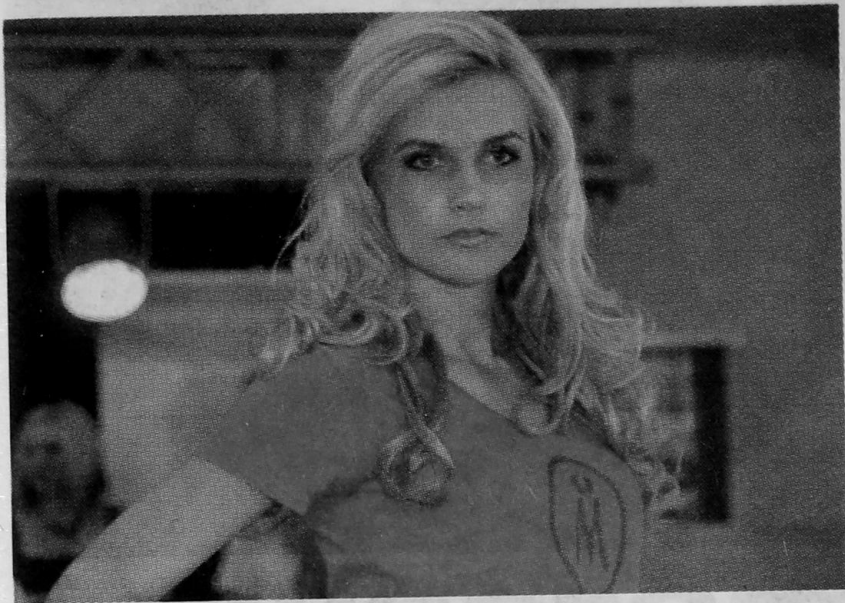
Obóz narciarski dla dzieci i młodzieży w Zakopanem w czasie ferii organizuje ks. Dawid Rosiński z parafii pw. Trójcy Przenajświętszej w Zambrowie. Latem ks. Dawid zorganizował największe w regionie półkolonie (ciekawe i bezpieczne).

Paczki z paki

Więźniowie z Czerwonego Boru przygotowują paczki dla dzieci z Zambrowa. Sami niewiele mając, dzielą się świątecznie z innymi nie pierwszy raz.

Karolina Ladzińska z Grajewa została III Wicemiss Polski w konkursie piękności Miss Polski 2013!

Nasza nieśmiała piękność



Karolina ma 19 lat. Ukończyła w tym roku liceum w Zespole Szkół nr 2 w Grajewie. Studiuje w Białymstoku. Do finału awansowała po

zdobyciu tytułu Wicemiss Podlasia i Miss Internetu w regionalnych wyborach wiosną tego roku.

„Podczas rozdania świadectw maturalnych wiedzieliśmy, że Karolinie powiodło się w tym konkursie i życzyliśmy jej powodzenia w dalszych etapach. Czułam, że daleko zajdzie. Jest wyjątkową, piękną nie tylko zewnątrz, ale i wewnątrz. Spokojna, pogodna, wrażliwa, nie przechodzi obojętnie wobec potrzebujących pomocy. Pomaga każdemu w miarę swoich możliwości. Cieszę się z jej sukcesu, który z pewnością otworzy przed nią możliwość ciekawej pracy w reklamie i modelingu”, mówi jej wycho-

wawczyni z liceum Ewa Borawska.

Karolina podczas prezentacji finalistek na antenie TV Polsat wyznała, że ma niewielu przyjaciół, gdyż jest bardzo nieśmiała i to utrudnia jej kontakty z ludźmi. Zdobycie lauru w ogólnopolskim finale na pewno doda jej pewności siebie. Gratulujemy!

Finał konkursu odbył się w niedzielę, 8 grudnia, w Płocku.

Konkurs piękności Miss Polski organizowany jest od 1990 r. Miss Polski reprezentuje Polskę w konkursie Miss World. W tym roku o tytuł walczyły 24 kandydatki. Miss Polski została Ada Sztajerowska z Piotrkowa Trybunalskiego. (ann)

Lokatorzy Spółdzielni Mieszkaniowej „Perspektywa” w Łomży nadal nie wiedzą, ile zarabia ich prezes!

Tajna korekta oświadczenia wiceprzewodniczącego?

Radni Witold Chłudziński i Zbigniew Lipski w oświadczeniach majątkowych za rok 2012 nie podali niektórych swoich dochodów. Radny, zarazem wiceprzewodniczący Rady Lipski nie ujawnił zarobków na stanowisku prezesa SM Perspektywa, a radny Chłudziński dochodów z działalności gospodarczej i świadczenia z ZUS. Po wskazaniu tych nieprawidłowości przez naczelnika Urzędu Skarbowego, przewodniczący Rady Miejskiej Maciej Borysewicz wręczył im (a także radnemu Henrykowi Piekarskiemu, który popełnił inne uchybienia w oświadczeniu majątkowym) pisma z żądaniem złożenia stosownych korekt.

„Radni złożyli pisemne korekty. Po zanalizowaniu, czy są właściwe i zasięgnięciu opinii prawnej, umieszczę je w Biuletynie Informacji Publicznej”, poinformował „Kontakty” 6 listopada przewodniczący Maciej Borysewicz.

Minął miesiąc, a w BIP Urzędu Miejskiego w Łomży nadal są tylko wadliwe oświadczenia radnych, bez korekt. Dlaczego? Chcieliśmy



o to zapytać Macieja Borysewicza, ale w środę (11 grudnia) był nieuchwytny. Będziemy dalej próbować się z nim kontaktować i jego odpowiedź zamieścimy za tydzień.

Od czasu wprowadzenia oświadczeń majątkowych, to było pierwsze tak zdecydowane działanie przewodniczącego Rady wobec radnych, którzy składają oświadczenia bez podania pełnych danych. Na przykład, radny wielu kadencji, obecnie wiceprzewodniczący Rady Zbigniew Lipski, nigdy dotąd nie chciał ujawnić, ile zarabia jako prezes Spółdzielni Mieszkaniowej „Perspektywa” w Łomży. I jak dotąd, nie ujawnił! Czy przewodniczący i tym razem nic nie wskóra? (ann)

KONTAKTY w prenumeracie

Zaprenumeruj na rok = 15 numerów za darmo!
Każde wydanie Tygodnika Podlaskiego „Kontakty” zawiera **kolorowy dodatek telewizyjny**.
Dla prenumeratorów 5 % rabatu na ogłoszenia!

Cennik i promocje:

1 miesiąc	- 10 zł	(10,80 zł)
3 miesiące	- 30 zł	(35,10 zł)
6 miesięcy	- 55 zł	(70,20 zł)
12 miesięcy	- 100 zł!	(140,40 zł)

Krajową prenumeratę można zamówić przez www.poczta-polska.pl/prenumerata oraz u listonoszy i w placówkach pocztowych, oraz w oddziałach RUCH

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A:

Prenumerata krajowa:

Zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać bezpośrednio na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl
Ewentualne pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z Telefonicznym Biurem Obsługi Klienta pod numerem: 801 800 803 lub 22 717 59 59 – czynne w godzinach 700 – 1800. Koszt połączenia wg taryfy operatora.

Prenumerata ze zleceniem wysyłki za granicę:

Informację o warunkach prenumeraty i sposobie zamawiania można uzyskać pod nr tel. +48 (22) 693 67 75, www.ruch.pol.pl, e-mail: prenumerataz@ruch.com.pl

Wydanie **e-kontakty**, identyczne z wersją papierową, można zaprenumerować z naszej strony internetowej www.kontakty-tygodnik.com.pl

Informacje o prenumeracie: „Kontakty”, Łomża, al. Legionów 7, tel. (86) 216 42 43, redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

1

Kiedy Zarząd Województwa poprzedniej kadencji zasadził się na budowę potężnego lotniska międzynarodowego w Sanikach, powiedziałem mało dyplomatycznie wicemarszałkowi Jackowi Piorunkowi, że to bez sensu! I zapytałem: jak i gdzie te boeingi miałyby latać? Odpowiedział: będą regularne kursy na cały świat. Jakie linie lotnicze to zapewnią? Wzruszył ramionami i wymienił: LOT, Lufthansa, no, wszystkie największe. Spytałem jeszcze, jak chce je do tego zmusić? Bezcześnie, ponieważ wiedziałem, że pod kreską były wówczas znane duże lotniska w Bydgoszczy, Łodzi, Rzeszowie.

Na dokumentację związaną z Sanikami Zarząd zmarnował kilka milionów złotych.

Na szczęście tylko tyle! Bo gdyby Generalna Dyrekcja Ochrony Środowiska nie zablokowała budowy, zmarnowałby około 350 – 400 milionów. A my dopłacalibyśmy do giganta latami dziesiątki milionów rocznie!

2

Minęły 4 lata i Zarząd z tym samym marszałkiem zapisał w budżecie na rok 2014 1 200 000 zł na przygotowanie dokumentacji lotniska regionalnego w Topolanach. Potem na lotnisko mają pójść pieniądze z nowego Regionalnego Programu Operacyjnego (RPO) Województwa Podlaskiego na lata 2014 – 2020. Łącznie na lotnisko i drogi wojewódzkie w RPO 150 mln euro.

Na spotkaniu z dziennikarzami marszałek Jarosław Dworżański mówił niedawno, że jeśli otrzyma decyzję środowiskową i raport ekonomiczny, pojedzie z tymi dokumentami do Brukseli, bo od negocjacji nowego RPO z Komisją Europejską będzie zależało, czy będzie zgoda na budowę lotniska w Podlaskiem.

„Sygnały stamtąd płynące nie są dobre. Ja nie wiem, czy powiedzie się moja misja w Brukseli”, zastrzegł się z troską.

W latach 2002 – 2007 Urząd Marszałkowski miał sensowny pomysł budowy niedużego lotniska regionalnego na Krywlanach w Białymstoku oraz lotnisk lokalnych w Suwałkach i Czerwonym Borze (obsługującego Łomżę). Na dokumentację wydane zostały setki tysięcy złotych. Następna ekipa wyrzuciła ją do kosza!

Gdyby czytał, co mówi w Brukseli nasz człowiek od pieniędzy Janusz Lewandowski wiedziałby, że misja się nie powiedzie: „Wykorzystując środki z budżetu unijnego na lata 2014 – 20, Polska nie może sobie pozwolić na projekty, które nie mają ekonomicznego uzasadnienia. Mamy nadmierne ambicje, jeśli chodzi o budowę lotnisk”, uważa unijny komisarz ds. budżetu Janusz Lewandowski, co cytowały wszystkie tytuły prasowe w Polsce.

Miliony wydane na dokumentację dotyczącą Topolan zostaną więc zmarnowane, jak w przypadku Sanik. Znowu na szczęście! Bo gdyby w Topolanach doszło do budowy międzynarodowego giganta, zmarnowane zostałyby setki milionów. A potem co roku dopłacilibyśmy kolejne miliony. Dlaczego? „By nowe lotnisko mogło na siebie zarobić, musi obsługiwać przynajmniej 1 mln pasażerów rocznie. Jest to praktycznie granica rentowności”, twierdzą eksper-

ci z Międzynarodowego Zrzeszenia Przewoźników Powietrznych IATA. W tej chwili aż 6 portów lotniczych w Polsce wciąż do tego daleko. Zarząd Województwa powinien o tym wiedzieć! Są to informacje, które publikuje fachowa prasa lotnicza i poważne gazety, jak choćby „Rzeczpospolita”!

3

Czy w Podlaskiem nie jest potrzebne lotnisko regionalne? Jest potrzebne! Nieduże, dyspozycyjne, które mogłoby uruchomić regularne, 2 – 3 razy w tygodniu loty samolotami do 50 pasażerów do Mińska, Grodna, Kijowa, Wilna, Kowna, Warszawy. Przyjąć i odprawić czartery pasażerskie oraz towarowe. Wystarczyłoby w tym celu zmodernizować lotnisko Krywłany w Białymstoku. Nie jestem w takiej koncepcji osamotniony. „Lotniska są potrzebne, ale małe, dla maszyn general aviation, bez nadmiernie rozbudowanej infrastruktury”, uważa Michał Setlak, ekspert lotniczy, zastępca redaktora naczelnego „Przeglądu Lotniczego”, co także można było wyczytać w prasie.

Na szczęście, zrozumiały to władze Białegostoku i choć są z te-

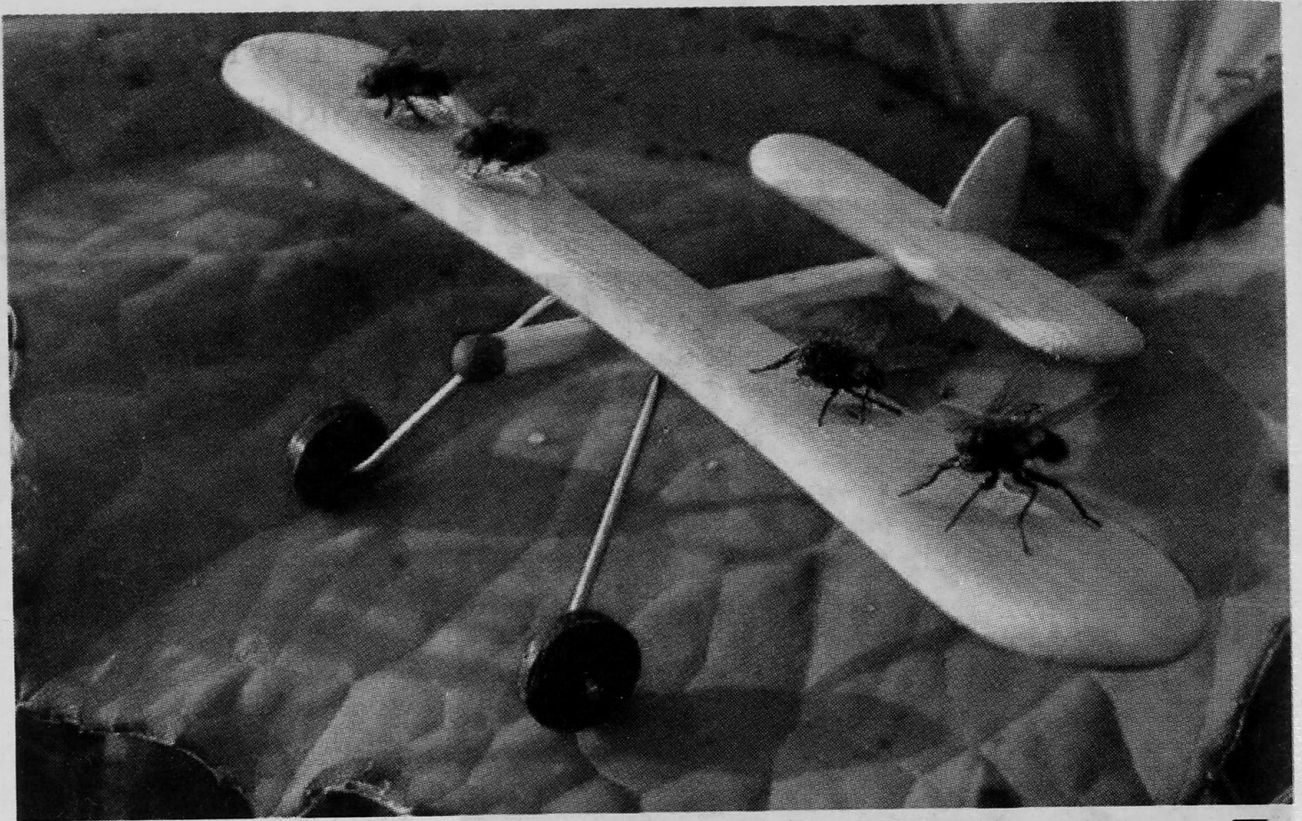
„Każdy polityk lokalny chciał mieć w swoim województwie uniwersytet czy politechnikę, teraz chce mieć u siebie lotnisko. Nie mają pojęcia, ile to kosztuje, ile będzie kosztować utrzymanie, jaką trzeba zapewnić infrastrukturę. Liczy się co innego – jaka to ważna i prestiżowa inwestycja. Tymczasem lotniska są potrzebne, ale małe, dla maszyn general aviation, bez nadmiernie rozbudowanej infrastruktury”, uważa Michał Setlak, ekspert lotniczy, zastępca redaktora naczelnego „Przeglądu Lotniczego”.

go samego politycznego rozdania, nie zwracają już sobie głowy „wielkomocarstwowymi” pomysłami władz wojewódzkich. Zabrały się poważnie za Krywłany i wkrótce powinien być tam port lotniczy, jakiego nasz region potrzebuje.

Z jeszcze większym impetem przystąpiły do tworzenia lotniska lokalnego władze Suwałk. To, co planują, jest realne, wystarczające i popychające cywilizacyjnie nie tylko samo miasto.

Co z lądowiskiem w Łomży? To historia na odrębną opowieść. I chyba nadszedł czas, by ją napisać!

WŁADYSŁAW TOCKI



Jak zmarnować miliony?

Zasmakuj w Polskiej Mlekovicie



Twarożek Sernikowy Hanusi

Twarożek Sernikowy Hanusi to produkt o naturalnym smaku, bez konserwantów, barwników i aromatów. Dzięki temu ma uniwersalne zastosowanie w kuchni. Może być wykorzystywany nie tylko do pieczenia puszystych i delikatnych serników oraz innych ciast i deserów, ale także do pierogów, naleśników oraz do wszystkich potraw, do których przygotowania niezbędny jest twaróg. Co ważne, Twarożek Sernikowy Hanusi nie wymaga mielenia, jest gotowy do bezpośredniego użycia. Jego dostępność w poręcznym wiaderku pozwala nie tylko na wielokrotne otwieranie i zamykanie opakowania, ale przede wszystkim wygodne przechowywanie i użytkowanie. Oferowany w porcji 500 g i 1 kg.



Sernik świąteczny

- 1 kg Twarożku Sernikowego Hanusi
- 16 dag drobnego cukru
- 6 jajek
- 1 kostka Palmy z Mlekovity
- 2 łyżki kaszy manny
- 15 g budyniu śmietankowego
- 1 łyżeczka cukru waniliowego
- 1/3 szklanki Śmietanki POLSKIEJ 30%
- 4 krople aromatu pomarańczowego
- 50 g kandyzowanej skórki pomarańczowej

POLEWA

- 1/2 tabliczki czekolady mlecznej
- 4 łyżeczki Masła POLSKIEGO
- kandyzowana skórka pomarańczowa do dekoracji

Miękką Palmę z Mlekovity utrzeć mikserem na puszystą masę, powoli dodawać Twarożek Sernikowy Hanusi. Żółtka utrzeć z cukrem do białości. Dodać do twarożku i zmiksować do połączenia się. Następnie dodać kaszę manną, budyń w proszku, cukier waniliowy i całość zmiksować. Śmietanę POLSKĄ 30% ubić i delikatnie wymieszać z masą serową. Białka ubić ze szczyptą soli na sztywną pianę i połączyć z masą serową (również bardzo delikatnie). Na koniec dodać kandyzowaną skórkę pomarańczową i aromat pomarańczowy, wymieszać.

Foremkę wyłożyć papierem do pieczenia, przełożyć masę serową, lekko wyrównać i piec 60 minut (maksymalnie do 70 minut) w temperaturze 175 stopni C. Sernik studzić w lekko uchylonym piekarniku. Przygotować polewę - czekoladę rozpuścić w kąpieli wodnej razem z masłem. Po całkowitym ostudzeniu poleć polewą czekoladową, udekorować skórką pomarańczową i wstawić na noc do lodówki.



www.mlekovita.com.pl

Ogłoszenie w KONTAKTACH

już za dzień!
Bez dodatku za
ekspres!
Nadaj ogłoszenie w
„Kontaktach”
w środę do godz. 12.00
Ukaże się już w
czwartek rano!

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**

Różne wymiary

Transport i montaż

GRATIS cały KRAJ

Dogodne **RATY**

86-225-23-11 85-733-60-26
29-642-34-61 87-735-13-65
512-853-323
www.konstal-garaze.pl

KURSY NA OPERATORÓW MASZYN BUDOWLANYCH

CSL LEKTOR 504 175 696

Łomża Al. Legionów 27

WWW.KURSYLEKTOR.PL

KOPARKI - ŁADOWARKI - WALCE DROGOWE - ZAGĘSZCZARKI - NOŚNIKI
WÓZKI - PRAWA JAZDY - SZKOLENIA OKRESOWE - HDS - ADR

BUDOWNICTWO

PRODUCENT siatki ogrodze-
niowej. Słupki, panele, bramy,
systemy ogrodzeniowe **JONIEC**.
(86)216 - 22 - 27, 604 - 231 - 333,
www.siatki-stal.pl

(fak.566-o-i)

FINANSE

POŻYCZKI - Ekspres Credit, Ma-
zowiecka 1/27; 510 - 500 - 119.

(fak.578-o-i)

ATRAKCYJNY KREDYT na
zakup zwierząt hodowlanych.
Agrofinanse, tel. (86)216 - 31-
12, 662 - 080 - 530

(fak.548-o-i)

KREDYTY DLA ROLNICTWA.
Agrofinanse, (86)216 - 31 - 12,
662 - 080 - 530

(fak.548-o-i)

POŻYCZKI OD RĘKI bez BIK.
Kredyty „Capital Partners”,
500 - 547 - 057, Al. Legionów 7
(budynek „Kontaktów”).

(fak. 589-o)

Ale szybka gotówka - nawet 7000
zł! Proste zasady, bez zbędnych
formalności.

Provident: 600 - 400 - 295
(taryfa wg opłat operatora)

(fak.603-o)

LOKALE

SZUKAM MAGAZYNU do 200 m2,
ogrzewany, z podjazdem wóz-
ka widłowego, Łomża lub okolice,
602 - 503 - 772

(fak. 612)

MOTORYZACJA

Sprzedam VW Golf 3 kombi
1,9 tdi czarny (1998r.) stan bdb,
sprowadzony z Niemiec, cena
5.200 zł, tel. 792 - 597 - 608

(fak/sms)

NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam dom o pow. 360
m2, Łomża ul. Lipowa 59,
517 - 540 - 433.

(p-0325-oo)

Sprzedam działkę 13ary, Baczce
Suche, 511 - 683 - 116

(fak/kn-o)

ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam” za-
mieszczamy bezpłatnie. Treść moż-
na przesać na adres: redakcja@
kontakty-tygodnik.com.pl lub po-
dać telefonicznie: (86)216 - 42 - 43

PRACA

ZWROT PODATKU Z PRACY -
rodzinne, urlopowe, emerytalne
- Niemcy, Anglia, Irlandia,
Holandia, Dania, Belgia, Austria,
Norwegia, USA, (71)
385 - 20 - 18, 601 - 759 - 797.

(fak.986-o-i)

PRZYJMĘ

Ogłoszenia w rubryce „Przyj-
mę” zamieszczamy bezpłatnie.
Treść można przesać na adres:
redakcja@kontakty-tygodnik.
com.pl lub podać telefonicznie:
86 216 - 42 - 43

ROLNICTWO

Sprzedam 3 jałówki cielne,
mleczne, (86)271 - 02 - 01.

(p-0311)

Nawóz wieloskładnikowy N P
K Ca Mg S. W skład wchodzi:
Azot 8%, Fosfor 25%, Potas 24%,
Siarka 9%, Magnez 17%, Wapń
10%, Bor 2%, Magnez 4%, Moli-
ben 3%, Miedź 2%. Opakowanie
typu Big Bag 500 kg. Cena za to-
nę 1750 zł. Telefon kontaktowy:
783 - 042 - 810, 519 - 812 - 290.

(fak/sms)

RÓŻNE

DEKORACJE weselne i okolicznoś-
ciowe, 696 - 885 - 102

(fak.429-o-i)

FRYZJER MĘSKI „MFryz”. Strzyże-
nie już od 10 zł! Łomża, ul. Koper-
nika 27. Pn. 8.00-13.00. Wt - Sob
8.00 - 17.00. Tel. 882-822-140.
Zapraszamy!

(fak/sms)

Święty Mikołaj, 888 - 262 - 002

(fak.0316-o)

RTV - AGD

ZAPRASZAM PO BOGATĄ OFERTĘ
CYFROWYCH ANTEN **DVB-T**
i TUNERÓW DVB-T
POLSKICH PRODUCENTÓW

ZDZISŁAW KSEPKA, Łomża,
Plac Niepodległości 9 (stary dwo-
rzec PKS), (86)216 - 34 - 38,
(86)215 - 04 - 02

(fak.995-o-i)

SERWIS RTV, Śniadeckiego 17,
86 218 - 00 - 01

(fak.552-o-i)

SPRZEDAM

Garaże blaszane - wzmacnione.
Bramy garażowe. Transport,
montaż gratis! Producent:
(29)761 - 50 - 20,
(85)733 - 52 - 11, 512 - 245 - 075
www.robstal.pl RATY!

(fak. 416-o)

Używane meble sklepowe,
603 - 066 - 067,
www.mebledosklepu.pl

(fak.245-o-i)

SKŁAD WĘGLOWY. Grzymały
k/Łomży, 662 - 259 - 306,
(86)217 - 07 - 09

(fak.600-o)

Sprzedaż drewna opałowego,
sosna, brzoza, olcha, dąb, grab.
Z dostawą, 608 - 206 - 863

(fak-611)

TOWARZYSKIE

30 lat brunet pozna do 40 lat, ok.
Lubotyń, mam gospodarstwo,
tel. 733 - 525 - 569

(o/b)

SKLEP ODZIEŻOWY

Gracja

(nad filarkami)
ul. Małachowskiego 2

oferuje nową kolekcję damskich
kurtek, płaszczy, kostiumów oraz
sukni wizytowych i sylwestrowych

Świadczymy także **USŁUGI KRAWIECKIE**: tel. 507-700-100



Zakład Mechaniki Pojazdowej

Szczepan Grodzki

- mechanika samochodowa
- wulkanizacja, opony

Łomża, ul. Woziwodzka 28
tel. 602 - 382 - 323

fak. 573

TAXI 191-911
RADIO MPT
86 216 32 86
BEZPŁATNIE ZAMÓWISZ:
800-111-112
www.taxi.lomza.pl

fak. 587

TRANSPORT

Belgia, Niemcy, Holandia – ponie-
działki, soboty i niedziele – DVD,
(85)747 – 00 – 01, 602 – 664 – 771.
(fak. 987-o-i)

Frankfurt n/Menem i okolice – śro-
dy, soboty, (85)747 – 43 – 63,
602 – 681 – 677.

(fak. 988-o-i)

SOBOTA: Niemcy, Holandia, Bel-
gia. DVD, (85)73 – 94 – 179,
606 – 37 – 99 – 66.

(fak.334-o-i)

USŁUGI

TYNKI GIPSOWE, cementowo –
wapienne, tel. 511 – 529 – 965,
www.budax.pl

(fak.1000-o-i)

Szpachlowanie, malowanie,
517 – 895 – 430

(p-0322-o-i)

Regeneracja turbosprężarek, Krze-
wo 21, 504 – 474 – 735

(p-306-oo)

Usługi leśne, 600 – 920 – 991

(fak/610)

**Już dziś
zarezerwuj
miejsce
w Kontaktach
na
bożonarodzeniowe
i noworoczne
życzenia!**

KONTAKTY

TYTAN
NIERUCHOMOŚCI



Łomża, ul. Polowa 45

**tel.fax: 086 216 62 26
604 051 082**

MIESZKANIA

ul. Broniewskiego – pow.
36,04m2 m2, 2 pokoje, II piętro
– 125 000 zł, tel. 698 506 416

ul. Polowa – pow. 47,10 m2, 3
pokoje, IV piętro – 130 000 zł,
tel. 698 506 416

ul. Kaznodziejska – pow.51,21m2,
3 pokoje, III piętro – 130 000 zł,
tel. 698 506 416

ul. Małachowskiego – pow. 59,3
m2, 3 pokoje, wykończone, nowe
budownictwo – 255000 zł,
tel. 604 051 082

ul. Chopina – pow.61,02 m2, 3
pokoje, IV piętro, wykończone
– 140 000 zł, tel. 698 506 416
(OKAZJA!!)

DOMY

Łomża, ul. Krucza – pow. 187 m2,
pow. działki 804 m2, parterowy z
poddaszem, wykończony – 490 000
zł, tel. 604 051 082

Łomża – pow.178,95m2, pow.
działki 982m2, parterowy z
poddaszem, do wykończenia
– 340 000 zł, tel. 698 506 416

Stare Kupiski, ul. Krótka
– pow.140,20m2, pow. działki
1222m2, parterowy z poddaszem,
wykończony – 420 000 zł,
tel. 698 506 416

Łomża, ul. Wyzwolenia
– pow.138,70m2, pow. działki
441m2, wykończony – 395 000 zł,
tel. 604 051 082

DZIAŁKI

Gawrychy, gmina Zbójna
– pow.3834 m2 – 17 000 zł,
tel. 604 051 082

Piasutno Żelazne, gmina Zbójna
– pow. 3000m2 – 28 500 zł,
tel. 604 227 658

Łomża – pow. 948 m2, z decyzją o
warunkach zabudowy – 140 000 zł,
tel. 698 506 416

www.lomza.nieruchomosci.pl

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Dacia Sandero 1,4 benz. (2008
r.) samochód dynamiczny i b.
oszczędny, I właściciel, 96000 km
przebiegu (org.100%), 12000 zł,
tel. (86)277 – 29 – 09

(o/b)

Zamienię auto na ziemię, las, nie-
użytki. Możliwa dopłata, 10 000 zł,
tel. 690 – 330 – 990

(o/b)

Sprzedam Fiata Punto II 1.2 (2000r)
w kolorze zielonym. Cena do nego-
cjacji 4500 zł, tel. 793 – 066 – 721

(o/b)

Sprzedam Mercedes benz 813E
(1991), skrzynia, czerwony, stan
bdb, nie skorodowany, 15.000 zł,
tel. 669 – 511 – 52

(o/b)

Sprzedam A6 2.5TDI, se-
dan, srebrny, cena 9.500 zł,
tel. 519 – 849 – 213

(o/b)

Sprzedam A4 2.0B gaz (2001), pół
roku w RP, stan bdb, cena 18.500
zł, tel. 519 – 849 – 213

(o/b)

Sprzedam Golf (1994) 1.6B, 5
drzwi, stan bdb., cena 2.800 zł,
tel. 519 – 849 – 213

(o/b)

Sprzedam Omega sedan wersja CD
(1998) gaz sekwencyjny, stan bdb,
bogate wyposażenie, cena 6.200 zł
do uzg., tel. 665 – 500 – 803

(o/b)

Sprzedam Cordoba GT, 1.9TDI,
110 KM (1998) I wł., 200 tys. km,
cena 7.800 zł,
tel. 604 – 672 – 605

(o/b)

Sprzedam Mazdę 626 (1998r.)
2.0tdid. W stanie jedynie dobrym.
Auto w ciągłym użytku. Wymaga
niewielkich napraw, cena 3500 zł,
tel. 513 – 101 – 021

(o/b)

Sprzedam 4 koła z oponami zimo-
owymi Firestop Winter2 155/70 r13
na stalowych felgach, cena 350 zł,
tel. 515 – 046 – 995

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra B 2.0 Die-
sel, rok produkcji 1997, kolor bor-
dowy, posiada hak, stan wizualny
techniczny bardzo dobry, prze-
gląd do marca 2014r., cena 4900 zł,
tel. 724 – 170 – 871

(o/b)

Sprzedam opony zimowe do
BF Godrich, 195x55 R15, jak
nowa, cena 95 zł szt. do uzg.

(o/b)

Sprzedam skrzynię samocho-
dową 6 biegową do VW Passat lub
Audi 4 (2002-2004), cena 720 zł,
tel. 668 – 354 – 389

(o/b)

Sprzedam WV LT (1999) 2.5SDI,
wersja angielska, stan tech bdb,
w całości lub na części, cena 4.200
zł do uzg. tel. 501 – 263 – 715

(o/b)

Sprzedam Kempingowa Lea Bo-
cheme, zarejestrowana. cena:
3.100 zł, tel. (86)215 – 02 – 75

(o/b)

Sprzedam Astra (2000) z gazem,
cena 5.000 zł, tel. 660 – 529 – 185

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazanie się ogłoszenia jest podanie
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

Oświadczam, że zamieszczam ogłoszenie jako osoba fizyczna niepro-
wadząca handlowej działalności motoryzacyjnej.

Czytelny podpis:

Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**
Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą
wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz
sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.

Alkohol – Narkotyki – Leki

"DETO24"

606-501-591, 29 693-10-93

www.deto24.pl

pełny zakres pomocy osobom uzależnionym:
odtruwanie-detoks, implantacja disulfiramu (esperalu), opieka lekarska i psychologiczna po terapii, warsztaty dla współ-uzależnionych,
Każdy pacjent jest traktowany indywidualnie.
Nie współpracujemy z NFZ !!

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam 5ha orna gm. Łomża,
35000 zł/ha, tel. 604 – 128 – 382

(o/b)

Sprzedam słomę 45 zł be-
la, ze stodoły. Mieszankę zbo-
żową cena 60 zł/metr, gm. Wi-
zna, tel. 790 – 628 – 239,
(86)219 – 84 – 56

(o/b)

Masz niepotrzebną ziemię, las, nie-
użytki. W zamian odstąpię do-
chodowy biznes (kamieniar-
stwo w Łomży), cena 60 000 zł,
tel. 666 – 950 – 940

(o/b)

Sprzedam opony czeskie
184*34/10PR nowe. Cena 2000 zł/
szt. tel. 514 – 414 – 337.

(o/b)

Sprzedam owijkę do bel Zawady
(2005), z silnikiem. Cena 7.500 zł,
tel. 518 – 136 – 790

(o/b)

Sprzedam młynek bijakowy bez sil-
nika, na jednej stopce. Cena 1.100
zł, tel. 518 – 801 – 348

(o/b)

Sprzedam T-25 (1989), orygi-
nał, nowe opony. Cena 9.500 zł,
tel. 518 – 801 – 348

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Me-
tal Fach (2005), zamki, sze-
rokie koła. Cena 24.500 zł,
tel. 502 – 426 – 360

(o/b)

Sprzedam agregat do białkowania
i dezynfekcji, nowy. Cena: 1.200 zł,
tel. 692 – 172 – 743

(o/b)

Sprzedam zbiornik na mle-
ko, z listwą, 720 litrów, w peł-
ni sprawny. Cena 3.300 zł całość,
tel. 605 – 304 – 954

(o/b)

Sprzedam słomę w belach ze sto-
doły, ok./Zambrowa. Cena: 40 zł
tel. (86)270 – 32 – 53

(o/b)

Sprzedam pług obrotowy 3-ski-
bony Kverneland, stan bdb.
gm. Czyżew. Cena: 11.000 zł
tel. (86)275 – 62 – 19

(o/b)

ŚWIĄTECZNA POŻYCZKA

nawet do 25 000 zł

szybko | bezpiecznie | uczciwie

dla firm do 50 000 zł

801 700 099*

33 496 00 62**

www.proficredit.pl



* całkowita opłata za rozmowę 0,35 zł brutto, ** koszt połączenia zgodny z taryfą operatora



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



URZĄD PRACY

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach
Europejskiego Funduszu Społecznego

Powiatowy Urząd Pracy w Kolnie

informuje że

realizuje projekt „Aktywni i efektywni”

w partnerstwie z Powiatowym Urzędem Pracy w Łomży
i Powiatowym Urzędem Pracy w Zambrowie

w ramach:

Priorytetu VI Rynek pracy otwarty dla wszystkich, Działania 6.1 Poprawa dostępu do zatrudnienia oraz wspieranie aktywności zawodowej w regionie, Poddziałania 6.1.1 Wsparcie osób pozostających bez zatrudnienia na regionalnym rynku pracy Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki 2007-2013.

Cel główny projektu – zwiększenie szans na zatrudnienie 53 osób bezrobotnych zarejestrowanych w PUP w Kolnie w terminie do 30 czerwca 2015 r.

Założeniem projektu jest objęcie wsparciem 53 osób bezrobotnych zarejestrowanych w PUP w Kolnie (32 kobiet i 21 mężczyzn), w tym:

- 40 osób poniżej 30 roku życia
- 13 osób powyżej 50 roku życia
- Formy wsparcia:
Pośrednictwo pracy
Poradnictwo zawodowe z utworzeniem Indywidualnego Planu Działania;
• Staże na okres 6 miesięcy.

Okres realizacji projektu: 01.11.2013 r. – 30.06.2015 r.

Wartość projektu: 1 799 671,50 zł, w tym PUP Kolno: 499 890,50

Więcej informacji znajduje się na stronie internetowej PUP
w Kolnie www.pupkolno.pl

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazanie się ogłoszenia jest
podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

Oświadczam, że zamieszczam ogłoszenie jako osoba fizyczna niepro-
wadząca handlowej działalności rolniczej.

Czytelny podpis:

Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**
Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą
wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz
sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.



P G F

Specjalistyczne Centrum Medyczno-Rehabilitacyjne **ESKULAP**

ul. Piłsudskiego 82, Łomża, tel: (86) 215-27-40

REHABILITACJA – CZYM SIĘ ZAJMUJEMY?

Terapia przeznaczona jest dla pacjentów:

- z bólami kręgosłupa i innymi objawami związanymi z problemami w obrębie kręgosłupa,
- w stanach pourazowych mięśni, kości, stawów, ścięgien i więzadeł,
- po operacjach,
- z problemami w obrębie stawów obwodowych (bóle, przeciążenia biodra, kolana, stopy, nadgarstka, łokcia, barku, ręki),
- po udarach,
- po urazach mózgowo-czaszkowych,
- po urazach rdzenia kręgowego,
- chorych na SM i chorobę Parkinsona,
- po mastektomii,
- z problemami ze stawami skroniowo-żuchwowymi, obrzękami różnego pochodzenia,
- neurologicznych, z bólami głowy,
- z innymi schorzeniami w obrębie narządu ruchu.



CENNIK USŁUG REHABILITACYJNYCH

KONSULTACJE LEKARSKIE

KONSULTACJA REHABILITACYJNA	60 zł
-----------------------------	-------

FIZYKOTERAPIA

NAZWA ZABIEGU	CZAS TRWANIA	CENA
Galwanizacja	15 min.	7 zł
Jonoforeza	15 min.	8 zł
Elektrostymulacja	15 min.	8 zł
Prądy diadynamiczne	8 min.	7 zł
Prądy interferencyjne	10 min.	7 zł
TENS	10 min.	7 zł
Prądy Träbera	10 min.	7 zł
Laseroterapia punktowa	5 min.	10 zł
Ultradźwięki	5 min.	10 zł
Fonoforeza	5 min.	10 zł
Sollux	15 min.	5 zł
Bioptron	16 min.	10 zł
Pole magnetyczne	15 min.	7 zł
Krioterapia miejscowa – jedna okolica	5 min.	10 zł

MASAŻ

NAZWA ZABIEGU	CZAS TRWANIA	CENA
Masaż klasyczny częściowy	15 min.	20 zł
Masaż limfatyczny ręczny	15 min.	15 zł
Masaż limfatyczny mechaniczny	15 min.	10 zł
Masaż wirowy kończyn górnych	15 min.	15 zł
Masaż wirowy kończyn dolnych	15 min.	15 zł
Masaż wirowy kończyn dolnych i kręgosłupa	15 min.	20 zł

KINEZYTERAPIA

NAZWA ZABIEGU	CZAS TRWANIA	CENA
Ćwiczenia bierne, czynno-bierne, wspomagane	15 min.	15 zł
Ćwiczenia w systemie blorkowo-ciężarkowym (w odciążeniu, w odciążeniu z oporem, samowspomagane)	20 min.	10 zł
Rehabilitacja onkologiczna, po mastektomii: – drenaż limfatyczny, – ćwiczenia na sali kinezyterapii – instruktaż automasażu i ćwiczeń	30 min 40 min	50 zł/ jeden dzień zabie- gowy
Ćwiczenia indywidualne na sali kinezyterapii bez instruktora (po wcześniej przeprowadzonym instruktażu)	15 min.	10 zł
Terapia manualna metodą Maitlanda	60 min. 45 min. 30 min.	80 zł 60 zł 45 zł
Indywidualna praca terapeuty z pacjentem według nowoczesnych metod fizjoterapii (terapia manualna Metodą Maitland, Kaltenborn-Evjenth, Cyriax, McKenzie, mobilizacje stawów, tkanek miękkich, manipulacje, neuromobilizacje, diagnostyka funkcjonalna, terapia stawów skroniowo-żuchwowych, terapia Master, masaż poprzeczny, PNF, itp.)	60 min. 45 min. 30 min.	80 zł 60 zł 45 zł

Uwaga!

Dla stałych klientów przewidujemy zniżki!

Gabinet czynny od poniedziałku do
piątku w godzinach **8:00 – 18:00.**

Zapraszamy!

Zambrów, 2013-12-09

GP. 6840.12.2012

OGŁOSZENIE Burmistrz Miasta Zambrów ogłasza przetarg pisemny nieograniczony

Wyciąg z ogłoszenia o przetargu

Przedmiotem sprzedaży na własność jest niezabudowana nieruchomość stanowiąca własność Miasta Zambrów o łącznej powierzchni 0,3857 ha oznaczona w operacji ewidencji gruntów działkami nr 2603/3 o powierzchni 0,1654 ha i nr 2604/3 o powierzchni 0,2203 ha położona w Zambrowie przy ul. Łomżyńskiej. Nieruchomość posiada urządzoną księgę wieczystą LM1Z/00015624/9.

Dla przedmiotowej nieruchomości brak jest miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego.

Cena wywoławcza – 72.704,00 zł.

Wadium (wpłacone w pieniądzu) – 7.000,00 zł.

Ustaloną w wyniku przetargu cenę nabycia nieruchomości należy wpłacić przed zawarciem umowy notarialnej.

Zbycie nieruchomości zwolnione jest z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt. 9 ustawy o podatku od towarów i usług.

Część jawna przetargu odbędzie się w obecności oferentów w dniu 24 stycznia 2014 roku o godz. 1000 pokój nr 225 Urzędu Miasta Zambrów przy ulicy Fabrycznej nr 3.

Ogłoszenie o przetargu podaje się do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicach ogłoszeń Urzędu Miasta Zambrów oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Zambrów www.zambrów.pl oraz Biuletynie Informacji Publicznej <http://um.zambrów.bip-gov.info.pl>.

Bliższych informacji można zasięgać w Urzędzie Miasta Zambrów ul. Fabryczna 3 pokój nr 211 lub telefonicznie (86) 271-22-10 w. 32.

KOMUNIKAT

Burmistrza Miasta Zambrów

Działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2010 roku Nr 102 poz. 651 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszony został na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni (od 9 grudnia 2013 roku do 30 grudnia 2013 roku) wykaz lokalu mieszkalnego nr 22 przy ul. Aleja Wojska Polskiego 43 w Zambrowie przeznaczanego do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemcy.

KOMUNIKAT

Burmistrza Miasta Zambrów

Działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz.U. z 2010 roku Nr 102 poz. 651 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszone zostały na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni (od 5 do 27 grudnia 2013 roku) wykaz nieruchomości, stanowiących działkę nr 2836 oraz części działek nr nr 1785/116, 1452/3, 1010, położonych w Zambrowie przeznaczonych do dzierżawy.

TAXIPLUS

196-26
800 17 17 18



**REPORTAŻE ŚLUBNE
TANIEJ NIŻ MYŚLISZ**



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

**foto
gabs**
digital

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16, tel. 86 216 77 16, studio@fotogabs.pl



Toyota rozbita o drzewo w gminie Czyże. Takich zdarzeń na drogach w Podlaskiem było w minionym tygodniu kilka. Nadeszła zima, na jezdniach jest ślisko, a kierowcy nogi z gazu nie zdjęli... Fot. policja

Uratowała człowieka

Podczas spotkania z uczniami w szkole w Różanymstoku (gm. Dąbrowa Białostocka) policjantka z Komendy Powiatowej w Sokółce zauważyła przed szkołą starszego mężczyznę, który sprawiał wrażenie zagubionego. Okazało się, że wyszedł po zakupy, przeszedł z Dąbrowy Białostockiej kilka kilometrów i nie potrafi odnaleźć drogi do domu. Ubrany był lekko, nieodpowiednio do pogody. Zziębniętego, odwiozła do domu. Policja apeluje: nie bądźmy obojętni, pomagajmy bezdomnym, samotnym, starszym, niezaradnym życiowo i alkoholikom, dla których przebywanie na zimnie często kończy się śmiercią. Wystarczy zadzwonić na telefon alarmowy policji 997 (kom. 112) i powiedzieć...

Zabita przez czad

W Knyszynie mieszkająca samotnie staruszka (lat 89) zmarła na skutek zaccadzenia. W jej mieszkaniu były ślady pożaru, który prawdopodobnie wybuchł przez niewłaściwe korzystanie z pieca.

Na drzewie bez pasów

Mieszkaniec Bielska Podlaskiego (lat 58) rano jechał toyotą do Hajnówki. W pobliżu Zbucz (gm. Czyże) jego auto na prostej drodze uderzyło w drzewo. Nie miał zapiętych pasów bezpieczeństwa. W ciężkim stanie został przewieziony do szpitala.

Dachowanie opla

W pobliżu wsi Czyżew Chrapki (gm. Czyżew) jadący z nadmierną prędkością kierowca (lat

44) opla vivaro stracił panowanie nad pojazdem, który wpadł do rowu i dachował. Ranny został pasażer (lat 74). Kierowca był trzeźwy.

Złapali pirata

Mieszkaniec Ciechanowca (lat 61) siedł wieczorem ul. Pałacową, gdy najechał na niego samochód osobowy. Kierowca uciekł, pozostawiając pieszego z otwartym złamaniem nogi bez pomocy. Wysokomazowieccy policjanci już mają pirata. Ma 31 lat, jechał mazdą. Przyznał się do potrącenia pieszego. Nie potrafił wytłumaczyć, dlaczego nie zatrzymał się i nie wezwał pomocy. Stracił prawo jazdy. Jest na wolności za poręczeniem majątkowym. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności.

Gang „wnuczków” w areszcie

Mieszkaniec Warszawy (lat 31) został tymczasowo aresztowany przez Sąd Rejonowy w Białymstoku na 3 miesiące za wyłudzenie od starszego małżeństwa 10 000 zł metodą „na wnuczka”. Białostoccy policjanci złapali go w Warszawie. Wcześniej do aresztu trafiło trzech jego współników.

Złapani w akcji

W nocy z piątku na sobotę dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Zambrowie odebrał informację, że złodzieje okradają zakład w Szumowie. Patrol błyskawicznie dotarł do Szumowa i złapał złodziei, którzy wynosili z zakładu przewody elektryczne warte około 2 000 zł. To mieszkaniec gminy Szumowo (lat 47) i zambrowianin (lat 48). Staną przed sądem.

Złodzieje zabawek

Warte około 1 000 zł klocki i inne zabawki dla dzieci ukradło troje złodziei ze sklepu z zabawkami z Łomży. To mieszkańcy Łomży. Kobieta ma 23 lata, a jej kumple 31 i 36 lat. Policjanci postawili im także zarzuty popełnienia innych kradzieży oraz zakłócania ładu i porządku.

Złość na mercedesie

O północy na osiedlu Północ w Zambrowie patrol zauważył mężczyznę, który kopał zaparkowanego na ulicy mercedesa i rzucał w niego puszkami z piwem. Policjanci zatrzymali go. Był agresywny. Jest mieszkańcem (lat 39) Zambrowa. Uszkodził mercedesa na 700 zł.

Napad na skup złomu

Właściciel skupu złomu (lat 47) z Wasilkowa usłyszał głośnie ujadanie psów. Poszedł zamknąć bramę wjazdową na posesję. Wtedy ktoś uderzył w głowę i prysnął gazem w twarz. Gdy upadł, napastnicy związali mu nogi taśmą, zawlekli do baraku i posadzili na krześle. Żądali pieniędzy. Przerażony, oddał im 5 000 zł, które miał przy sobie. W tym momencie ktoś podjechał pod skup złomu i bandyci uciekli. Policjanci już ich złapali. To trzej mieszkańcy Wasilkowa (lat 20, 21 i 43). Dwaj młodsi są braćmi. W ich mieszkaniu były łupy z innych napadów i włamań, m.in. sprzęt chirurgiczny i implanty, wykorzystywane w chirurgii plastycznej, warte co najmniej kilkadziesiąt tysięcy złotych. Okazało się, że pochodzą z włamania do domu lekarza. Bandytom grozi do 12 lat więzienia.

Pitawał

Śmierć na tle miłosnem

Z Grajewa. Leon Czajko usiłował wystrzelać z rewolweru zabić Kazimierę Czyżewską, raniąc ją w twarz. Po dokonaniu powyższego Czajko zbiegł, udając się w stronę przemieszcza Grajewa „Przekopka”, gdzie na łące w pobliżu rzeki Łych, wystrzelał z rewolweru pozbawił się życia. Stan zdrowia Czyżewskiej jest beznadziejny. Usiłowanie zabójstwa i samobójstwo Czajko dokonał na tle miłosnem.

(„Życie i Praca”, nr 93, 19 listopada 1925 roku, Łomża – Suwałki).

Okradali na drodze

Kradzież na drodze publicznej. W dniu 23 bm. zostali aresztowani przez ekspozyturę śledczą, Gabryel Pardo, Antoni Duchnowski, Antoni Kokoszko, zamieszkali w Łomży, którzy z przejeżdżających szosą furmanek ściągali towary. Skradli oni kupcowi z Ostrołęki paczkę koronek. Został również zatrzymany paser, Jan Bartosiewicz, który przetrzymywał tych złodziei u siebie na strychu w domu. Sąd Pokoju w Łomży osadził takowych w więzieniu.

(„Życie i Praca”, nr 98, 6 grudnia 1925 roku, Łomża – Suwałki).

Napad w mieście.

W dn. 16 b.m. na ul. Wagi [w Łomży], wieczorem w ciemnym miejscu, na przechodzącą kierowniczkę Żłóbka ś-go Wincentego a Paulo Stanisławę Dąbrowiczową, napadło trzech młodych ludzi, z których jeden wyrwał jej skórzaną sakwojaż, zabrał z takowego 18 złotych gotówką, poczem wszyscy trzej zbiegli w różnych kierunkach. Na wszczęty alarm policja pośpieszyła natychmiast i ujęła osiemnastu różnych podejrzanych osobników, a między innymi ujęci – zwolniony więzienia łomżyńskiego Piotr Samiło z pow. Zamojskiego, który odbywał karę za rabunek i Chaim Garbowski, mieszkaniec Łomży, karany sądownie za oszustwo i kradzież. Naoczni świadkowie widzieli biegnących wyżej wymienionych od strony rabunku. Dochodzenie prowadzi ekspozytura śledcza.

(„Życie i Praca”, nr 102, 20 grudnia 1925 roku, Łomża – Suwałki).

Uśmiech Kontaktów



Anna Kurządkowska ze Śniadowa

Poradnia psychologa

Nie rozwodzę się dla dobra córek

Mamy dwie córki, mąż jest alkoholikiem. Nie chcę się z nim rozwieść, bo gdy jest trzeźwy, to jest dobry, nie ma rękoczynów, itp. A dzieci potrzebują przecież ojca, jak się rozwiodę, to go stracę.

Alicja

Dzieci rozwijają się o wiele gorzej w rodzinie, w której jest dwóch rodziców i częste konflikty niż w takiej, w której brak jednego rodzica. Gdy skłóceni rodzice się rozchodzą, dzieci zaczynają lepiej funkcjonować pod względem emocjonalnym i intelektualnym, mają lepsze wyniki w nauce, więcej przyjaciół, są mniej zestresowane.

Jeśli Pani mąż dopuszcza się ręk-

koczynów, dla dzieci jest to traumatyczne wydarzenie, nawet jeśli widzą to tylko sporadycznie. Można tu zrobić porównanie z niebezpiecznym zwierzęciem – gdyby w domu był wąż, to wystarczy, aby raz kogoś zaatakował – od tej pory będą się go wszyscy bali, nawet jeśli jest „z natury spokojny”.

Powinna Pani wziąć pod uwagę to, czy mąż uznał, że jest chory i czy leczy się ze swojego uzależnienia. Jeśli tak, jest nadzieja, że będzie lepiej. Jeśli nie, prędzej czy później dojdzie do kryzysu lub ciągle będzie dziecie nieszczęśliwą rodziną.

DR MARCIN FLORKOWSKI,
psycholog

Przysmak podlaski



Kapusta wigilijna

Składniki (na 10 porcji):

- 3 kg kiszzonej kapusty
- 20 suszonych grzybów
- 1 szklanka oliwy słonecznikowej
- 10 suszonych (wędzonych) śliwek
- 2 jabłka
- 2 kostki bulionu warzywnego
- ¼ kostki masła
- pieprz mielony

Potrawę zaczyna się przygotowywać cztery dni przed Świętami. Kapustę przepłukać, by nie była za kwaśna. Zalać wodą. Dodać kostki bulionowe. Gotować 2 godziny. Grzyby namoczyć, zalać

wodą i ugotować. Odcedzić (wodę z gotowania wlać do kapusty). Ugotowane grzyby drobno pokroić. Na patelni rozgrzać masło i podsmażyć na nim grzyby (ok. 5 minut, mieszając), wrzucić do kapusty. Wlać oliwę. Dodać pokrojone jabłka i wypestkowane śliwki. Dusić kapustę następne 2 godziny. Zostawić w chłodzie do następnego dnia. Znowu dusić 2 razy po 2 godziny. Doprawić pieprzem (jak ktoś lubi, także maggi). Następne dwa dni do Wigilii podgrzewać kapustę codziennie 2 razy po pół godziny. Część kapusty przeznaczyć można na farsz do pierogów z kapustą i grzybami.

Pytanie intymne

Zostawił mnie chłopak. Kochałam go i teraz nie mogę się otrząsnąć. Na nic się zdała moja lojalność i wierność. Postanowiłam być inna. Nie mam żadnych skrupułów przy nowych, czasami przypadkowych znajomościach. Poznaję różnych ludzi, nowe układy i dziki seks. Kocham się, słyszę nawet zachwyty na swój temat, ale potem brakuje mi czegoś do pełni i źle się czuję. Czy tak już zostanie?

Anita

Tak nie zostanie, gdy wyleczysz się z bólu zdradzonej i porzuconej. Twoje uczucie nie wygasło,

a obecne kontakty z mężczyznami są dalszą grą z byłym chłopakiem. Podświadomie odgrywasz się na nim. Wchodzisz w przypadkowe związki i przy okazji fundujesz sobie bardzo niebezpieczne sytuacje. Przygoda wyzwała chęć eksperymentowania, ale trzeba wiedzieć, z kim być dziką. Z nieznanym nie jesteś w stanie przewidzieć, co może cię spotkać w intymnej sytuacji. Będziesz wtedy bezbronna. Bądź ostrożniejsza, bo zamiast wstąpić do raju, możesz znaleźć się w przepaści. Do pełni, o której piszesz, brakuje uczucia. Proszę pamiętać, że seks nie jest sportowym wyczynem. Gdy znowu się zakochasz, seks będzie miał inną wartość i smak.



Lekarz domowy

Boli mnie język, ma czerwony koniec, a środek jest jakby poora-ny. Nie oparzyłam się niczym, nie wiem, co robić?

Justyna

Zdrowy język jest gładki, nie ma popękanej powierzchni, ma kolor różowy i jest dobrze nawilżony. Zmiany na języku informują o stanie wielu narządów wewnętrznych. Czerwony kolor języka może oznaczać kłopoty z pęcherzykiem żółciowym. Mocno zaczerwieniony i jakby piekący

koniec języka jest objawem niedoboru witaminy B. Podłużne pęknięcia języka świadczą o niedożywieniu. Pęknięcia poprzeczne są oznaką problemów trawiennych. Palący język, to objaw nadmiaru soków żołądkowych. Przy niedoborze witaminy B braki można szybko uzupełnić jedząc banany, chude mięso, drób, wątróbkę, warzywa strączkowe i ziemniaki. W innych przypadkach, jeśli objawy dłuższy czas nie ustępują, koniecznie trzeba zgłosić się do lekarza i wykonać badania.

Pod paragrafem

Jestem na wypowiedzeniu. W styczniu będę bez pracy. Co zrobić, by nie stracić prawa do bezpłatnego leczenia?

Wojciech

Zwolnieni z pracy na umowę o pracę mają jeszcze 30 dni prawo do bezpłatnego leczenia. Aby mieć dalej prawo do bezpłatnego leczenia, należy zarejestrować się w urzędzie pracy w swoim miejscu zamieszkania. Urząd w okresie 7 dni zgłosi zarejestrowanego bez-

robotnego do ubezpieczenia. Prawo do bezpłatnego leczenia mają wszyscy zarejestrowani bezrobotni bez względu na to, czy przysługuje im i czy otrzymują zasiłek dla bezrobotnych, czy nie. Zarejestrowanie się jest bardzo ważne, gdyż od 1 stycznia 2013 r. wszyscy korzystający z opieki medycznej są sprawdzani w systemie Elektronicznej Weryfikacji Upoważnień Świadczeniobiorców (eWUŚ), czy mają prawo do bezpłatnych świadczeń medycznych.

nowe

program

13.12.-19.12.2013

ISSN 2299-0690
DATA WYDANIA: 9.12.2013
numer 50 (76)

WEEKEND W TV

PIĄTEK

THRILLER

22.00 POLSAT

PAN ŻYCIA I ŚMIERCI

SOBOTA

PRZYGODOWY

20.25 TVP 1

PIRACI Z KARAIBÓW:
SKRZYNIA UMARŁAKA

NIEDZIELA

SCIENCE FICTION

20.00 TVN SIEDEM

STAR TREK



FAMILIJNY

PIORUN

ND | 10.20 POLSAT



SPORT

PŚ W SKOKACH
NARCIARSKICHKWALIFIKACJE
W TITISEE-NEUSTADT

PT | 13.45 EUROSPORT

KONKURSY
INDYWIDUALNE

SOB | 14.30 EUROSPORT

ND | 14.00 EUROSPORT

AGNIESZKA SIENKIEWICZ

Czy zawalczy
o miłość?

M JAK MIŁOŚĆ

PON-WT | 20.45 TVP 2

SERIAL

POŻEGNANIE MAGDY

W najbliższym odcinku „Na Wspólnej”
odbędzie się pogrzeb Magdy. Opłakują
ją Igor, Zuza, rodzina i przyjaciele.

NA WSPÓLNEJ

PON-CZW | 20.05 TVN

Zamówienia: tel. 87 428 80 38 lub 512 49 12 06 lub na www.telezakupy.tv

Promocje na każdą kieszę - Kupuj na RATY!

ŚWIĄTECZNE PREZENTY Z DOSTAWĄ DO DOMU

Zamów dwa produkty - trzeci otrzymasz GRATIS*!!! Zadzwoń teraz!

Mop obrotowy 360° ML SUPER **MOP360°**

Nowoczesny mop rotacyjny z systemem WS (wirowanie-suszenie). Ułatwia dotarcie do wszystkich miejsc pozostawiając suchą powierzchnię. Łatwe i szybkie sprzątanie bez wysiłku!

W zestawie: mop + 2 końcówki, kij oraz wiadro.

Dostępne kolory: niebieski i zielony

stara cena: 109 zł
oszczędzasz: 100 zł

Cena promocyjna: 89 zł

Plastry oczyszczające z toksyn 30 szt.

Kuracja oczyszczająca organizm z toksyn podczas snu. Wspomaga układ krążenia oraz metabolizm, eliminuje bóle głowy, uczucie zmęczenia, problemy ze snem, pomaga uwolnić się od stresu oraz natęgu palenia. Wzmacnia organizm przed przeziębieniami i grypą. Światowy hit japońskiej medycyny naturalnej. Przeznaczone dla osób w każdym wieku.

Cena dotyczy 30 sztuk plasterów. (2 tygodniowa kuracja)

stara cena: 119 zł
oszczędzasz: 60 zł

Cena promocyjna: 59 zł

NAJNIŻSZA CENA W POLSCE!

Magnetyczne opaski Dr Webersa

Dzięki zastosowaniu znanych leczniczych magnesów, doskonale pomagają uśmierzyć bóle zwyrodnieniowe oraz reumatyczne. Działają przeciwniezapalnie oraz podtrzymują staw. Dzięki regulacji pasują na każdą nogę i nadgarstek.

W zestawie 3 szt:
2 opaski na kolano
1 opaska na nadgarstek

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 90 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Ergonomiczna podpora pod plecy

Podpora na krzesło zapewnia prawidłową pozycję kręgosłupa podczas siedzenia. Pasuje do wszystkich krzeseł i foteli (do pracy, dla dziecka, do samochodu)

W zestawie: 1 szt.
2 szt. 22,50 zł / szt.
5 szt. 21,00 zł / szt.

Cena promocyjna: 24 zł

Magnetodisk Magnetoterapia

Wypożyczenie w unikalny system leczniczych magnesów. Zmniejsza bóle kręgosłupa. Skutecznie uszywnia odcinek lędźwiowy masując jednocześnie cały kręgosłup.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 80 zł

Cena promocyjna: 69 zł

Magnetyczny stabilizator stawu kolanowego

Wzmocnia i uszywnia staw, łagodzi bóle i obrzęki, zmniejsza napięcie mięśni oraz chroni przed urazami. Rozmiar uniwersalny, zaplecie z regulacją.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Poduszka-podkładka żelowa

Warstwa żelu równomiernie rozkłada ciężar ciała, dzięki czemu nie czuć bólu czy zmęczenia po wielogodzinnym siedzeniu. Idealna podczas podróży i do biura.

stara cena: 99 zł
oszczędzasz: 50 zł

Cena promocyjna: 49 zł

Pas wibracyjny trener gym

Pas wibracyjno-wyszczuplający to idealne urządzenie ułatwiające pozbycie się zbędnego tłuszczu i cellulitu. Gratis: dieta odchudzająca.

Model bezprzewodowy
Cena: 129 zł

stara cena: 129 zł
oszczędzasz: 120 zł

Cena promocyjna: 79 zł

Nowoczesne aparaty słuchowe meyers

Wysokiej klasy urządzenia wzmacniające dźwięk. Dzięki systemowi regulacji głośności można ustawić do indywidualnych potrzeb. Można słyszeć na prawo, jak i lewo.

Model 119 zł
Model 79 zł
Model 59 zł
Model 119 zł
Wzmocniacz 49 zł

Spal zbędne kilogramy!

Urządzenia do ćwiczeń i treningu fitness, dzięki którym będziesz w formie.

Orbitrek eliptyczny: 299 zł
Rowerek treningowy: 199 zł

Bielizna wyszczuplająca

Ukrywa wszystkie wybrzuszenia i fałdy od linii brzucha do poziomu powyżej kolan. Dostępne rozmiary: M, L, XL, XXL, XXXL. Kolor: cielisty lub czarny.

stara cena: 99 zł
oszczędzasz: 50 zł

Cena promocyjna: 49 zł

Biustonosze bezszwowe - komplet 3 szt.

Elastyczny i miękki biustonosz zapewnia swobodę i komfort w każdej sytuacji. Precyzyjnie dopasowuje się do ciała, dzięki czemu zapomnisz, że masz go na sobie. Nie ciśnie, nie uwariera i nie pozostawia żadnych śladów na ciele. Gwarantuje atrakcyjny wygląd i wygodę nawet przy bardzo obcisłych ubraniach.

Comfort Bra

stara cena: 199 zł
oszczędzasz: 130 zł

Cena promocyjna: 69 zł

Pas wyszczuplający

Wysokiej jakości oddychająca bielizna modelująca część brzucha oraz bioder.

XL 75/95
XXL 95/110
XXXL 110/125

stara cena: 99 zł
oszczędzasz: 30 zł

Cena promocyjna: 49 zł

Masażer do ciała Relax Body

Masaż i trening całego ciała. Niweluje bóle i zmęczenie. Zwalczająca cellulit oraz działa ujędrniająco i wyszczuplająco. W zestawie 4 unikalne końcówki.

stara cena: 199 zł
oszczędzasz: 100 zł

Cena promocyjna: 99 zł

Comfort Bra

Biustonosze bezszwowe

Rozmiary zestawów: S, M, L, XL, XXL, XXXL

W zestawie 3 sztuki w kolorach: czarny, biały, cielisty.

stara cena: 199 zł
oszczędzasz: 110 zł

Cena promocyjna: 89 zł

Kuferek na biżuterię

Elegancki kuferek na biżuterię to gadżet niezbędny dla każdej kobiety. Posiada wiele przegródek i szufladek oraz lusterko. Kolor: czarny. Wymiary: 25,8 x 18 x 14,8 cm

stara cena: 99 zł
oszczędzasz: 30 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Robot kuchenny MultiChopper

Wielofunkcyjne urządzenie niezbędne w każdej kuchni! Pomocnik w przyrządzaniu zdrowych posiłków dla całej rodziny. Sieka, mli, szatkuje, uciera, kroci w plasterki, ubija pianę.

stara cena: 99 zł
oszczędzasz: 50 zł

Cena promocyjna: 49 zł

Szatkwonica wielofunkcyjna Multi Slicer

Doskonały pomocnik kuchenny. W mig poszatkuję i pokroi w kostkę lub plasterki owoce, warzywa, gotowane jajka oraz ser. Niezastąpiony w przygotowywaniu surówek, błyskawicznie zetrze warzywa na tarce, szybko i bez wysiłku pokroi ziemniaki na frytki.

stara cena: 199 zł
oszczędzasz: 100 zł

Cena promocyjna: 99 zł

Zestaw patelni z powłoką ceramiczną

Przygotuj posiłki bez tłuszczu, przypalania, a Twoje potrawy będą zdrowe i pełne smaku. Do każdego rodzaju kuchenek. W zestawie: 3 patelnie oraz pokrywki.

stara cena: 299 zł
oszczędzasz: 150 zł

Cena promocyjna: 149 zł

Organy elektroniczne z mikrofonem

Bogato wyposażony instrument, pozwalający na tworzenie własnych kompozycji, ich zapisywanie i odtwarzanie. Idealny prezent dla dziecka.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 60 zł

Cena promocyjna: 89 zł

Konsola do gier FUNNYSTATION 3

Kultowa gra telewizyjna z kartridżem. Łatwe podłączenie do każdego telewizora. Ponad 1000 gier. W zestawie: konsola, pistolet i 2 pady.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Słuchawki bezprzewodowe z MP3

Słuchawki wyposażone w odtwarzacz plików MP3 z możliwością łatwego podłączenia do TV lub komputera. Posiada wbudowany akumulator. Obsługuje karty MicroSD/SD.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 60 zł

Cena promocyjna: 89 zł

Klasyczna torba skórzana SHOPPER

Ulubiona torba gwiazd typu SHOPPER. Wykonana ze skóry ekologicznej, uszywniana i pojemna. Idealna do szkoły, pracy i na co dzień. Dostępne kolory: brązowa i czarna.

stara cena: 99 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Młynek elektryczny do soli i pieprzu

Ekscyzywny młynek umożliwiający mielenie przy użyciu tylko jednej ręki. Wystarczy nacisnąć guzik, by zmiełił nawet najgrubsze ziarenka pieprzu oraz soli.

stara cena: 79 zł
oszczędzasz: 20 zł

Cena promocyjna: 29 zł

Komplet noży Miracle Blade III

Wysokiej jakości komplet noży kuchennych z drewnianym blokiem do przechowywania. Wykonane ze stali nierdzewnej. Zestaw składa się z 16 elementów.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 120 zł

Cena promocyjna: 79 zł

Mop Parowy STEAM MOP X5

Doskonale czyści i dezynfekuje kafelki, twarde podłogi, parkiety, laminaty a także dywany. Skuteczne sprzątanie bez chemikaliów z użyciem silnej pary wodnej.

stara cena: 299 zł
oszczędzasz: 250 zł

Cena promocyjna: 249 zł

Odkurzacz bezprzewodowy

Skutecznie sprzątnie każdy brud z każdego rodzaju podłogi. Nie potrzebuje żadnych kabli. Posiada wbudowany akumulator.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 89 zł

Uchwyt wielofunkcyjny

Pomocny uchwyt na przysawki próżniowe zapewniające szybki i łatwy montaż. Ułatwia wychodzenie z wanny, korzystanie z prysznica, toalety, wchodzenie po schodach.

stara cena: 79 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 29 zł

Składany stolik wielofunkcyjny

Można łatwo przysawać do foteli, kanap i łóżek. Zapewnia komfort podczas jedzenia, czy oglądania TV. Lekki i łatwy w montażu. Posiada regulację wysokości i nachylenia.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 70 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Alkomat cyfrowy

Bardzo precyzyjny alkomat o wysokim zakresie pomiaru i dużą dokładnością. W zestawie: cyfrowy alkomat z 4 usznikami wielokrotnego użytku.

stara cena: 149 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 59 zł

Korektor do lakieru - na rysy

Płynne szczeliwo doskonale wypetnia i wyrównuje rysy na każdym lakierze. Bezpiecznie i trwale maskuje zadrapania na lakierze samochodowym każdego koloru!

stara cena: 79 zł
oszczędzasz: 40 zł

Cena promocyjna: 29 zł

Więcej produktów na:
www.telezakupy.tv

SKLEP WYSYŁKOWY
Telezakupy TV

Gwarancja jakości i niskich cen

Zadzwoń i zamów telefonicznie już teraz!

536 05 05 05 lub 87 428 80 38
512 49 12 06 lub 536 444 333

Koszt połączenia według stawki operatora

Za dostarczony produkt zapłacisz przy odbiorze. Infolinia czynna przez 7 dni w tygodniu w godz. 8 - 21. Oferta ważna do wyczerpania zapasów. Więcej informacji o produktach oraz regulamin promocji na stronie www.telezakupy.tv. Podane ceny są cenami brutto (z VAT) bez kosztów wysyłki. Niniejsza publikacja nie stanowi oferty w rozumieniu prawa i ma charakter informacyjny. Rzeczywisty wygląd produktu może nieznacznie odbiegać od prezentowanego na zdjęciach. *Produkt trzeci (gratis) zostanie wybrany losowo.

TVP 1

TVP 1

05.35 Polska non stop **05.45** Polska non stop **05.55** TVP Info w TVP 1 **07.45** ZUS dla Ciebie **08.00** Wiadomości **08.10** Polityka przy kawie **08.25** Teleszkupy **08.55** Ojciec Mateusz (89) **09.50** Mała orkiestra **11.00** Świat się kręci

12.00 Wiadomości

12.10 Agrobiznes - magazyn

12.45 Natura w Jedyńce: Anna i zwierzęta: Sztuka porozumienia - film dokumentalny, RPA 2012, reż. Swati Thiagarajan

13.50 Jaka to melodia?

14.20 „Degrengolada” w Teatrze Domowym

15.00 Wiadomości, Pogoda

15.15 Klan (2514) - serial obyczajowy, Polska

15.45 Sprawa dla reportera

16.40 Polska non stop

17.00 Teleexpress

17.15 Pogoda

17.25 Jaka to melodia?

17.55 Kabaretowe hity Jedynki

18.30 Świat się kręci

19.15 Przepis dnia - magazyn

19.30 Wiad., Sport, Pogoda

DRAMAT



21.35

Pearl Harbor

Przyjaciele Rafe i Danny pasjonują się samolotami. W 1941 roku obaj zostają pilotami amerykańskiej armii. Wkrótce Rafe wstępuje do Orlego Szwadronu.

20.30 Maria z Nazaretu (4)

21.35 Pearl Harbor - dramat

FILM wojenny, USA 2001, reż. Michael Bay

00.45 Nagi instynkt 2 - thriller, FILM Niemcy/USA/Wielka Brytania 2006

02.45 Świat się kręci

03.35 Weekendowy magazyn filmowy - magazyn

04.00 Do domu - film obyczajowy, Polska 1987, reż. Janusz Zaorski

TVP 2

TVP 2

05.55 Faceci do wzięcia (59) **06.30** Lokatorzy (39): Grypa gigant **07.05** M jak miłość (401) **08.00** Pytanie na śniadanie **10.35** Barwy szczęścia (1027) **11.15** Na dobre i na złe (196): Śmierć Soni - serial obyczajowy, Polska

12.15 Sztuka życia

12.45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat

13.20 Szkoła życia

14.10 Kabaret Neo-Nówka: Co by było gdyby (2)

14.50 The Voice of Poland. Przesłuchania w ciemno: Małopolska

15.45 Panorama Kraj

16.00 Pogoda Kraj, Polska 2013 (29)

16.10 The Voice of Poland. Przesłuchania w ciemno: Dolny Śląsk

16.50 „Ja to mam szczęście!” - ulubione skecze

17.15 Szkoła życia

18.00 Panorama

18.30 Sport, Pogoda

18.50 Jeden z dziesięciu

19.25 Barwy szczęścia (1027) - serial, Polska

SERIAL



20.05

Barwy szczęścia (1028)

Jeleniowie cieszą się, że gwałciciele Zuzy trafili za kratki. Ludmiła odkrywa, że Kostek planował zemstę na mężczyznach. Marta mdleje w pracy.

20.05 Barwy szczęścia (1028) - serial, Polska

20.40 Rodzinka.pl (105, 106)

21.50 Dzięki Bogu już weekend - program rozr.

22.50 Piąty stadion

23.00 Wasz Kaczmarski - autoportret artysty

00.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (15)

00.55 Ekstremalne randki - FILM film sensacyjny, USA

2004, reż. Lorena David

POLSAT

POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News **08.15** Świat według Kiepskich (133) **09.00** Malanowski i Partnerzy (105) **09.30** Malanowski i Partnerzy (106) **10.00** Trudne sprawy (198) **11.00** Dlaczego ja? (195) - serial fabularno-dokumentalny

12.00 Nasz nowy dom

13.00 2XL (10) - serial obycz.

14.00 Pierwsza miłość (1800) - serial obycz.

14.45 Trudne sprawy (196) - serial fab.-dok.

15.50 Wydarzenia

16.10 Pogoda

16.15 Interwencja - magazyn

16.30 Malanowski i Partnerzy (162) - serial

17.00 Dlaczego ja? (134) - serial fab.-dok.

18.00 Pierwsza miłość (1801) - serial, Polska

18.50 Wydarzenia

19.20 Sport, Pogoda

19.30 Świat według Kiepskich (394) - serial komediowy, Polska

REKLAMA

Szybka pożyczka
na świąteczne wydatki

Zadzwoń lub wyślij SMS o treści M

600 400 800

Koszt połączenia wg taryfy operatora
Provident Polska S.A. www.provident.pl

TVN

TVN

05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - teleszkupy **07.25** Na Wspólnej (1839) - serial obyczajowy, Polska **08.00** Dzień dobry TVN - magazyn poranny **11.10** Ukryta prawda (165) - serial fabularno-dokumentalny

12.15 Szpital (148) - serial fabularno-dokumentalny

13.15 W-11 - wydział śledczy (1110) - serial

14.00 Wawa non stop (72) - serial, Polska

15.00 Ukryta prawda (166) - serial fabularno-dokumentalny

16.00 Rozmowy w toku

17.00 Wawa non stop (73) - serial, Polska

18.00 Szpital (149) - serial fab.-dok., Polska

19.00 Fakty, Sport

19.35 Sporty motorowe: Motorowodne Grand Prix w Szardzy

19.40 Pogoda

19.50 Uwaga! - magazyn

TV 4

TV 4

07.25 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **07.55** Scooby Doo **08.25** Nowy Scooby i Scrappy Doo **08.55** Komisarz Rex 13 (3) **09.55** Nieposkromiona miłość (72) **10.50** Kiedy się zakocham... (126) **11.55** Królowna Śnieżka (7)

12.30 Stary Testament (7) - serial animowany, USA

13.00 Dekoratornia - magazyn

13.30 Ślubna gorączka (11) - serial fabularno-dok.

14.30 Szpilki na Giewoncie (47) - serial komediowy

15.30 Komisarz Rex 12 (4) - serial kryminalny, Austria/Niemcy

16.30 Hotel 52 (73) - serial obyczajowy, Polska

17.30 Nieposkromiona miłość (73) - telenowela, Meksyk

18.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo - serial animowany

19.00 Scooby Doo - serial

19.30 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial, USA

EUROSPORT

EUROSPORT

08.35 Hokej na lodzie: Uniwersjada **10.00** (NŻ) Biathlon: Uniwersjada **11.45** Biathlon: Zawody PS w Annecy **12.45** Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt **15.00** (NŻ) Biathlon: Zawody PS w Annecy **15.45** Pływanie: ME w Herning **16.30** (NŻ) Pływanie: ME w Herning **18.30** Watts **19.00** TimberSport: MŚ w Niemczech **20.00** (NŻ) Boks: Turniej Bigger's Better w Lizbonie **21.00** (NŻ) Boks: Turniej Bigger's Better w Lizbonie **23.00** Magazyn wyścigów konnych **23.15** (NŻ) Saneczkarstwo: Zawody PS w Park City **00.00** Saneczkarstwo: Zawody PS

EUROSPORT 2

EUROSPORT 2

06.00 Piłka nożna: ME U-17 w Anglii **07.30** Rzutki: Zawody w Holandii **09.00** Judo: GP w Abu Dhabi **09.30** Judo: Turniej Wielkiego Szlema **10.00** (NŻ) Kombinacja norweska: Uniwersjada **11.00** Watts **12.00** Biathlon: Uniwersjada **13.15** (NŻ) Biathlon: Uniwersjada **15.00** Snowboard: Zawody PS **16.00** Skoki narciarskie: Zawody PS **17.00** (NŻ) Kombinacja norweska: Uniwersjada **18.00** Piłka nożna: Bundesliga **18.30** (NŻ) Piłka nożna: Bundesliga **20.30** (NŻ) Piłka nożna: Bundesliga **22.30** (NŻ) Hokej na lodzie: Uniwersjada w Trentino **23.00** Skoki narciarskie: Zawody PS **23.45** Rzutki: Zawody

POLSAT SPORT

POLSAT SPORT

07.00 Siatkówka: Liga Mistrzów **09.10** Polska 2014 **11.00** Siatkówka: Liga Mistrzów **13.00** Siatkówka: Puchar CEV **15.05** Przed Polska - Reszta Świata. Pożegnanie Artura Siódmiaka - reportaż **15.10** Futbol Mundial **15.50** Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Budvanska Rivijera Budva - Asseco Resovia Rzeszów **18.00** (NŻ) Siatkówka: PlusLiga - mecz Jastrzębski Węgiel - Lotos Trefl Gdańsk **20.30** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Barcelona - Celtic **22.40** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Chelsea - Steaua **00.40** Sztuki walki: KSW 25 - walka Mamed Khalidov - Ryuta Sakurai

TVP SPORT

TVP SPORT

08.05 Piłka ręczna: MŚ Kobiet **09.35** Piłka ręczna: MŚ Kobiet **11.10** Biathlon: Zawody PS w Annecy **12.05** Sporty wodne: F1 **12.35** Rajdy samochodowe: Rajdowe MŚ **13.05** Piłka nożna: Liga Mistrzów **15.10** Piłka nożna: Liga Mistrzów **17.10** Legendy futbolu - serial dok. **17.50** (NŻ) Piłka ręczna: MŚ Kobiet - mecz Angolia - Hiszpania **20.05** (NŻ) Piłka ręczna: MŚ Kobiet - mecz Norwegia - Polska **22.05** Polacy w blasku olimpijskiego złota **22.30** Polacy w blasku olimpijskiego złota **23.00** Sportowy wieczór **23.20** Piłka nożna: Liga Mistrzów **01.25** Piłka ręczna: MŚ Kobiet **02.55** Legendy futbolu

TVP REGIONALNA

TVP REGIONALNA

11.55 Czas na jazdę **12.10** Aktywni 60+ **12.35** Zapraszamy na kawę **12.55** Agrobiznes **13.20** Zapraszamy na kawę **13.35** Polacy tu i tam **14.10** Antenowe remanenty: Oj, ni ma jak Lwów **14.25** Dziennik regionów **14.30** Zapraszamy na kawę **14.55** Koniem przez Białąkę **15.25** Niewidzialni drukarze **15.55** Zapraszamy na kawę **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów **16.30** Bez barier **17.00** Zaproszenie **17.30** Program lokalny **21.05** Echa dnia **21.15** Dziennik regionów **21.40** Echa dnia **22.00** Program lokalny **22.35** Telekurier **23.00** Bez barier **23.30** Raport z Polski **23.55** Reportaż

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

(NŻ) - na żywo

PIĄTEK

TVN SIEDEM



05.00 **Pascal: Po prostu gotuj** - program kulin.
05.35 **We dwoje** - rozr.
06.50 **Męski typ: Rafał So-
nik** - talk show
07.20 **Sąd rodzinny** - serial
08.15 **Sędzia Anna Maria
Wesołowska** - serial
09.15 **Dr House 2 (13)**
10.10 **Ostry dyżur 11 (8)**
11.15 **Mango - telezakupy**
12.50 **Sąd rodzinny** - serial
13.50 **Sędzia Anna Maria
Wesołowska** - serial
14.50 **Bananowy doktor 4
(16-ost.)** - serial, USA
15.50 **Czerwony Orzeł (6)**
17.00 **Przepis na życie
(13-ost.)** - serial, Pol.
18.00 **Dr House 2 (14)**
19.00 **Tożsamość szpiega
(1)** - serial, USA
20.00 **Książę i ja 3: Królew-
ski miesiąc miodowy**
* - kom., USA 2008
22.00 **Chinatown** - dramat
*** - krym., USA 1974, reż.
Roman Polański
00.40 **Mentalista 3 (16)**
01.40 **Podwójny agent** -
** - film sensacyjny, Wiel-
ka Brytania 1967
03.45 **Arkana magii**
05.55 **Zakończenie progr.**

TV PULS



06.00 **Dyżur** - program dok.
06.30 **No problem!**
07.00 **Tom i Jerry (37-42)**
08.00 **Taki jest świat** - inf.
09.00 **Kręcimy z gwiazda-
mi** - program rozr.
10.00 **Dyżur** - cykl dok.
10.30 **Medicopter (8)**
11.30 **Niania (75)** - serial
12.00 **Niania (76)** - serial
12.30 **Zbuntowany anioł
(36)** - telen., Arg.
13.30 **Zbuntowany anioł
(37)** - telen., Arg.
14.25 **Niania (77)** - serial
14.55 **Niania (78)** - serial
15.25 **Robin Hood (5)**
16.30 **Medicopter (5)**
17.30 **Wojciech Cejrowski.
Boso** - cykl reportaży
18.00 **Zaginiony świat (64)**
19.00 **Pingwiny z Madaga-
skar 2 (39)** - serial
19.30 **Pingwiny z Madaga-
skar 3 (7)** - serial
20.00 **Rozjemca** - film sens.,
* Kanada/USA 1997
22.00 **Ostatni z rodu Vol-
kodav** - film przygo-
dowy, Rosja 2007
01.00 **Zejście 2** - horror,
** Wielka Brytania
2009, reż. Jon Harris
03.00 **Zobacz to!**

TVP POLONIA



08.00 **Pytanie na śniada-
nie** - mag. poranny
10.30 **Wilnoteka** - magazyn
10.45 **Polonia w Komie**
11.00 **Polonia 24**
11.40 **Galeria (69)** - serial
12.00 **Barwy szczęścia
(971)** - serial, Polska
12.35 **Wiadomości**
12.50 **M jak miłość (1011)**
13.50 **Komisarz Alex (15)**
14.35 **Zapiski łazęgi**
14.50 **Mój pierwszy dzień**
15.25 **Złotopolscy (838)**
15.55 **Na paryskim bruku** -
film dokumentalny
16.55 **Galeria (69)** - serial
17.20 **Polonia w Komie**
17.30 **Teleexpress**
17.55 **Atlas polskiego rocka.
Koncert z okazji 75.
rocznicy urodzin Fran-
cisza Walickiego**
18.50 **Barwy szczęścia
(971)** - serial, Polska
19.20 **Ex libris** - magazyn
19.50 **Dobranocka**
20.00 **Wiad., Sport, Pogoda**
20.55 **Na dobre i na złe
(538)** - serial, Polska
22.00 **Polonia 24**
22.45 **Cztery noce z Anną** -
*** dramat, Fr./Pol. 2008
00.45 **Progr. powtórkowe**

SOBOTA

TVN SIEDEM



06.20 **Misja Martyna**
07.00 **Mango - telezakupy**
09.05 **Obcy w Ameryce
(12)** - serial, USA
09.35 **Człowiek cel (10)**
10.35 **Przyjaciele 9 (8)**
11.10 **Przyjaciele 9 (9)**
11.40 **Bananowy doktor 4
(13)** - serial, USA
12.40 **Książę i ja 3: Kró-
lewski miesiąc miodowy** - komedia
romantyczna, USA
2008, reż. Catherine
Cyrán, wyk. Kam He-
skin, Chris Geere
14.30 **Usta usta (11)**
15.30 **Przepis na życie (9)**
16.25 **Przepis na życie
(10)** - serial, Polska
17.25 **Przepis na życie
(11)** - serial, Polska
18.20 **Cztery pancerni i
pies (2)** - serial, Pol.
19.30 **Stowarzyszenie Wę-
drujących Dżinsów
2** - komedia, USA
2008, reż. Sanaa
Hamri, wyk. Amber
Tamblyn
22.00 **Naręczona dla ge-
niusza** - komedia,
USA 1994, reż. Fred
Schepisi
00.00 **Star Trek** - film SF,
*** Niemcy/USA 2009,
reż. J.J. Abrams
03.45 **Arkana magii**
05.50 **Zakończenie progr.**

TV PULS



05.50 **Dyżur** - cykl dok.
06.20 **No problem!** - rozr.
06.50 **Taki jest świat** - inf.
07.40 **Zwierzęca natura**
08.35 **Wojciech Cejrowski.
Boso** - cykl reportaży
09.10 **Wojciech Cejrowski.
Boso** - cykl reportaży
09.50 **Mali detektywi** - film
familijny, Szwecja
2008, reż. Henrik
Georgsson
11.50 **Happy wkręt** - film
animowany, Niemcy/
USA 2007, reż. Paul
Bolger
13.35 **Najpiękniejsze ba-
śnie braci Grimm:
Gwiazdy i dukaty** -
baśń filmowa, Niemcy
2011, reż. Maria von
Heland
14.50 **Złote święta** - film fa-
milijny, USA 2012
16.40 **Kto pod kim dołki
kopie...** - film przygo-
dowy, USA 2003
19.00 **Pingwiny z Madaga-
skar 2 (39)** - serial
19.30 **Pingwiny z Madaga-
skar 3 (7)** - serial
20.00 **Zadanie specjalne** -
* film sensacyjny, USA
2005
21.55 **Next** - film sensacyj-
ny, USA 2007
23.55 **Dr Jekyll i Mr Hyde** -
* horror, USA 2006
01.50 **Zobacz to!**

TVP POLONIA



06.35 **Złotopolscy (834-838)**
08.55 **Polonia 24**
09.40 **Załoga eko**
10.10 **Świat się kręci**
11.00 **Polonia w Komie**
11.15 **Chłopi (12)** - serial
12.10 **Łamigłówna**
12.20 **Pamiętaj o mnie**
12.40 **Ojciec Mateusz (115)**
13.30 **Makłowicz w podró-
ży: Korfu: Wyspa
bukoliczna**
14.00 **Na dobre i na złe
(538)** - serial, Polska
15.00 **Pałac** - film dokumen-
talny, Polska 2012
16.00 **Kulturalni.pl** - mag.
17.00 **Słownik pol-
sko-polski**
17.25 **Łamigłówna**
17.30 **Teleexpress**
17.55 **M jak miłość (1012)**
18.50 **Złota sobota: Pio-
senki z lat 80.**
19.35 **Polonia w Komie**
19.45 **Dobranocka: Kul-
fon, co z ciebie wy-
rośnie?** - serial, Pol.
20.00 **Wiadomości**
20.25 **Sport, Pogoda**
20.45 **Czas honoru (62)**
21.35 **Pamiętaj o mnie**
22.00 **Polacy tu i tam: Ma-
gazyń polonijny**
22.40 **U Pana Boga za
miedzą** - komedia,
Polska 2009
00.45 **Łamigłówna**
00.50 **Progr. powtórkowe**

FOX FOX

05.00 **Orły z Bostonu 2 (1)**
05.40 **Powrót do życia 1 (10)**
06.40 **Family Guy: Głowa ro-
dziny 7 (6, 7)** 07.35 **Glee 3
(9, 10)** 09.30 **White Collar:
Biały kołnierzyk 2 (2, 3, 4, 5)**
13.20 **Roswell: W kregu ta-
jemnic 2 (3)** 14.20 **Touch 2
(14)** 15.15 **W garniturach 2
(4)** 16.15 **Family Guy: Głowa
rodziny 7 (8-11)** 18.10 **Współ-
czesna rodzina 1 (5)** 18.40
Współczesna rodzina 1 (6)
19.05 **Pułapki umysłu 2 (6)**
20.05 **Pułapki umysłu 2 (7)**
21.00 **Kości 5 (11)** 22.00 **Ko-
ści 5 (12)** 23.00 **Kości 5 (13)**
23.55 **Kości 5 (14)** 00.55 **Ho-
meland 1 (10-12)** 03.40 **Za-
kończenie programu**

FOX LIFE FOX LIFE

06.00 **Rita daje czadu 2 (10)**
06.30 **Cougar Town. Miasto ko-
cic 4 (13, 14)** 07.30 **Żona dla
milionera 4 (7)** 08.30 **Projek-
tanci 1 (5, 6)** 10.25 **Projektan-
ci na start 1 (7)** 11.20 **Rosja-
nie, jakich nie znacie 1 (9)** 12.20
Singielki 1 (5) 13.15 **Ostry dy-
żur 2 (4)** 14.15 **Gotowe na wszy-
stko 4 (7, 8)** 17.05 **Żona dla milio-
nera 4 (8)** 18.05 **Czarodziejki 6
(4)** 19.00 **Gotowe na wszystko
8 (6)** 20.00 **Premiera: Ostry dy-
żur 2 (5)** 21.00 **Świętoszki z
Dallas 1 (1)** 22.00 **Projektanci
na start 1 (7)** 22.55 **Premiera:
Bogate życie w New Jersey 5
(19, 20)** 00.55 **X Factor. Edy-
cja amerykańska 3 (19, 20)**

AXN AXN

06.00 **Siły pierwotne 4 (4)**
07.00 **Zaginiony świat (11)**
08.00 **Kancelaria adwokacka
4 (6)** 09.00 **Agenci NCIS: Los
Angeles 4 (4)** 10.00 **Agenci
NCIS (18)** 11.00 **Zaginiony
świat (12)** 12.00 **Siły pierwot-
ne 4 (5)** 13.00 **Plotkara 5 (24)**
14.00 **Kancelaria adwokacka
4 (7)** 15.00 **Agenci NCIS: Los
Angeles 4 (4)** 16.00 **CSI: Kry-
minalne zagadki Las Vegas 12
(16)** 17.00 **Słodkie kłamstew-
ka 2 (1)** 18.00 **Agenci NCIS
(19)** 19.00 **Agenci NCIS: Los
Angeles 4 (5)** 20.00 **CSI: Kry-
minalne zagadki Las Vegas 12
(17)** 21.00 **Castle 3 (19)** 22.00
Red Hill - western, Australia
2010 00.00 **Czarna lista (8)**

NATIONAL GEOGRAPHIC



06.00 **Wierzyć, nie wierzyć?**
07.00 **Tabu USA** 08.00 **Ostat-
nie starcie templariuszy** 09.00
Atak zeppelinów 10.00 **Bo-
ska interwencja** 11.00 **Twier-
dza na koniec świata** 12.00
Skarby w ruinach 13.00 **Lata
80. Dekada, która nas ukształ-
towała** 19.00 **Poszukiwacze
złota** 20.00 **Wielkie konstruk-
cje III Rzeszy** 21.00 **Bośka in-
terwencja** 22.00 **Czekając na
apokalipsę** 23.00 **Lata 80. De-
kada, która nas ukształtowała**
03.45 **Łowcy skarbów** 04.15
**Lata 80. Dekada, która nas
uksztaltowała** 05.05 **Tabu**

DISCOVERY CHANNEL



08.00 **Fani czterech kółek**
09.00 **Aukcja w ciemno** 10.00
Łowcy okazji 11.00 **Walka o
bagaż** 12.00 **Bear Grylls -
ucieczka z piekła** 13.00 **Kow-
boje za kółkiem** 14.00 **Kupiec
czy głupiec (5)** 15.00 **Anato-
mia magii** 16.00 **Fani czte-
rech kółek** 17.00 **Auto - reak-
tywacja** 18.00 **Dynamo - wię-
cej niż magia (4)** 19.00 **Łow-
cy okazji** 20.00 **Aukcja w ciem-
no (4)** 20.30 **Walka o bagaż**
21.00 **Auto - reaktywacja (8)**
22.00 **Fani czterech kółek**
23.00 **Bryki nie z fabryki**
00.00 **Łowcy okazji**

ANIMAL PLANET



09.30 **Łowca z dzicy** 10.00
Dzikość bez cenzury 11.00
**Policja dla zwierząt w Houston
(7)** 12.00 **Policja dla zwierząt
w Nowym Jorku** 13.00 **Poli-
cja dla zwierząt w Phoenix**
14.00 **Słodkie dzieciństwo**
15.00 **Kot z piekła rodem**
16.00 **Życie wśród gepardów
(2)** 17.00 **Łowcy aligatorów**
18.00 **Policja dla zwierząt w
Houston** 19.00 **Weterynarz**
21.00 **Weterynarz z antypo-
dów (2)** 22.00 **Policja dla zwie-
rząt w Houston (19)** 23.00
Policja dla zwierząt w Phoenix
00.00 **Obcy wewnątrz nas**

TELE programy



Za zmiany w programach TV
odpowiadają stacje telewizyjne

Wydawca: Hippocampus Sp. z o.o., 02-916 Warszawa, ul. Okrężna 9/1
e-mail: teleprogram@teleprogram.net.pl. Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców
Prasy. Redakcja: 02-916 Warszawa, ul. Okrężna 9/1, tel. (022) 671 50 00,
fax (022) 671 48 88. Druk: Eurodruk Poznań Sp. z o.o.

Biurowe Reklamy
02-916 Warszawa, ul. Okrężna 9/1
tel. (022) 671 50 00, fax (022) 671 48 88
e-mail: teleprogram@teleprogram.net.pl

Za treść reklam
redakcja nie odpowiada
Reklamy: strony 2 i 16.

TVP 1

08.00 Naszaarmia.pl **08.25** Magazyn Ligi Mistrzów **08.55** Kung-fu panda. Legenda o niezwykłości (8) **09.30** Pingwiny z Madagaskaru (20) **09.55** iCarly (15) **10.35** Jak to działa **11.10** Kabaretowe hity Jedyńki **11.40** Nie ma jak Polska

12.10 Weekendowy magazyn filmowy - magazyn

12.35 Jaka to melodia?

13.10 Okrasa łamie przepisy

13.40 Skoki narciarskie - studio

14.00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Titisee-Neustadt - konkurs indywidualny

15.55 Anna German (2)

17.00 Teleexpress, Pogoda

17.30 Ojciec Mateusz (61) - serial krym., Polska

18.25 Pogotowie ratunkowe - reality show

19.10 Smerfy

19.30 Wiad., Sport, Pogoda

REKLAMA

TVP 2

06.05 Tygrysy Europy (12): Inwestor **07.00** M jak miłość (1023)

08.00 Pytanie na śniadanie **10.40** Sztuka życia **11.10** Barwy szczęścia (1024-1025) - serial obyczajowy, Polska, wyk. Katarzyna Glinka, Katarzyna Zielińska

12.15 Biegi narciarskie - studio

12.25 Biegi narciarskie: Zawody PŚ w Davos - bieg na 15 km techniką dowolną

14.10 Familiada - teleturniej

14.40 Rodzinka.pl (105, 106)

15.40 Słowo na niedzielę

15.50 Stawka większa niż życie (2): Hotel Excelsior

17.00 Dzięki Bogu już weekend - program rozr.

18.00 Panorama

18.30 Sport telegram

18.40 Pogoda

18.50 „Postaw na milion” - kulisy

19.05 Postaw na milion

POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News

07.45 Jeźdźcy smoków (14) **08.15** *** Piorun - film animowany, USA 2008 **10.15** Ewa gotuje - program kulinarny **10.45** ** Tom i Jerry: Szybcy i kudłaci - film animowany, USA 2005, reż. Bill Kopp

12.25 Dzwonnik z Notre Dame 2 - film animowany, USA 2002, reż. Bradley Raymond

13.50 Przyczajony tygrys, ukryty smok - film przygodowy, Chiny/Hongkong/Tajwan/USA 2000, reż. Ang Lee, wyk. Chen Chang, Chow Yun-Fat

16.15 Top Chef - pr. kulinarny

17.45 Kolacja z szefem - program rozrywkowy

18.50 Wydarzenia

19.20 Sport, Pogoda

19.30 Świat według Kiepskich (395) - serial

TVN

05.35 Uwaga! **05.50** Mango - telezakupy - magazyn reklamowy

07.55 Top wings **08.30** Dzień dobry TVN **11.00** Na Wspólnej (1836-1839) - serial obyczajowy, Polska, wyk. Bożena Dykiel, Joanna Jabłczyńska, Jakub Wesołowski

12.45 Ugotowani 5 - program kulinarny

13.45 Zwykły Bohater - gala

15.15 Top Gear 20 - program motoryzacyjny

16.25 Mam talent! 6 - program rozrywkowy

18.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny

19.00 Fakty

19.25 Sport

19.30 Sporty motorowe: Motorowodne Grand Prix w Szardzy

19.35 Pogoda

19.45 Uwaga! - magazyn reporterów TVN

TV 4

06.10 Benny Hill **06.30** Ostatnia szansa **07.30** Jacht solarny - film dokumentalny **08.35** Krokodyle ery mezozoicznej - film dokumentalny **09.40** Czysta chata **10.40** Galileo - magazyn popularnonaukowy **11.40** Frank i dżungla 2 (6)

12.45 Mindfreak: Iluzjonista Criss Angel

13.45 Stop drogówka - mag.

14.45 Sekret magika - film fabiliowy, Holandia 2010, reż. Joram Lursen, wyk. Daan Schuurmans, Theo Maassen, Thor Braun, Java Siegertsz

16.45 Miłość, szmaragd i krokodyl - film przygodowy, Meksyk/USA 1984, reż. Robert Zemeckis, wyk. Kathleen Turner, Michael Douglas, Danny DeVito

19.00 Galileo - magazyn



20.25 PRZYGODOWY

Piraci z Karaibów: Skrzynia...
Pirat Jack Sparrow musi spłacić dług zaciągnięty u Jonesa, kapitana „Latającego Holendra”. Jones żąda, żeby Jack odnalazł tajemniczą skrzynię.

20.25 Piraci z Karaibów:
FILM Skrzynia umarlaka - *** film przyg., USA 2006

23.05 Żywe trupy 3 (15/16)

23.55 Żywe trupy 3 (16-ost.)

00.50 Powrót do domu - thriller, USA 2009, reż. Morgan J. Freeman

02.30 Persona non grata - FILM dramat, Polska 2005, ** reż. Krzysztof Zanussi

04.30 Piękniejsza Polska

04.50 Zakończenie programu

22.15 THRILLER

Hannibal
Przerazający morderca Hannibal Lecter mieszka we Florencji. Jego tropem podąża żądny zemsty milioner Verger, który został przez Lectera oszpecony.

20.05 Wczasy z kabaretem 2013. Na letnisko czy do wód - program rozrywkowy

21.10 15. Mazurska Noc Kabaretowa 2013. Kabaret według Artura Andrusa (1)

22.15 Hannibal - thriller, USA/ FILM Wielka Brytania 2001, ** reż. Ridley Scott

00.35 Made in Polska: Łona i Webber - koncert

22.10 KOMEDIA

Haker
Komputerowy geniusz Marcin, który marzy o studiach w USA, zakochuje się w pięknej Laurze. Pomaga jej zdać maturę, za co zostaje wyrzucony z liceum.

20.05 18. Rybnicka Jesień Kabaretowa. Ryjek 2013 (1) - program rozr.

22.10 Haker - komedia sensacyjna, Polska 2002, reż. Janusz Zaorski

00.00 Boks: Gala boksu zawodowego w Pile

01.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3)

02.15 Dziewczyny z fortuną

03.15 Tajemnice losu

05.00 Wstawaj! Gramy! - muz.

20.00 KOMEDIA

Znów mam siedemnaście lat
Mike, ratując życie nieznajomemu, wpada do rzeki. Po wypadku okazuje się, że znów ma siedemnaście lat. Postanawia inaczej pokierować swoim życiem.

20.00 Znów mam siedemnaście lat - komedia, USA ** 2009, reż. Burr Steers

22.10 Dzień dobry TV - komedia, USA 2010, reż. Roger Michell

00.30 Bagno - horror, Kanada FILM 2006, reż. Jordan Baker, wyk. Forest Whitaker

02.20 Sporty motorowe: Motorowodne GP w Szardzy

02.25 Uwaga! - magazyn

02.40 Arkana magii

20.00 SENSACYJNY

Inwazja rekinów
Grupa przyjaciół przybywa na wybrzeże Jersey. Gdy jeden z nich znika, podejrzewają, że legendy o grasujących w okolicy rekinach ludojadach są prawdą.

20.00 Inwazja rekinów - film FILM sensacyjny, USA 2012, * reż. John Shepphird

21.50 Tuż przed tragedią (4) - film dok., Wlk. Bryt. 2012

22.50 Klient - film sensacyjny, FILM USA 1994, reż. Joel Schumacher

01.20 Spadkobiercy - rozr.

02.20 Stop drogówka

03.20 4music - program muz.

04.30 Dekoratornia - magazyn

05.00 4music - program muz.

EUROSPORT

08.30 Biathlon: Zawody PŚ **09.45** (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **10.30** (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ **11.45** (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **12.45** (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ **14.30** (NŻ) Skoki narciarskie: Zawody PŚ **15.45** Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **16.30** (NŻ) Biegi narciarskie: Uniwersjada w Trentino **17.30** (NŻ) Skoki narciarskie: Uniwersjada w Trentino **19.45** Watts **20.00** (NŻ) Boks: Walka Timo Hoffmann - Steffen Kretschmann **22.00** Magazyn wyścigów konnych **22.15** Saneczkarstwo: Zawody PŚ **23.00** (NŻ) Saneczkarstwo: Zawody PŚ **00.00** Biathlon: Zawody PŚ

EUROSPORT 2

05.45 Saneczkarstwo: Zawody PŚ **07.15** Hokej na lodzie: Uniwersjada w Trentino **08.15** Skoki narciarskie: Zawody PŚ **09.15** (NŻ) Biegi narciarskie: Zawody PŚ **10.45** Watts **11.00** (NŻ) Kombinacja norweska: Zawody PŚ **11.45** Skoki narciarskie: Zawody PŚ **12.30** (NŻ) Biegi narciarskie: Zawody PŚ **14.00** Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **14.45** Biathlon: Zawody PŚ w Annecy **15.30** (NŻ) Piłka nożna: Bundesliga **17.30** Piłka nożna: Bundesliga **18.30** (NŻ) Piłka nożna: Bundesliga **20.30** (NŻ) Piłka nożna: Klubowe MŚ **22.30** Piłka nożna: Klubowe MŚ **00.00** Taniec towarzyski: WDSF Grand Slam

POLSAT SPORT

07.00 Piłka nożna: Liga Mistrzów **09.10** Piłka nożna: T-Mobile Ekstraklasa **10.20** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Barcelona - Celtic **12.30** Siatkówka: PlusLiga - mecz Jastrzębski Węgiel - Lotos Trefl Gdańsk **14.40** Przed Polska - Reszta Świata. Pożegnanie Artura Siódmiaka - reportaż **14.45** (NŻ) Siatkówka: Orlen Liga - mecz Tauron MKS Dąbrowa Górnicza - Atom Trefl Sopot **17.30** (NŻ) Piłka ręczna: PGNiG SuperLiga - mecz Stal Mielec - MMTS Kwidzyn **19.30** (NŻ) Boks: Gala boksu zawodowego w Wałczu - walka Krzysztof Głowacki - Serdar Sahin **00.00** Boks: Gala boksu zawodowego Sauerlanda

TVP SPORT

08.05 Polskie rekordy **08.30** Boks: Gala WSB **10.25** (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ w Annecy **12.15** Piłka ręczna: MŚ Kobiet **13.10** Piłka nożna: Liga Mistrzów **15.05** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - mecz Norwegia - Polska **16.40** Zwarcie **17.15** (NŻ) Snooker: Turniej Lotto Hot Shot Masters w Zielonej Górze - finał **20.30** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz AC Milan - Ajax Amsterdam **22.30** Legendy futbolu - serial dokumentalny **23.00** Sportowy wieczór **23.10** Piłka nożna: Gol T-Mobile Ekstraklasy **23.25** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz FC Schalke 04 Gelsenkirchen - FC Basel **01.15** Zakończenie programu

TVP REGIONALNA

12.30 Młodzi twórcy mistrzom: Medyk. Film o profesorze Andrzeju Szczekliku **13.00** Zgłębić tajemnice raka: Nowotwory kobiece **13.30** Aktywni 60+ **14.00** Rusz się, człowieku **14.30** Eurośledzi **14.40** Naturalnie tak **14.55** Pod skrzydłami motyla **16.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **16.15** Reportaż **16.30** Wstęp wolny z kulturą **17.00** Piękniejsza Polska **17.30** Program lokalny **21.00** Naturalnie tak **21.15** Dziennik regionów **21.45** Eurośledzi **22.00** Program lokalny **23.05** Kultowe rozmowy: Andrzej Krakowski **23.35** Kwartet **00.00** Antenowe remanenty: Piosenki Kabaretu Starszych Panów (1)

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

(NŻ) - na żywo

NIEDZIELA | 15 GRUDNIA

TVP 1

TVP 1

06.30 My, wy, oni 07.00 Transmisja mszy świętej 08.00 Tydzień 08.25 Domisie 08.55 Ziarno 09.30 Maria z Nazaretu (4) 10.35 Zwykła, niezwykła rodzinka (12) 11.25 „Świat się kręci” - the best of 11.50 Między ziemią a niebem

12.00 Anioł Pański 12.10 Między ziemią a niebem - magazyn 12.55 Pogotowie rachunkowe - reality show 13.45 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Titisee-Neustadt - studio 14.00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Titisee-Neustadt - konkurs indywidualny 16.05 Program rozrywkowy 16.50 Szlachetna Paczka 2013. Symbole zwycięstwa Szlachetnej Paczki 17.00 Teleexpress, Pogoda 17.30 Klara i Franciszek (3/4) - film biograficzny, ** Włochy 2009 18.35 Jaka to melodia? 19.10 Mikołajek (20) 19.30 Wiad., Sport, Pogoda

KOMEDIA



21.25 Pretty Woman

Biznesmen Edward proponuje prostytutce Vivian, aby przez kilka dni dotrzymywała mu towarzystwa. Bogacz z podziwem patrzy na spontaniczne reakcje Vivian.

20.15 Szlachetna Paczka 2013 20.20 Anna German (3) 21.25 Pretty Woman - komedia romant., USA 1990, ** reż. Garry Marshall 23.35 Skarga - dramat obyczajowy, Polska 1991, reż. Jerzy Wójcik 01.15 Żywe trupy 3 (15/16) 02.00 Żywe trupy 3 (16-ost.) 02.50 „Świat się kręci” - the best of 03.20 Zakończenie programu

TVP 2

TVP 2

08.45 Kultura, głupcze 09.30 Mini-zwierzaki - film dokumentalny, Wielka Brytania 2011 10.25 Wojciech Cejrowski - boso przez świat 10.55 Makłowicz w podróży 11.30 Biegi narciarskie - studio 11.40 Biegi narciarskie: Zawody PŚ w Davos

13.25 Mariolka prawdę ci powie - widowisko rozr. 14.00 Familiada - teleturniej 14.40 Rodzinka.pl (3): Kieszonkowe - serial komediowy, Polska 15.10 Rodzinka.pl (4): Siła argumentu, argument siły - serial komediowy, Polska 15.40 Show z humorem: I kto to mówi? 16.20 Na dobre i na złe (541): O włos - serial obyczajowy, Polska 17.20 Rozmowy poszczególnie: Roman Polański i Jacek Żakowski (2) 18.00 Panorama 18.35 Sport telegram 18.40 Pogoda 18.55 Dzięki Bogu już weekend - program rozr.

SERIAL



21.10 Krew z krwi (3/8)

Stefan wpada w poważne tarapaty. Marek nie żyje, Wiktor siedzi w areszcie, a towar Antona zniknął. Anton żąda od Stefana szybkiego spłacenia długu.

20.05 Kabaretowa Noc Listopadowa 2011 21.10 Krew z krwi (3/8) 22.10 Kocham kino - magazyn filmowy 22.40 WOK - wszystko o kulturze - magazyn 23.25 The Best of Zbigniew Preisner - koncert 00.30 Hannibal - thriller, USA/ FILM Wielka Brytania 2001, ** reż. Ridley Scott 02.45 Krew z krwi (3/8)

POLSAT

POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News 07.45 Scooby Doo i brygada detektywów (24) 08.15 Jeźdźcy smoków (15) 08.45 * Tom i Jerry: Wielka ucieczka - film animowany, USA 1992 10.20 *** Piorun - film animowany, USA 2008

12.25 Karate Kid 4: Mistrz i uczennica - film sensacyjny, USA 1994, reż. Christopher Cain, wyk. Pat Morita, Hilary Swank 14.50 Stary, gdzie moja brylka? - komedia, USA * 2000, reż. Danny Leiner, wyk. Ashton Kutcher, Jennifer Garner, Marla Sokoloff 16.20 Świat według Kiepskich (151) - serial komediowy, Polska 17.00 Świat według Kiepskich (152) - serial komediowy, Polska 17.45 Nasz nowy dom (1) 18.50 Wydarzenia 19.20 Sport 19.25 Pogoda 19.30 Państwo w państwie - program publicystyczny

ANIMOWANY



10.20 Piorun

Piorun, psia gwiazda serialu, zaczyna wierzyć w swoją magiczną moc. Kiedy gubi się w Nowym Jorku, przekonuje się, że prawdziwe życie wygląda inaczej.

20.05 18. Rybnicka Jesień Kabaretowa. Ryjek 2013 (2) 22.05 Kości (139) - serial kryminalny, USA 23.05 Kości (140) - serial kryminalny, USA 00.05 Śmiertelna pułapka - FILM komedia kryminalna, * USA 1993 02.10 Magazyn sportowy 04.00 Tajemnice losu 05.00 Wstawaj! Gramy! - muz.

TVN

TVN

05.35 Uwaga! 05.50 Mango - telezakupy - magazyn reklamowy 07.55 Maja w ogrodzie 08.25 Akademia ogrodnika 08.30 Dzień dobry TVN 11.00 Kobieta na krańcu świata 5 (2): Belize: Na ratunek krokodylom 11.35 Co za tydzień

12.05 Prawo Agaty 4 (2/13) - serial obyczajowy, Polska 13.00 Lekarze 3 (2/13) - serial obyczajowy, Polska 14.00 Finał plebiscytów Męska Rzecz i Kobieta Roku 2013 15.00 MasterChef - program kulinarny, Polska 2012 16.00 Prawdziwe serce - film przygodowy, USA 1997, reż. Catherine Cyran, wyk. Kirsten Dunst, Zachery Ty Bryan, August Schellenberg, Dey Young 18.00 Ugotowani 5 - program kulinarny 19.00 Fakty 19.25 Sport 19.35 Pogoda 19.45 Uwaga! - magazyn reporterów TVN

THRILLER



20.00 Ocean strachu 2

Szóstka przyciągła wypływa jachtem w morze. Zabawa kończy się kąpielą. Na pokładzie zostaje tylko małe dziecko. Okazuje się, że nikt nie wywiesił drabinki.

20.00 Ocean strachu 2 - thriller, Niemcy 2006, reż. Hans Horn, wyk. Ali Hülis, Niklaus Lange 22.00 Agenci NCIS 8 (1/24) - serial kryminalny, USA 23.00 Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 1 - film przygodowy, USA 2011, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart 01.05 Uwaga! - magazyn 01.40 Arkana magii

TV 4

TV 4

06.05 Benny Hill 06.45 Tsunami - film dokumentalny 07.50 Dekoratornia 08.20 Australijskie rekordy Guinnessa 08.50 Hutch Miodowe Serce - film animowany, Japonia 2010 11.00 Galileo - magazyn popularnonaukowy

12.00 Mindfreak: Iluzjonista Criss Angel - reality show 12.30 Mindfreak: Iluzjonista Criss Angel - reality show 13.00 Dekoratornia - magazyn wnętrzarski 13.30 Frank i dżungla 2 (7) - serial dokumentalny 14.35 Tuż przed tragedią (5) - film dokumentalny, Wielka Brytania 2012 15.35 Obcy wewnątrz nas (5) - film dokumentalny, USA 16.40 Syreny - komedia, USA 1990, reż. Richard Benjamin, wyk. Cher, Winona Ryder, Bob Hoskins, Caroline McWilliams 19.00 Galileo - magazyn popularnonaukowy

SENSACYJNY



20.00 Zabójcze polowanie

Jim przenosi się z córką do miasteczka przy granicy USA z Kanadą. Wkrótce dziewczyna zostaje porwana przez bandytów, którzy napadli na kasyno.

20.00 Zabójcze polowanie - FILM film sensacyjny, Kanada ** 2010, reż. Keoni Waxman, wyk. Steve Austin 22.05 Drzewo Jozuego - film sensacyjny, USA 1993, reż. Vic Armstrong 00.20 Klient - film sensacyjny, FILM USA 1994, reż. Joel Schumacher 02.50 Tydzień na świecie 03.50 4music - program muz. 04.55 4music - program muz.

EUROSPORT

EUROSPORT

09.15 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ 10.30 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ 11.15 (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ 12.00 (NŻ) Kombinacja norweska: Zawody PŚ 12.30 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ 13.15 (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ 14.00 (NŻ) Skoki narciarskie: Zawody PŚ 15.40 Wintersports 15.45 Pływanie: ME 16.30 (NŻ) Pływanie: ME 18.30 Biathlon: Zawody PŚ 19.00 Biathlon: Zawody PŚ 19.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ 20.10 Wintersports 20.15 Rzutki: Zawody w Holandii 21.45 Sports Excellence 22.00 Jeździectwo: Rolex Grand Slam 00.00 Pływanie: ME w Herning

EUROSPORT 2

EUROSPORT 2

03.00 Boks: Walka Timo Hoffmann - Steffen Kretschmann 05.00 Hokej na lodzie: Uniwersjada 06.30 Sporty ekstremalne: DEW Tour 08.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ 09.45 (NŻ) Biathlon: Uniwersjada 10.45 Biegi narciarskie: Zawody PŚ 11.45 (NŻ) Biegi narciarskie: Zawody PŚ 13.15 Watts 13.30 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ 14.45 (NŻ) Kombinacja norweska: Zawody PŚ 15.30 (NŻ) Piłka nożna: Bundesliga 19.30 Piłka nożna: Bundesliga 20.30 Sporty ekstremalne: DEW Tour 22.55 Wintersports 23.00 Taniec towarzyski: WDSF Grand Slam 00.00 Piłka nożna: Bundesliga

POLSAT SPORT

POLSAT SPORT

07.00 Siatkówka: Orlen Liga 09.00 Boks: Gala boksu zawodowego w Włoczu 11.00 (NŻ) Cafe Futbol 12.30 Atleci 13.10 Boks: Gala boksu zawodowego Sauerlanda - walka Juergen Braehmer - Marcus Oliveira 14.45 (NŻ) Siatkówka: PlusLiga - mecz Asseco Resovia Rzeszów - Indykpol AZS Olsztyn 17.20 (NŻ) Piłka ręczna: Studio 17.30 (NŻ) Przed Polska - Reszta Świata. Pożegnanie Artura Siódmiaka - reportaż 19.30 (NŻ) Piłka ręczna: Studio 20.00 Boks: Gala boksu zawodowego w Włoczu 22.00 Boks: Gala boksu zawodowego Sauerlanda - walka Juergen Braehmer - Marcus Oliveira 00.00 Polska 2014

TVP SPORT

TVP SPORT

08.05 Biathlon: Zawody PŚ w Annecy 09.05 Piłka nożna: Liga Mistrzów 11.10 (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ w Annecy 12.20 Biathlon: Zawody PŚ w Annecy 13.20 (NŻ) Biathlon: Zawody PŚ w Annecy 14.30 Boks: Gala WSB 16.25 Biathlon: Zawody PŚ w Annecy - bieg pościgowy kobiet 17.20 (NŻ) Piłka ręczna: MŚ Kobiet - 1/8 finału 19.30 Legendy futbolu - serial dokumentalny 20.05 (NŻ) Piłka ręczna: MŚ Kobiet - 1/8 finału 22.05 Polacy w blasku olimpijskiego złota 22.30 Zwarcie 23.00 Sportowa niedziela 23.25 Biathlon: Zawody PŚ w Annecy 00.15 Biathlon: Zawody PŚ w Annecy

TVP REGIONALNA

TVP REGIONALNA

09.30 Rączka gotuje 10.00 Program lokalny 11.00 Drewniane kościółki na terenie Wielkopolski 11.30 Piękniejsza Polska 12.00 Głos regionów 13.00 Agrozansa 13.30 Przystanek Ziemia 14.00 Kultowe rozmowy: Andrzej Krakowski 14.30 Reportaż 14.40 Echa tygodnia 14.55 Ojcowski Park Narodowy 16.00 Młodzież kontra 17.00 Piękniejsza Polska 17.30 Program lokalny 21.00 Echa tygodnia 21.15 Dziennik regionów 21.45 Ktośkolwiek widział, ktośkolwiek wie... 22.00 Program lokalny 23.05 Telekurier ekstra 23.35 Archiwum zbrodni 23.45 Reportaż 00.00 Ukryte prawdy

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

TVN SIEDEM

05.55 Misja Martyna
06.40 Mango - telezakupy
08.45 Przepis na życie (12) - serial, Polska
09.40 Przepis na życie (13-ost.) - serial, Pol.
10.35 Cztery pancerni i pies (2) - serial, Pol.
11.45 Narzeczona dla geniusza - komedia, USA 1994, reż. Fred Schepisi, wyk. Lou Jacoby, Meg Ryan
13.45 Tata duch - komedia, USA 1990, reż. Sidney Poitier, wyk. Bill Cosby, Kimberly Russell
15.35 Poszukiwacze - western, USA 1956, reż. John Ford, wyk. Jeffrey Hunter, John Wayne, Natalie Wood
18.00 Alcatraz (11) - serial
19.00 Kobra: Oddział specjalny 11 (6) - serial
20.00 Star Trek - film SF, Niemcy/USA 2009, reż. J.J. Abrams, wyk. Chris Pine, Zachary Quinto
22.35 Mentalista 3 (17)
23.40 Chinatown - dramat kryminalny, USA 1974, reż. Roman Polański, wyk. Jack Nicholson
02.25 Arkana magii
04.30 W roli głównej
04.55 Zakończenie progr.

TV PULS

06.30 Menu na miarę
07.00 Kręcimy z gwiazdami - program rozr.
08.00 Zwierzęca natura
09.00 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży
09.45 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży
10.30 Tajemnica potwora z Loch Ness 2 - film familijny, Niem. 2010
12.25 Asterix Gal - film animowany, Francja 1976
14.00 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stańcowane pantofelki - baśń filmowa, Niemcy 2011
15.25 Być jak Święty Mikołaj - film familijny, Kanada 2010
17.05 Kariera frajera - komedia, USA 1998
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (6) - serial
19.30 Pingwiny z Madagaskaru 3 (8) - serial
20.00 Czas zemsty - film sensacyjny, Aruba/USA 2003
21.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (5, 6) - serial kryminalny, USA
23.55 Rekiny - strefa śmierci - horror, USA 2003
01.50 Zobacz to!

TVP POLONIA

09.05 Trzy Szalone Zera (8)
09.40 Ziarno - magazyn
10.10 Czterdziestolatek - 20 lat później (12)
11.15 Pamiętaj o mnie
11.30 Szlakiem gwiazd
11.50 Między ziemią a niebem - magazyn
12.00 Anioł Pański
12.10 Między ziemią a niebem - magazyn
12.45 Pod Tatrami
13.00 Transmisja mszy św.
14.35 Co nam w duszy gra? (2): Duety miłosne - widowisko
15.35 Okrasa łamie przepisy - magazyn
16.05 Alchemia zdrowia i urody - magazyn
16.25 Dziką Polską. Wpłyn na wodę - serial, Pol.
16.55 Made in Poland
17.30 Teleexpress
17.50 M jak miłość (1013)
18.45 Czy te oczy mogą kłamać - piosenki Agnieszki Osieckiej śpiewa zespół Raz Dwa Trzy
19.45 Dobranocka
20.00 Wiad., Sport, Pogoda
20.45 Ranczo (86) - serial
21.40 Pamiętaj o mnie
22.00 Tygodnik.pl - mag.
23.00 Czterdziestolatek - 20 lat później (12)
00.15 Dziką Polską. Wpłyn na wodę - serial, Pol.

FOX

05.00 Glee 3 (7, 8, 9, 10)
08.30 Family Guy: Głowa rodziny 7 (6-9)
10.30 Współczesna rodzina 1 (3, 4)
11.25 Współczesna rodzina 1 (5)
11.55 Współczesna rodzina 1 (6)
12.25 Pułapki umysłu 2 (3-5)
15.15 Szach-mat 1 (10)
16.15 Terra Nova 1 (6)
17.10 Terra Nova 1 (7)
18.05 Pułapki umysłu 2 (6)
19.00 Pułapki umysłu 2 (7)
20.00 The Glades 3 (7)
21.00 Premiera: W garniturach 2 (5)
22.00 Premiera: American Horror Story: Sabat (9)
22.55 The Walking Dead 4 (1)
23.55 Demony da Vinci 1 (1)
01.25 Szach-mat 1 (11)
02.15 Szach-mat 1 (12)
03.00 Zakończenie

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Stawka warta tuńczyka
07.00 Sama prawda
09.00 Boska interwencja
10.00 Wojna generałów
11.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy
12.00 Tajemnice III Rzeszy
14.00 Ziemia z kosmosu
15.00 Ekstremalny ranking zwierząt
16.00 Zambezi
18.00 Zjawiska paranormalne
20.00 Poszukiwacze złota
22.00 Co z tą pogodą?
00.00 Poszukiwacze złota
01.00 Rozbieracze. Biznes w garażu
02.00 Co z tą pogodą?
03.45 Łowcy skarbów
04.15 Atak zeppelinów
05.05 Tabu

FOX LIFE

05.15 Rita daje czaadu 2 (6)
05.45 Bogate życie w New Jersey 5 (19)
06.30 Doktor Hart 2 (1, 2)
08.25 Ostry dyżur 2 (1-5)
13.15 Projektanci na start 1 (7)
14.15 Miłostna szkoła przetrwania 3 (1)
15.10 Singielki 1 (5, 6)
17.10 X Factor. Edycja amerykańska 3 (19, 20)
20.00 Świat według Mindy 1 (9, 10)
21.00 Świat według Mindy 1 (11, 12)
22.00 Premiera: Zemsta 3 (4)
22.55 Projektanci na start 1 (7)
23.55 Top Chef 5 (13)
00.50 Top Chef 5 (14)
01.50 Top Chef 5 (15)
02.40 Miłostna szkoła przetrwania 2 (10)
03.30 Bogate życie w New Jersey 5 (20)
04.15 Zakończenie

DISCOVERY CHANNEL

08.00 Aukcje czterech kółek
09.00 Bryki nie z fabryki
10.00 Auto - reaktywacja
12.00 Fani czterech kółek
13.00 Wyprawa po cztery kółka
14.00 Walka o bagaż (5, 6)
15.00 Aukcja w ciemno (3, 4)
16.00 Łowcy okazji
17.00 Największy statek świata
18.00 Przetwarc z Bearem Grylsem
19.00 W sieci eksperymentów
20.00 Dynamo - więcej niż magia (3)
21.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata - od kulis
22.00 Przetwarc w Jukonie
23.00 Mafia amizów
00.00 Ekstremalny off-road

AXN

06.00 Andromeda 4 (13, 14)
08.00 Przygody Merlina 5 (5)
09.00 Przygody Merlina 5 (6)
10.00 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze 4 (18)
11.00 Agenci NCIS: Los Angeles 3 (17)
12.00 Agenci NCIS: Los Angeles 3 (18)
13.00 Ja, szpieg - film sensacyjny, USA 2002
14.55 Komisarz Rex 11 (12)
16.00 Komisarz Rex 12 (1, 2)
18.00 Agenci NCIS: Los Angeles 3 (19)
19.00 Agenci NCIS: Los Angeles 3 (20)
20.00 Agenci NCIS 7 (13)
21.00 Agenci NCIS 7 (14)
22.00 Bad Boys 2 - komedia sensacyjna, USA 2003
00.50 Czarna lista (8)
01.50 Korpus weteranów - film sensacyjny, USA 2006

ANIMAL PLANET

06.00 Małpie życie (5, 6)
07.00 Szalone safari
08.00 Zabójcze zwierzęta
10.00 Królestwo dinozaurów
11.00 Prehistoryczna Ameryka
12.00 Upiorne robale (3)
13.00 Dzikie lokatory
14.00 Syreny - legenda czy prawda
16.00 Zaklinacz węży
17.00 Pływając z potworami
18.00 Na bagnach Florydy
19.00 Dzikie lokatory
20.00 Małe zwierzę, wielki strach (2)
21.00 Zwierzęca obsesja
22.00 Policja dla zwierząt w Houston (21)
23.00 Policja dla zwierząt w Phoenix
00.00 Małe zwierzę, wielki strach (2)

REKLAMA

JUŻ W TEN WEEKEND
 PUCHAR ŚWIATA
 W SKOKACH NARCIARSKICH
 W TITISEE-NEUSTADT

EUROSPORT

KWALIFIKACJE W PIĄTEK O 13:45
 NA ŻYWO TYLKO W EUROSPORCIE
 KONKURSY W SOBOTĘ O 14:30
 I W NIEDZIELĘ O 14:00



DOBRA RADA PONIEDZIAŁEK | 16 GRUDNIA

TVP 1

05.30 Naszaarmia.pl **05.55** TVP Info w TVP **08.00** Wiadomości **08.05** Pogoda poranna **08.10** Polityka przy kawie **08.25** Telezakupy **09.00** Serialowa Jedynka: Ojciec Mateusz (90) **09.55** Film dokumentalny **11.00** Świat się kręci

12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes - magazyn
12.25 Klimaty i smaki - program poradnikowy
12.45 Natura w Jedyńce: Nieujarzmiona Missisipi (1): Wielki mróz - film dok., USA 2011

13.50 Jaka to melodia?
14.25 Moda na sukces - telen.
15.00 Wiadomości
15.05 Pogoda
15.15 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
15.45 Drużyna A - serial, USA
16.40 Polska non stop
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (2515) - serial, Pol.
18.30 Świat się kręci
19.20 Przepis dnia - magazyn
19.30 Wiad., Sport, Pogoda

WIDOWISKO



20.25 Wielki test o żywności...

Jedynka zaprasza widzów na test o polskiej żywności. Goście programu będą rozwiązywać test i opowiadać o rodzinnych tradycjach kulinarnych.

20.25 Wielki test o żywności. Polska smakuje
22.05 Oglądaj z Andrzejem Fidykiem: Moja żona Tajka - film dokumentalny, Australia 2011
23.15 Ekstradycja (5) - serial
00.20 Drużyna A - serial, USA
01.20 Świat się kręci
02.15 Oglądaj z Andrzejem Fidykiem: Moja żona Tajka - dok., Australia
03.20 Notacje

TVP 2

06.00 Faceci do wzięcia (60)
06.30 Coś dla ciebie **07.05** M jak miłość (402) **08.00** Pytanie na śniadanie **10.30** Barwy szczęścia (1028) **11.10** Na dobre i na złe (197): Niepokojące objawy - serial obyczajowy, Polska
12.10 Superzaradni - mag.
12.45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat: W drodze do Himba
13.20 Szkoła życia
14.10 Chińskie tempo przemian. Ze wsi do miasta
15.05 Rodzinka.pl (116): Dzieci nas wyprzedzają - serial kom., Polska
15.45 Panorama Kraj
16.05 Pogoda
16.15 Rodzinka.pl (105): Wakacje w Gdyni - serial
16.40 Rodzinka.pl (106): Narzeczcie sami - serial
17.15 Szkoła życia
18.00 Panorama
18.30 Sport telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (1028) - serial, Polska

DRAMAT



22.55 Śmierć jak kromka chleba

W nocy z 12 na 13 grudnia 1981 roku zostaje aresztowany przewodniczący NSZZ Solidarność w kopalni Wujek. Uzbrojone oddziały ZOMO rozpoczynają szturm.

20.05 Barwy szczęścia (1029) - serial, Polska
20.45 M jak miłość (1025)
21.40 „M jak miłość” - kulisy
21.50 Tomasz Lis na żywo
22.55 Śmierć jak kromka chleba - dramat społeczny, Polska 1994
01.05 Czwarta władza (1/4)
01.55 Tomasz Lis na żywo
03.00 Republika Doyle'ów (25-ost.) - serial
03.55 S.O.S. (4/7)

POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News
08.15 Świat według Kiepskich (136) **09.00** Malanowski i Partnerzy (107) **09.30** Malanowski i Partnerzy (108) **10.00** Trudne sprawy (199) **11.00** Dlaczego ja? (196) - serial fabularno-dokumentalny
12.00 Dom nie do poznania
13.00 2XL (11) - serial obyczajowy, Polska
14.00 Pierwsza miłość (1801) - serial obyczajowy, Polska
14.45 Trudne sprawy (197) - serial fab.-dok.
15.50 Wydarzenia
16.10 Pogoda
16.15 Interwencja - magazyn
16.30 Malanowski i Partnerzy (163) - serial
17.00 Dlaczego ja? (135) - serial fab.-dok.
18.00 Pierwsza miłość (1802) - serial, Polska
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport
19.25 Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (396) - serial komediowy, Polska

SENSACYJNY



22.15 Nożownik

Aaron, żołnierz oddziałów specjalnych USA, zostaje podejrzany o zamordowanie czterech myśliwych. Przed agentami FBI ukrywa się w lasach Oregonu.

20.05 Megahit: Ghost Rider - film sensacyjny, Australia/USA 2007, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Donal Logue
22.15 Nożownik - film sensacyjny, USA 2003, reż. William Friedkin
00.15 Breaking Bad (32) - serial kryminalny, USA
01.15 Dziewczyny z fortuną
03.15 Tajemnice losu
05.00 Wstawaj! Grammy! - muz.

TVN

05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - telezakupy - magazyn reklamowy **07.25** Co za tydzień - magazyn **08.00** Dzień dobry TVN - magazyn poranny **11.10** Ukryta prawda (166) - serial fabularno-dokumentalny
12.15 Szpital (149) - serial fabularno-dokumentalny, Polska
13.15 W-11 - wydział śledczy (946): Dziewczyna znikąd - serial fabularno-dokumentalny
14.00 Wawa non stop (73) - serial, Polska
15.00 Ukryta prawda (167) - serial fabularno-dokumentalny
16.00 Rozmowy w toku - talk show
17.00 Wawa non stop (74) - serial, Polska
18.00 Szpital (65) - serial fabularno-dokumentalny, Polska
19.00 Fakty
19.30 Sport
19.40 Pogoda
19.50 Uwaga! - magazyn

SERIAL



20.05 Na Wspólnej (1840)

Po pogrzebie rodzice Magdy odpowiadają Igora i swoją wnuczkę. Proponują, żeby Julka zamieszkała z nimi. Jarek zaprasza panią Jolę na próbę swojej kapeli.

20.05 Na Wspólnej (1840)
20.45 W-11 - wydział śledczy (989): Debil - serial
21.30 Życie bez wstydu
22.30 Perfekcyjna pani domu 4 - pr. poradnikowy, Pol.
23.30 Agenci NCIS: Los Angeles (24) - serial, USA
00.30 Pamiętniki wampirów 2 (8/22) - serial, USA
01.30 Uwaga! - magazyn
01.45 Arkana magii
03.05 Rozmowy w toku

TV 4

07.25 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego **07.55** Scooby Doo **08.25** Kudłaty i Scooby Doo na tropie **08.55** Komisarz Rex 13 (4) **09.55** Niepokromiona miłość (73) **10.50** Kiedy się zakocham... (127) **11.50** Stary Testament (7)
12.30 Stary Testament (8) - serial animowany, USA
13.00 Megachichot - program rozrywkowy
13.30 Ślubna gorączka - serial fabularno-dokumentalny
14.30 Szpilki na Giewoncie (48) - serial komediowy, Polska
15.30 Komisarz Rex 13 (5) - serial kryminalny, Austria/Niemcy
16.30 Hotel 52 (74) - serial obyczajowy, Polska
17.30 Niepokromiona miłość (74) - telenowela, Meksyk
18.30 Kudłaty i Scooby Doo na tropie - serial, USA
19.00 Scooby Doo - serial
19.30 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego - serial, USA

MAGAZYN



21.30 Galileo

Twórcy programu odpowiadają na pytania, na które rzekomo nie ma odpowiedzi. Magazyn w przystępny sposób wyjaśnia tajemnice współczesnego świata.

20.00 Śmierć na tysiąc sposobów (13, 14) - serial
21.30 Galileo - magazyn
23.30 Śmierć na tysiąc sposobów (13, 14) - serial
01.00 Zbrodnie, które wstrząsnęły światem 2 (9) - serial dok.
02.00 To był dzień - public.
03.05 4music - program muz.
04.10 Dekoratornia - magazyn
04.40 Megachichot - rozr.
04.55 4music - program muz.

EUROSPORT

10.30 (NŻ) Biathlon: Uniwersjada
11.30 Biathlon: Zawody PS **12.00 (NŻ)** Piłka nożna: LM - losowanie
13.00 (NŻ) Piłka nożna: Liga Europy - losowanie **13.30** Biathlon: Uniwersjada **14.00 (NŻ)** Kombinacja norweska: Uniwersjada **15.00** Biathlon: Uniwersjada **15.45** Biathlon: Zawody PS **16.30** Skoki narciarskie: Zawody PS **17.30** Kombinacja norweska: Uniwersjada **18.00 (NŻ)** Kombinacja norweska: Uniwersjada w Trentino **19.00** Eurogole **19.45** Brazylmania **20.00** Skoki narciarskie: Zawody PS **20.45** Watts **21.00** Wrestling **22.30** Eurogole **23.15** Brazylmania **23.30** Biathlon: Zawody PS

EUROSPORT 2

07.30 Piłka nożna: Bundesliga **08.30** Piłka nożna: Bundesliga **09.30** Sporty ekstremalne: DEW Tour **10.25** Wintersports **10.30** Skoki narciarskie: Zawody PS **12.00** Biathlon: Zawody PS **12.30** Biathlon: Zawody PS **13.15** Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **14.00** Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **14.45** Biegi narciarskie: Zawody PS **16.00** Skoki narciarskie: Zawody PS **16.30 (NŻ)** Hokej na lodzie: Uniwersjada **18.00 (NŻ)** Piłka nożna: Ekstraklasa **20.00** Piłka nożna: Bundesliga **20.15 (NŻ)** Piłka nożna: 2. Bundesliga **22.15** Sporty walki: Total KO **23.15** Sporty walki: Total KO **00.15** Brazylmania

POLSAT SPORT

07.00 Piłka ręczna: PGNiG SuperLiga **09.10** Siatkówka: Orlen Liga - mecz Tauron MKS Dąbrowa Górnicza - Atom Trefl Sopot **11.20** Cafe Futbol **13.00** Przed Polska - Reszta Świata. Pożegnanie Artura Siódmia - reportaż **15.10** Atleci **15.50** Siatkówka: PlusLiga - mecz Assco Resovia Rzeszów - Indykpol AZS Olsztyn **18.00 (NŻ)** Siatkówka: Orlen Liga - mecz BKS Aluprof Bielsko-Biała - KS Pałac Bydgoszcz **20.30 (NŻ)** Siatkówka: Orlen Liga - mecz Impel Wrocław - Beef Master Budowlani Łódź **22.40** Piłka nożna: Liga angielska - mecz Chelsea Londyn - Crystal Palace **00.40** Polska 2014

TVP SPORT

08.05 Sportowa niedziela **08.30** Piłka ręczna: MŚ Kobiet **10.10** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - 1/8 finału **11.55** Biathlon: Zawody PS w Annecy - bieg pościgowy kobiet **12.50** Snooker: Turniej Lotto Hot Shot Masters w Zielonej Górze - finał **14.40** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Olympique Marsylia - Borussia Dortmund **16.45** Legendy futbolu - serial dokumentalny **17.20 (NŻ)** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - 1/8 finału **19.30** Zwarcie **20.05 (NŻ)** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - 1/8 finału **22.15** W przerwie **22.45** W przerwie **23.00** Sportowy wieczór **23.20** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - 1/8 finału **01.10** Zakończenie programu

TVP REGIONALNA

12.55 Agrobiznes **13.30** Wokół nas **13.35** Pożyteczni.pl **14.00** Fascynujące Śląskie: Ewa Gołębiowska **14.25** Dziennik regionów - tematy dnia **14.40** Wokół nas **14.45** Przechodzień codzienny **14.55** Moi mali bracia - film dokumentalny, Korea Południowa **2013** **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów - tematy dnia **16.30** Czas na pracę! Praca na czasie! **17.00** Przystanek Ziemia **17.30** Program lokalny **21.05** Echa dnia **21.15** Dziennik regionów **21.40** „Echa dnia” - komentarze (76) **22.00** Program lokalny **22.35** Telekurier **23.00** Czas na pracę! Praca na czasie! **23.30** Raport z Polski **23.55** Reportaż

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

TVN SIEDEM



05.00 Pascal: Po prostu gotuj - program kulin.
05.35 We dwoje - rozr.
06.50 Męski typ - talk show
07.20 Sąd rodzinny - serial
08.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
09.15 Dr House 2 (14)
10.10 Ostry dyżur 11 (9)
11.15 Mango - telezakupy
12.50 Sąd rodzinny - serial
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
14.50 Tożsamość szpiega (1) - serial, USA
15.50 Czerwony Orzeł (7)
17.00 Przepis na życie (14) - serial, Polska
18.00 Dr House 2 (15)
19.00 Tożsamość szpiega (2) - serial, USA
20.00 Burza meteorów - film katastroficzny, USA 2010, reż. Tibor Takacs, wyk. Michael Trucco, Kari Matchett, Kristen Prout, Brett Dier
21.55 Kobra: Oddział specjalny 11 (7) - serial
22.55 Na granicy - dramat kryminalny, USA 1996, reż. John Sayles, wyk. Chris Cooper, Elizabeth Pena, Kris Kristofferson
01.45 Arkana magii
03.55 W roli głównej
04.55 Zakończenie progr.

TV PULS



06.00 Dyżur - program dok.
06.30 Menu na miarę
07.00 Tom i Jerry (43-48)
08.00 Zwariowane melodie (17, 18) - serial
09.00 Zaklinacz psów (31)
10.00 Dyżur - cykl dok.
10.30 Medicopter (9)
11.30 Niania (77) - serial
12.00 Niania (78) - serial
12.30 Zbuntowany anioł (37) - telen., Arg.
13.20 Zbuntowany anioł (38) - telen., Arg.
14.15 Niania (79) - serial
14.40 Niania (80) - serial
15.15 Robin Hood (6)
16.20 Medicopter (6)
17.20 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży
18.00 Zaginiony świat (65)
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (7) - serial
19.30 Pingwiny z Madagaskaru 3 (9) - serial
20.00 Krwawe ranczo - film sensacyjny, USA/Rosja 2013, reż. Dan Bishop, wyk. Jana Mašhoney
22.00 Monstrum z lasu - horror, USA 2006, reż. Ryan Schiffrin, wyk. Matt McCoy
00.00 Rzeź - horror, USA 2006, reż. David Arquette, wyk. Courteney Cox
02.00 Zobacz to!

TVP POLONIA



06.10 Siła wyższa (12)
07.05 Las bliżej nas
07.25 Janka (13) - serial
08.00 Pytanie na śniadanie - mag. poranny
10.30 Polonia w Komie
10.45 Tygodnik.pl - mag.
11.40 Galeria (70) - serial
12.00 Barwy szczęścia (972) - serial, Polska
12.35 Wiadomości
12.50 Ranczo (86) - serial
13.45 Made in Poland
14.20 Kulturalni.pl - mag.
15.20 Naszaarmia.pl
15.50 Złotopolscy (839)
16.20 Jak to działa: Drukarki 3D
16.55 Galeria (70) - serial
17.20 Polonia w Komie
17.30 Teleexpress
17.55 Och, Canada - rep.
18.25 Nie ma jak Polska: Podlaskie szlakiem historii i natury
18.50 Barwy szczęścia (972) - serial, Polska
19.25 Cafe Historia: Kolekcja Hildebranda Gurllitta - public.
19.45 Dobranocka
20.00 Wiad., Sport, Pogoda
20.50 Wiedźmin (12)
21.45 Polonia w Komie
22.00 Polonia 24
22.45 Tomasz Lis na żywo
23.50 Śladami Podlasian
00.15 Naszaarmia.pl
00.45 Progr. powtórkowe

FILM DNIA

20.05

POLSAT

**

KASKADER PODPISUJE PAKT Z DIABŁEM.



Ghost Rider

Kiedy Johnny Blaze (Nicolas Cage) był jeszcze nikomu nieznanym motocyklistą kaskaderem, chcąc uratować życie ojca, podpisał cyrograf z diabłem (Peter Fonda). Wiele lat później, gdy Johnny święci międzynarodowe sukcesy, diabeł składa mu kolejną propozycję: jeśli będzie nocami tropił

zagubione, złe dusze i wysyłał je do piekła, uwolni własną duszę. Marzący o powrocie do normalnego życia i ukochanej kobiety (Eva Mendes) Blaze akceptuje warunki diabła.

SENSACYJNY, AUSTRALIA/USA 2007, REŻ. MARK STEVEN JOHNSON, WYK. DONALD LOGUE, NICOLAS CAGE, PETER FONDA, WES BENTLEY

Zakładanie peruki Nicolasa Cage'a wymagało trzech godzin pracy.

FOX



05.00 Family Guy: Głowa rodziny 7 (10, 11)
05.40 Współczesna rodzina 1 (5, 6)
06.40 White Collar: Biały kołnierzyk 2 (5)
07.35 Terra Nova 1 (6, 7)
09.30 Kości 5 (15, 16)
11.25 Orły z Bostonu 2 (1, 2)
13.20 Roswell: W kręgu tajemnic 2 (4, 5)
15.15 Powrót do życia 1 (11)
16.15 White Collar: Biały kołnierzyk 2 (6)
17.10 Family Guy: Głowa rodziny 7 (12, 13)
18.10 Współczesna rodzina 1 (7)
18.40 Współczesna rodzina 1 (8)
19.05 Pułapki umysłu 2 (7)
20.05 Pułapki umysłu 2 (8)
21.00 Demony da Vinci 1 (1, 2)
23.40 Homeland 2 (1)
00.55 Homeland 2 (2)
02.00 Zakończenie programu

FOX LIFE



05.15 Poślubione armii 7 (13)
06.00 Rita daje czadu 2 (11)
06.30 Cougar Town. Miasto kocic 4 (14, 15)
07.30 Żona dla milionera 4 (8)
08.30 Projektanci 1 (6, 7)
10.25 Miłostna szkoła przetrwania 3 (1)
11.20 Projektanci na start 1 (7)
12.20 Singielki 1 (6)
13.15 Ostry dyżur 2 (5)
14.15 Goto- we na wszystko 8 (6)
15.10 90210 4 (8, 9)
17.05 Żona dla milionera 4 (9)
18.05 Czardziejki 6 (5)
19.00 Gotowe na wszystko 8 (7)
20.00 Premiera: Ostry dyżur 2 (6)
21.00 Magia kłamstwa 3 (1, 2)
22.55 Projektanci na start 1 (7)
23.55 America's Next Top Model 11 (9, 10, 11, 12)
03.25 Zakończenie programu

AXN



06.00 Siły pierwotne 4 (5)
07.00 Zaginiony świat (12)
08.00 Kancelaria adwokacka 4 (7)
09.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (5)
10.00 Agenci NCIS (19)
11.00 Zaginiony świat (13)
12.00 Siły pierwotne 4 (6)
13.05 Słodkie kłamstewka 2 (1)
14.00 Kancelaria adwokacka 4 (8)
15.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (5)
16.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (17)
17.00 Słodkie kłamstewka 2 (2)
18.00 Agenci NCIS (20)
19.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (6)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (18)
21.00 Czarna lista (8)
22.00 Elementary 2 (5)
23.00 Profil 3 (2)
00.10 Dr House 8 (15)

NATIONAL GEOGRAPHIC



08.00 Co z tą pogodą?
09.00 Atak zeppelinów
10.00 Skarby w ruinach
11.00 Poszukiwacze złota
12.00 Miejski przekręt
13.00 Koszmarna wyprawa
14.00 Ucieczka z więzienia
15.00 Apokalipsa: II wojna światowa
16.00 Przewodnik po planetach
17.00 Atak zeppelinów
18.00 Czekając na apokalipsę
19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy
20.00 Katastrofa w przestworzach
21.00 Rosja według Winniego Jonesa
22.00 Uzależnienia
23.00 Boska interwencja
00.00 Wszechświat znany

DISCOVERY CHANNEL



09.00 Aukcja w ciemno
10.00 Łowcy okazji (10, 11)
11.00 Walka o bagaż (9, 10)
12.00 Bear Grylls - ucieczka z piekła
13.00 Kowboje za kółkiem
14.00 Kupiec czy głupiec (6)
15.00 Anatomia magii
16.00 Fani czterech kółek
17.00 Auto - reaktywacja
18.00 Dymno - więcej niż magia (1)
19.00 Łowcy okazji (26)
19.30 Łowcy okazji
20.00 Aukcja w ciemno (5)
20.30 Walka o bagaż
21.00 Łowcy okazji
22.00 Aukcja w ciemno (9, 10)
23.00 W sieci eksperymentów
00.00 Łowcy okazji

ANIMAL PLANET



10.00 Dzikość bez cenzury
11.00 Policja dla zwierząt w Houston
12.00 Policja dla zwierząt w Nowym Jorku
13.00 Policja dla zwierząt w Phoenix
14.00 Słodkie dzieciństwo
15.00 Kot z piekła rodem
16.00 Weterynarze
17.00 Weterynarz z antypodów (2)
18.00 Policja dla zwierząt w Houston
19.00 Klinika niezwykłych przypadków (1)
20.00 Weterynarze
21.00 Klinika niezwykłych przypadków (2)
22.00 Policja dla zwierząt w Houston (22)
23.00 Policja dla zwierząt w Phoenix

REKLAMA



PomocnaPożyczka
WSPARCIE FINANSOWE DLA CIEBIE I TWOJEJ FIRMY

OGÓLNOPOLSKA INFOLINIA
22 266 86 86

JEDYNA TAKA POŻYCZKA NA RYNKU

Niskooprocentowana, łatwo dostępna, na dowolny cel

STRZAŁ W DZIESIĄTKĘ

- Kwoty od 20 do 50 tys. zł
- Okres spłaty do 10 lat
- Oprocentowanie 10% rocznie

Przykład reprezentatywny (najczęściej wybierany zestaw pożyczek): czas spłaty: 10 lat; kwota pożyczki: 25 000,00 zł; rata: 330,40 zł. Składowki raty: nominalna stopa procentowa 10,00%; opłaty administracyjne 0,00 zł. Całkowita kwota kredytu: 25 000,00 zł. Opłata: 1 500,00 zł; prowizja: 0 zł; Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania: 12,20 %; całkowita kwota do zapłaty: 41 143,60 zł; Reklamodawca: Pomocna Pożyczka Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku krs nr 0000119317

www.pomocnapozyczka.pl



WTOREK | 17 GRUDNIA

TVP 1



05.10 Sprawa dla reportera **05.55** TVP Info w TVP 1 **08.00** Wiadomości **08.10** Polityka przy kawie **08.25** Teledzięk **08.55** Ojciec Mateusz (91) **09.55** Nieujarzmiona Missisipi (1) - film dok., USA 2011 **11.00** Świat się kręci

12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.25 Apetyt na EURO-pe - magazyn

12.45 Natura w Jedyne: Nieujarzmiona Missisipi (2): Szaleństwo wód - film dokumentalny, USA 2011

13.50 Jaka to melodia?
14.25 Moda na sukces - telen.
15.00 Wiadomości
15.05 Pogoda
15.15 Klan (2515) - serial, Pol.
15.40 Drużyna A - serial, USA
16.40 Polska non stop
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (2516) - serial, Pol.
18.30 Świat się kręci
19.20 Przepis dnia - magazyn
19.30 Wiad., Sport, Pogoda

THRILLER



20.25

Przebudzenie

Clayton wie, że dostanie życie. Jednak od lat cierpi na ciężką chorobę serca. Od roku spotyka się z piękną Samanthą, ale boi się powiedzieć o tym matce.

20.25 Przebudzenie - thriller, FILM USA 2007, reż. Joby Harold
22.00 Po prostu - public.
22.35 Mistrz kierownicy ucie- FILM ka 3 - komedia sensacyjna, USA 1983
00.10 Ekstradycja (6-ost.)
01.20 Drużyna A - serial, USA
02.15 Świat się kręci
03.10 Mistrz kierownicy ucie- FILM ka 3 - komedia sensacyjna, USA 1983

TVP 2



06.00 Faceci do wzięcia (61)
06.35 Nieustraszeni **07.05** M jak miłość (403) **07.55** Pytanie na śniadanie **10.40** Barwy szczęścia (1029) **11.15** Na dobre i na złe (198): Powrót Pawicy - serial obyczajowy, Polska

12.15 Makłowicz w podróży: Trentino-Alto Adige. Alpejska Górna Adyga - magazyn kulinarny

12.45 Wojciech Cejrowski - bosko przez świat: Wioska Himba - cykl rep.

13.25 Szkoła życia - telenowela dokumentalna TVP

14.15 Kabaretowy Klub Dwójki - widowisko rozr.

15.05 Rodzinka.pl (117): Powrót do szkoły - serial

15.45 Panorama Kraj
16.10 Pogoda
16.15 M jak miłość (1025)
17.15 Szkoła życia
18.00 Panorama
18.30 Sport telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (1029) - serial, Polska

SERIAL



20.05

Barwy szczęścia (1030)

Fryderyk nie może patrzeć na cierpienie Teresy. Prosi Marię i Marka, by zabrali dzieci i nie przychodzili dziś do szpitala. Majka zrywa znajomość z Bartkiem.

20.05 Barwy szczęścia (1030)
20.45 M jak miłość (1026)
21.40 „M jak miłość” - kulisy
21.50 Magazyn Ekspresu Reporterów
22.55 Świat bez fikcji: Igrzyska Putina - film dokumentalny, Izrael 2013
00.35 Na linii strzału (31)
01.30 Republika Doyle'ów (25-ost.) - serial
02.30 Magazyn Ekspresu Reporterów

POLSAT



06.00 Nowy dzień z Polsat News
08.15 Świat według Kiepskich (137) **09.00** Malanowski i Partnerzy (109) **09.30** Malanowski i Partnerzy (110) **10.00** Trudne sprawy (200) **11.00** Dlaczego ja? (197) - serial fabularno-dokumentalny

12.00 Dom nie do poznania
13.00 2XL (12) - serial obyczajowy, Polska
14.00 Pierwsza miłość (1802) - serial obyczajowy, Polska
14.45 Trudne sprawy (198) - serial fab. dok.
15.50 Wydarzenia
16.10 Pogoda
16.15 Interwencja - magazyn
16.30 Malanowski i Partnerzy (164) - serial
17.00 Dlaczego ja? (136) - serial fab. dok.
18.00 Pierwsza miłość (1803) - serial, Polska
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport
19.25 Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (397) - serial komediowy, Polska

DRAMAT



20.10

Siła i honor

Carl, czarnoskóry chłopak z biednej rodziny, wstępuje do marynarki wojennej. Kapitan zauważa jego zdolności i zgłasza chłopca do elitarnego szkoły dla nurków.

20.10 Siła i honor - dramat FILM obyczajowy, USA 2000, reż. George Tillman Jr., wyk. Cuba Gooding Jr.
22.50 Niebiańska plaża - dramat, USA 2000, reż. Danny Boyle, wyk. Guillaume Canet
01.25 Bal naturalny - horror, FILM Kanada/USA 2008, reż. Nelson McCormick
03.15 Tajemnice losu
05.00 Wstawaj! Gramy! - muz.

TVN



05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - teledzięk **07.25** Na Wspólnej (1840) - serial obyczajowy, Polska **08.00** Dzień dobry TVN - magazyn poranny **11.10** Ukryta prawda (167) - serial fabularno-dokumentalny

12.15 Szpital (65) - serial fabularno-dokumentalny, Polska
13.15 W-11 - wydział śledczy - serial fabularno-dokumentalny
14.00 Wawa non stop (74) - serial, Polska
15.00 Ukryta prawda (168) - serial fabularno-dokumentalny
16.00 Rozmowy w toku - talk show
17.00 Wawa non stop (75) - serial, Polska
18.00 Szpital (66) - serial fabularno-dokumentalny, Polska
19.00 Fakty
19.30 Sport
19.40 Pogoda
19.50 Uwaga! - magazyn reporterów TVN

SENSACYJNY



21.30

Władza absolutna

Po wyjściu z więzienia Whitney chce zrobić ostatni skok. W wili, którą chce okraść, dochodzi do zbrodni. Whitney staje się niewygodnym świadkiem.

20.05 Na Wspólnej (1841)
20.45 W-11 - wydział śledczy: Marzenie o szczęśliwej rodzinie - serial
21.30 Władza absolutna - film FILM sensacyjny, USA 1997, reż. Clint Eastwood
23.55 Podkomisarz Brenda Johnson (3/13) - serial
00.55 Tajemnice Smallville (16)
01.55 Uwaga! - magazyn
02.10 Arkana magii
03.30 Rozmowy w toku

TV 4



07.25 Szczenięcie lata Toma i Jerry'ego **07.55** Scooby Doo **08.25** Kudłaty i Scooby Doo na tropie **08.55** Komisarz Rex 13 (5) **09.55** Nieposkromiona miłość (74) **10.50** Kiedy się zakocham... (128) **11.55** Królowa Śnieżka (8)

12.30 Stary Testament (9) - serial animowany, USA
13.00 Megachichot - program rozrywkowy
13.30 Ślubna gorączka - serial fabularno-dokumentalny
14.30 Szpilki na Giewoncie (49) - serial komediowy, Polska
15.30 Komisarz Rex 13 (6) - serial kryminalny, Austria/Niemcy
16.30 Hotel 52 (75) - serial obyczajowy, Polska
17.30 Nieposkromiona miłość (75) - telenowela, Meksyk
18.30 Kudłaty i Scooby Doo na tropie - serial, USA
19.00 Scooby Doo - serial
19.30 Szczenięcie lata Toma i Jerry'ego - serial, USA

SENSACYJNY



23.55

Air Force Two

Samolot, którym leci wiceprezydent USA, rozbija się u wybrzeża wyspy. Pasażerowie wychodzą bez szwanku. Okazuje się, że wyspę opanowali rebelianci.

20.00 Stop drogówka - magazyn policyjny
21.00 Obcy wewnątrz nas (5)
22.00 Inwazja rekinów - film FILM sensacyjny, USA 2012, reż. John Shepphird
23.55 Air Force Two - film sensacyjny, USA 2006, reż. Brian Trenchard-Smith
01.45 To był dzień - public.
02.50 4music - program muz.
03.55 Dekoratornia - magazyn
04.55 4music - program muz.

EUROSPORT



09.20 Biathlon **10.15** (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **11.30** Magazyn wyścigów konnych **12.00** (NŻ) Skoki narciarskie: Uniwersjada **13.30** (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **14.15** Biathlon **15.15** (NŻ) Biegi narciarskie: Uniwersjada w Trentino **16.15** Eurogole **17.00** Brazylmania **17.15** Kombinacja norweska **18.00** Biathlon: Uniwersjada w Trentino **18.45** Skoki narciarskie: Uniwersjada w Trentino **20.00** Boks: Walka Siergiej Rabchenko - Cedric Viti **22.00** Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **22.45** Watts **23.00** Sporty motorowe: GTA Next Level **23.15** Wyścigi samochodowe: World Series by Renault

EUROSPORT 2



08.00 Piłka nożna: Bundesliga **10.00** (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada **11.00** (NŻ) Snowboard: Uniwersjada **12.00** Biegi narciarskie: Zawody PS **13.00** (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada **14.00** Biegi narciarskie: Uniwersjada **14.30** Biathlon: Zawody PS **15.00** Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **15.30** Watts **16.30** Eurogole **17.30** Skoki narciarskie: Uniwersjada **18.30** Magazyn Eurologi **19.00** Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **19.30** Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **20.15** (NŻ) Piłka nożna: Klubowe MŚ **22.30** Biathlon: Zawody PS **23.15** Biathlon: Zawody PS **00.00** Koszykówka

POLSAT SPORT



07.00 Siatkówka: Orlen Liga **08.10** Piłka nożna: Liga angielska **10.20** Futbol Mundial **10.50** Siatkówka: Orlen Liga **13.00** (NŻ) Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Omichka OMSK Region - Rabita Baku **15.10** Atleci **16.00** (NŻ) Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Stiinta Bacau - Tauron MKS Dąbrowa Górnicza **18.10** Boks: Gala boksu zawodowego Sauerlanda - walka Juergen Braehmer - Marcus Oliveira **19.10** (NŻ) Liga **20.30** (NŻ) Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Atom Trefl Sopot - Dinamo Romprest **22.40** Piłka nożna: Liga hiszpańska - mecz Barcelona - Villarreal **00.40** Boks: Gala boksu zawodowego w Walczu

TVP SPORT



08.05 W przerwie **08.35** W przerwie **08.55** Piłka ręczna: MŚ Kobiet **14.05** Zwarcie **14.40** Piłka ręczna: MŚ Kobiet **16.20** Biathlon: Zawody PS w Annecy **17.20** Biathlon: Zawody PS w Annecy **18.15** Pełnosprawni **18.45** Legendy futbolu - serial dok. **19.55** (NŻ) Piłka nożna: Puchar Hiszpanii - mecz Osasuna - Malaga **21.55** (NŻ) Piłka nożna: Puchar Hiszpanii - mecz FC Barcelona - FC Cartagena **22.50** Piłka nożna: Gol T-Mobile Ekstraklasy **23.00** (NŻ) Piłka nożna: Puchar Hiszpanii - mecz FC Barcelona - FC Cartagena **00.00** Sportowy wieczór **00.20** Snooker: Turniej Lotto Hot Shot Masters w Zielonej Górze

TVP REGIONALNA



13.30 Wokół nas **13.35** Antenowe remanenty: Przechowalnia **14.25** Dziennik regionów - tematy dnia **14.40** Wokół nas **14.45** Przechodzień codzienny **14.55** Poeta Kamień i jego matka (The Stone Poet and His Mother) - film dokumentalny, Korea Połudn. 2013 **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów - tematy dnia **16.30** Polska samorządna **17.00** Antenowe remanenty **17.30** Program lokalny **21.05** Echa dnia **21.15** Dziennik regionów **21.40** „Echa dnia” - komentarze (77) **22.00** Program lokalny **22.35** Telekurier **23.00** Polska samorządna **23.30** Raport z Polski **23.55** Reportaż

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

TVN SIEDEM

05.15 **We dwoje** - rozr.
06.35 **W-11** - wydział śledczy (1077) - serial
07.20 **Sąd rodzinny** - serial
08.15 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial
09.15 **Dr House 2 (15)** - serial obyczajowy, USA
10.15 **Ostry dyżur 11 (10)** - serial obycz., USA
11.15 **Mango** - telezakupy
12.50 **Sąd rodzinny** - serial
13.50 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial
14.50 **Tożsamość szpiega (2)** - serial, USA
15.50 **Czerwony Orzeł (8)**
17.00 **Przepis na życie (15)** - serial, Polska
18.00 **Dr House 2 (16)**
19.00 **Tożsamość szpiega (3)** - serial, USA
20.00 **Kula w łeb** - film sens., USA 1989, reż. John Frankenheimer, wyk. Don Johnson, Penelope Ann Miller, William Forsythe, Bob Balaban
22.10 **Partnerki 2 (8)**
23.10 **Opiekunka** - horror, USA 1990, reż. William Friedkin, wyk. Jenny Seagrove, Dwier Brown, Carey Lowell, Miguel Ferrer
01.05 **Dexter 3 (3)** - serial
02.15 **Arkana magii**
04.25 **W roli głównej**

TV PULS

06.00 **Dyżur** - program dok.
06.30 **No problem!** - rozr.
07.00 **Tom i Jerry (49-54)**
08.00 **Zwariowane melodie (19, 20)** - serial
09.00 **Zaklinacz psów (32)**
10.00 **Dyżur** - cykl dok.
10.30 **Medicopter (10)**
11.30 **Niania (79)** - serial
12.00 **Niania (80)** - serial
12.30 **Zbuntowany anioł (38)** - telen., Arg.
13.25 **Zbuntowany anioł (39)** - telen., Arg.
14.25 **Niania (81)** - serial
14.55 **Niania (82)** - serial
15.25 **Robin Hood (7)**
16.30 **Medicopter (7)**
17.30 **Wojciech Cejrowski. Boso** - cykl reportaży
18.00 **Zaginiony świat (66)**
19.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3 (8)** - serial
19.30 **Pingwiny z Madagaskaru 3 (10)** - serial
20.00 **Skyline** - film SF, USA 2010, reż. Colin Strause, wyk. Eric Balfour
21.55 **Rozjemca** - film sensacyjny, Kanada/USA 1997, reż. Frederic Forestier, wyk. Dolph Lundgren
00.00 **Operacja „Delta Force”** - film sensacyjny, USA 1996, reż. Sam Firstenberg
02.00 **Zobacz to!**

TVP POLONIA

06.55 **Słownik polsko@polski**
07.25 **Pierścień i róża (5-ost.)** - serial, Polska
08.00 **Pytanie na śniadanie** - mag. poranny
10.30 **Cafe Historia**
10.45 **Polonia w Komie**
11.00 **Polonia 24**
11.40 **Galeria (71)** - serial
12.00 **Barwy szczęścia (973)** - serial, Polska
12.35 **Wiadomości**
12.50 **Czas honoru (62)**
13.50 **Dzika Polska. Wpłyn na wodę** - serial, Pol.
14.20 **Kurier kresowy**
14.45 **Tomasz Lis na żywo**
15.45 **Złotopolscy (840)**
16.15 **Śladami Podlasian**
16.35 **07 w akcji!**
16.55 **Galeria (71)** - serial
17.20 **Polonia w Komie**
17.30 **Teleexpress**
17.55 **Makłowicz w podróży**
18.25 **Szlakiem gwiazd**
18.50 **Barwy szczęścia (973)** - serial, Polska
19.25 **Kurier kresowy**
19.45 **Dobranocka**
20.00 **Wiad., Sport, Pogoda**
20.50 **Ojciec Mateusz (116)**
21.40 **07 w akcji!**
22.00 **Polonia 24**
22.45 **Po prostu** - public.
23.25 **Hala odlotów**
00.10 **Nie ma jak Polska: Podlaskie szlakiem historii i natury**

FOX

06.00 **Powrót do życia 1 (11)**
06.55 **White Collar: Biały kołnierzyk 2 (6)**
07.50 **Glee 3 (11, 12)**
09.40 **Kości 5 (17, 18)**
11.30 **Orły z Bostonu 2 (2, 3)**
13.20 **Roswell: W kręgu tajemnic 2 (6, 7)**
15.15 **Powrót do życia 2 (1)**
16.15 **White Collar: Biały kołnierzyk 2 (7)**
17.10 **Family Guy: Głowa rodziny 7 (14)**
17.40 **Family Guy: Głowa rodziny 4 (1)**
18.10 **Współczesna rodzina 1 (9, 10)**
19.05 **Pułapki umysłu 2 (8, 9)**
21.00 **Premiera: Dawno, dawno temu 3 (3, 4)**
22.55 **American Horror Story: Sabat (9)**
23.55 **The Glades 3 (7)**
00.50 **W garniturach 2 (5)**
01.50 **The Walking Dead 4 (1)**

FOX LIFE

06.00 **Rita daje czadu 2 (12)**
06.30 **Cougar Town. Miasto kocic 4 (15)**
07.00 **Gwiazdy pod lupą 2 (1)**
07.30 **Żona dla milionera 4 (9)**
08.30 **Projektanci 1 (7, 8)**
10.25 **Grey's Anatomy. Chirurgi 8 (18, 19, 20)**
13.15 **Ostry dyżur 2 (6)**
14.15 **Gotowe na wszystko 8 (7)**
15.10 **90210 4 (9, 10)**
17.05 **Żona dla milionera 4 (10)**
18.05 **Czarodziejki 6 (6)**
19.00 **Gotowe na wszystko 8 (8)**
20.00 **Premiera: Ostry dyżur 2 (7)**
21.00 **Skandal 3 (9)**
22.00 **Premiera: Skandal 3 (10)**
22.55 **X Factor. Edycja amerykańska 3 (19, 20)**
01.55 **Bogate życie w New Jersey 5 (19, 20)**
03.25 **Zakończenie**

AXN

07.00 **Zaginiony świat (13)**
08.00 **Kancelaria adwokacka 4 (8)**
09.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 4 (6)**
10.00 **Agenci NCIS (20)**
11.00 **Zaginiony świat (14)**
12.00 **Sily pierwotne 4 (7)**
13.05 **Słodkie kłamstwa 2 (2)**
14.00 **Kancelaria adwokacka 4 (9)**
15.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 4 (6)**
16.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (18)**
17.00 **Słodkie kłamstwa 2 (3)**
18.00 **Agenci NCIS (21)**
19.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 4 (7)**
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (19)**
21.00 **Agenci NCIS 7 (17, 18)**
23.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 4 (19)**
00.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 4 (20)**

NATIONAL GEOGRAPHIC

09.00 **Tajemnice III Rzeszy**
10.00 **Skarby w ruinach**
11.00 **Tuż przed tragedią**
12.00 **Miejski przekręt**
13.00 **Koszmar na wyprawie**
14.00 **Kopalnia złota**
15.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**
16.00 **Przewodnik po planetach**
17.00 **Katastrofa w przestworzach**
18.00 **Rozbieracze. Biznes w garażu**
19.00 **Pułapki umysłu**
20.00 **Poszukiwacze fortuny**
21.00 **Rozbieracze. Biznes w garażu**
22.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**
23.00 **Twierdza na koniec świata**
00.00 **Poszukiwacze fortuny**

DISCOVERY CHANNEL

09.00 **Aukcja w ciemno (23, 24)**
10.00 **Łowcy okazji (12, 13)**
11.00 **Walka o bagaż**
12.00 **Bear Grylls - ucieczka z piekła**
13.00 **Jazda ekstremalna**
14.00 **Kupiec czy głupiec (7)**
15.00 **Anatomia magii**
16.00 **Fani czterech kółek**
17.00 **Auto - reaktywacja**
18.00 **Dynamo - więcej niż magia (2)**
19.00 **Łowcy okazji**
20.00 **Aukcja w ciemno (6)**
20.30 **Walka o bagaż**
21.00 **Wielka piątka**
22.00 **Katastrofa kolejowa w Hiszpanii**
23.00 **Dynamo - więcej niż magia (3)**
00.00 **Łowcy okazji**

ANIMAL PLANET

09.30 **Łowca z dziczy**
10.00 **Dzikość bez cenzury**
11.00 **Policja dla zwierząt w Houston (9)**
12.00 **Na posterunku (1)**
13.00 **Policja dla zwierząt w Phoenix**
14.00 **Słodkie dzieciństwo**
15.00 **Kot z piekła rodem**
16.00 **Weterynarze**
17.00 **Klinika niezwykłych przypadków (2)**
18.00 **Policja dla zwierząt w Houston**
19.00 **Najśłodsze zwierzęta**
20.00 **Gwiazdy Internetu (3, 4)**
21.00 **Najśłodsze zwierzęta**
22.00 **Policja dla zwierząt w Houston (23)**
23.00 **Policja dla zwierząt w Phoenix**
00.00 **Obcy wewnątrz nas**

KONKURS

Gratulujemy!

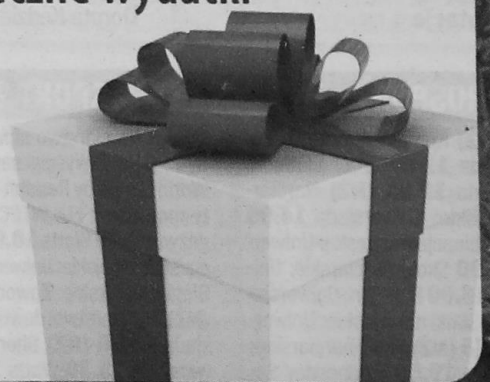
Wystarczy,
że wyślesz
BIORE
na **71750**

aby odebrać szansę

Możesz wygrać
1000zł
na WYDATKI ŚWIĄTECZNE!

Bon na świąteczne wydatki

kwota:
1000zł



Koszt SMSa: **1,23 zł**
Konkurs trwa do 2 stycznia 2014

Regulamin dostępny na wap.smska.pl
Organizatorem konkursu Odblokuj 1000 PLN jest Mobileformtas Sp. z o.o.

ŚRODA | 18 GRUDNIA

TVP 1



05.25 Po prostu **05.55** TVP Info w TVP 1 **08.00** Wiadomości **08.10** Polityka przy kawie **08.25** Teleszkopy **08.55** Ojciec Mateusz (92) **09.55** Nieujarzmiona Missisipi (2) - film dokumentalny, USA 2011 **10.55** Świat się kręci

12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.45 Nieujarzmiona Missisipi (3): Walka z żywiołem - dok., USA 2011

13.50 Jaka to melodia?
14.25 Moda na sukces - telen.
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Klan (2516) - serial
15.40 Drużyna A - serial, USA
16.40 Polska non stop
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (2517) - serial, Pol.
18.30 Świat się kręci
19.20 Przepis dnia - magazyn
19.30 Wiad., Sport, Pogoda

TVP 2



06.00 Faceci do wzięcia (62)
06.35 Wędrownie rozmowy rabinów i księdza. Łańcut **07.05** M jak miłość (404) **08.00** Pytanie na śniadanie **10.35** Barwy szczęścia (1030) **11.15** Na dobre i na złe (199): Pierwsza rozprawa

12.15 Makłowicz w podróży
12.45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat
13.20 Szkoła życia - telenowela dokumentalna
14.10 Świętokrzyska Gala Kabaretowa (2)
15.05 Rodzinka.pl (118)
15.45 Panorama Kraj
16.10 Pogoda
16.15 M jak miłość (1026)
17.15 Szkoła życia
18.00 Panorama
18.30 Sport, Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (1030) - serial, Polska

POLSAT



06.00 Nowy dzień z Polsat News
08.15 Świat według Kiepskich (139) **09.00** Malanowski i Partnerzy (111) **09.30** Malanowski i Partnerzy (112) **10.00** Trudne sprawy (201) **11.00** Dlaczego ja? (198) - serial fabularno-dokumentalny

12.00 Dom nie do poznania
13.00 2XL (13) - serial obycz.
14.00 Pierwsza miłość (1803) - serial obycz.
14.45 Trudne sprawy (199)
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja - magazyn
16.30 Malanowski i Partnerzy (165) - serial
17.00 Dlaczego ja? (137) - serial fab-dok.
18.00 Pierwsza miłość (1804) - serial, Polska
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (398) - serial

TVN



05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - telezakupy
07.25 Na Wspólnej (1841) - serial obyczajowy, Polska **08.00** Dzień dobry TVN - magazyn poranny
11.10 Ukryta prawda (168) - serial fabularno-dokumentalny

12.15 Szpital (66) - serial fabularno-dokumentalny
13.15 W-11 - wydział śledczy - serial fabularno-dok.
14.00 Wawa non stop (75) - serial, Polska
15.00 Ukryta prawda (169) - serial fabularno-dok.
16.00 Rozmowy w toku - talk show
17.00 Wawa non stop (76) - serial, Polska
18.00 Szpital (67) - serial fabularno-dok., Polska
19.00 Fakty, Sport
19.40 Pogoda
19.50 Uwaga! - magazyn

TV 4



07.25 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego **07.55** Scooby Doo **08.25** Kudłaty i Scooby Doo na tropie **08.55** Komisarz Rex 13 (6) **09.55** Nieposkromiona miłość (75) **10.55** Kiedy się zakocham... (129) **11.55** Królowna Śnieżka (9)

12.30 Stary Testament (10) - serial animowany, USA
13.00 Megachichot
13.30 Ślubna gorączka - serial fabularno-dok.
14.30 Szpilki na Giewoncie (50) - serial komediowy
15.30 Komisarz Rex 13 (7) - serial kryminalny
16.30 Hotel 52 (76) - serial
17.30 Nieposkromiona miłość (76) - telenowela
18.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo - serial animowany
19.00 Scooby Doo - serial
19.30 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego - serial, USA

REKLAMA



Tylko trafione prezenty

Militaria.pl
Shooting & Outdoor

20.25 KATASTROFICZNY

Góra Dantego

Harry Dalton stwierdza, że wulkan górąjący nad miasteczkiem Góra Dantego może się uaktywnić. Prosi panią burmistrz, aby ostrzegła mieszkańców.

20.15 Piąty stadion

20.25 Góra Dantego - film katastroficzny, USA 1997, ** reż. Roger Donaldson

22.20 Samotne serca - film sensacyjny, Niemcy/USA ** 2006, wyk. Salma Hayek

00.20 Drużyna A - serial, USA

01.20 Świat się kręci

02.15 Horror w Wesołych Bałach - film gniskach - dramat obyczajowy, Polska 1995

03.50 Notacje

21.50 KOMEDIA

Zakonnica w przebraniu 2...

Zakonnice ze Zgromadzenia św. Katarzyny opiekują się trudną młodzieżą. Gdy zawodzą wszystkie metody wychowawcze, proszą o pomoc piosenkarkę Deloris.

20.05 Barwy szczęścia

(1031) - serial, Polska

20.45 Na dobre i na złe (542)

21.50 Zakonnica w przebraniu 2: Powrót do habitu

* - komedia, USA 1993

23.45 Reporter Polski - mag.

00.30 Zabójcze umysły 2 (38)

01.20 Show z humorem: I kto to mówi?

02.00 Diabły, diabły - dramat

FILM psych., Polska 1991, reż.

* Dorota Kędzierzawska

20.35 KOMEDIA

Oficer Blart

Podczas Świąt Bożego Narodzenia przebrani za Świętych Mikołajów gangsterzy napadają na bank w centrum handlowym. Ochroniarz Paul Blart zostaje bohaterem.

20.00 Świat według Kiepskich

(333) - serial, Pol.

20.35 Oficer Blart - komedia

FILM sensacyjna, USA 2009,

** reż. Steve Carr

22.15 Boski chillout - komedia

FILM sensac., USA 2008, reż.

*** David Gordon Green

00.50 Morska przygoda - ko-

FILM media, USA 1997, reż.

** Martha Coolidge

03.15 Tajemnice losu

05.00 Wstawaj! Gramy! - muz.

21.30 PRZYGODOWY

Wodny świat

Po stopieniu się lodowców na biegunach Ziemi wszystkie kontynenty znalazły się pod wodą. Żeglarz przemierza wodny świat w poszukiwaniu stałego lądu.

20.05 Na Wspólnej (1842)

- serial obycz., Polska

20.45 W-11 - wydział śledczy:

Przekłety dom - serial

21.30 Wodny świat - film przy-

FILM godowy, USA 1995, reż.

** Kevin Reynolds

00.10 Ugotowani 5 - kulin.

01.10 Prawo Agaty 4 (2/13) -

serial obycz., Polska

02.10 Uwaga! - magazyn

02.25 Arkana magii

03.40 Rozmowy w toku

20.00 SENSACYJNY

Polowanie na piranie

Oficer służb specjalnych Kirill Mazur i jego towarzyszką Olga otrzymują zadanie zniszczenia magazynu broni biologicznej w samym sercu syberyjskiej tajgi.

20.00 Polowanie na piranie -

FILM film sensacyjny, Rosja

** 2006, reż. Andrei Kavun

22.40 Twarze w tłumie - film

FILM kryminalny, Francja/Ka-

** nada/USA 2011

00.45 Dla niej wszystko - film

FILM kryminalny, Francja/Hisz-

*** pania 2008

02.45 To był dzień - program

publicystyczny

03.50 4music - program muz.

04.55 4music - program muz.

EUROSPORT



09.45 (NŻ) Kombinacja norweska: Uniwersjada **11.00 (NŻ)** Biathlon: Uniwersjada **12.45 (NŻ)** Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada **14.00 (NŻ)** Kombinacja norweska: Uniwersjada **15.00** Skoki narciarskie: Uniwersjada **16.00** Biathlon: Uniwersjada **17.00** Skoki narciarskie: Uniwersjada **17.45 (NŻ)** Skoki narciarskie: Uniwersjada **19.50** Wednesday Selection **20.05** Jeździectwo: Rolex Grand Slam **21.10** Jeździectwo: Global Champions Tour **22.10** Riders Club **22.15** Golf Club **22.20** Żeglarsstwo: Extreme Sailing Series **22.50** Yacht Club **23.10** Kombinacja norweska: Uniwersjada w Trentino

EUROSPORT 2



07.15 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS **08.00** Wyciągi samochodowe: World Series by Renault **08.45** Sporty motorowe: FIA WTCC **09.15** Magazyn **09.45** Watts **10.00 (NŻ)** Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada **11.00** Biegi narciarskie: Zawody PS **12.00 (NŻ)** Narciarstwo dowolne: Uniwersjada **14.00 (NŻ)** Short track: Uniwersjada **15.30** Watts **16.30** Piłka nożna: Klubowe MŚ **17.15 (NŻ)** Piłka nożna: Klubowe MŚ **19.30** Watts **20.00** Sporty motorowe: GTA Next Level **20.15 (NŻ)** Piłka nożna: Klubowe MŚ **22.30** Boks: Walka Siergiej Rabczenko - Cedric Vito **00.00** Skoki narciarskie: Zawody PS

POLSAT SPORT



07.00 Siatkówka: Orlen Liga **09.10** Piłka nożna: Liga hiszpańska - mecz Barcelona - Villarreal **11.20** Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Stiinta Bacau - Tauron MKS Dąbrowa Górnicza **13.30** Atleci **14.40** Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Atom Trefl Sopot - Dinamo Romprest **16.50** Liga **18.00 (NŻ)** Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Jastrzębski Węgiel - Halbank Ankara **20.30 (NŻ)** Siatkówka: Liga Mistrzów - mecz Asseco Resovia Rzeszów - Paris Volley **22.40** Boks: Gala boksu zawodowego w Włocławku - walka Krzysztof Głowacki - Serdar Sahin **00.40** Boks: Gala boksu zawodowego Sauerlanda

TVP SPORT



08.00 Snooker: Turniej Lotto Hot Shot Masters w Zielonej Górze **09.45** Piłka nożna: Puchar Hiszpanii **14.05** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Manchester United - Szachtar Donieck **16.15** Piłka nożna: Borussia Dortmund TV **17.20 (NŻ)** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - ćwierćfinał **19.30** Legendy futbolu - serial dokumentalny **20.05 (NŻ)** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - ćwierćfinał **22.00** Piąty stadion **22.10** Mój najcenniejszy medal **22.30** Piłka nożna: Puchar Hiszpanii - mecz Real Madryt - Olympic Xativa **00.20** Sportowy wieczór **00.45** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - ćwierćfinał **02.15** Zakończenie programu

TVP REGIONALNA



11.20 Reportaż **11.40** Głos regionów **12.30** Wokół nas **12.55** Agrobiznes **13.30** Wokół nas **13.35** Antenowe remanenty **14.25** Dziennik regionów - tematy dnia **14.40** Wokół nas **14.45** Przechodzień codzienny **14.55** Kobiety Johna F. Kennedy'ego - film dokumentalny, Holandia 2013 **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów - tematy dnia **16.30** Lider **17.00** Aktywni 60+ **17.20** Listy do PRL-u **17.30** Program lokalny **21.05** Echa dnia **21.15** Dziennik regionów **21.40** „Echa dnia” - komentarze **22.00** Program lokalny **22.35** Telekurier **23.00** Lider **23.30** Raport z Polski **23.55** Reportaż

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

ŚRODA

CZWARTEK

TVN SIEDEM

05.00 Pascal: Po prostu gotuj - program kulin.
05.35 We dwoje - rozr.
06.50 Męski typ - talk show
07.20 Sąd rodzinny - serial
08.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
09.15 Dr House 2 (16)
10.10 Ostry dyżur 11 (11)
11.15 Mango - telezakupy
12.50 Sąd rodzinny - serial
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
14.50 Tożsamość szpiega (1) - serial, USA
15.50 Czerwony Orzeł (9)
17.00 Przepis na życie (16) - serial, Polska
18.00 Dr House 2 (17)
19.00 Tożsamość szpiega (4) - serial, USA
20.00 Pokuta - dramat, Francja/Wielka Brytania 2007, reż. Joe Wright, wyk. James McAvoy, Keira Knightley, Saoirse Ronan, Romola Garai
22.30 Fringe: Na granicy światów (2) - serial
23.40 Jestem na tak - komedia, Australia/USA 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Bradley Cooper, Jim Carrey, John Michael
01.15 Arkana magii
03.55 W roli głównej
04.55 Zakończenie progr.

TV PULS

06.00 Dyżur - program dok.
06.30 W blasku fleszy
07.00 Tom i Jerry (55-60)
08.00 Zwariowane melodie (21, 22) - serial
08.55 Zaklinacz psów (33)
09.55 Dyżur - cykl dok.
10.25 Medicopter (11)
11.25 Niania (81, 82)
12.20 Zbuntowany anioł (39) - telen., Arg.
13.20 Zbuntowany anioł (40) - telen., Arg.
14.15 Niania (83) - serial
14.40 Niania (84) - serial
15.15 Robin Hood (8)
16.20 Medicopter (8)
17.20 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży
18.00 Stara baśń. Kiedy słońce było bogiem (1) - film historyczny, Polska 2003
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (9) - serial
19.30 Pingwiny z Madagaskaru 3 (11) - serial
20.00 Bibliotekarz: Tajemnica włóczęgi - film przyg., USA 2004
22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (5) - serial krym., USA
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (6) - serial krym., USA
00.00 Monstrum z lasu - horror, USA 2006
02.00 Zobacz to!

TVP POLONIA

06.05 Świat się kręci
07.05 Ex libris - magazyn
07.25 Gruby (6) - serial
08.00 Pytanie na śniadanie - mag. poranny
10.30 Flesz historii
10.45 Polonia w Komie
11.00 Polonia 24
11.40 Galeria (72) - serial
12.00 Barwy szczęścia (974) - serial, Polska
12.35 Wiadomości
12.50 Wiedźmin (12)
13.50 Wielki test o żywności. Polska smakuje
15.35 Złotopolscy (841)
16.00 Notacje: Bohdan Łazuka. Śnił mi się tow. Stalin
16.15 Po prostu - public.
16.55 Galeria (72) - serial
17.20 Polonia w Komie
17.30 Teleexpress
17.55 Program rozrywkowy
18.50 Barwy szczęścia (974) - serial, Polska
19.25 Wilnoteka - magazyn
19.45 Dobranocka
20.00 Wiadomości
20.30 Sport, Pogoda
20.50 Siła wyższa (13-ost.) - serial, Polska
21.45 Polonia w Komie
22.00 Polonia 24
22.45 Kabaretowy Klub Dwójki
23.45 Ukryte taśmy stanu wojennego - reportaż
00.15 Made in Poland

TVN SIEDEM

05.00 Pascal: Po prostu gotuj - program kulin.
05.35 We dwoje - rozr.
06.50 Męski typ - talk show
07.20 Sąd rodzinny - serial
08.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
09.15 Dr House 2 (17)
10.10 Ostry dyżur 11 (12)
11.15 Mango - telezakupy
12.50 Sąd rodzinny - serial
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
14.50 Tożsamość szpiega (4) - serial, USA
15.50 Czerwony Orzeł (10)
17.00 Przepis na życie (17) - serial, Polska
18.00 Dr House 2 (18)
19.00 Tożsamość szpiega (5) - serial, USA
20.00 Jestem na tak - komedia, Australia/USA 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Bradley Cooper, Jim Carrey, John Michael, Zooey Deschanel
22.10 Alcatraz (12) - serial
23.10 Ten pierwszy raz - komedia, USA 1997, reż. George Huang, wyk. Danny Master-son, Jennifer Love Hewitt, Marley Shelton
00.50 Arkana magii
03.00 W-11 - wydział śledczy (1077) - serial
03.40 W roli głównej

TV PULS

06.00 Dyżur - program dok.
06.30 Menu na miarę
07.00 Tom i Jerry (61-66)
08.00 Zwariowane melodie (23, 24) - serial
09.00 Zaklinacz psów (34)
10.00 Dyżur - cykl dok.
10.25 Medicopter (12)
11.25 Niania (83) - serial
11.55 Niania (84) - serial
12.20 Zbuntowany anioł (40) - telen., Arg.
13.15 Zbuntowany anioł (41) - telen., Arg.
14.15 Niania (85) - serial
14.40 Niania (86) - serial
15.15 Robin Hood (9)
16.20 Medicopter (9)
17.20 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży
18.00 Stara baśń. Kiedy słońce było bogiem (2) - film historyczny, Polska 2003, reż. Jerzy Hoffman
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (10, 12)
20.00 Tajniak z klasą - komedia sensacyjna, USA 2005, reż. Marcos Siega
22.00 Kontrakt: Śmierć na zamówienie - film sensacyjny, Niemcy 2005, reż. Axel Sand
00.00 American Pie: Naga mila - komedia, USA 2006
02.10 Zobacz to!

TVP POLONIA

06.05 Świat się kręci
07.00 Och, Canada - rep.
07.25 Gwiazdny pirat (2)
08.00 Pytanie na śniadanie - mag. poranny
10.30 Polska i świat z historią w tle: Bomba w torcie - cykl rep.
10.50 Polonia w Komie
11.00 Polonia 24
11.40 Galeria (73) - serial
12.00 Barwy szczęścia (975) - serial, Polska
12.35 Wiadomości
12.50 M jak miłość (1012)
13.45 Kabaretowy Klub Dwójki
14.45 Ukryte taśmy stanu wojennego - reportaż
15.15 Załoga eko
15.45 Złotopolscy (842)
16.10 Kultura, głupcze
16.55 Galeria (73) - serial
17.20 Polonia w Komie
17.30 Teleexpress
17.55 Co nam w duszy gra (2): Duety miłosne
18.50 Barwy szczęścia (975) - serial, Polska
19.25 Inf. kulturalne
19.45 Dobranocka
20.00 Wiad., Sport, Pogoda
20.50 Komisarz Alex (16)
21.45 Polonia w Komie
22.00 Polonia 24
22.45 Determinator (8)
23.40 Perskie ocalenie - film dok., Pol. 2013
00.45 Progr. powtórkowe

FOX

05.00 Orły z Bostonu 2 (3)
05.40 Powrót do życia 2 (1)
06.40 White Collar: Biały kołnierzyk 2 (7) **07.35** Glee 3 (13, 14)
09.30 Kości 5 (19, 20)
11.25 Orły z Bostonu 2 (3, 4)
13.20 Roswell: W kręgu tajemnic 2 (8, 9) **15.15** Powrót do życia 2 (2) **16.15** White Collar: Biały kołnierzyk 2 (8) **17.10** Family Guy: Głowa rodziny 4 (2, 3) **18.10** Współczesna rodzina 1 (11, 12) **19.05** Pułapki umysłu 2 (9, 10) **21.00** Premiera: Breaking Bad 5 (16) **22.00** Premiera: Archer 4 (1, 2) **22.55** W garniturach 2 (5) **23.55** American Horror Story: Sabat (9) **00.50** Breaking Bad 5 (16) **01.50** Archer 4 (1, 2) **02.45** Powrót do życia 1 (11)

FOX LIFE

05.15 Prywatna praktyka 5 (2) **06.00** Rita daje czadu 2 (13) **06.30** Gwiazdy pod lupą 2 (1, 2) **07.30** Żona dla milionera 4 (10) **08.30** Projektanci 1 (8, 9) **10.25** Grey's Anatomy. Chirurdzy 8 (21, 22, 23) **13.15** Ostry dyżur 2 (7) **14.15** Gotowe na wszystko 8 (8) **15.10** 90210 4 (10, 11) **17.05** Żona dla milionera 4 (11) **18.05** Czarodziejki 6 (7) **19.00** Gotowe na wszystko 8 (9) **20.00** Premiera: Ostry dyżur 2 (8) **21.00** Projektanci na start 1 (7) **22.00** Premiera: Projektanci na start 1 (8) **22.55** Projektanci na start 1 (8) **23.55** Skandal 3 (10) **00.55** Ostry dyżur 2 (4, 5, 6, 7, 8) **05.00** Zakończenie

AXN

06.00 Siły pierwotne 4 (7)
07.00 Zaginiony świat (14)
08.00 Kancelaria adwokacka 4 (9) **09.00** Agenci NCIS: Los Angeles 4 (7) **10.00** Agenci NCIS (21) **11.00** Zaginiony świat (15) **12.00** Siły pierwotne 5 (1) **13.00** Słodkie kłamstewka 2 (3) **14.00** Kancelaria adwokacka 4 (10) **15.00** Agenci NCIS: Los Angeles 4 (7) **16.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (19) **17.00** Słodkie kłamstewka 2 (4) **18.00** Agenci NCIS (22) **19.00** Agenci NCIS: Los Angeles 4 (8) **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (20) **21.00** Dr House 8 (16) **22.00** Castle 3 (20) **23.00** Elementary 2 (5) **00.00** Profil 3 (2)

FOX

05.00 Orły z Bostonu 2 (4)
05.40 Powrót do życia 2 (2)
06.40 White Collar: Biały kołnierzyk 2 (8) **07.35** Glee 3 (15, 16) **09.30** Kości 5 (21, 22) **11.25** Orły z Bostonu 2 (4, 5) **13.20** Roswell: W kręgu tajemnic 2 (10, 11) **15.15** Powrót do życia 2 (3) **16.15** White Collar: Biały kołnierzyk 2 (9) **17.10** Family Guy: Głowa rodziny 4 (4, 5) **18.10** Współczesna rodzina 1 (13, 14) **19.05** Kości 5 (15, 16) **21.00** Premiera: The Glades 3 (8) **22.00** W garniturach 2 (5) **22.55** The Listener: Słyszcy myśli 3 (9) **23.55** The Listener: Słyszcy myśli 3 (10) **00.50** Mad Men 5 (6, 7) **02.45** Demony da Vinci 1 (2)

FOX LIFE

05.15 Prywatna praktyka 5 (3) **06.00** Rita daje czadu 2 (14) **06.30** Gwiazdy pod lupą 2 (2, 3) **07.30** Żona dla milionera 4 (11) **08.30** Projektanci 1 (9) **09.25** Tańcz i zwyciężaj 1 (1) **10.25** Grey's Anatomy. Chirurdzy 8 (24) **11.20** Grey's Anatomy. Chirurdzy 9 (1, 2) **13.15** Ostry dyżur 2 (8) **14.15** Gotowe na wszystko 8 (9) **15.10** 90210 4 (11, 12) **17.05** Żona dla milionera 4 (12) **18.05** Czarodziejki 6 (8) **19.00** Gotowe na wszystko 8 (10) **20.00** Premiera: Ostry dyżur 2 (9) **21.00** Premiera: X Factor. Edycja amerykańska 3 (21, 22) **23.55** Projektanci na start 1 (8) **00.55** Świat według Mindy 1 (13-16)

AXN

09.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (8) **10.00** Agenci NCIS (22) **11.00** Zaginiony świat (16) **12.00** Siły pierwotne 5 (2) **13.05** Słodkie kłamstewka 2 (4) **14.05** Kancelaria adwokacka 4 (11) **15.05** Agenci NCIS: Los Angeles 4 (8) **16.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (20) **17.05** Słodkie kłamstewka 2 (5) **18.05** Agenci NCIS (23) **19.05** Agenci NCIS: Los Angeles 4 (9) **20.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12 (21) **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 8 (16) **22.00** Czarna lista (9) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (2) **00.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (3) **01.00** Elementary 2 (5)

NATIONAL GEOGRAPHIC

08.00 Pradawne archiwum X
09.00 Poszukiwacze złota
10.00 Skarby w ruinach
11.00 Tuż przed tragedią
12.00 Miejski przekręt
13.00 Koszmar na wyprawie
14.00 Kopalnia złota
15.00 Apokalipsa: II wojna światowa
16.00 Przewodnik po planetach
17.00 Katastrofa w przestworzach
18.00 Rozbieracze. Biznes w garażu
19.00 Dziesięć największych katastrof naturalnych
21.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy
22.00 Poszukiwacze złota
23.00 Tabu USA
00.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy

DISCOVERY CHANNEL

07.00 Szkoła przetrwania
08.00 Fani czterech kółek
09.00 Aukcja w ciemno (25, 26)
10.00 Łowcy okazji (14, 15)
11.00 Walka o bagaż
12.00 Bear Grylls - ucieczka z piekła
13.00 Jazda ekstremalna
14.00 Domy na aukcji
15.00 Anatomia magii
16.00 Fani czterech kółek
17.00 Auto - reaktywacja
18.00 Dynam - więcej niż magia (3)
19.00 Łowcy okazji
20.00 Aukcja w ciemno (7)
20.30 Walka o bagaż
21.00 Łowcy okazji
22.00 Walka o bagaż
23.00 Barowe rewolucje
00.00 Łowcy okazji

ANIMAL PLANET

10.00 Dzikość bez cenzury
11.00 Policja dla zwierząt w Houston (10)
12.00 Na posterunku (2)
13.00 Policja dla zwierząt w San Francisco
14.00 Słodkie dzieciństwo
15.00 Kot z piekła rodem
16.00 Gwiazdy Internetu (3, 4)
17.00 Najśladzsze zwierzątki
18.00 Policja dla zwierząt w Houston
19.00 Poznajcie leniwcę (7, 8)
20.00 Dzika Ameryka
21.00 Śnieżne pantery (1, 2)
22.00 Policja dla zwierząt w Houston (24)
23.00 Policja dla zwierząt w Phoenix
00.00 Obcy wewnątrz nas

NATIONAL GEOGRAPHIC

08.00 Pradawne archiwum X
09.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy
10.00 Skarby w ruinach
11.00 Tuż przed tragedią
12.00 Miejski przekręt
13.00 Koszmar na wyprawie
14.00 Kopalnia złota
15.00 Apokalipsa: II wojna światowa
16.00 Poszukiwacze złota
17.00 Katastrofa w przestworzach
18.00 Rozbieracze. Biznes w garażu
19.00 Policjalny świat
20.00 Podwodni detektywi
21.00 Tabu USA
22.00 Twierdza na koniec świata
23.00 Rosja według Winniego Jonesa
00.00 Tabu USA

DISCOVERY CHANNEL

08.00 Fani czterech kółek
09.00 Łowcy okazji
11.00 Walka o bagaż
12.00 Bear Grylls - ucieczka z piekła
13.00 Jazda ekstremalna
14.00 Domy na aukcji
15.00 Anatomia magii
16.00 Fani czterech kółek
17.00 Auto - reaktywacja
18.00 Przetrwać z Bearem Gryllem
19.00 Łowcy okazji
20.00 Aukcja w ciemno (8)
20.30 Walka o bagaż
21.00 Gorączka złota: Ameryka Południowa
22.00 Przetrwać z Bearem Gryllem
23.00 Ekstremalny off-road
00.00 Łowcy okazji

ANIMAL PLANET

09.30 Łowca z dzicy
10.00 Dzikość bez cenzury
11.00 Policja dla zwierząt w Houston
12.00 Na posterunku (3)
13.00 Policja dla zwierząt w San Francisco
14.00 Najśladzsze zwierzątki
15.00 Kot z piekła rodem
16.00 Dzika Ameryka
17.00 Śnieżne pantery (1, 2)
18.00 Policja dla zwierząt w Houston
19.00 Życie wśród gepardów (2)
20.00 Zaklinacz lwów (1, 2)
21.00 Łowcy aligatorów (6)
22.00 Policja dla zwierząt w Houston (25)
23.00 Policja dla zwierząt w Phoenix
00.00 Obcy wewnątrz nas

CZWARTEK | 19 GRUDNIA

TVP 1

05.55 TVP Info w TVP 1 **08.00** Wiadomości **08.05** Pogoda poranna **08.10** Polityka przy kawie **08.25** Telezakupy **09.00** Ojciec Mateusz (93) **09.55** Nieujarzmiona Missisipi (3) - film dok., USA 2011 **11.00** Świat się kręci

12.00 Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.45** Natura w Jedynce: Magiczne góry Austrii - kraina kozic - film dokumentalny, Austria 2012 **13.50** Jaka to melodia? **14.25** Moda na sukces - telenowela, USA **15.00** Wiadomości **15.10** Pogoda **15.15** Klan (2517) - serial obyczajowy, Polska **15.40** Drużyna A - serial, USA **16.40** Polska non stop **17.00** Teleexpress **17.15** Pogoda **17.25** Jaka to melodia? **17.55** Klan (2518) - serial obyczajowy, Polska **18.30** Świat się kręci **19.20** Wiadomości - magazyn **19.30** Wpad., Sport, Pogoda

OBYCZAJOWY



22.25

Wożąc panią Daisy

Śluzbowe relacje między panią Daisy, kapryśną arystokratką, a jej szoferem, czarnoskórym Hokiem, stopniowo zmieniają się w prawdziwą przyjaźń.

20.30 Ojciec Mateusz (62) **21.25** Sprawa dla reportera **22.25** Wożąc panią Daisy - film obycz., USA 1989, reż. Bruce Beresford **00.10** Drużyna A - serial, USA **01.05** Świat się kręci **02.00** Góra Dantego - film katastroficzny, USA 1997, reż. Roger Donaldson **03.55** Notacje **04.20** Ukraina - demokracja czy chaos? - film dok.

EUROSPORT

09.00 Biathlon: Uniwersjada **10.30** Skoki narciarskie: Uniwersjada **12.00** Biegi narciarskie: Uniwersjada **12.45** (NZ) Biegi narciarskie: Uniwersjada **14.00** Watts **14.30** (NZ) Biegi narciarskie: Uniwersjada **16.45** (NZ) Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada **18.00** Biathlon: Uniwersjada **19.15** Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada **19.45** (NZ) Narciarstwo alpejskie: Uniwersjada w Trentino **20.45** Mats Point **21.15** Sports Excellence **21.30** Jeździectwo: Skoki przez przeszkody **22.00** (NZ) Jeździectwo: Skoki przez przeszkody w Londynie **23.05** Strongman: Liga Mistrzów **00.00** Wyścigi samochodowe: World Series by Renault

TVP 2

05.55 Faceci do wzięcia (63) **06.30** Lokatorzy (40): Siła charakteru **07.05** M jak miłość (405) **08.00** Pytanie na śniadanie **10.35** Barwy szczęścia (1031) **11.15** Na dobre i na złe (200): Alergia - serial obyczajowy, Polska **12.15** Makłowicz w podróży: Trentino-Alto Adige. Trydent - mag. kulinarny **12.45** Wojciech Cejrowski - bosko przez świat: Ludzie buszu - cykl rep. **13.20** Szkoła życia - telenowela dokumentalna **14.15** Postaw na milion **15.05** Rodzinka.pl (119): Komunia - serial kom., Pol. **15.45** Panorama Kraj **16.05** Pogoda **16.15** Na dobre i na złe (542): Terapia wstrząsowa - serial obycz., Pol. **17.15** Szkoła życia **18.00** Panorama **18.30** Sport telegram **18.40** Pogoda **18.50** Jeden z dziesięciu **19.25** Barwy szczęścia (1031) - serial, Polska

KOMEDIA



20.40

Taxi 4

W marsylskim areszcie przebywa belgijski przestępca. Policjant Emilien bierze go za urzędnika i wypuszcza z aresztu. Przyplaca to zwolnieniem z pracy.

20.05 Barwy szczęścia (1032) - serial, Polska **20.40** Taxi 4 - komedia sensacyjna, Francja 2007, reż. Gerard Krawczyk **22.25** Świat jest wielki, a zbawienie czai się za rogiem - dramat, Bułgaria 2008 **00.25** Świat bez tajemnic: Wspomnienie o Audrey Hepburn - film dok., Wielka Brytania 2012

EUROSPORT 2

07.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ **08.45** Biegi narciarskie: Zawody PŚ **10.00** Wyścigi samochodowe: World Series by Renault **10.45** Sporty motorowe: GTA Next Level **11.00** Hokej na lodzie: Uniwersjada w Trentino **12.15** (NZ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **14.00** (NZ) Short track: Uniwersjada **15.30** Watts **16.30** Watts **17.30** Sporty ekstremalne: DEW Tour w Breckenridge **18.30** Skoki narciarskie: Uniwersjada **20.00** Armwrestling **20.30** Bowling: PBA Tour w Stanach Zjednoczonych **21.30** (NZ) Piłkarzyki: Zawody PŚ **23.30** Sporty motorowe: FMX **00.30** Strongman: Liga Mistrzów

POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News **08.15** Świat według Kiepskich (140) **09.00** Malanowski i Partnerzy (113) **09.30** Malanowski i Partnerzy (114) **10.00** Trudne sprawy (202) **11.00** Dlaczego ja? (199) - serial fabularno-dokumentalny **12.00** Dom nie do poznania **13.00** Dom nie do poznania **14.00** Pierwsza miłość (1804) - serial obyczajowy, Polska **14.45** Trudne sprawy (200) - serial fab.-dok. **15.50** Wydarzenia **16.10** Pogoda **16.15** Interwencja - magazyn **16.30** Malanowski i Partnerzy (166) - serial fabularno-dokumentalny **17.00** Dlaczego ja? (138) - serial fab.-dok. **18.00** Pierwsza miłość (1805) - serial, Polska **18.50** Wydarzenia **19.20** Sport **19.25** Pogoda **19.30** Świat według Kiepskich (399) - serial komediowy, Polska

KOMEDIA



20.10

12 mężczyzn z kalendarza

Podczas świątecznego przyjęcia w pracy E.J. Baxter traci posadę i narzeczonego. Wskutek interwencji byłego szefa nie może znaleźć zatrudnienia.

20.10 12 mężczyzn z kalendarza - komedia romantyczna, USA 2009 **21.55** CSI: Kryminalne zagadki Miami (198) - serial **22.45** CSI: Kryminalne zagadki Miami (199) - serial **23.45** Efekt Meduzy (2-ost.) - film thriller, USA 1997, reż. Larry Shaw **01.45** Dziewczyny z fortuną **03.15** Tajemnice losu **05.00** Wstawaj! Grammy! - muz.

POLSAT SPORT

07.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska **09.10** Siatkówka: Liga Mistrzyń - mecz Atom Trefl Sopot - Dinamo Romprest **11.10** Liga **12.20** Siatkówka: Liga Mistrzyń - mecz Galatasaray Stambul - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle **14.30** Magazyn **15.10** Siatkówka: Liga Mistrzyń - mecz Asseco Resovia Rzeszów - Paris Volley **17.20** Atleci **18.00** Siatkówka: PlusLiga - mecz AZS Częstochowa - PGE Skra Bełchatów **20.30** Boks: Gala boksu zawodowego Sauerlanda - walka Juergen Braehmer - Marcus Oliveira **22.40** Boks: Gala boksu zawodowego w Włoczu - walka Krzysztof Głowacki - Serdar Sahin **00.00** Polska 2014

TVN

05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - telezakupy **07.25** Na Wspólnej (1842) - serial obyczajowy, Polska **08.00** Dzień dobry TVN - magazyn poranny **11.10** Ukryta prawda (169) - serial fabularno-dokumentalny **12.15** Szpital (67) - serial fabularno-dokumentalny, Polska **13.15** W-11 - wydział śledczy - serial fabularno-dokumentalny **14.00** Wawa non stop (76) - serial, Polska **15.00** Ukryta prawda (170) - serial fabularno-dokumentalny **16.00** Rozmowy w toku - talk show **17.00** Wawa non stop (77) - serial, Polska **18.00** Szpital (68) - serial fabularno-dokumentalny, Polska **19.00** Fakty **19.30** Sport **19.40** Pogoda **19.50** Uwaga! - magazyn reporterów TVN

OBYCZAJOWY



22.30

Krzysztof

Rodzina Orłowiczów wiezie do ostatnie życie. Ojciec jest właścicielem zakładów mięsnych, które świętują 15-lecie. Jego syn Krzysztof zostaje porwany.

20.05 Na Wspólnej (1843) - serial obycz., Polska **20.45** W-11 - wydział śledczy: Zośka - serial fab.-dok. **21.30** Kuchenne rewolucje 7 - program kulinarny **22.30** Krzysztof - film obyczajowy, Polska 2010, reż. Dariusz Twaróg **00.30** Lekarze 3 (2/13) **01.30** Uwaga! - magazyn **02.15** Arkana magii **03.10** Rozmowy w toku

TV 4

07.25 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **07.55** Scooby Doo **08.25** Nowy Scooby i Scrappy Doo **08.55** Komisarz Rex 13 (7) **09.55** Nieposkromiona miłość (76) **10.55** Kiedy się zakocham... (130) **11.55** Królowa Śnieżka (11) **12.30** Stary Testament (11) - serial animowany, USA **13.00** Megachichot - program rozrywkowy **13.30** Ślubna gorączka - serial fabularno-dokumentalny **14.30** Szpilki na Giewoncie (51) - serial komediowy, Polska **15.30** Komisarz Rex 13 (8) - serial kryminalny, Austria/Niemcy **16.30** Hotel 52 (77) - serial obyczajowy, Polska **17.30** Nieposkromiona miłość (77) - telenowela, Meksyk **18.30** Nowy Scooby i Scrappy Doo - serial animowany **19.00** Scooby Doo - serial **19.30** Szczenięce lata Toma i Jerry'ego - serial, USA

SENSACYJNY



20.00

Drzewo Jozuego

Santee zostaje oskarżony o morderstwo i skazany na 25 lat więzienia. Podczas eskorty do więzienia udaje mu się uciec. Porywa policjantkę.

20.00 Drzewo Jozuego - film sensacyjny, USA 1993, reż. Vic Armstrong, wyk. Dolph Lundgren **22.15** Dobry agent - dramat sensacyjny, USA 2006, reż. Robert De Niro, wyk. Matt Damon **01.40** Wielki podryw - komedia obyczajowa, USA 2001, reż. David Mirkin **04.10** 4music - program muz. **04.55** 4music - program muz.

TVP SPORT

08.00 Piłka ręczna: MŚ Kobiet - ćwierćfinał **09.40** Piłka nożna: Borussia Dortmund TV **10.45** Piłka nożna: Puchar Hiszpanii - mecz Real Madryt - Olimpic Xativa **12.50** Piłka nożna: Liga Mistrzyń - mecz AC Milan - Ajax Amsterdam **14.55** Jeździectwo: Rok na wyścigach **15.55** Z archiwum TVP **16.15** Piłka nożna: Bayern Monachium TV **18.15** Piłka nożna: Bayern Monachium TV **19.50** (NZ) Hokej na lodzie: MŚ do lat 20 - mecz Polska - Białoruś **22.30** Piłka nożna: Puchar Hiszpanii - mecz Athletic Bilbao - Celta Vigo **00.25** Sportowy wieczór **00.45** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - ćwierćfinał **02.15** Zakończenie pr.

TVP REGIONALNA

14.10 Śmiecińscy **14.25** Dziennik regionów - tematy dnia **14.40** Wokół nas **14.45** Przechodzień codzienny **14.55** Świadek historii: 50 lat po zamachu na JFK - film dokumentalny, USA 2013 **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów - tematy dnia **16.30** Relacje **17.00** Podwodna Polska: Śladami dawnego górnictwa **17.30** Program lokalny **21.05** Echa dnia **21.15** Dziennik regionów **21.40** „Echa dnia” - komentarze **22.00** Program lokalny **22.35** Telekurier **23.00** Relacje **23.30** Raport z Polski **23.55** Reportaż **00.20** Świadek historii: 50 lat po zamachu na JFK - film dokumentalny, USA 2013

* można zobaczyć ** warto zobaczyć *** zobacz koniecznie

Wybierz nagrodę
i zgłoś się!

Wyślij SMS
pod numer **7247**

w treści wpisując słowo
podane przy wybranej
nagrodzie!

zestaw środków
czystości



SMS: **PAKIET**

komplet pościeli



SMS: **WYGRAM**

zestaw kosmetyków



SMS: **GRAM**

robot kuchenny



SMS: **AGD**

Organizatorem konkursu jest RMS Sp. z o.o.
Regulamin dostępny na rms.net.pl

Na SMSy czekamy do 30 czerwca 2014 roku.
Koszt SMSa: **2,46 zł**

REKLAMA

OGŁOSZENIA TOWARZYSKIE

Jowita 37. Zaniedbywana przez męża atrakcyjna blondynka nawiąże dyskretną znajomość z dyskretnym Panem.

SMS **Jowita** na **72966**
st. i kom. **708 870 608**

44-letnia, atrakcyjna kobieta, wzorowa matka i żona. Rodzinne obowiązki mi nie wystarczają i szukam innych rozrywek.

SMS **Lila** na **72966**
st. i kom. **708 780 882**

Mój mąż ostatnio mnie zaniedbuje, a ja mam coraz większy apetyt na namienne chwile we dwoje. Czekam na Ciebie...

SMS **Ewka** na **72966**
st. i kom. **708 870 844**

Młoda, 21 lat samotna dziewczyna z małego miasteczka pragnie poznać miłego, odpowiedzialnego, sympatycznego chłopaka, który pomógłby jej wyrwać się w wielki świat. Chciałabym wyjechać do dużego miasta lub za granicę, ale sama się boję. Proszę, odezwij się do mnie. Na pewno nie pożałujesz, jak mnie zobaczysz!

SMS **Wiola** na **72808**
st. i kom. **708 780 797**

Na codzień jestem posłuszną i skromną żoną, a w rzeczywistości jestem wulkanem namietności. Poznam Panów do niezobowiązujących spotkań.

SMS **ANNA** na **72808**
st. i kom. **708 870 863**

Anita, 26. Za pośrednictwem tego ogłoszenia chciałabym poznać miłego pana, starszego ode mnie, któremu mogłabym oddać mój największy skarb. Jestem szczupłą szatynką o niebieskich oczach i ładnej buzi.

SMS **Anita** na **72966**
st. i kom. **708 780 879**

Puszysta, dojrzała pozna panów. Twój stan cywilny obojętny. Znajomość bez zobowiązań!

SMS **Jola** na **72808**
st. i kom. **708 780 852**

Maja, 38 lat. Mój mąż jest starszy ode mnie i cały czas pilnuje swojego interesu. Nie liczy się z moimi potrzebami. Poznam na dyskretny, utrzymywany w tajemnicy związek pana. Wiele czasu spędzam w salonach piękności, więc na pewno Ci się spodoba. Więcej nie mogę napisać, czekam na kontakt.

SMS **Maja** na **72808**
st. i kom. **708 780 886**

Dojrzała kobieta, pracująca zawodowo, zadbana, bez żadnych zobowiązań rodzinno-finansowych, z własnym lokum, pozna interesujących mężczyzn do miłego spędzenia wolnego czasu. Lubię kino, teatr, spacerować i wyprawy w góry. Wyglądam młodziej, gdyż bardzo dbam o siebie.

SMS **Lucyna** na **72808**
st. i kom. **708 780 825**

Poszukiwany dojrzały przyjaciel z klasą, który potrafi dochować dyskrecji. Mężatka, 49 lat z lekką nadwagą.

SMS **Zofia** na **72808**
st. i kom. **708 870 606**

Jasia, czuję się bardzo samotna. Chcę poznać kogoś o kogo mogłabym dbać i kto dzieliłby ze mną radości, smutki i ... łóżko.

SMS **Jasia** na **72808**
st. i kom. **708 780 779**

Mirka 29 lat, od niedawna rozwiedziona. Na co dzień brakuje mi silnego, męskiego oparcia, więc dlatego dałam tu ogłoszenie, by poznać kogoś o dobrym sercu, miłego, uczciwego, spokojnego człowieka. Pozdrawiam i czekam na kontakt z Waszej strony.

SMS **Mirka** na **72966**
st. i kom. **708 780 912**

Daj się poderwać Kobiecie

Jeśli szukasz kogoś do kochania
wyślij nam swoje zgłoszenie,
DARMO
pisząc sms:
na numer: **71916**
Zadamy Ci pytania, na które
wystarczy udzielić prostych
odpowiedzi, a odezwie się
do Ciebie wybrana Pani

to takie proste! **SMS 1 zł netto**

Zadzwoń z telefonu domowego lub z pracy
lub z komórki: **708-777-553**

minuta gorącej rozmowy tylko 2,58 zł z VAT

Zadzwoń z telefonu domowego, z pracy lub z komórki:
708-477-707
Dzika rozkosz w twojej słuchawce

GORĄCY TELEFON DO KOBIETY

SUPER FOTO OFERTY
Cena sms według cennika operatora GSM
czyli możesz wykorzystać swojego darmowego sms-a

Napisz SMS na NORMALNY NUMER TELEFONU: **517-487-309**
a w treści podaj nazwę swojej miejscowości a dostaniesz
ZA DARMO 10 OFERT PAŃ z Twojego Sąsiedztwa
Oferty Towarzyskie z Twojego Województwa
regulamin: www.pwap.pl/regulamin3 Bild Presse Polska Sp. z o.o. Sp.k.

Minuta: 708777553 4,92 zł z VAT

72XXX - 2,46 zł z VAT/sms, 708 XXX XXX - 4,92 zł z VAT/min, 708 870 XXX - 7,69 zł z VAT/min
Korzystając z serwisu oświadczam, że akceptuję regulamin (reg-go-neon.de)
i wyrażam zgodę na otrzymywanie informacji handlowej. Neon Werbe & Konzept GmbH.

Do każdej wiatrówki
firmowy nożyk GRATIS!

BEZ ZEZWOLENIA

Zadzwoń i zamów!
(71) 347 47 11

8⁰⁰-20⁰⁰
7 dni w tygodniu!

GAZ PIEPRZOWY POLICYJNY

- skuteczny środek do samoobrony
- działa na ludzi także będących pod wpływem alkoholu
- zasięg działania do 3 metrów
- silne stężenie środka OC



29⁹⁹ zł

45 zł

NORCONIA GAS PISTOL

- pistoletowy miotacz gazu o bezwładności
- skuteczny zasięg rażenia 5 metrów
- obezwładnia napastnika na ok. 30 min.
- lekki i poręczny: mieści się w kieszeni, torebce, schowku

WYPRZEDAŻ

99 zł



49⁹⁹ zł

PISTOLET GAZOWY ARM GAS 22

- pistoletowy miotacz gazu o bezwładności
- skuteczny zasięg rażenia 5 metrów
- obezwładnia przeciwnika na ok. 30 min.
- ciężka, metalowa konstrukcja, realistyczny wygląd
- poręczny: mieści się w kieszeni, torebce i schowku



139⁹⁹ zł

99⁹⁹ zł

PARALIZATOR GROM

NOWOŚĆ

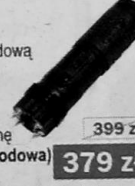
- skuteczna obrona przed złodziejami i napastnikami
- działa nawet przez grubą warstwę ubrania
- wytwarza łuk o napięciu 150 000 Volt
- wyposażony w zawłeczkę bezpieczeństwa
- głośny alarm dźwiękowy
- zasilany 1 baterią 9V



99⁹⁹ zł

PARALIZATOR ZAP LIGHT EXTREME

- poręczny paralizator z funkcją kubotanu i latarką diodową
- profesjonalny produkt dla pracowników ochrony i osób prywatnych
- potencjał paralizatora to aż 1 000 000 Volt
- ostre groty elektrod zapewniają skuteczną obronę
- w komplecie: dwie ładowarki (sieciowa i samochodowa) oraz pokrowiec do przenoszenia na pasie.



399 zł

379 zł

PARALIZATOR ŁASKA ZAP CANE

Alarm osobisty gratis!

- paralizator ukryty w łasce
- idealny produkt do samoobrony dla osób starszych
- potencjał paralizatora to aż 1 000 000 Volt
- wbudowana latarka LED oświetlająca drogę
- regulowana wysokość od 81 do 91 cm
- mocna konstrukcja - utrzymuje nacisk do 113 kg
- w komplecie pokrowiec i ładowarka sieciowa



399 zł

349 zł

PISTOLET HUKOWY START-2

- 8-strzałowy pistolet na krótkie naboje hukowe 6 mm
- idealny do odstraszenia ludzi i zwierząt, wywołania alarmu, startów sportowych oraz zabaw sylwestrowych
- trwały, metalowy, prosty w obsłudze oraz bezpieczny
- w komplecie nasadka do wystrzeliwania rac



149⁹⁹ zł

PISTOLET HUKOWY LEXON-11

- 11-strzałowy pistolet na długie naboje 6 mm
- idealny do odstraszenia ludzi i zwierząt, wywołania alarmu, imprez okolicznościowych oraz startów sportowych
- huk wystrzału i zasięg wystrzelanych rac znacznie większy niż w modelach na naboje hukowe short
- bezpiecznik chroniący przed niekontrolowanym strzałem
- w komplecie nasadka do wystrzeliwania rac świetlnych i hukowych



199⁹⁹ zł

PISTOLET HUKOWO-GAZOWY GUARD-4

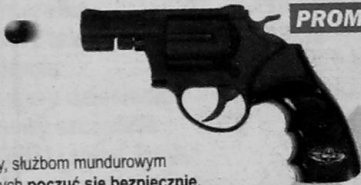
- huk i gaz w jednym urządzeniu obronnym
- zapewnia poczucie bezpieczeństwa w każdej sytuacji
- wyjątkowo wysokie stężenie gazu i duży zasięg rażenia
- możliwość błyskawicznej wymiany bloku gazowego z kartridżami
- wierna replika 4-strzałowego pistoletu COP 357 Magnum
- gwarancja na pistolet i gaz udzielana jest aż na 60 miesięcy



499 zł

REWOLWER HUKOWY SHOTGUM

- pierwszy polski rewolwer hukowy strzelający kulami gumowymi kaliber 10 mm
- skuteczny i legalny środek obrony koniecznej oraz urządzeń do treningów strzeleckich
- zasilany nabojami hukowymi 6 mm short
- polecany osobom prywatnym, pracownikom ochrony, służbom mundurowym do treningu strzeleckiego oraz dla wszystkich chcących poczuć się bezpiecznie.



PROMOCJA

399 zł

299 zł

PISTOLET HUKOWY WALTHER P99 P.A.K.

- najgłośniejszy i najbardziej przekonujący pistolet hukowy na rynku - realistyczny wygląd
- zastosowanie:
 - obrona konieczna, ochrona i wzywanie pomocy
 - realistyczny i bezpieczny trening posługiwania się bronią
 - wystrzeliwanie rac świetlnych i hukowych
 - film/teatr, rekonstrukcja i kolekcjonerstwo



999 zł

899 zł

WIATRÓWKA LIDER 23

- popularna, klasycznie łamana wiatrówka sprężynowa
- gwintowana lufa kaliber 4,5 mm na śrut Diabolo
- regulowane światłowodowe przyrządy celownicze
- prosta w obsłudze i celna • prędk. pocz. 230 m/s
- kolba wyposażona w gumową stopkę

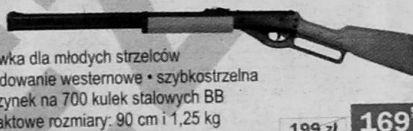


199 zł

149⁹⁹ zł

WIATRÓWKA CROSMAN MARLIN COWBOY

- wiatrówka dla młodych strzelców
- przeładunek westernowy • szybkostrzelna
- magazynek na 700 kulek stalowych BB
- kompaktowe rozmiary: 90 cm i 1,25 kg

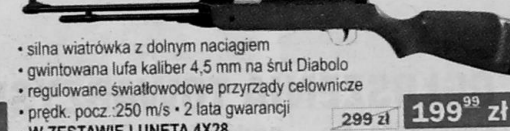


199 zł

169⁹⁹ zł

WIATRÓWKA Z DOLNYM NACIAGIEM

- silna wiatrówka z dolnym naciągami
- gwintowana lufa kaliber 4,5 mm na śrut Diabolo
- regulowane światłowodowe przyrządy celownicze
- prędk. pocz. 250 m/s • 2 lata gwarancji
- W ZESTAWIE LUNETA 4X28



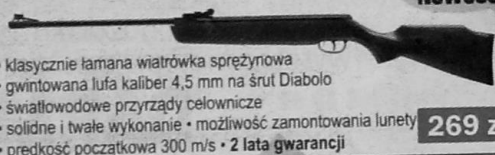
299 zł

199⁹⁹ zł

WIATRÓWKA CROSMAN COPPERHEAD

NOWOŚĆ

- klasycznie łamana wiatrówka sprężynowa
- gwintowana lufa kaliber 4,5 mm na śrut Diabolo
- światłowodowe przyrządy celownicze
- solidne i trwałe wykonanie • możliwość zamontowania lunety
- prędkość początkowa 300 m/s • 2 lata gwarancji

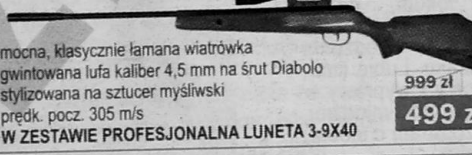


269 zł

WIATRÓWKA CROSMAN SUMMIT

OFERTA SPECJALNA!

- mocna, klasycznie łamana wiatrówka
- gwintowana lufa kaliber 4,5 mm na śrut Diabolo
- stylizowana na sztucer myśliwski
- prędk. pocz. 305 m/s
- W ZESTAWIE PROFESJONALNA LUNETA 3-9X40

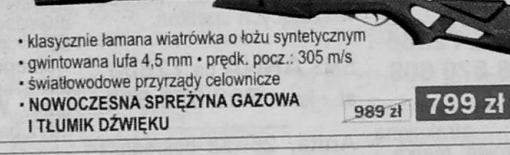


999 zł

499 zł

WIATRÓWKA GAMO WHISPER IGT

- klasycznie łamana wiatrówka o łożu syntetycznym
- gwintowana lufa 4,5 mm • prędk. pocz.: 305 m/s
- światłowodowe przyrządy celownicze
- NOWOCZESNA SPRĘŻYNA GAZOWA I TŁUMIK DŹWIĘKU

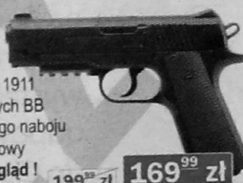


989 zł

799 zł

WIATRÓWKA CROSMAN 1911

- doskonale odwzorowana replika Colta 1911
- duży magazynek na 20 śrutów stalowych BB
- zasilany CO2 • do 80 strzałów z jednego naboju
- szyna akcesoryjna pod celownik laserowy
- realistyczny i bardzo atrakcyjny wygląd!



199⁹⁹ zł

169⁹⁹ zł

WIATRÓWKA PISTOLET BERSA THUNDER 9 PRO

- licencjonowana replika bojowego modelu Thunder
- magazynek na 19 śrutów stalowych BB 4,5 mm
- zasilany CO2 • około 80 strzałów z jednego naboju
- szyna akcesoryjna do celownika laserowego
- realistyczny, atrakcyjny wygląd!



199⁹⁹ zł

WIATRÓWKA PISTOLET GAMO PT-85

- wielostrzałowy, szybkostrzelny pistolet-wiatrówka
- magazynek na 16 śrutów Diabolo (2x8 szt.)
- gwintowana lufa kal. 4,5 mm
- zasilany CO2 - 60 strzałów z jednego naboju
- system Blow Back (odrzuca metalowego zamka) zwiększający realizm strzelania



499 zł

KURTKA TEXAR MA-A FLYERS

- ciepła, lekka i wygodna kurtka typu "flejers"
- użyte materiały zapewniają komfort termiczny w niesprzyjających warunkach pogodowych
- posiada aż pięć kieszeni - dwie wewnętrzne, dwie zewnętrzne oraz jedną na lewym ramieniu
- możliwość noszenia na drugiej - pomarańczowej stronie
- do wyboru rozmiary M-XXL / kolory: czarna lub oliwkowa



149⁹⁹ zł

BUTY ZEPHYR GROM 2007

- lekkie i wytrzymałe obuwie taktyczne
- sprawdza się jako obuwie służb mundurowych a także jako obuwie miejskie i terenowe.
- antypoślizgowa głęboko bieżnikowana podeszwa
- żelowa wkładka oraz obszar amortyzujący pięcie
- wykonane z naturalnej skóry licowej oraz cordury
- dostępne rozmiary: od 36 do 47



199⁹⁹ zł

BIELIZNA TERMOAKTYWNA SPAIO THERMO LINE - KOMPLET

- komplet zimowej bielizny termoaktywnej
- odprowadza nadmiar potu na zewnątrz
- materiał bakterioostatyczny i antyzapachowy
- idealnie dopasowuje się do każdej sylwetki
- wysoka jakość wykonania i użytych materiałów
- rozmiary: S-XXL



199⁹⁹ zł

24h

SZYBKA DOSTAWA

Przesyłkę otrzymasz w przeciągu 1-2 dni roboczych.

WYSYŁKA TYLKO 9,99 zł

Najlepszy sklep internetowy 2013

Polecam!



RENATA MAUER-ROŻAŃSKA
REPREZENTANTKA POLSKI
WIELOKROTNA MISTRZYNI OLIMPIJSKA

Militaria.pl
Shooting & Outdoor

SZYBKE I TANIE RATY BEZ ZAŚWIADCZEŃ!
ZAPRASZAMY DO SALONÓW FIRMOWYCH

SALONY CZYNNE: poniedziałek-piątek: 10-19, sobota: 10-18, niedziela: 11-17

GDYNIA Świętojańska 84 • KATOWICE Galeria Katowicka • KRAKÓW Dietla 51 • POZNAŃ Stary Browar
SZCZECIN Aleja Piastów 53 • WROCŁAW Olawska 16 • WARSZAWA Blue City • WARSZAWA Tamka 49

godziny. Grzyby namoczyć, zalać i grzybami.

7 dni zgłosi zarejestrowanego bez- świadczeń medycznych.

Czy jesteś przesądna, przesądny?

1. Czy zdarzyło Ci się kusić los, choć wiedziałas/łeś, że może się dla Ciebie skończyć katastrofą?

- a) tak – 1
- b) tak, ale bardzo rzadko – 3
- c) nie, nigdy nie kuszę losu – 5

2. Czy w nocy poszłabyś, poszedłbyś samotnie na cmentarz?

- a) bez problemu – 1
- b) tak, ale pewnie bym się bał/a – 3
- c) nigdy w życiu – 5

3. Czytasz horoskopy?

- a) nie, nigdy – 1
- b) czasami, ale nie poddaję się tym przepowiedniom – 3
- c) tak i traktuje je bardzo poważnie – 5

4. Czy wierzysz w działanie sił nadprzyrodzonych?

- a) nie – 1
- b) trudno powiedzieć, być może coś w tym jest – 3
- c) tak – 5

5. Czy masz „swoje” liczby, które na przykład zawsze typujesz w totolotku lub wykorzystujesz przy innej okazji?

- a) nie – 1
- b) tak, datę moich urodzin – 3
- c) mam wiele „swoich” liczb na różne okazje – 5

6. Otrzymałaś/łeś list typu: „Jeśli przepisziesz ten list i wyślesz go do 10 osób spotka Cię szczęście. Jeśli nie wyślesz, może spotkać Cię nieszczęście”. Czy rozsyłasz go do swoich znajomych?

- a) nie – 1
- b) nie, ale wątpliwości pozostają, może jednak należało – 3
- c) tak, wysyłam – 5

7. Czy uważasz, że jesteś pechowcem?

- a) ani pechowcem, ani szczęściarzem, moje życie zależy ode mnie – 1
- b) raczej szczęściarzem – 3
- c) raczej pechowcem – 5

8. Czy sądzisz, że przedmioty, podobnie jak ludzie, są obdarzone niepowtarzalnym charakterem?

- a) nie – 1
- b) nie wszystkie, ale niektóre przedmioty mają swój charakter – 3
- c) każdy przedmiot ma swój charakter – 5

9. Czy oglądając w telewizji film, często się wzruszasz, jeśli jest to film obyczajowy lub boisz, jeśli jest to horror?

- a) nie, na mnie to nie działa – 1
- b) czasami – 3
- c) bardzo często – 5

10. Czy nosisz przy sobie jakiś talizman?

- a) nie – 1
- b) czasami, na przykład, gdy idę na egzamin, ważną rozmowę, itp – 3
- c) mój talizman jest zawsze ze mną – 5

Masz 10 – 22 punkty: w najmniejszym stopniu nie jesteś przesądna/y. Twardo stąpasz po ziemi i ani Ci w głowie przejmować się czarnym kotem lub kominiarzem. Ludzie przesądni są dla Ciebie nie tylko naiwni, ale wręcz niemądrzy. Traktujesz ich jak relikty średniowiecza i najchętniej spaliłabyś/łbyś ich na stosie. Nawet wtedy, gdy ewidentnie dzieją się „cuda” stwierdzasz, że to tylko przypadek, ewentualnie zjawisko, którego na razie nauka nie potrafi wytłumaczyć, ale kiedyś wytłumaczy.

Masz 23 – 37 punktów: co prawda czarny kot, piątek, trzynastego budzą lekki niepokój, ale nie zmieniają Twoich planów. Co innego, gdy znaki są bardziej zagadkowe. Na przykład, dziwne sny nie pozwalają Ci normalnie funkcjonować, bo o nich myślisz i zastanawiasz się, jakie było w nich przesłanie. Często dochodzisz do wniosku, że dlatego coś Ci się nie udało, gdyż takie było przeznaczenie. To ma swoje życiowe konsekwencje. Zamiast przeć do przodu, zatrzymujesz się wpół drogi.

Masz 38 – 50 punktów: jesteś przesądna/y do przesady. Czasami masz wrażenie, że tuż obok Ciebie toczy się walka dobra ze złem, diabła z aniołem, a od Ciebie zależy kto zwycięży. Bardzo lubisz różnego rodzaju wróżby i z niezachwianą powagą traktujesz ich wynik. Nie podejmujesz żadnej decyzji bez wcześniejszego zabobonowego upewnienia się, że wszystko się powiedzie. Co jednak ciekawe, bardzo często udaje Ci się podejmować odpowiednie decyzje.



Mały mol po raz pierwszy wypuścił się w samotny lot po pokoju.

Wyleciał z szafy, zrobił rundkę i wrócił na płaszczyk. Stary mol zapytał:

- I jak poszło?
- Chyba ok! Wszyscy klaskali.

Przychodzi facet do USC i mówi, że nazwisko chciałby zmienić, bo to, które ma, mu się nie podoba.

– A jak się pan nazywa? – pyta urzędnik.

– Bezjäder.

– No, faktycznie... Kwalifikuje się pan do zmiany bezpłatnie. Jak się pan chce nazywać? – orzeka urzędnik.

– Sam nie wiem... Może tak jakos z amerykańska, co?

– Coś wymyślę. Proszę za dwa tygodnie przyjść po odbiór dokumentów.

Dwa tygodnie później facet otwiera nowy dowód i czyta swoje nowe nazwisko: „Yonderbrack”.

– Co pan robił 16 marca 2008 roku o 11,42? – pyta agent CBA.

– Siedziałem na fotelu z kalendarzem w ręku i patrzyłem na zegarek.

Dwaj przyjaciele, Polak i Żyd, wyjechali w sprawach biznesowych do Afryki. Już godzinę po przylocie, Polak śle do centra-

REKLAMA

li maila: „Nie przysyłajcie żadnych butów, wszyscy chodzą boso”. Niemal w tym samym czasie Żyd wysłał maila: „Przysyłajcie natychmiast 100 milionów par butów, wszyscy chodzą boso”.

Podczas żniw pszczoła użądliła rolnika w przyrodzenie. Cierpiał okrutnie, więc żona zawiozła go do lekarza.

– Panie doktorze, proszę mu ból odjąć, ale fason zostawić...

Profesor medycyny ma pierwszy wykład z pierwszym semestrem.

– Zaczniemy od podstaw autopsji. Tutaj najważniejsze są dwie rzeczy. Po pierwsze, musicie państwo pokonać swoje obrzydzenie. Proszę popatrzeć... – wetknął palec w tyłek trupa, wyciągnął go i oblizał.

– A teraz każdy z was po kolei!

Studenci z bladymi twarzami podchodzą do zwłok, ale robią, co kazał profesor. Kiedy skończyli, wykładowca mówi:

– Po drugie, powinniście państwo popracować nad spostrzegawczością. Włożyłem palec wskazujący, ale oblizałem środkowy!

Trzech Żydów założyło sklepy obok siebie. Jeden napisał wywieszkę: „Tu najtaniej w całym kraju!”. Drugi: „Tu najtaniej na całym świecie”. Trzeci: „Tu najtaniej na tej ulicy!”.

Nauczycielka pyta Jasia:

– Jeżeli powiem „Ja wychodzę za mąż”, to jaki to będzie czas?

– Najwyższy!

Dzwoni Palikot do Biedronia:

– Halo?

– Gdzie jesteś?

– W Kaliszu... a ty?

– Na Grodzkiej...

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od 0,39zł

foto gabs ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

Kodak Express ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B Digital Solutions

Tu warto być

Białystok

„Wenus i Adonis”, Teatr Dramatyczny im. A. Węgierki (ul. Elektryczna 12, tel. 85 74 99 196), **poniedziałek, 16 grudnia, godz. 19.00.**

Przedstawienie operowe, łączące operę barokową i taniec współczesny, zrealizowane przez Grupę Przejściową oraz Zespół Muzyki Dawnej Diletto we współpracy reżyserskiej z Agnieszką Korytkowską-Mazur.

„Rękopisy tu grzebię i sieję”, foyer Opery i Filharmonii Podlaskiej (ul. Odeska 1, tel. 85 306 75 04).

Wystawa przygotowana przez Żydowski Instytut Historyczny im. Emanuela Ringelbluma. Prezentuje unikatowy zbiór świadectw życia i zagłady Żydów w okupowanej przez Niemców Polsce. Wpisana została na listę „Pamięci Światowej” UNESCO. Czynna do 31 grudnia. Wstęp wolny w godzinach otwarcia Opery.

Drozdowo

„Wpisany w wiek zmian pamiętnik samorządowca”, Muzeum Przyrody (ul. Główna 38, tel. 86 219 20 81), **sobota, 14 grudnia, godz. 15.00.** Promocja wydanych drukiem pamiętników Jerzego Jabłońskiego (1895 – 1986), ostatniego dziedzica podłomżyńskiego Pniewa, posła na Sejm (uzyskał mandat w roku 1935), działacza organizacji samorządowych. Na spotkanie zaprasza Janusz Jabłoński, syn Jerzego. W programie, recital fortepianowy Karola Radziwonowicza.

Łomża

„Czwarty wymiar”, Galeria Pod Arkadami (Stary Rynek, tel. 86 216 20 93), **piątek, 13 grudnia, godz. 17.00.**

Wystawy prac dyplomowych słuchaczy białostockiej Akademii Fotografii i Przedsiębiorczości.

„Henryk Osicki”, Galeria Sztuki Współczesnej (ul. Długa 13, tel. 86 216 41 00), **piątek, 13 grudnia, godz. 18.00.**

Malarstwo oraz projekty polichromii ściennych i witraży znanego łomżyńskiego plastyka w 85-lecie urodzin.

„Piotruś i wilk”, Teatr Lalki i Aktora (pl. Niepodległości 14, tel. 86 473 55 66), **niedziela, 15 grudnia, godz. 11.00.**

Historia chłopca, który sam ruszył do lasu, by pokonać wilka, była tematem muzycznej baśni Sergiusza Prokofiewa. Na kanwie tego utworu twórcy łomżyńskiego spektaklu opowiadają własną baśń o tym, co się wydarzyło w lesie...

„12 miesięcy Anno Domini 2014 Teresy Adamowskiej”, Katolickie Stowarzyszenie Civitas Christiana (ul. Wyszyńskiego 2/9), **czynna poniedziałek – piątek, godz. 12.00 – 18.00 do 9 stycznia.**

Malarka prezentuje ilustracje do kalendarza na rok 2014, wykonane na zamówienie Zakładu Usług Informatycznych Novum w Łomży.

Repertuar kin

Kino „Millenium” w Łomży: 12 grudnia (czwartek) – Kraina lodu, godz. 15.30, 17.30 oraz Papusza, godz. 19.30; 13 – 18 grudnia (piątek – środa) – Ratujmy Mikołaja, godz. 16.30 (w sobotę i niedzielę także godz. 13.00); Last Vegas, godz. 18.00 oraz Kapitan Phillips, godz. 20.00. **Kino Centrum Kultury w Zambrowie:** 13 – 15 grudnia (piątek – niedziela) – Kraina lodu, godz. 14.30; Adwokat, godz. 17.00 oraz Last Vegas, godz. 19.30; 16 – 18 grudnia (poniedziałek – środa) – Ratujmy Mikołaja, godz. 17.00 oraz Last Vegas, godz. 19.30.

Carpe Diem z główną nagrodą!

„Kariera Johna Nobody” według jednoaktówki Juliana Tuwima, w wykonaniu Grupy Teatralnej Carpe Diem, zdobyła jedną z dwóch równorzędnych pierwszych nagród na zakończonych w piątek (6 grudnia) w Miejskim Domu Kultury w Łomży XVIII Konfrontacjach Teatrów Młodzieżowych. Grupę prowadzi niepełnosprawna Katarzyna Kuklińska, odtwórca głównej roli jeździ na wózku.

Równorzędną pierwszą nagrodę otrzymała też Grupa Teatralna „Na skraju” z Białegostoku za spektakl „Szczęście Frania”, oparty na komedii Włodzimierza Perzyńskiego pod takim samym tytułem.

II nagrodę otrzymał Teatr „Karpys” z Łap za spektakl „Jourdain”.

Nagrodami aktorskimi jury uhonorowało Patrycję Zwierzyńską z Łomży za rolę w spektaklu „Polubić siebie” Grupy Teatralnej „Trójka”, Edytę Jańczuk z Łomży za rolę w „Lekcji historii” Grupy Teatralnej Carpe Diem oraz Pawła Dziegielewskiego z Grajewa za rolę w „Reedukacji” Zespołu Teatralnego „Echo”. Na zakończenie gospodarze, czyli Teatr Aktywny MDK, pokazali poza konkursem spektakl według jednoaktówki Sławomira Mrożka „Na pełnym morzu”. (ann)

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): zadbaj o siebie, żeby lepiej się czuć i mieć więcej radości w życiu. Obojętnie jaka jest Twoja sytuacja życiowa, nic i nikt nie może Ci odmawiać prawa do szczęścia. W sprawach zawodowych i uczuciowych czeka Cię partnerstwo.

BYK (21 IV – 21 V): Twój związek będzie polegał na zabawie, przyjemności i radości. Teraz nie jest dobry czas, żeby podejmować decyzje o związku na całe życie.

BLIŹNIĘTA (22 V – 20 VI): czeka Cię podróż, być może będziesz myśleć o pracy za granicą. Daj sobie szansę szczególnie, jeżeli masz kogoś, kto Ci pomoże. Jeżeli masz kłopoty w związku, zamiast zwracać się do doradców, spędźcie magiczny weekend w nowym miejscu, które da Ci świeże myśli.

RAK (21 VI – 22 VII): wejdiesz na dobry kurs, sprawy będą układać się pomyślnie. W uczuciach miło i spokojnie.

LEW (23 VII – 22 VIII): czekają Cię jakieś wydatki, ale nie popadniesz w dług, wkrótce uda Ci się to odrobić. Zwróć uwagę na swój związek: czy nie oddajesz zbyt wiele energii przyjacielom?

PANNA (23 VIII – 22 IX): raczej nie licz na pomoc rodziny. Ale masz wystarczające możliwości, żeby sobie poradzić. Jeśli szukasz nowego pomysłu na życie, sięgnij do przeszłości, spotkaj się z kimś dobrze kiedyś Ci znanym, z kim kontakt się urwał.

WAGA (23 IX – 23 X): najbardziej potrzebujesz Ci równowagi, spo-

koju i harmonii. Gdy opanujesz rozkołysanie, w którym jesteś, wróci poczucie, że postępujesz właściwie, a to przyniesie pozytywne rezultaty.

SKORPION (24 X – 21 XI): dostaniesz od losu szansę, żeby wykażać się wyobraźnią, pokazać coś, co było dotychczas niewykorzystywane. W relacjach uczuciowych polegaj na własnych odczuciach, nie patrz na to, co Ci doradzają inni.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): Twoja ciężka praca zostanie wynagrodzona, nie ustawaj w wysiłkach, nie przerywaj tego, co zostało zaczęte. W miłości nie poddawaj się, nie wszystko jest tak złe, jak Ci się czasem wydaje. Możesz mieć gorsze dni i wpadać w zwątpienie, ale pamiętaj, że takie chwile mijają i znowu świeci Słońce.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): zastanawiasz się, jakie są uczucia wobec Ciebie kogoś niedawno poznanego? Hm, raczej nie nastawiaj się na razie na duże zaangażowanie. To może się rozwinąć w czasie, teraz baw się i myśl przede wszystkim o sobie.

WODNIK (20 I – 18 II): uwierz w swoją moc. Możesz wiele zmienić na lepsze, jeśli świadomie podejmiesz taką decyzję. Ktoś, o kim myślisz, jest osobą naprawdę godną zaufania i będzie Cię wspierać.

RYBY (19 II – 20 III): dobry czas na sprawy związane z pracą. Twój związek będzie się układał coraz lepiej, w przyszłości będzie w pełni zadowolony i szczęśliwy. Nie ignoruj ważnych wiadomości, które możesz otrzymać listownie lub przez telefon.

Świąteczne „stroikowanie” Zambrowa

Wiktorii Kalinowskiej, Jakubowi Michalskiemu i Karolowi Łaskarzewskiemu (SP nr 5 w Zambrowie); Zuzannie Dąbrowskiej, Karolinie Łatce i Julii Modzelewskiej (SP nr 4) oraz Małgorzacie Rogocińskiej, Wioletcie Urbańskiej i Justynie Urbanik (Zespołu Szkół Nr 1) w swoich kategoriach wiekowych zajęły pierwsze miejsca w konkursie na najpiękniejszy stroik bożonarodzeniowy, zorganizowanym przez Miejski Ośrodek Kultury w Zambrowie.

O zbliżających się świątach



przypominają opłatkowe spotkania w zambrowskich instytucjach, urzędach i zakładach pracy. Ronda, place i główne ulice w mieście rozświetlają choinki, anioły, śnieżynki, gwiazdy. W tym roku miasto dokupiło ozdób za 44 tysiące złotych i udekorowało dodatkowo ulice Mazowiecką i Ostrowską.



Świat stanął przed nim otworem, gdy ... zaczęły się schody! Najlepszy na świecie z „Prefbetu”!

Dla Piotra Łobodzińskiego (lat 28) schody nie oznaczają kłopotów. Przeciwnie! Oznaczają sukcesy i ciekawe życie, wypełnione podróżami po całym świecie.

Zaczął się w 2011 roku. Jako student Uniwersytetu Warszawskiego (bankowość) uprawiał w AZS biegi na długich dystansach, przełaje, biegi górskie. Dowiedział się, że w biurowcu Rondo 1 w Warszawie są organizowane zawody w towerrunningu (bieg po schodach). Trzy lata temu ten sport w Polsce był bardzo mało znany. Zapisał się, opłacił wpisowe, wystartował i... wbiegł na 37 piętro jako czwarty! „Specjalnie nie trenowałem przed startem. Pomyślałem, że chyba jestem dobry, mam predyspozycję”, wspomina.

Miesiąc później pojechał na zawody do Berlina, w których był drugi! Potem startował w kolejnych miastach. Był coraz lepszy. Już w pierwszym sezonie startów sezon zakończył na 4 miejscu

w Pucharze Świata. W 2012 roku był już 2!

W tym roku Piotr startuje w barwach LLKS „Prefbet Śniadowo” Łomża. Chciał wystartować w Mistrzostwach Polski w przełajach. Jego kolega Kuba Nowak, od kilku lat startujący w barwach „Prefbetu”, zarekomendował go prezesowi Andrzejowi Korytkowskiemu. Nowy „nabytek” nie zawiodł, z drużyną „Prefbetu” wywalczył srebrny medal Mistrzostw Polski w przełajach!

Ten rok jest też dla Piotra jednym wielkim pasmem sukcesów. Z „szeregowego” lekkoatlety stał się numerem jeden w światowym towerrunningu! Dużo startował w Azji, gdzie ten sport robi się bardzo popularny. Jest tam wiele wysokich budynków, na które można wbiegać. Wbiegał na najwyższe w Taipei (Tajwan), w Pekinie, w Singapurze i Hongkongu. W połowie sezonu był liderem w Pucharze Świata!

„Podoba mi się w klubie. Czuję

się w Łomży prawie jak w domu. Pochodzę z Bielska Podlaskiego”, mówi Piotr.

W Bielsku skończył liceum, potem poszedł na studia do Warszawy. Po skończeniu studiów ekonomicznych, zamieszkał w Warszawie. Pracuje w Muzeum Pałacu Wilanowskiego. Trenuje na schodach dziesięciopiętrowego bloku, w którym mieszka. Mówi, że sąsiedzi początkowo brali go za wariata (biega głównie nocą, z górniczą latarką na głowie), ale już przywykli.

W niedzielę (8 grudnia) Piotr świętował swój wielki triumf w dalekiej Bogocie (Kolumbia). Wbiegł na Torre Colpatria (50 pięter) jako siódmy, ale i tak przypieczętował swoje zwycięstwo w Pucharze Świata. Otrzymał Puchar!

W trzy sezony wybił się na najlepszego na świecie! I świat stanął przed nim otworem! Sam trenuje. Sam planuje starty.

„Wsluchuję się w swój organizm. Gdy czuję, że dochodzę do kresu wytrzymałości, przestaję treno-

wać. Gdybym miał trenera, musiałbym go przekonać, że właśnie w tym momencie należy przestać. To nie jest łatwe, dlatego w wielu przypadkach dochodzi do przetrenowania. Ja tego problemu nie mam”, zwierza się.

Uważa, że dla wyczynowego sportowca wyznaczenie tej nieuchwytnej granicy między niedotrenowaniem a przetrenowaniem, to to najważniejsza sprawa.

Towerrunnerzy muszą być bardzo silni i...wytrzymali na ból: „Wysokie tętno, głęboki oddech, są już od pierwszych pięter. To boli. Ból nasila się z każdym piętrem. Na wysokości sześćdziesiątego jest bardzo silny. Trzeba zacisnąć zęby, żeby wytrzymać do końca”.

Piotr chciałby wbiec na najwyższy budynek świata, Burdż Chalifa w Dubaju (ponad 800 m, Zjednoczone Emiraty Arabskie). Ale na razie w tej części świata zawody w bieganiu po schodach nie są organizowane.

MARIA KACZYŃSKA

SUKCES MUROWANY!

Najlepsze elementy
na fundament i ściany

5,15 zł

TERMOBLOCZEK TR

Cena netto za 1 szt
loco Śniadowo

4,95 zł

BETON KOMÓRKOWY

24 x 24 x 59 LUŻEM
Cena netto za 1 szt
loco Śniadowo

KOMIN
SKORSTEN
Classic 200
- 6 mb

Teraz tylko
1450 zł
Cena brutto



Teraz tylko
15,50 zł
worek Cena brutto

ZIMOWA
ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA

Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;



Teraz tylko
17,10 zł/szt
Cena brutto

Rigips 260 x 120

PŁYTA
KARTONOWO
-GIPSOWA



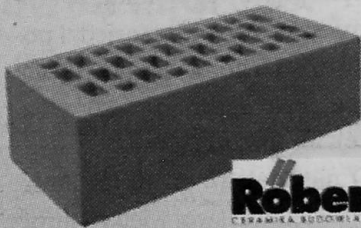
Teraz tylko
135 zł/m³
Cena brutto

PŁYTY
STYROPIANOWE
FASADA



Teraz tylko
4,30 zł/m²
Cena brutto

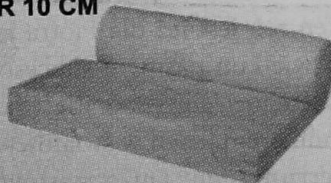
PAPA
ICOPAL
W 400



CEGLA
ROBEN
NFM16

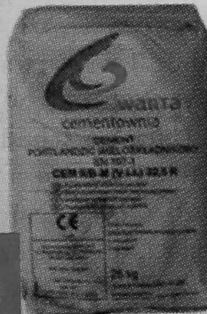
Teraz tylko
1.45 zł/szt
Cena brutto

WEŁNA
CLIMOWOOL 039
GR 10 CM



Teraz tylko
8 zł/m²
Cena brutto

Cement
WARTA



Teraz tylko
480 zł/t
Cena brutto

KONIEC ULGI BUDOWLANEJ

Ostatnie dni na zakup materiałów budowlanych ze zwrotem VAT

ODDZIAŁ ŚNIAĐOWO

tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl

ODDZIAŁ ŁOMŻA

tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl

ODDZIAŁ ZAMBRÓW

tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl