

KONTAKTY

Nr 52 (1676)

29 grudnia 2013

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Podzielmy się miłością
nadzieją
k opłatkiem
ech zostanie między nami
ochę ciepła i światła
zwykłe dni



0208-6840 INDEKS 363286



770208 684005 52

USAMODZIELNIJ SIĘ!

Podobno dorosłym coraz trudniej dostać pracę i usamodzielnąć się. Pozostają dłużej niż zwykle przy rodzicach. Pomóżmy im się usamodzielnąć. Już za tydzień na łamach naszej gazety rozpoczynamy akcję edukacyjną na ten temat! **Usamodzielnij się!**

Realizowany z Narodowym Bankiem Polskim w ramach programu edukacji ekonomicznej

NBP Narodowy Bank Polski



Wszystkim Klientom i Partnerom naszej firmy składamy życzenia spokojnych i radosnych Świąt Bożego Narodzenia oraz pomyślności i sukcesów w Nowym Roku

właściciele i pracownicy

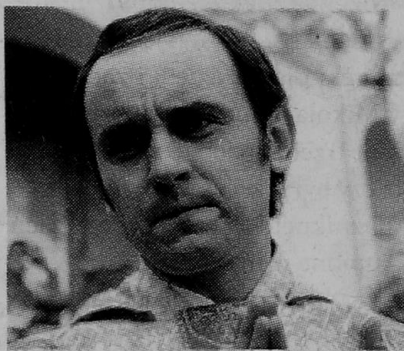
F.H.U.T. „KULIKOWSKI” Wygoda



Cud za wstawiennictwem bł. Jerzego Popiełuszki?

W podparyskiej diecezji badany jest cud za wstawiennictwem polskiego męczennika, błogosławionego ks. Jerzego Popiełuszki, poinformował francuski dziennik „La Croix”. Katolicka Agencja Informacyjna, która o tym donosi, zwraca uwagę, że jeśli niewytłumaczalny naukowo, nadprzyrodzony i trwały charakter uzdrowienia zostanie uznany, wówczas otwarta będzie droga do kanonizacji ks. Jerzego. Specjalną komisję do zbadania autentyczności cudu powołał biskup Michel Santier.

Według francuskiego dziennika we wrześniu 2012 roku do szpitala w Créteil został wezwany ksiądz, aby udzielić sakramentu choremu, cierpiącemu na rzadko występującą postać raka krwi. Było to już ostatnie stadium choroby, mężczyzna (56 lat) tracił przytomność. Ksiądz w modlitwie polecił go opiece błogosławionego ks. Jerzego, którego urodziny przypadały 14 września. Wkrót-



ce potem mężczyzna wybudził się ze śpiączki i zapytał, co się z nim dzieje. Kilka dni później lekarze stwierdzili całkowite wyzdrowienie pacjenta.

Ksiądz Jerzy Popiełuszko pochodził ze wsi Okopy pod Suchowolą. Po Sieprniu 1980 r. kapłan warszawskiej „Solidarności”. W 1984 r. został zamordowany przez oficerów Służby Bezpieczeństwa. W czerwcu 2010 r. ogłoszony został błogosławionym.

Niedawno, 19 listopada, w wieku 93 lat zmarła jego matka Marianna. Do końca mieszkała w rodzinnych Okopach.

Wyrazy głębokiego współczucia
Panu Jackowi Albinowi Nowakowskiemu

Wójtowi Gminy Łomża

z powodu śmierci

OJCA

wieloletniego pracownika administracji

składają

pracownicy Urzędu Gminy Łomża,

Ośrodka Pomocy Społecznej

i Zarządu Ekonomicznego Szkół

www.kontakty-tygodnik.com.pl
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

**Dziękując
za okazane nam zaufanie,
życzymy wszystkim
zdrowych, spokojnych
i pełnych miłości
Świąt Bożego Narodzenia
oraz powodzenia w realizacji
wszystkich planów w nadchodzącym
Nowym Roku.**

**Składają ANDRZEJ i IRENA PODBIELSCY
wraz z pracownikami**

SKŁAD BUDOWLANY MRÓWKA ŁOMŻA
PODBIELSKI
Dom i Ogród



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 Oniszcuk, 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 Ostrów 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.

Nastaje czas, który jak żaden inny przywołuje dzieciństwo. Świętego Mikołaja, nieoczekiwanie pojawiającego się z prezentem, ale i pytaniami: jaki byłeś? Grzeczny? Niegrzeczny? Z wigilijnym stołem, często skromnym, ale pachnącym tak tylko w ten jeden dzień. Z opłatkiem, który pierwszy brał do ręki ojciec, dzielił i zaczynał życzenia. Potem dorosliśmy. Święty Mikołaj, który okazał się przebranym wujkiem, zniknął. Po prezent trzeba było się schylić pod choinkę. Czekał pod nią na każdego, czy był grzeczny, czy nie. Przeprowadziliśmy się do bloku. Ze stołu zniknęło sianko. Na talerzach zaczęły dymić dopiero co odgrzane po rozmrożeniu pierogi, kupione w markecie...

Nastaje czas, który coraz bardziej przywoływał będzie tęsknotę za kimś, kto tłukłby się po bezdrożach, przez zasy, w mróz. Dla nas! By sprawić nam bezinteresownie radość. Kto by zapytał, jaki byłeś? Dobry, niedobry? Nie, aby cię potraktować różgą. Z życzliwością. Byś mógł się na chwilę przejąć swym postępowaniem, zastanowić nad sobą...

WŁADYSŁAW TOCKI



Od redaktora

Świąt Bożego Narodzenia,
które niosą prawdziwe pojednanie,
obecności bliskich przy
wigilijnym stole
oraz Nowego Roku pełnego
nadziei i optymizmu
Mieszkańcom Łomży
i Ziemi Łomżyńskiej
życzą

Mieczysław Czerniawski
Prezydent Łomży

Maciej Andrzej Borysewicz
Przewodniczący Rady Miejskiej

e – kontakty
wydanie elektroniczne
identyczne
z wydaniem papierowym
na
www.kontakty-tygodnik.com.pl

CSL LEKTOR
CENTRUM SZKOLENIOWE

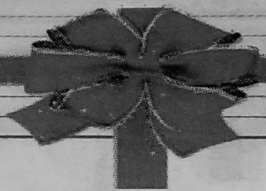
KURSY

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





MYŚL TYGODNIA:

Boże, daj mi wewnętrzny spokój, abym przyjął rzeczy, których nie potrafię zmienić; daj mi odwagę, abym zmienił rzeczy, które mogę zmienić i daj mi mądrość, abym rozróżnił pierwsze od drugich

Christoph Oetinger

■ Gotowa jest koncepcja połączenia szlakiem wodnym Wielkich Jezior Mazurskich z Kanałem i Pojezierzem Augustowskim. Trasa z Giżycka przez Elk i Rajgród ma liczyć około 130 kilometrów i na razie ma ponad 20 wariantów. Urzędy marszałkowskie z województwa podlaskiego i warmińsko – mazurskiego oraz 15 powiatów i gmin wspólnie starają się o unijne pieniądze na szlak.

■ 14,3 miliona złotych dotacji na lokalne drogi trafi do powiatów białostockiego, grajewskiego, hajnowskiego, siemiatyckiego i wysokomazowieckiego oraz do gmin Czyżew, Gródek, Rutka-Tartak, Sokółka, Szepietowo, Turośń Kościelna i Wysokie Mazowieckie. Ogólna wartość zaplanowanych inwestycji przekracza 35 milionów. Listę „schetyńówek” w województwie zatwierdziło Ministerstwo Administracji i Cyfryzacji.

■ Nominacje do nagrody Lider Polskiego Biznesu otrzymały dwie firmy z województwa: Spółdzielnia Mleczarska Mlekovita oraz hurtownia warzyw TAG. Konkurs organizuje Business Centre Club, a rozstrzygnięcie nastąpi podczas styczniowej gali.

■ Internetowe ankiety, służące ocenie szpitali wojewódzkich w Białymstoku, Łomży i Suwałkach oraz innych placówek medycznych podległych Urzędowi Marszałkowskiemu, można wypełnić na stronie internetowej: www.sos.wrotapodlasia.pl. Ankiety są anonimowe.

■ Nikt nie chce kupić majątku zakładów mięsnych PMB w Białymstoku. Nie było chętnych na główne obiekty i działki przedsiębiorstwa w Białymstoku, ale w tym przypadku procedura przetargowa będzie jeszcze powtarzana. Nieruchomości w Łomży będzie można kupić z wolnej ręki. Natomiast sieci sklepów „U Rzeźnika” grozi ogłoszenie upadłości.

■ Kryminologię będzie można studiować na Uniwersytecie w Białymstoku od przyszłego roku akademickiego. To druga uczelnia w Polsce (pod Gdańskiem), która proponuje ten kierunek. Specjalistów kryminologii potrzebuje nie tylko policja, ale właściwie wszystkie służby mundurowe.

■ Pieniądze dla mniejszości naro-

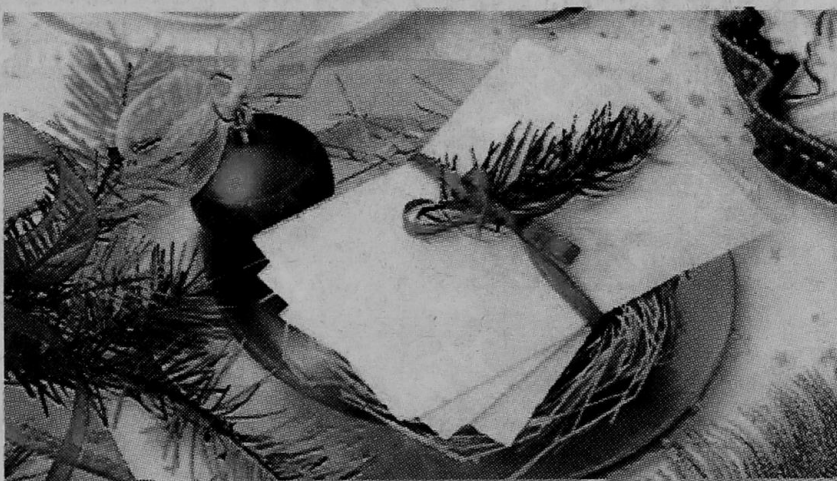
dowych rozdzieliło Ministerstwo Administracji i Cyfryzacji. Na liście są Stowarzyszenie Litwinów w Polsce, białorudki festiwal muzyczny Basowiszcz, Trialog Białoruski w Krynkach, Festiwal Piosenki Białoruskiej, Związek Ukraińców Podlasia oraz podlaski oddział Związku Tatarów Rzeczypospolitej. Wsparcie otrzymają czasopisma wydawane przez mniejszości: białoruska „Niwa”, litewska „Ausra”, ukraińska „Nad Buhom i Narwoju” i polsko-białoruski „Czasopis”.

■ Specjalnych zabezpieczeń wymaga białostocka katedra. Ekspert z Politechniki Białostockiej dopatrywał się bardzo poważnych spekań sklepienia. Z frontu świątyni zaczęły odpadać fragmenty zdobień, dlatego przed

wejściem pojawiła się prowizoryczna osłona. Zapadła też decyzja, że sylwestrowe fajerwerki będą odpalane w większej niż zwykle odległości od kościoła. Wiosną powinny się w nim zacząć poważne prace remontowe.

■ Dzieci z polskich domów dziecka na Litwie przyjechały do Polski na zaproszenie Stowarzyszenia Otwarty Dom. Zgodnie z wieloletnią już tradycją, spędzą święta w zaprzyjaźnionych rodzinach w Białymstoku, województwie podlaskim i mazowieckim, a nawet w Siemianowicach Śląskich. Pozostaną w Polsce do 2 stycznia, a gospodarze zapewnią im nie tylko rodzinne święta, ale także wycieczki, a nawet wizyty u lekarzy.

■ Podejrzec można, jak pracuje starosta kolneński Henryk Duda i urzędnicy różnych wydziałów. Wirtualny spacer po urzędzie jest możliwy dzięki pomysłowi Związku Powiatów Polskich, który zakupił urządzenia do wirtualnych wędrówek dla ponad 100 samorządów.



Wieczór wigilijny rozpoczyna święta Bożego Narodzenia, które, jak żadne inne, najchętniej spędzamy z najbliższymi.

Na śnieżnobiały obrus gospodyni kładła siano dla przypomnienia narodzin Bożej Dzieciny w stajence. Na wsi w kącie izby gospodarz ustawiał garść słomy (następnego dnia rankiem szedł z nią w pole, obsiane zbożem i kładł na ziemi w formie krzyża). Gdy zajaśniała pierwsza gwiazda, której z utęsknieniem wypatrywały głodne dzieci (w Wigilię do wieczery do niedawna obowiązywał ścisły post), wszyscy zbierali się przy wspólnym stole. Zawsze było przy nim jedno wolne miejsce dla nieoczekiwanego gościa. Bo nikt tego wieczoru nie powinien być opuszczony, smutny, samotny.

Wigilijną wieczerzę rozpoczynał modlitwą ojciec. Potem podawał każdemu opłatek, którym zaczynał się dzielić i składać życzenia. Po nim łamali się opłatkiem wszyscy. Przepraszali się wzajemnie, darowali urazy, życzyli pomyślności.

Potrawy na wieczerzę wigilijną były postne, a ich liczba nieparzysta. Przyszydzano je z tego, co rośło w ogrodzie, sadzie, polu, lesie i żyło w wodzie. Jadłospis wigilijny ciągle się zmieniał i zależał od regionu kraju.

Siano spod obrusa gospodarz dawał o świcie w pierwszy dzień Świąt bydłu i koniom z kolorowym opłatkiem. Panowało przekonanie, że w tę noc zwierzęta mówią ludzkim głosem.

Na pamiątkę tego, że pasterze zbudzeni przez aniołów udali się do groty narodzenia Pana Jezusa, o północy w kościele odprawiana jest Msza święta, zwana Pasterką.

Znaki czasu

■ Chór zespołu „Mazowsze” w wigilijny wieczór będzie śpiewał podczas transmitowanej na cały świat pasterki w Bazylice Świętego Piotra pod przewodnictwem papieża Franciszka. Zabrzmią najsłynniejsze polskie kolędy.

■ Białych świąt nie będzie, niewielki mróz tylko w Bieszczadach, prognozują meteorolodzy. Ciepły grudzień spowoduje, że zima będzie od poprzedniej krótsza co najmniej miesiąc, wszyscy oszczędzają na ogrzewaniu.

■ Ponad 293 tony artykułów spożywczych zebrała Caritas w Bożonarodzeniowej Zbiórce Żywności (6 i 7 grudnia), przy której pracowało 17 000 wolontariuszy. Żywność trafiła już do 77 000 ludzi, poinformowało biuro prasowe Caritas.

■ Dla większości Polaków (75 proc.) święta Bożego Narodzenia to czas spotkań z rodziną, dla 61 proc. wydarzenie religijne, dla 40 proc. czas wolny, odpoczynek, czas jedzenia dobrych potraw, dla 22 proc. to powrót do dzieciństwa (badania TNS Polska).

■ Największy ciężar obowiązków, związanych z przygotowaniami świątecznymi, spada na kobiety; w 89 proc. gospodarstw domowych to one sprzątają, w 81 proc. gotują, w 76 proc. robią zakupy, w 73 proc. kupują prezenty, w 66 proc. dekorują dom (badania TNS Polska).

■ Trzem czwartym Polaków (72 proc.) przeszkadza komercjalizacja świąt Bożego Narodzenia, a dwie trzecie (65 proc.) uważa, że przez wczesne kreowanie świątecznego nastroju w sklepach przestają one być czasem wyjątkowym (badania CBOS).

■ Świerk pospolity, mający 25 metrów wysokości, stanął obok Neptuna w Gdańsku. To najwyższa naturalna choinka miejska w Polsce. Choinka na Starym Rynku w Łomży ma 14 metrów wysokości.

■ Sprzed miejskiej choinki w Gdańsku kobieta zabrała... bałwana. Nagrał ją monitoring. Tłumaczyła się, że bałwan bardzo jej się podobał.



Żłobek, w którym urodził się Jezus, został w V wieku przeniesiony z Betlejem do Rzymu i umieszczony w bazylice Matki Bożej Większej.

Do rozpowszechniania zwyczaju budowania żłobków i szopek najbardziej przyczynił się św. Franciszek z Asyżu. Św. Bonawentura tak o nim pisze: „Św. Franciszek na trzy lata przed śmiercią przemyślał nad tym, jak odświeżyć pamięć narodzin Dzieciątka Jezus i jakby ją odprawić z największą uroczystością, celem wzbudzenia nabożnego ducha... Nakazał nanieść siana do groty i przyprowadzić woła i osła. Mając to wszystko, zawołał braci. Ludność zgromadziła się i las zabrzmiał pieśniami. Sługa zaś Boży klęczał nabożnie tuż przy żłobku, zalewając się łzami i promieniując weselem”. Było to w miejscowości Gubbio we Włoszech na początku XIII w.

Via Baltica najważniejsza. Obwodnica Stawisk otwarta

„Budowa trasy Via Baltica jest jednym z priorytetów rządu”, poinformował rzecznik prasowy Ministerstwa Infrastruktury i Rozwoju Piotr Popa. Dlatego wszystkie zadania od Warszawy aż do granicy z Litwą, składające się na trasę Via Baltica, zostały ujęte w Programie Budowy Dróg Krajowych

na lata 2011 – 2015. Dodatkowo, planowane odcinki od Ostrowi Mazowieckiej do granicy państwa w Budzisku zostały ujęte w Strategii Rozwoju Transportu do 2020 r. Jeden z elementów Via Baltiki, obwodnica Stawisk (ma 6,5 km i kosztowała 140 mln zł) została właśnie dopuszczona do ruchu.

Mlekovita najdroższą marką w Podlaskiem

Mlekovita z Wysokiego Mazowieckiego zajęła 6 miejsce w tradycyjnym Rankingu Najcenniejszych Polskich Marek, przygotowanym przez redakcję „Rzeczpospolitej”. Wyceniona została na 1,37 miliarda złotych. Taką wartość ma sama nazwa „Mlekovita” bez jej majątku! Oddzielnie (na 267. miejscu) sklasyfikowana została marka SM Mlekovita Wypasione. W zestawieniu 330 brandów znalazły się także inne regionalne firmy i produk-

ty, głównie mleczne i alkoholowe. Piwo Żubr jest na miejscu 24., Łaciate ze spółdzielni Mlekpól na 40. (bardzo duży awans od ubiegłego roku, o 12 pozycji, na liście jest także SM Mlekpól Milko na 269 miejscu), Piątница na 46 (także duży awans), wódki Żubrówka na 48 i Absolwent na 96, piwo Łomża na 234. Z innych branż związanych z regionem w rankingu jest także sieć sklepów Groszek – 99, produkty Hoop – 196, Mispol – 307.

Budżet z inwestycjami

Budżet województwa na przyszły rok przyjęli radni Sejmiku. Projekt przygotowany przez Urząd Marszałkowski poparło 19 osób z PO, PSL i SLD, przeciw było 11 z PiS.

Koalicja przekonywała, że to budżet dobry, który pozwoli na realizację dużych inwestycji. Opozycja krytykowała przede wszystkim wzrost deficytu do 88 milionów złotych. Zgodnie z przyjętym planem, dochody naszego województwa mają wynieść prawie 827 milionów złotych, wydatki 915 milionów. Szczególnie znaczące pozycje w budżecie mają wydatki na drogi oraz ochronę zdrowia.

Adwokat posiedzi

Propozycje gigantycznych poręczeń majątkowych (3, 3 mln zł. oraz nieruchomości w Białymstoku) nie zostały przez sąd w Lublinie przyjęte i białostocki adwokat Maciej T. pozostanie w areszcie na co najmniej trzy miesiące. Prawnik został niedawno skazany na 25 lat więzienia za zabójstwo aplikantki w styczniu 2010 roku i wprost z sali sądowej zabrany do aresztu. Zostanie tam do apelacji.



Ruchoma szopka w Pasterkę będzie zdobić kościół parafialny w Piątnicy. Jej twórcą jest Krzysztof Gosk z Czarnocina. Pierwszą konstrukcję szopki zrobił w 2008 roku. Od tamtego czasu stale coś w niej ulepsza. Już od miesiąca majstruje przy mechanizmach. I wykonał coś niezwykłego, elektrownię wodną! Oglądającym szopkę w piątnickim kościele radzimy przyjrzeć się stru-

mykowi, płynącemu kaskadami u stóp szopki. Pan Krzysztof zainstalował na nim dwie...turbiny wodne, które wytwarzają energię elektryczną! Wykorzystał ją do oświetlenia dwóch śmigłowców i samolotu, lecących nad szopką. Gdy woda porusza turbiny, w samolocie i śmigłowcach migocą światła pozycyjne. Gdy ruch turbin zatrzymamy, światełka gasną! To, że nad szopką poja-

wiły się akurat samoloty, wynika z wielkiej w pasji Krzysztofa Goska, jaką jest lotnictwo, zwłaszcza motolotnie, szybowce, samoloty ultralekkie, paralotnie.

„Mam dużo innych ciekawych pomysłów na ożywienie szopki. Przychodzą do głowy nie wiadomo skąd. Gdybym tylko miał czas, wszystkie bym od razu wprowadził do szopki”, mówi Krzysztof Gosk. (MK)



Kto skoczył z mostu do Narwi?

Widok na most z okna klasy II E

Samobójca stał na barierce mostu, trzymał się słupa lampy ulicznej, a potem skoczył...

„O godz. 11.00 otrzymałem telefon od nauczycielki języka polskiego, która prowadziła lekcję w klasie IIE na drugim piętrze. Powiedziała, że uczniowie widzieli przez okno, jak ktoś skoczył z barierki mostu do Narwi. Poszedłem na górę. Uczniowie byli poruszeni”, opowiada dyrektor Publicznego Gimnazjum w Piątnicy Artur Wierzbowski.

Okna wszystkich sal lekcyjnych w piątnickim gimnazjum wychodzą na Narew. W sali, w której lekcję polskiego miała II E, oddalony około 200 m most widać nawet z pozycji siedzącej. Według relacji uczniów, jedna z koleżanek z rzędu stolików przy oknach spojrzała w okno i zobaczyła, jak mężczyzna w ciemnozielonej kurtce stoi na środku mostu na barierce,

trzymając się słupa lampy ulicznej. Krzyknęła. Inni uczniowie spojrzeli w okno w momencie, gdy skoczył do rzeki... Widziało to około 10 osób. Nauczycielka nie widziała, była w innej części sali. „Uczniowie bardzo to przeżywali. Poprosiłem szkolnego psychologa i pedagoga, żeby się nimi zajęli. Dwie osoby, najbardziej wstrząśnięte zdarzeniem, rodzice zabrali do domu. Zadzwoiliśmy do rodziców uczniów nieobecnych w szkole, żeby sprawdzić, czy to przypadkiem nie któryś z nich. Na szczęście, byli w domach”, dodaje dyrektor Wierzbowski.

Dyrektor zadzwonił na policję.

„Policja i straż pożarna natychmiast rozpoczęły akcję ratunkową na rzece i prowadziły ją w środę do godz. 16.00. Nie przyniosła

rezultatów. W czwartek policjanci penetrowali brzegi Narwi w poszukiwaniu ewentualnych zwłok. Rzekę przeszukiwali strażacy. Dziś poszukiwania są kontynuowane. Na prośbę policji, rzekę penetruje Straż Rybacka. Policjanci pracują nad ustaleniem tożsamości tej osoby. Mamy potwierdzenie, że mężczyzna faktycznie był na moście. Widzieli go przejeżdżający przez most kierowcy. Prosimy wszystkich, którzy mogą pomóc wyjaśnić sprawę, o zgłaszanie się na policję. Czekamy też, że być może ktoś zgłosi zaginięcie mężczyzny o podanym przez świadków rysopisie”, mówiła w piątek, 20 grudnia, w trzecim dniu poszukiwań, Ewelina Szlesińska, oficer prasowy łomżyńskiej policji. (MK).

Boje o budżet



35 wniosków do prezydenckiego projektu budżetu Łomży na rok 2014 zgłosili radni podczas debaty w komisjach i pierwszego czytania budżetu na sesji plenarnej. Domagają się innego, niż zaproponował prezydent Mieczysław Czerniawski, wydania wielu milionów złotych. Prezydent może przyjąć je jako autopoprawki lub odrzucić. O losie tych, które odrzuci, radni zadecydują w głosowaniu 27 grudnia, kiedy ma być też uchwalony przyszłoroczny budżet.

Łopata na szczęście

Łopatę wręczył prezydentowi Łomży prezes Suwalskiej SSE Robert Żyliński z gratulacjami z okazji rozszerzenia SSSE na Łomżę. Pierwsze przetargi na sprzedaż działek w podstrefie będą ogłaszane około połowy przyszłego roku. Wśród 7 inwestorów, którzy złożyli listy intencyjne, jest firma IT Card Centrum Technologii Płatniczych, która zapowiedziała inwestycje za 10 mln zł i utworzenie ok. 100 miejsc pracy.

Ze szpitala do nauki

Radny Rady Miejskiej Jan Bajno, zastępca dyrektora Szpitala Wojewódzkiego w Łomży ds. ekonomicznych (pełnił tę funkcję ponad 12 lat, od momentu, gdy dyrektorem został Marian Jaszewski), z końcem grudnia odchodzi ze szpitala. Obronił pracę doktorską i zamierza zostać nauczycielem akademickim.

Zawady chcą ciepła

Z 28 do 67 wzrosła liczba chętnych właścicieli domów na osiedlu Zawady Przedmieście do podłączenia się do miejskiego systemu ciepłowniczego. Przy 28 chętnych MPEC odmówiło budowy sieci jako nieopłacalnej. Mieszkający na osiedlu radny Witold Chludziński domaga się przeprowadzenia nowych analiz ekonomicznych.

Zapomniana Nowogrodzka

18 lat starają się mieszkańcy ul. Nowogrodzkiej (odcinek między Restauracją Retro a stacją paliw) o budowę kanalizacji sanitarnej.

Przyjaciele dużych rodzin

Odpowiedzi przedsiębiorców na apel prezydenta Mieczysława Czerniawskiego o wsparcie programu ulg dla rodzin wielodzietnych Karta Dużej Rodziny wpływają do Urzędu Miejskiego w Łomży.

Udział zadeklarowały Świat Zabaw Marta Sawicka, prowadzący salony zabaw dla dzieci; ŁKS 1926 (50 proc. zniżki za bilety na mecze); sklep sportowy Gazda – Karwowski (5 proc. zniżki na artykuły sportowe oraz sprzedaż gazu w butlach z dostawą do domu); sklep odzieżowy „Okey” (20 proc. zniżki na odzież).

Ze wszystkimi firmami zostanie podpisane porozumienie, zapowiada wiceprezydent Mirosława Kluczek. (MK)

Dlaczego w Łomży seminarium?

„W roku bieżącym w Łomży zostało założone seminarium duchowne. Założenie seminarium dla kleryków w naszym mieście wywołały okoliczności natury politycznej. Łomża należała do diecezji sejneńskiej, założonej dla Polaków i Litwinów. Dziś Litwini, chcąc oddzielić się od Polaków założyli seminarium w Suwalszczyźnie

nie litewskiej, my zaś w Łomży”, wyjaśniała „Gazeta Łomżyńska” w nr 1 z 3 listopada 1919 r.

W 1919 roku w seminarium w Łomży siedmioletnią naukę rozpoczęło 43 kleryków. Regensem (przełożonym) Seminarium i wykładowcą przedmiotów teologicznych był ks. biskup Romuald Jałbrzykowski.

Zegar zaufania wieży Magistratu

„W mieście nie ma ani jednego zegara, któremu by zaufało by było można i który by regulował nasze zegarki. Z tego powodu nasze urzędy i uczelnie rozpoczynają i kończą pracę rozmaicie. Chcąc zło to ukrócić, Rada Miejska uchwaliła nabyć porządny zegar i umieścić go na wieży Magistratu.

Zegar już został nabyty u znanej firmy Pazderskiego z Warszawy za cenę 1 200 zł i ma być przez powyższą firmę ustawiony najpóźniej do 1 lipca”, informowała wychodząca w Łomży gazeta „Życie i Praca” w nr 2 z 25 maja 1924 r.

(Tytuły pochodzą od redakcji, pisownia oryginalna).

W tej szkole chłopcy przebierają się za dziewczyny i nikogo to nie gorszy!

W domu Macieja Boryny cała rodzina z parobkami zasiada do wieczerzy wigilijnej. Za oknem widać pierwszą gwiazdkę. Ktoś puka do drzwi. Wchodzi nieoczekiwany gość... Jagustynek, podpierający się laską dziad i prosi o miejsce przy stole wigilijnym. Gospodarz Maciej Boryna zaprasza go serdecznie.

Wszystko dzieje się na scenie widowiska „Wigilia u Boryny” na podstawie „Chłopów” naszego noblisty Władysława Reymonta w Zespole Szkół - Centrum Kształcenia Rolniczego w Marianowie (gm. Piątnica). Gdy dziad zasiada do stołu, widzowie spoglądają na siebie porozumiewawczo i śmieją się.

„W książce o miejsce przy wigilijnym stole prosi stara kobieta o imieniu Jagustynka. Niestety, w naszej szkole na 230 uczniów są tylko trzy dziewczyny, które zagrały Dominikową, Jagnę i Józkę. Pozostałe kobiece role musieli zagrać chłopcy”, wyjaśnia przyczynę wesołości Małgorzata Cwalina, autorka scenariusza i reżyser przedstawienia.

„Dominikowa”, czyli Ola Witkowska, w przedstawieniu śpiewa stare kolędy i pastorałki prze-



Jedynie prawdziwe „baby” w szkole: Ola Witkowska, Małgosia Bućko i Marta Korytkowska w „Wigiliu u Boryny”

Rodzynki

pięknym, mocnym głosem.

„Głos odziedziczyłam po mamie. Ona też pięknie śpiewa”, mówi.

Pochodzi z Józefowa w gminie Kolno. Szkołę w Marianowie wybrała, żeby zdobyć kwalifikacje rolnicze. Chce przejąć gospodarstwo po rodzicach. Ma cztery siostry i ani jednego brata!

„Jagna”, czyli Marta Korytkowska mieszka w Sierzputach Starych (gm. Łomża). Też planuje

życie na gospodarstwie. Kocha wieś. I kocha szkołę, w której się uczy: „Tu jesteśmy wszyscy jak w rodzinie. Odpowiada mi taka atmosfera. Będę tu często wracać”.

„Józka”, czyli Małgosia Bućko, pochodzi z Dreństwa, niewielkiej wsi nad jeziorem o takiej samej nazwie (gm. Bargłów Kościelny). „Jak tylko przyjechałam do Marianowa, zobaczyłam szkołę i jej otoczenie, od razu wiedziałam, że nie muszę dalej

szukać. To miejsce ma charakter i atmosferę”.

Wszystkie chodzą do jednej klasy, mieszkają w internacie. Stały się przyjaciółkami od serca. Składając dokumenty trzy lata temu nie wiedziały, że będą jedynymi dziewczynami w klasach pierwszych (w całej szkole było ich wtedy sześć). Starsze koleżanki odeszły, w młodszych klasach nie ma ani jednej dziewczyny.

„Na początku czułam się dziwnie. W gimnazjum byłam przyzwyczajona do przebywania z dziewczętami. A tutaj same chłopaki. Ale szybko się okazało, że ta sytuacja ma swoje dobre strony. Chłopcy to jednak trochę inny gatunek ludzi. Mniej się kłócą, mniej intrygują. Okazali się świetnymi kolegami”, mówi Małgosia.

„Fajni są. Uczynni, życzliwi. Można na nich liczyć”, dodaje Ola, która na początku również czuła się niepewnie.

Po przedstawieniu w ostatnim dniu zajęć szkolnych przed świąteczną przerwą, przed internatem na dziewczyny czekała cała chmara chłopaków. Prześcigali się w propozycjach odwiedzenia do domu....

ANNA DYLEWSKA

Wigilijne zjednanie



Druh o. Jan Bońkowski i harcerze z Hufca ZHP Ziemia Łomżyńska wnoszą Betlejemskie Światło Pokoju, symbol Bożego Narodzenia

„To miejsce między katedrą a ratuszem, między religijnością a zabieganiem o codzien-

nie sprawy materialne, jedno- czy nas, mieszkańców Łomży. Czujemy się tutaj zjednani, nie tracimy nadziei, szukamy pomocy u Boga i dobrych ludzi. Jeśli będziemy szukać, to Najwyższy nas samych nie zostawi. Niech Bóg was wszystkich błogosławi, drodzy mieszkańcy Łomży. Niech błogosławi włodarzom Łomży, aby zawsze mieli na celu dobro miasta i jego mieszkańców”, mówił Ordynariusz Łomżyński bp Janusz Stepnowski w sobotę (21 grudnia) na Starym Rynku w Łomży podczas III Łomżyńskiej Wieczerzy Wigilijnej.

Życzenia świąteczne zebranych na rynku oraz wszystkim mieszkańcom złożyli także prezydent Mieczysław Czerniawski, wicemarszałek Podlaskiego Jacek Piorunek i wojewoda podlaski Wojciech Dzierżgowski. Wszyscy pod-

kreślali, że Łomża może być dumna ze swoich osiągnięć dzięki funduszom europejskim w mijającym roku i wyrażali nadzieję, że rok przyszły będzie jeszcze lepszy.

Harcerze wnieśli na rynek Betlejemskie Światło Pokoju, od którego podpalono ognisko harcerskie.

Ze sceny płynęły kolędy w wykonaniu młodych wokalistów ze Studia Piosenki Pop-Art Miejskiego Domu Kultury. Wszyscy dzielili się opłatkiem i składali sobie świąteczne życzenia. Były wigilijne potrawy, przygotowane przez kuchnie burs szkolnych.

Stary Rynek, miejsce między katedrą a ratuszem, w sobotni wieczór 21 grudnia rzeczywiście zjednoczył zebranych na nim ludzi. Oby nie tylko z okazji Wigilii. (MK)

Tęczowa laureatka



Wygrała XIV edycję ogólnopolskiego festiwalu „Tęczowe piosenki Jana Wojdaka” w kategorii wiekowej 8 – 10 lat Aleksandra Czaplicka, uczennica Zespołu Szkół Miejskich nr 2 w Grajewie, uczennica nauczycielki Eweliny Kamińskiej. Otrzymała także nominację do udziału w festiwalach zagranicznych. Gratulujemy!

Festiwal odbył się w Nowohuckim Centrum Kultury w Krakowie. Finaliści, w tym Ola, uczestniczyli w spotkaniach i warsztatach z Janem Wojdakiem, ongiś liderem zespołu „Wawele”, dziś promotorem najmłodszych talentów wokalnych, podczas których poznawali pracę w studio, nagrywanie piosenek, organizowanie koncertów i sesji zdjęciowych. (ann)

Iskra i wybuchło!

Anna Andre (lat 26) weszła do kuchni, żeby zrobić kolację dla dziecka. Nacisnęła kontakt i wtedy...

„Znalazłam się w ogniu. Ogień na twarzy, na rękach, we włosach. To było straszne...”

Budynek zatrzęsł się w posadach od eksplozji. Poleciały szyby w oknach. Huk słychać było na ul. Dolnej i w całym Grajewie. Po chwili nadjechała karetka. Annę z poparzeniami twarzy i rąk zabrano do szpitala. Dziecku nic się nie stało. Nie ucierpieli też inni lo-

katorzy. Siedem osób, które były w kamienicy wieczorem, ewakuowali strażacy.

Budynek, w którym doszło do wybuchu, to komunalna rudera, przeznaczona do rozbioru. Wybuch uszkodził jej konstrukcję. Ściana przesunęła się o kilka centymetrów. Wypadek przyspieszył ewakuację lokatorów. Burmistrz musiał zapewnić wszystkim nowe lokum. Policja ustaliła, że kuchnia wypełniona była gazem, który dłuższy czas ulatniał się z nieszczelnej instalacji w kuchence. (ann)

Trup na weselu

W nocy z 27 na 28 br. podczas odbywającego się wesela we wsi Przeszki gminy Pruskiej powiatu szczuczynskiego u Franciszka Czapli przybyli nieproszeni goście w liczbie 4 i wszczęli bójkę, w czasie której 6 osób z grona gości weselnych otrzymało ciężkie rany, a jeden z nich wskutek tych ran, a mianowicie Aleksander Ciemisek, zmarł. („Życie i Praca”, 7 lutego 1926 roku).

Gwałt przed kościołem

Wieczorem w dniu 21 II br. na placu parafialnym w Grajewie, Jan Niedźwiecki przy pomocy Czesława Jakubowskiego dokonał gwałtu, połączonego z defloracją na osobie służącej A. K. Sprawców gwałtu aresztowano i przekazano do rąk sprawiedliwości. („Życie i Praca”, 11 marca 1926 roku). (Pisownia oryginalna)

Sylwester burmistrza



Na Sylwestra Miejskiego zaprasza na plac przed Urzędem Miasta Grajewa burmistrz Adam Kielczewski. Początek, 31 grudnia o godz. 22.00. Czas umilać będą zespoły muzyczne. O północy życzenia i pokaz sztucznych ogni.

Dar serca

3 254 zł zebrali uczniowie ZSM nr 1 w Grajewie podczas kwesty diecezjalnej Bożonarodzeniowy Dar Serca na pomoc dzieciom chorym na nowotwory.

Bieg Sylwestrowy

Na VIII Bieg Sylwestrowy po parku miejskim zaprasza 27 grudnia (piątek po świętach) Klub Sportowy Maratonka. Początek, godz. 12.00 w parku.

Naucz się śpiewać

Dom Katolicki im. Jana Pawła II Barka w Rajgrodzie zaprasza dzieci, młodzież i dorosłych na zajęcia nauki śpiewu. Więcej informacji, tel. 500 036 271.

Cisza w Stawiskach

W budynkach mieszkańców głównej ulicy w Stawiskach, która była odcinkiem drogi krajowej 61 prowadzącej do granicy, już nie drżą okna i ściany, nie ma wibracji spowodowanych przejeżdżającymi samochodami, łatwo przejść z jednej strony ulicy na drugą, jest bezpiecznie i cicho. Obwodnica Stawisk została w piątek przed świętami dopuszczona do ruchu.

Drogą przez centrum miasta przejeżdżało 9 000 samochodów na dobę.

W tym roku w Stawiskach był jeden wypadek śmiertelny (w ubiegłym roku także jeden) i 14 kolizji oraz 24 kolizje w gminie Stawiski.

W przyszłym roku ma być wznowiona budowa obwodnicy Szczuczyna.

Fura baterii w Kątach



Uczniowie z Kątów z nagrodą

Ponad tonę zużytych baterii zebrały w miesiąc dzieci ze Szkoły Podstawowej w Kątach (gm. Mały Płock) i zajęły drugie miejsce w konkursie „Zbieraj nie wyrzucaj”, zorganizowanym przez Urząd Marszałkowski.

Drugie miejsce to sukces szkoły (przypadało 16,5 kg na ucznia), ale są też sukcesy indywidualne: Daria Plona zebrała 221,6 kg

(szóste miejsce w województwie), Wiktoria Korwek 217,5 kg (ósme miejsce) i Konrad Chaberek 209,6 kg (dziewiąte).

W konkursie uczestniczyło 119 szkół z województwa, w tym szkoły z Białegostoku, Łomży i Suwałk. Ale w Kątach baterie zbierali wszyscy: rodzice dzieci, rodzeństwo, ciocie, wujkowie, bacie i dziadkowie. Dyrektor szkoły Marianna Gugnacka zachęcała, jak mogła, a kusiły też nagrody: szkoła otrzymała pomoce naukowe wartości 8 000 zł (rzutnik multimedialny, ławę optyczną z akcesoriami, mikroskop z kamerą).

Na co pieniądze w 2014?



Budowa wodociągu w Zabielu, Kolimagach i Gietkach, dróg w Wincencie, Okurowie, Wszeborach, Kozikach Olszyny, Truszkach Patory, Borkowie i Kossakach oraz remont świetlicy wiejskiej w Kumelsku, to najważniejsze zadania przyjęte przez Radę Gminy Kolno na 2014 r.

Popłynęła kołoda

Kurpiowskie kołody śpiewały na spotkaniu opłatkowym w Turośli zespoły śpiewacze z Nowej Rudy i Turośli, które wójt gminy Piotr Niedbała nagroził za pielęgnowanie kultury kurpiowskiej.

Kolneńskie Owoce Kultury

Kandydatów do Nagrody Kolneńskie Owoce Kultury 2013 Towarzystwa „Jana z Kolna” w kategoriach: wydarzenie kulturalne roku, animator kultury, mecenas kultury, twórca roku, talent roku, można zgłaszać w Towarzystwie.

Podstępnie zabity w Chełchach

W dniu 8 I br. około wsi Chełchy, gminy Grabowo, został znaleziony trup Piotra Bagińskiego. Dochodzenia wykazały, iż Bagiński został przez nieznanego sprawcę w podstępny sposób zabity.

„Życie i Praca”, 21 stycznia 1926 roku).

LEKSYKON
religii świata

Hinduizm

Przed trzema tysiącami lat dzie plemiona Arjow najechały Indie z północy. Arjowie mieli dobrze zorganizowaną religię i uważali swoich kapłanów za ważnych członków społeczności. Hinduizm jest mieszaniną religii Arjów i religii miejscowych, które były praktykowane w Indiach 3000 lat temu. Dziś jest określeniem zbiorczym wierzeń religijnych, wyznawanych głównie na Półwyspie Indyjskim. Różne odłamy hinduizmu wyznaje obecnie prawie 1 miliard ludzi, z których ok. 910 milionów mieszka w Indiach i Nepalu.

Wszyscy wyznawcy hinduizmu wierzą w Brahmana, duszę Wszechświata i w reinkarnację, czyli wędrówkę dusz. Według hinduistów, dusza przechodzi przez coraz wyższe postacie: od przedmiotu, przez postać rośliny, zwierzęcia, człowieka, po zjednoczenie i stopienie się z Brahmanem (Bogiem, Absolutem) raz na zawsze. W skrajnych przypadkach (za karę za popełnienie poważnych zbrodni), dusza może przybrać postać niższą. Losy duszy (w tym postać, którą przybierze w następnym życiu) warunkowane są przez czyny. Za każdy czyn dusza zbiera określoną (dobrą lub złą, zależnie od czynów) karę, której rezultatem są sukcesy i szczęście lub cierpienia. Hinduści dążą do zakończenia wędrówki swej duszy i zjednoczenia się na zawsze z Bogiem (Brahmanem). Jest to możliwe przez jedną z trzech dróg: miłość i oddanie, zdobywanie mądrości duchowej lub bezinteresowne działanie. Generalnie hinduizm uznaje, że każda wiara, która prowadzi do Boga, jest dobra.

Hinduizm czci dwóch głównych bogów: Siwa czyli niszczyciel i Wisnu czyli obrońca. Hinduści wierzą, że Bóg lub bogowie zstępują na Ziemię co kilka tysięcy lat jako awatara, aby wypełnić ważną misję, na przykład, uratować świat przed upadkiem moralnym. Najbardziej czczeni spośród wielu awatarów są Rama i Kryszna.

Hinduści mają obowiązek odbycia pielgrzymki do miejsc świętych, czyli miast Puri i Benares oraz rzek Gangesu i Narmady.

KS. DR JAN ŻELAZNY



Jasełka uczniów Szkoły Podstawowej w Sławcu (gm. Nowogród)

To kolesiostwo, nie koleżeństwo!

Ponad 3 miliony złotych na kaucję, aby morderca mógł na wolności czekać na rozprawę apelacyjną, zebrali prawnicy i biznesmeni, przeczytałem w ostatnich „Kontaktach”. Chcą też za niego poręczyć. Wstyd mi za tych prawników i biznesmenów. Znany białostocki mecenas prawie cztery lata temu (2 stycznia 2010) okrutnie zamordował swoją aplikantkę. Młoda dziewczyna skończyła studia, całe życie było przed nią. I została zamordowana. Życia nic jej nie przywróci, ale przecież sprawiedliwość, prawo i kara jest dla wszystkich. Prawnicy szczególnie powinni o tym wiedzieć. Ich zachowanie budzi oburzenie, myślę, że nie tylko moje. Morderca skalał swoje środowisko i zawód. Jego miejsce jest za kratami! A postępowanie jego kolegów prawników to nie przejaw koleżeństwa, lecz kolesiostwa. Pokazuje, że kto ma pieniądze i wpływy, może uniknąć Świąt za kratkami. Mam tylko nadzieję, że to nie przejdzie!

I jeszcze jedno: jestem ojcem trzech córek, wyobrażam sobie, co czuje ojciec zamordowanej. Ta rana nigdy się nie zblizni.

Czesław Rutkowski

Łomża

Ruchome ciuchy

Przed świętami buszowałam po sklepach. Wielka i bogata galeria Veneda zapewnia wszystkim komfortowe zakupy. Chodziłam z listami zakupów

i dosłownie w jednym miejscu kupiłam wszystko. Kolejki do kas znośne, jak były dłuższe od razu były uruchomiane nowe kasy. Wszędzie grzeczne ekspedientki i co ważne, nie nachalne, nie startują od razu z pytaniem, czy coś pomóc. Było (i jest) jednak coś, co mnie wyjątkowo denerwuje. Na wieszakach poupychanych jest tak wiele rzeczy, że nie da się ich oglądać, żeby nie pospadały. Po prostu ruchome ciuchy. Trudno ciągle się schylać i podnosić, bo przecież nie poszłam do sklepu, żeby wieszać odzież. A jakoś głupio zostawić leżące na podłodze, bo spadły przy mnie. Nie wiem, jak inni sobie radzą. Ja nie potrafię.

Małgorzata W.

(nazwisko do wiadomości redakcji)

Łomży

Pamięć o niezwykłych kołędnicach

Mało jest chwil w roku, które mają szczególną moc zespalania ludzi, jak Święta Bożego Narodzenia i kołędowanie od domu do domu z gwiazdą, Herodem i całym orszakiem od Świąt Bożego Narodzenia do Święta Trzech Króli. Dla mnie ich częścią jest też pamięć o ludziach, dzięki którym tradycja kołędowania nie zaginęła. W 2003 roku śmierć wyrwała nagle dwóch wspaniałych aktorów Zespołu Kołędniczego Herody, którzy byli w nim od początku i grali główne role. Wiosną 2003 r. odszedł Antoni Konarzowski, nie-

zapomniany Żyd z Białych Misztali, jesienią Pan powołał do niebios Stanisława Święckiego Króla Heroda z Wyszonek Błoni. Pozostał pusty tron i brzmienie Jego skrzypkowej muzyki. Trudno wymazać z pamięci mądre i ciepłe życzenia, którymi nas otaczali każdego roku. W grudniu 2012 poszedł za nim jego żołnierz z Białych Misztali Tadeusz Sienicki.

Nie umarliście, bo życie w naszej pamięci, a my nadal kołędujemy.

Niech wszystkim Czytelnikom „Kontaktów” przy zapachu siana i choinki upłyną chwile pięknej polskiej Wigilii, a Boże Narodzenie w zdrowiu, radości i dostatku ze spełnieniem wszelkich marzeń i planów w Nowym Roku 2014.

Zapraszam serdecznie 6 stycznia, w uroczystość Trzech Króli (na 17.00) do Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu na wspólne kołędowanie.

Roman Świerżewski

dyrektor

GOK w Bogutach Piankach

Łączy pokolenia

Kilkadzieciąt osób wzięło udział w spotkaniu opłatkowym Warszawskiego Oddziału Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej. Spotkanie tradycyjne, choć pierwsze pod moim, jako nowego prezesa TPZŁ, przewodnictwem.

Nowością w TPZŁ jest, że spotkania integrujące łomżyniaków, którzy także z Warszawy mogą pomóc sprawom łomżyńskim, będą odbywać się regularnie w każdy czwarty czwartek miesiąca o 16.00 w Mazowieckim Centrum Kultury przy ul. Elektoralnej 12 w Warszawie (w pobliżu Placu Bankowego). Gośćmi mają być czołowe postacie świata kultury, nauki i biznesu. Podobne spotkania mają być także organizowane w Łomży.

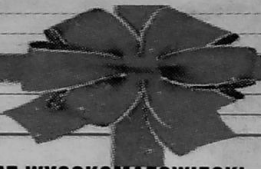
Chętnych do działania i integracji, tak w Warszawie, jak w Łomży zapraszamy do kontaktu (tpzl.warszawa@vp.pl, tel 691 535 860).

Warszawski oddział TPZŁ liczy już 55 lat. Zrzesza ok. 50 osób.

Marcin Chludziński

prezes

Oddziału TPZŁ w Warszawie



Wyrok śmierci za koniokrądownictwo!

Wyrokiem Sądu Okręgowego w Łomży z dn. 27 października br. mieszkaniowiec wsi Wróblewo, gminy Mazowieck, powiat Wysocko-Mazowiecki, Bolesław Wróblewski, lat 28, za koniokrądownictwo z bronią w ręku oraz szereg rabunków, został zasądzony na karę śmierci przez rozstrzelanie. („Życie i Praca”, 16 listopada 1924 roku).

Napadli pod Ciechanowcem

W dniu 18 II br. w rejonie posterunku Ciechanowiec pod wsią Koce-Basie dwaj uzbrojeni, nieznani osobnicy dokonali napadu na 10-ciu okolicznych gospodarzy, powracających z jarmarku, którym zrabowali 400 zł i zakupione na jarmarku towary. W tymże dniu po drugiej stronie rzeki Nurzec w odległości 1 i pół klm od Ciechanowca pod wsią Uszów-Wielką w rejonie powiatu Wysocko-Mazowieckiego dokonano również napadu bandyckiego. („Życie i Praca”, 25 lutego 1926 roku).

Sołecki koncert życzeń

Remont remizy strażackiej w Gołaszach Puszczy i Brykach, urządzenia miejsca zabawy z piaskownicą w Michałkach, zagospodarowanie boiska po byłej szkole w Dąbrowie Dziecieli, remont domu kultury w Mazurach, budowa altanki w Mścichach, oświetlenie Nowych Osip lampami na słońce i wiatr, budowa wiaty przystankowej w Tyborach Wólce i Broku, oświetlenie drogi w Osipach Wydziorach, zagospodarowanie terenu przy stawie w Brzósłkach Brzezińskich oraz w 31 wsiach budowa dróg.

„Przed końcem każdego roku organizujemy spotkania z mieszkańcami wsi. To okazja nie tylko do tego, aby powiedzieć, co wspólnie już zrobiliśmy, ale także, aby posłuchać o sprawach, problemach oraz

dowiedzieć się, co jeszcze można zrobić, aby lepiej i łatwiej było nam żyć, pracować, mieszkać”, powiedział wójt gminy Wysockie Mazowieckie Krzysztof Krajewski, który jeździ i uczestniczy w spotkaniach z mieszkańcami.

Ludzie najlepiej wiedzą, co im na miejscu potrzeba. A wszelkim ułatwieniom, a także poprawie estetyki wsi służą czasami nawet niewielkie prace. Są na to pieniądze z funduszu sołeckiego, który każdego roku, zgodnie z życzeniami sołtysów, Rada Gminy wydziela z budżetu. W tym roku jest to 477 000.



Witaj Święty Mikołaju



Julia Sylwestrzuk (Kuczyn), Dominika Zaremba (Łuniewo Małe), Jakub Węgrzyniak (Wyszonki Kościelne), Radosław Porucznik (Klukowo) i Julia Sabak (Klukowo) zajęli pierwsze miejsca w swoich grupach wiekowych w konkursie plastycznym „Witaj Święty Mikołaju”, zorganizowanym przez Gminny Ośrodek Kultury w Klukowie. Do konkursu zgłoszone zostały 52 prace. Nagrody zostaną ręczone 19 stycznia w czasie IX Kolędowania w GOK w Klukowie.

Paczki od wójta

Świątecznymi paczkami obdarował dzieci z gminy Kulesze Kościelne wójt Józef Grochowski.

Wspólny Sylwester w Czyżewie

Na wspólne witanie Nowego Roku na placu przy Urzędzie Miejskim zaprasza burmistrz Czyżewa Anna Bogucka.

Wójt świętym Mikołajem



Wójt Kazimierz Dmochowski

„Zdrowych, pogodnych i radosnych świąt Bożego Narodzenia. Spotkań w rodzinnym gronie przy opłatku. Za parę dni będzie nowy 2014 rok. Niech dla wszystkich nie będzie gorszy, a lepszy od mijającego”, życzył mieszkańcom gminy, którzy korzystają z pomocy opieki społecznej wójt gminy Zambrów Kazimierz Dmochowski. 150 z przewodniczącym Rady Gminy Piotrem Tyszką obdarował świątecznymi paczkami, ufundowanymi przez gminę.

„Handel” drogami

Ulice Ostrowska i Białostocka w Zambrowie decyzją Naczelnego Sądu Administracyjnego straciły status dróg krajowych i są drogami miejskimi. To ważne, gdyż ulice wymagają budowy kanalizacji sanitarnej. Teraz miasto będzie mogło o nie zadbać. Drogami krajowymi są nadal ulica Łomżyńska i najstarsza w mieście ulica Kościuszki.

Przez Zambrów (choć jest obwodnica) przejeżdża rocznie kilkadziesiąt tysięcy ciężarówek. Głównie drogami krajowymi w kierunku i z Wysockiego Mazowieckiego oraz Czyżewa. Jeżdżą wybudowaną przez miasto ulicą Piłsudskiego oraz Wojska Polskiego i Mazowiecką. Po otwarciu obwodnicy, ruch na nich

się nie zmniejszył. Burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski zaproponował więc GDDKiA zamianę: miasto przejmie od GDDKiA ulicę Kościuszki, a odda Piłsudskiego. Ale pod warunkiem, że GDDKiA dopłaci 4,7 mln zł (tyle kosztowała miasto budowa ul. Piłsudskiego) albo wyremontuje ulicę Kościuszki i dopiero ją przekaze miastu.

„Od kilku miesięcy czekam na odpowiedź”, powiedział burmistrz.

Problem przejeżdżających przez miasto tirów w kierunku Czyżewa planuje rozwiązać budową ulicy łączącej ul. Ostrowską z Aleją Wojska Polskiego. Nowa ulica będzie przebiegała przez obecne tereny kolei, które miasto chce przejąć. Negocjacje trwają.

Czego chcą ludzie?



Poszerzenie wjazdu przed pocztą, nowe miejsca parkingowe w mieście, próg spalniający na ulicy Cmentarnej i wiele innych spraw zgłaszały mieszkańcy Zambrowa na spotkaniu z burmistrzem Kazimierzem Dąbrowskim, który spotkania z mieszkańcami na koniec roku organizuje od kilku lat.

Żubry czekają

Do końca grudnia można zgłaszać w Urzędzie Miasta w Zambrowie kandydatów do Nagrody Burmistrza Żubr w 9 kategoriach.

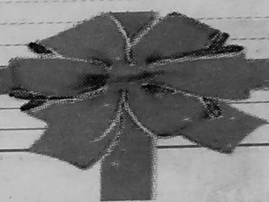
Sylwester pod Gwiazdami

Paweł Jasionowski i jego Zespół Masters będą gwiazdami Sylwestra pod Gwiazdami, który organizuje MOK w Zambrowie (parkingu przy ZKS Olimpia).

Zbrodnia w Polkach

We wtorek 1 lipca około godziny 11 wieczorem we wsi Polki gminy Puchalskiej zamordowano młynarza Elanta, dwóch służących i jedną służącą. Co było powodem zbrodni i kto jej dokonał, wykaże śledztwo sądowe. Aresztowanym został zięć zabitego – Wojda, jego żona oraz kuzyn.

(„Życie i Praca”. 6 lipca 1924 roku).



Jedziemy do Damaszku przez pustynię. Po stokach wapiennych wzgórz Antylibanu. Chcemy dotrzeć do Maluli. Żyją tam ludzie, którzy do dzisiaj posługują się językiem aramejskim. Językiem, którym mówił Jezus



Słyszałam język Pana

Z daleka sunie karawana. Kiedyś tędy przechodził szlak niewolników. Każde miasto w Syrii uważało za punkt honoru posiadanie targu niewolników.

Po stokach wapiennych wzgórz Antylibanu dojeżdżamy do Maluli. Miasteczko 50 km od Damaszku, zawieszone w wapiennych

skałach 1750 metrów nad poziomem morza.

– Ahla bon chun bi blotan (Bądźcie pozdrowieni) – wita nas ksiądz staruszek pozdrowieniem w wymierającym języku aramejskim!

Malula, położona wysoko w górach, zachowała się

niczym antyczna wyspa językowa. Tym językiem mówił Jezus! Nawet część Starego Testamentu (księgi Ezry i Daniela) została przekazana po aramejsku. Między VII w p.n.e. a IV w. n. e. aramejski był powszechnie używany na Bliskim Wschodzie. Potem został wyparty przez arabski. Miasteczko, odcięte przez góry od wpływów zewnętrznych, zachowało językową odrębność. Dziś mówi nim tylko 14 000 ludzi.

„Ahla bon”. Może uczniowie Chrystusa pozdrawiali się w ten sposób?

Siwiutki ksiądz mówi, że wcześniej byli tu Polacy z ... Armii Andersa! Prowadzi do małej świątyni. Ma dla nas szczególną niespodziankę. Żołnierze zostawili obraz Matki Boskiej.

Kościółek zbudowany został na fundamentach greckiej świątyni, a podstawę ołtarza stanowi marmurowy postument z IV wieku. W tym miejscu modlono się od tysięcy lat. W wapiennych skałach znajdują się świetnie zachowane jaskinie. Do niektórych prowadzą sznurowane drabinki lub wykute schodki. Wewnątrz przyjemny chłód. Kiedyś mieszkali w nich ludzie.

Radio, telewizja, turyści, nauka w szkole powoduje, że powszechny staje się arabski. Młodzi wyjeżdżają na studia, zapominają języka przodków. Księża organizują kursy aramejskiego. Jest jednak zasadnicza bariera: jest to język tylko mówiony. Przekazywany w formie ustnej z pokolenia na pokolenie. Zastygł w słowie sprzed tysięcy lat. Jakim alfabetem go zapisać?

Zamykają się za nami cedrowe drzwi świątyni z V wieku. Mamy świadomość, że znaleźliśmy się w cudownym miejscu. Kolejnym, bo Syryjczycy powiadają, że właśnie u nich był biblijny Raj, a jego centrum stanowiły Wzgórza Golan. Około 100 000 lat temu nastąpiła tu zmiana klimatu, co potwierdza nauka. Zmniejszyła się ilość opadów. Stepy zmieniły się w pustynię. Rajske ogrody zniknęły...

W Łomży odnalazłam Faraja Rabbouza. Lekarza. Urodził się w Syrii, w Sadad, w miejscowości wymienionej w Starym Testamencie. Bóg, mówiąc do Mojżesza o Ziemi Obiecanej, wskazał na to wschodnie miasteczko, jako jej granice.

Faraj był też w Maluli. W niecodziennych okolicznościach. W wiosce w pobliżu żyje jego stryj. Przez lata był bezdzietny. Ślubował, że jeśli urodzi mu się syn, ochrzci go w kościele św. Tekli w Maluli. Tekla żyła 1 200 lat temu. W przekazach do dziś ludzie w okolicy wiedzieli, że w imię Chrystusa uzdrawiała chorych. I oto na świat przyszedł syn! Radość ogromna w całej rodzinie. Synowie w Syrii są szczególnie traktowani. Jeden ze znanych Syryjczyków zapytany, ile ma dzieci, odpowiedział: żadnego, same córki.

Syn został ochrzczony w świętym miejscu. Dr Rabbouz był na chrzcinach. Mały otrzymał imię Elias.

Dr Faraj studiował w Polsce, zakochał się w Polce i tu już pozostał. Dobrze mówi po polsku. Ma twarz jak ze starych ikon.

Kiedy mówię mu, że byłam w pobliżu raju, przytakuje ze zrozumieniem. Nie trzeba tłumaczyć...

ALICJA NIEDŹWIECKA



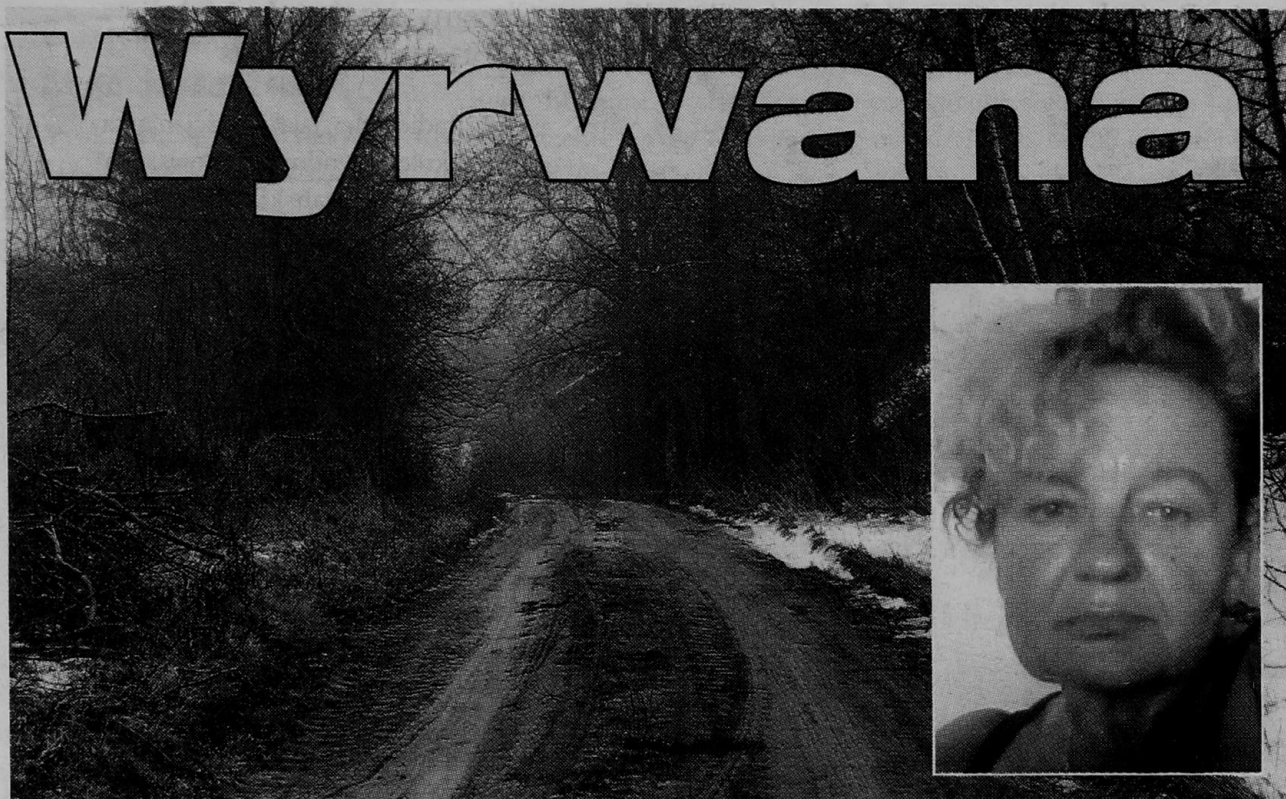
Wszystkim mieszkańcom naszego powiatu oraz miasta
pragniemy złożyć świąteczne życzenia:
Niech Święta Bożego Narodzenia będą czasem spędzonym
w rodzinnym gronie,
bez codziennych trosk i zmartwień.
Wraz z nadchodzącym Nowym Rokiem 2014
życzymy dużo optymizmu,
wiary w pogodne jutro oraz pomyślności w realizacji
osobistych zamierzeń.

Wicestarosta łomżyński
Adam Krzysztof Sowa

Starosta łomżyński
Lech Marek Szablowski

Przewodniczący Rady Powiatu
Jarosław Kulesza

Wyrwana



Droga do domu rodzinnego Anny Jadwigi Łojewskiej w Wiźnie Kolonii, którą wyrwała się z biedy na studia w Poznaniu, a potem 10 lat była bezdomna...

1

„Śpię w jakichś zaroślach. Tam, gdzie bałam się kiedyś nawet chodzić po zmroku na spacer. Zmieniam codziennie >hotel<. Nie chcę, aby ludzie zwrócili na mnie uwagę. Za kolejnym razem nie jest to nawet drzewo, ale jama. Zwyczajna dziura w ziemi, powstała po osunięciu piasku. W pobliżu widzę neony głównej ulicy, ruch samochodów. Na kilka godzin wszystko zamiera. Ja w wyjściowym żakiecie, z teczką dokumentów, szykuję się do snu. Nałamałam jakichś gałęzi dzikiego bzu, akacji, jakichś pokrzyw i już jest mi trochę cieplej. (...) Uniosłam się, słysząc szmery krótkofalówek. Zauważyli mnie policjanci. Jeden zapuścił się w pobliże mojego mieszkania. Słyszę dociekliwe pytanie drugiego policjanta: – I co trup? – Nie. Baba! odpowiedział zdeglustowanym głosem ten odważniejszy. Policjanci wsiedli do radiowozu. Z trudem opanowuję płacz. I co dalej? – pytam samą siebie”, zapisała w „Pamiętniku z dekady bezdomności” Anna Jadwiga Łojewska z Wizny, mieszkająca w Poznaniu.

„Spanie pod drzewami nie było najgorsze. Gorszy był dziesięcioletni pobyt w Barce, czyli stowarzyszeniu, które z założenia miało pomagać wyjść z bezdomności. To czas łamania mojej psychiki, upokorzeń i pogłębiania zależności. Tam byłam Anią z Barki. Bez-



Lucyna Łojewska: „Uciekła stąd i przeżyła swoje. A teraz jeszcze chce zabrać do siebie mnie z mężem i swoją siostrę”

domną. Jakby bez nazwiska. I nikt nie pomagał uzyskać domności”, wspomina dzisiaj.

Tymczasem „Gazeta Wyborcza” chwaliła ideę Barki, wspólnoty dla bezdomnych i życiowo przegranych. Napisała więc do „Gazety”, że schroniska dla bezdomnych nie pomagają wyjść z bezdomności, o ludziach, którzy robią karierę na plecach nędzarzy. Jej tekst został opublikowany. Także kolejny, opisujący życie w Barce i mechanizmy uzależnień. Napisała pamiętnik. Zaniósła go do dyrektora Teatru Dnia Ósmego w Poznaniu. Wzbudził zainteresowanie. Wtedy skontaktowała się z nią reporterka magazynu „Wysokie Obcasy”. Ukazały się w nim fragmenty pamiętnika. O bezdomnej autorce zrobiło się głośno, a jeszcze głośniejsze, gdy mówiła wprost,

że przez działalność takich „barek” bezdomni są skazani na stałą bezdomność.

Pamiętnikiem bezdomnej zainteresował się Teatr Wybrzeże. Spektakl o bezdomności, na podstawie zapisków bezdomnej, w którym z aktorami grali „swoje role” prawdziwi bezdomni, był wydarzeniem.

Annę, opowiadającą o swojej bezdomności, życiu w Barce i upokorzeniach, zobaczyła w telewizji jej mama Lucyna Łojewska z Wizny. Nie wiedziała, że córka jest bezdomna. Myślała, że sobie radzi.

„Płakałam. Z wielkiego bólu, co ona przeżywa. Płakałam z żalu za Jadwigą, bo my w domu nazywalismy ją Jasią i z ludzkiego wstydu”, mówi mama.

Nie tylko ona widziała telewizyjny reportaż. „To wam aż tak źle,

że wasza córka się tuła? Musi się tułać?”, zaczepiali Lucynę ludzie w Wiźnie. Zaczepiali w Kramkowie, skąd pochodzi. A jak nawet nikt nie zaczepiał, to Lucynie Łojewskiej wydawało się, że tak myślał wszyscy, których spotykała.

2

Łojewscy mieszkają na kolonii Wizny. Do ich domu prowadzi polna droga. Lucyna mówi, że teraz jest to dobra droga. Gdy Jadwiga chodziła do szkoły, wiosną i jesienią było tu jedno błoto.

„Stąd nie było wyjścia. Buty topiły się w trzęsawisku. Trzeba było Jadzię do głównej szosy końmi wozić. A i dziś, gdyby syn nie miał traktora, zimą byśmy nigdzie się nie ruszyli”, mówi Lucyna.

Jadwiga jest najstarszą córką z pięciorga dzieci Lucyny i Czesława Łojewskich. Ma trzech braci i dziesięć lat młodszą od siebie siostrę od urodzenia niepełnosprawną. Rodzina Lucyny mieszkała z teściami. Najpierw zachorował teść i leżał ponad siedem lat w łóżku. Po jego śmierci zanie mogła teściowa. Cztery lata przed śmiercią nie wstawała z łóżka.

„Jadzia była najlepszą uczennicą. Miała piątki i czwórki. Na wywiadówkach była chwalona nad całą klasę. Cieszyłam się i byłam z niej dumna”, mówi mama.

Jadwiga uczyła się w Liceum Ogólnokształcącym w Jedwabnem. Mieszkała w internacie. Porównywała warunki życia. Były inne, niż na kolonii. Wtedy postanowiła wyrwać się z rodzinnego podwórza.

„Myślałam, że będzie się zajmować siostrą i leżącą babcią. Obie wymagały opieki. Synowie poszli do szkoły, potem do wojska”, opowiada Lucyna. A było jeszcze gospodarstwo, krowy, świnie, owce. Robota w polu.

Ale Jadwiga chciała studiować. Wyjechała do Poznania.

„Choćbyście mi miliony dawali, to tu nie wrócę”, pamięta do dziś słowa córki Lucyna Łojewska.

3

Jadwiga pamiętała z dzieciństwa opowieści dziadków o Żydach z Jedwabnego. Wtedy zastanawiała się, jak wygląda Żyd. W Poznaniu studiowała kultu-

MOC ŻYCZEŃ



Znakomita malarka Teresa Adamowska ilustruje i przepowiada, jaką pogodę sprowadzą jej ulubieni święci w roku 2014!

PRZEPOWIEDNIE

Przepowiednia: **GRUDZIEŃ**

*W jakim blasku Bóg się rodzi
w takim cały styczeń schodzi*

Noc Narodzenia Pańskiego będzie jasna, usiana gwiazdami. Od Wigilii moja babcia zaczynała zapisywać pogodę i robiła to kolejne 12 dni. Każdy dzień wróży pogodę na kolejny miesiąc Nowego Roku. Gdy w Wigilię będzie temperatura na plusie, możemy oczekiwać całego łagodnego stycznia. Pierwszy dzień Bożego Narodzenia wróży pogodę na luty, drugi na marzec i tak dalej. Ja, tak jak babcia, zapisuję pogodę rano, w południe i wieczorem jako przepowiednię na początek, środek i koniec miesiąca. W ten sposób poznaję i porządkuję, miesiąc po miesiącu, swój kolejny rok. Na dnię szuflady przechowuję stare broszury babci z żywotami świętych. Fascynowały mnie od dzieciństwa...





*Najserdeczniejsze życzenia
zdrowych i radosnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz
wielu sukcesów i pomyślności
w nadchodzącym
2014 roku*

*życzą
Rada Nadzorcza,
Zarząd i Pracownicy
Hexa Banku Spółdzielczego*



**Już za tydzień
2 stycznia
noworoczne
wydanie
„Kontaktów”**



**Życzenia radosnych
Świąt Bożego Narodzenia,
milego odpoczynku w rodzinnym gronie
oraz
zdrowia, pomyślności, pasma sukcesów
i spełnienia najskrytszych marzeń
w nadchodzącym Nowym Roku
Mieszkańcom Gminy Zambrów
życzą**

Przewodniczący
Rady Gminy Zambrów
Piotr Tyszk

Wójt
Gminy Zambrów
Kazimierz Dmochowski

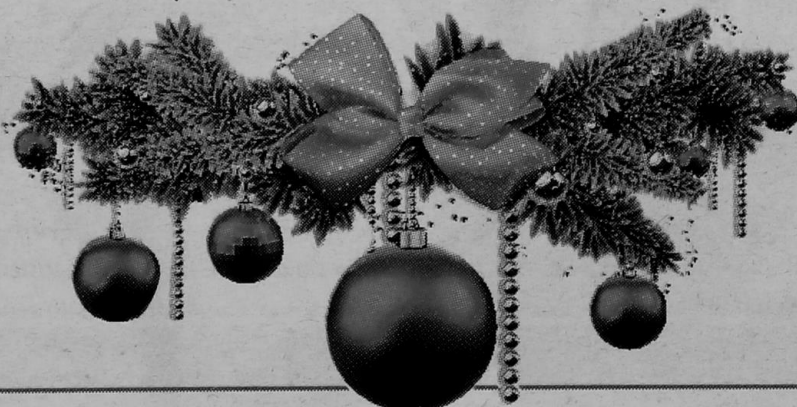


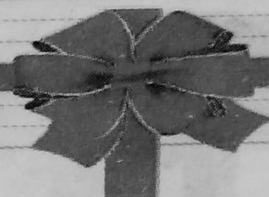
*Niech Święta Bożego Narodzenia
będą dla Państwa
niezapomnianym czasem,
spędzonym bez pośpiechu,
trosk i zmartwień wśród Rodziny i Przyjaciół.*

*A nadchodzący Nowy Rok niech przyniesie zdrowie,
szczęście, pomyślność
i spełni najskrytsze marzenia*

Tadeusz Klama
Wójt
Gminy Kolno

Wojciech Jermacz
przewodniczący
Rady Gminy Kolno





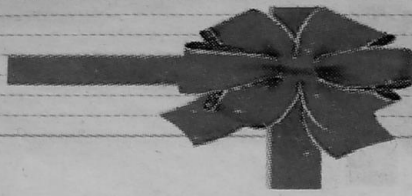
*Szczęśliwych, pełnych wzruszeń
i rodzinnego ciepła
Świąt Bożego Narodzenia,
a w nadchodzącym roku
wszelkiej pomysłności, pogody ducha,
samyh trafnych decyzji
i czasu na spełnianie marzeń*

*życzy
Dariusz Sapiński
Prezes Zarządu Grupy
MLEKOVITA*

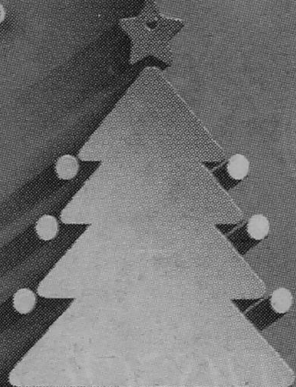


www.mlekovita.com.pl

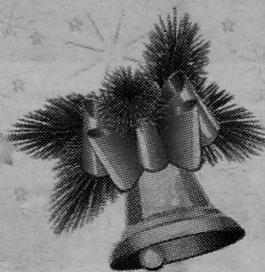




Z okazji Świąt Bożego Narodzenia
wielu głębokich i radosnych przeżyć,
wewnętrznego spokoju, wytrwałości
oraz błogosławieństwa Bożego
w każdym dniu
nadchodzącego Roku
wszystkim klientom
życzą



właściciele i pracownicy
Usług Komunalnych BŁYSK



Na zbliżające się Święta
składamy życzenia przeżywania
Bożego Narodzenia
w zdrowiu, radości
i ciepłej rodzinnej atmosferze.
Kolejny zaś Nowy Rok
niech przyniesie szczęście,
pomysłność i wzrost cen bydła.
Wszystkim rolnikom
życzy

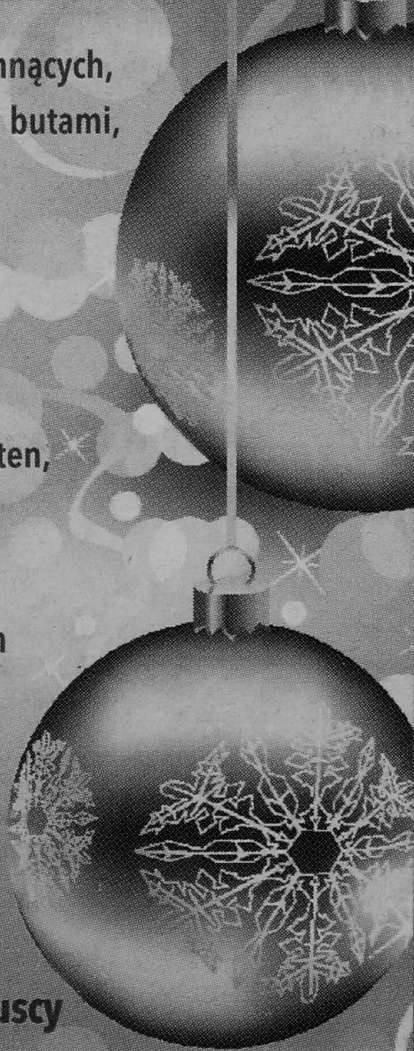
Paweł Zakrzewski
z pracownikami
Firmy BEEF – MAREK



Świąt białych, choinką pachnących,
skrzypiących śniegiem pod butami,
spędzonych w ciepłej,
rodzinnej atmosferze.
Świąt dających radość
i odpoczynek
oraz nadzieję na nowy rok,
żeby był jeszcze lepszy niż ten,
który właśnie mija

życzą
wszystkim swoim Klientom
i Kontrahentom,
Znajomym i Przyjaciółom

Wanda i Tadeusz Wałkusy
ze współpracownikami

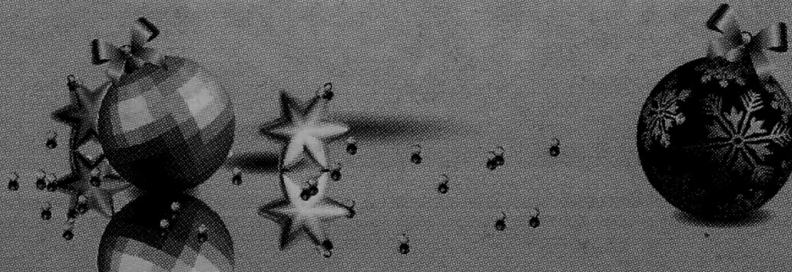


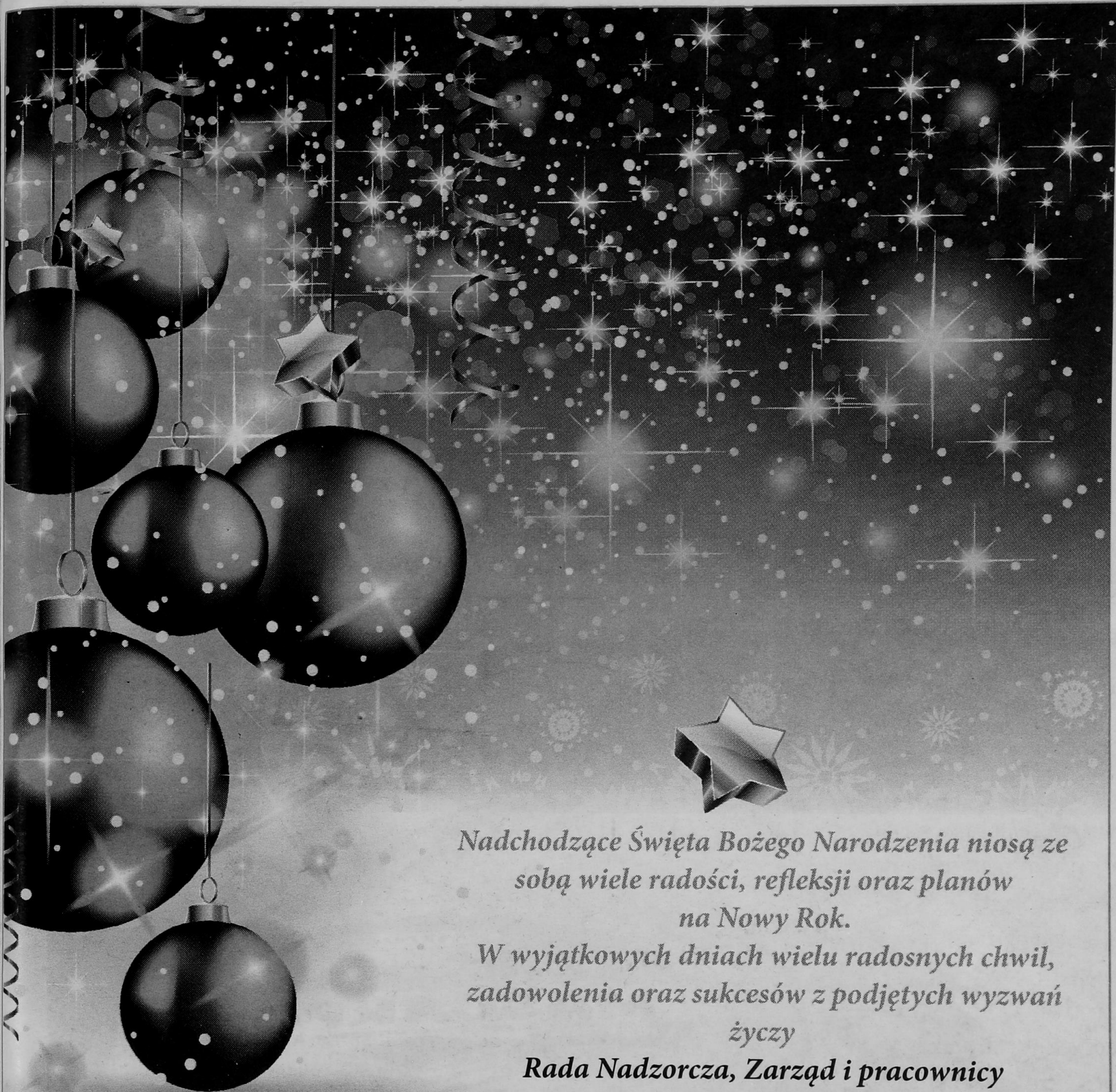
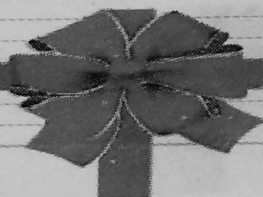
Drodzy Mieszkańcy Kolna i Ziemi Kolneńskiej,
z okazji Świąt Bożego Narodzenia
pragniemy złożyć Państwu
życzenia szczęścia, miłości i spokoju
płynącego zza Wigilijnego Stółu.

Niech radosna atmosfera Świąt
przepelnionych miłością, spokojem i przyjaźnią zagości
w naszych sercach i domach,
a Nowy 2014 Rok przyniesie
tylko szczęśliwe dni

Przewodniczący Rady Miasta
Mieczysław Śniadach

Burmistrz Kolna
Andrzej Duda





Nadchodzące Święta Bożego Narodzenia niosą ze sobą wiele radości, refleksji oraz planów na Nowy Rok.

W wyjątkowych dniach wielu radosnych chwil, zadowolenia oraz sukcesów z podjętych wyzwań życzy

**Rada Nadzorcza, Zarząd i pracownicy
Banku Spółdzielczego w Łomży.**

Zapraszamy do naszych placówek:

Bank Spółdzielczy w Łomży

Aleja Legionów 5
Tel: (86) 218-33-33

Filia nr 1 w Łomży

ul. Sybiraków 22/3a, 18-400 Łomża
Tel: (86) 211-52-97

Filia nr 2 w Łomży

ul. S. Wyszyńskiego 20, 18-400 Łomża
Tel: (86) 218-29-45

Punkt Kasowy w Łomży

ul. Konstytucji 3 Maja 2, 18-400 Łomża
Tel: (86) 218-25-77

Oddział w Miastkowie

ul. Łomżyńska 11, 18-413 Miastkowo
Tel: (86) 217-42-87

Oddział w Nowogrodzie

ul. Nadnarwiańska 1, 18-414 Nowogród
Tel: (86) 217-59-52

Filia w Zbójnej

ul. Łomżyńska 70, 18-416 Zbójna
Tel: (86) 214-00-06

Oddział w Śniadowie

ul. Ostrołęcka 20, 18-411 Śniadowo
Tel: (86) 217-61-15

Punkt Kasowy w Szczepankowie

Tel: (86) 217-09-15

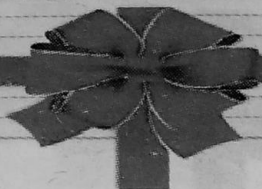
Punkt Kasowy w Gaci

Tel: (86) 219-31-26

Oddział w Zambrowie

Al. Wojska Polskiego 6, 18-300 Zambrów
Tel: 86 271-22-88

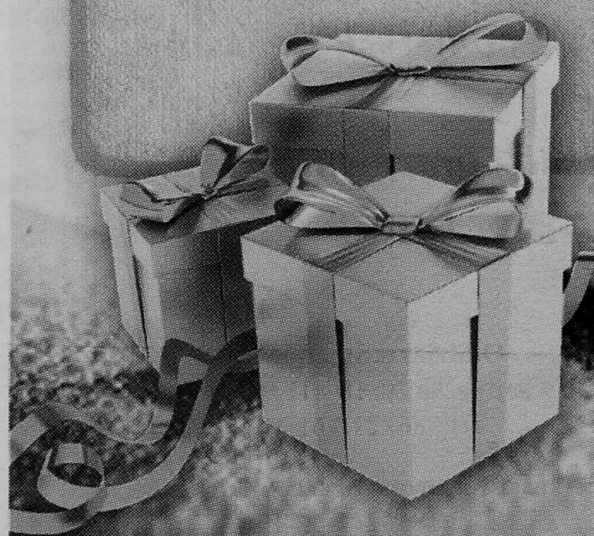
www.bslomza.pl



*Z okazji Świąt Bożego Narodzenia
oraz nadchodzącego Nowego Roku,
wszystkim naszym Klientom
i Partnerom handlowym
pragniemy złożyć serdeczne życzenia.
Niech ten szczególny czas
będzie dla wszystkich okresem zadumy,
wyciszenia, wypoczynku
i rodzinnych spotkań.*

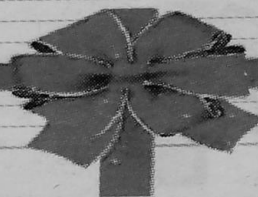
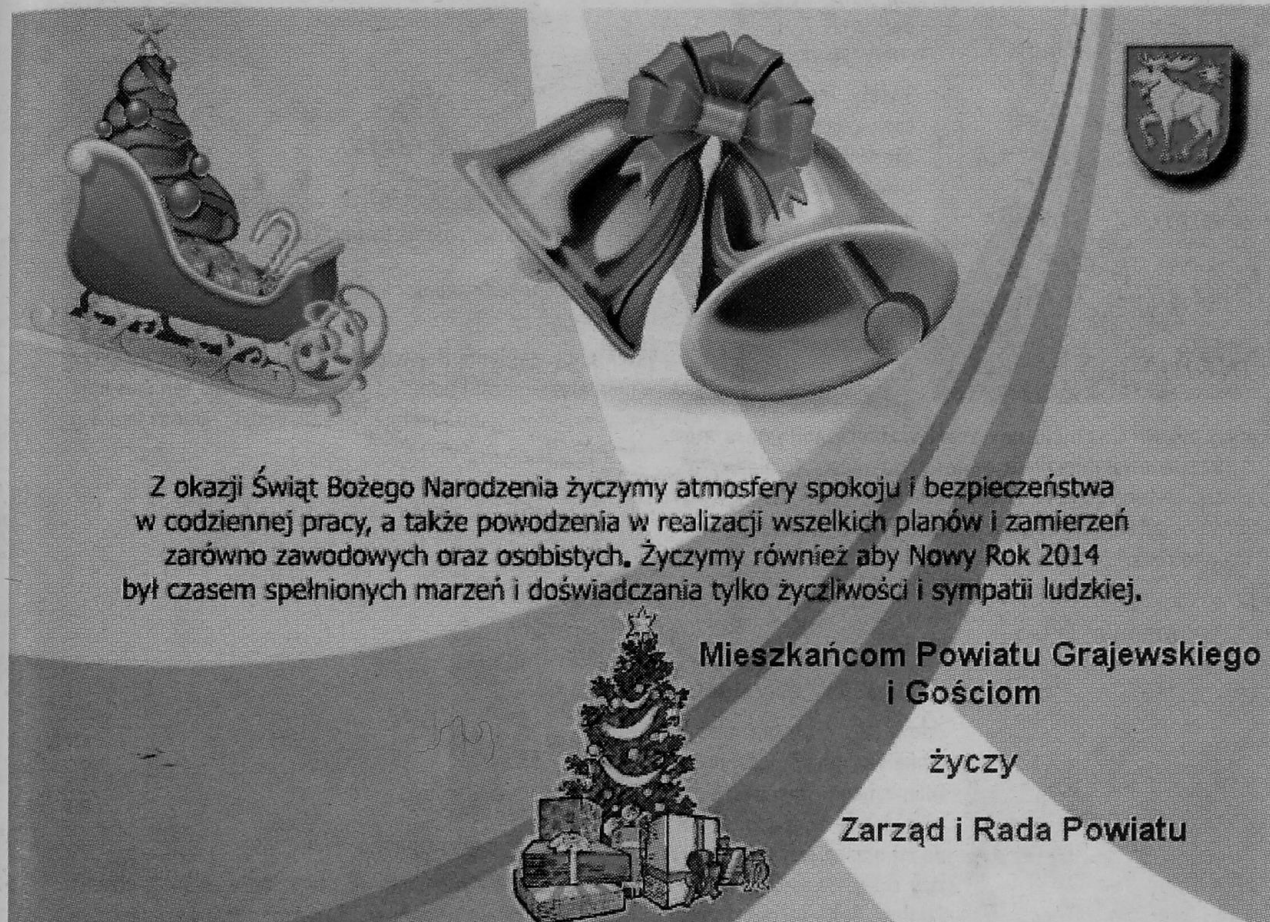
*W Nowym Roku życzymy Państwu
samiych sukcesów i wszelkiej pomysłowości.*

*Zarząd i Pracownicy
Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej
w Piątnicy*



www.piatnica.com.pl



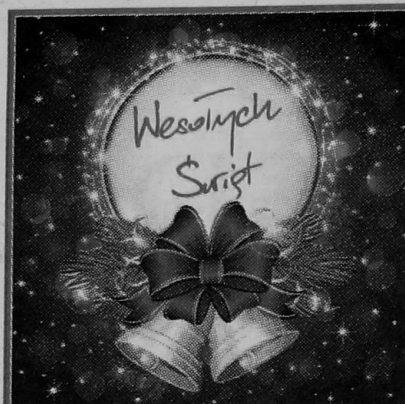



Z okazji Świąt Bożego Narodzenia życzymy atmosfery spokoju i bezpieczeństwa w codziennej pracy, a także powodzenia w realizacji wszelkich planów i zamierzeń zarówno zawodowych oraz osobistych. Życzymy również aby Nowy Rok 2014 był czasem spełnionych marzeń i doświadczania tylko życzliwości i sympatii ludzkiej.

Mieszkańcom Powiatu Grajewskiego
i Gościom

życzy

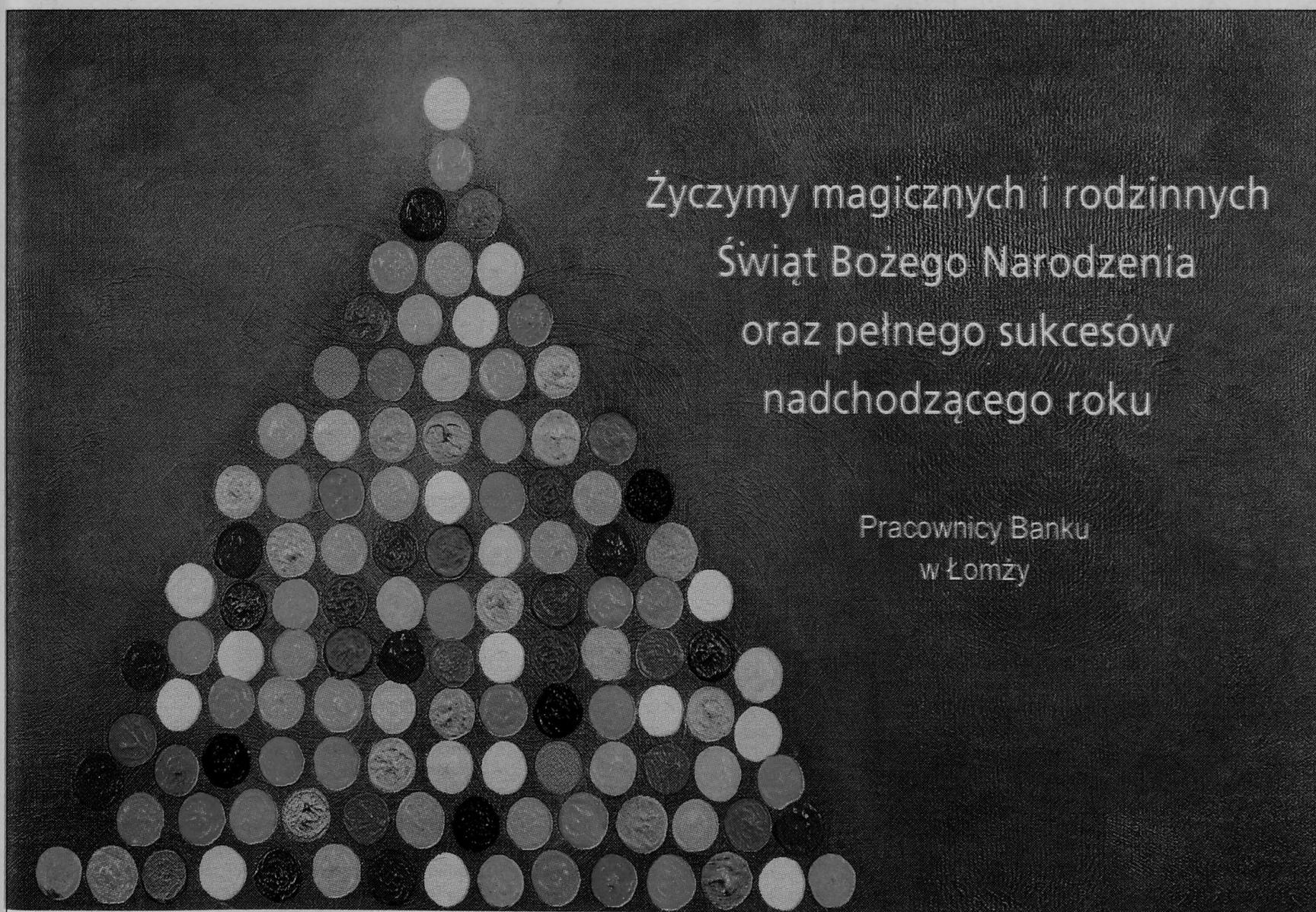
Zarząd i Rada Powiatu



Zdrowia, radości,
wymarzonych prezentów
oraz ciepłej bliskości
w spotkaniu z bliskimi
przy stole wigilijnym

naszym Czytelnikom,
Przyjaciółom, Partnerom,
Ogłoszeniodawcom

życzy
zespół „Kontaktów”



Życzymy magicznych i rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz pełnego sukcesów
nadchodzącego roku

Pracownicy Banku
w Łomży

Bank Zachodni WBK

Grupa Santander

PRZE- PO- WIED- NIE

Przepowiednia: STYCZEŃ



„Na Trzech Króli słońce świeci,
wiosna do nas pędem leci”

Trzej Królowie Kasper, Melchior i Baltazar szukają po całym świecie Dzieciątka. Jest w ich wytrwałości, z jaką dążą do Betlejem, coś krzepiącego, optymistycznego, napawającego nadzieją. Również na rychłe nadejście wiosny!

Przepowiednia: LUTY



„Na Gromniczną z dachu ciecie,
zima jeszcze się przewlecze”

Dla mojej babci 2 luty, dzień Matki Boskiej Gromnicznej, był najważniejszym dniem miesiąca. Gdy 2 luty witał nas słońcem i odwilżą, babcia traciła humor: za wcześnie na marzenia o wiosnie!

Przepowiednia: MARZEC



„Gdy na świętego Józefa
bociek przybędzie,
to już zimy nie będzie”

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strugał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce... Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

Przepowiednia: KWIECIEŃ



„Jeśli Jerzy zbliża się
pogodnie
będzie tak
cztery tygodnie”

Święty Jerzy żył w czasach rzymskich. Był legionistą. Gdy cesarz Dioklecjan wydał edykt, w którym zezwolił na prześladowanie chrześcijan, Jerzy nie chciał być oprawcą. Poniósł za to śmierć męczeńską. W średniowieczu powstała legenda, według której św.

Jerzy pojawił się z nieba na rumaku w zbroi i zabił smoka, który prześladował mieszkańców pewnego miasta. To niezwykła postać, czczona przez katolików i prawosławnych. Zwycięstwo Jerzego nad smokiem, to zwycięstwo życia nad śmiercią, wiosny nad zimą.

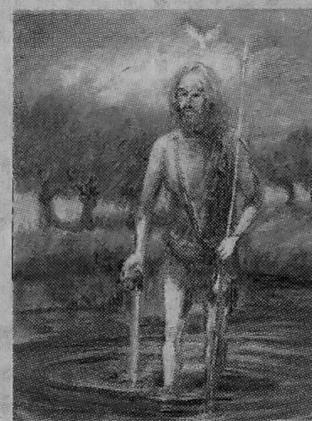
Przepowiednia: MAJ



„Święta Zofija kwiaty rozwija”

Żyła w Rzymie, była chrześcijanką. Kazano jej złożyć hołd Dianie, pogańskiej bogini lasów i łowów. Gdy odmówiła, na jej oczach zamęczono jej trzy córki: Wiarę, Nadzieję i Miłość. Serce jej pękło z bólu i umarła na ich grobie, ale nie wyparła się Boga. Jest czczona także w kościele prawosławnym. Imiona jej córek, Wiera, Nadzieja, Lubow, otoczone są czcią w prawosławiu. Dzień świętej Zofii stanowi granicę, za którą zima i mróz nie zagrażają już ogrodowi. Święta Zofia otwiera w ogrodzie czas wzrostu i rozkwitu.

Przepowiednia: CZERWIEC



„Dzień świętego Jana woła
rwij rumianki, zbieraj zioła,
bo domowe zioła, leki
lepsze nie raz niż z apteki”

Wielu jest męczenników o imieniu Jan. Namalowałam tego, który dał początek chrześcijaństwu i stracił za to głowę. Na moim obrazie sprowadza lato nad Narew. Rośliny rozkwitały, nakarmione najlepszymi sokami ziemi. Na Jana rwie się zioła, wtedy mają

najlepsze właściwości lecznicze.

Przepowiednia: LIPIEC



„W lipcu się kłosek
korzy,
że niesie dar Boży.
A najpierwsza Małgorzata
sierp w zboże za-
łoży”

Małgorzata z mojej wizji lipca była księżniczką z Antiochii. Zakochał się w niej rzymski namiestnik, ale nie chciała go poślubić. Za to była torturowana i ścięta. Jej dzień w kalendarzu babci niósł na

dzieję na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

Przepowiednia: SIERPIEŃ



„Gdy na Wniebowstąpienie Panny Maryi
ciepło dopisuje,
to ciepły i pogodny koniec lata
zwiastuje”

Wniebowstąpienie Najświętszej Marii Panny, czas dziękczynienia za urodzaj i domową pomyślność. Mnie ten czas kojarzy się z procesjami i pielgrzymkami. Będzie pogoda i spokój w przyrodzie.

Przepowiednia: WRZESIEŃ



„Święta Regina mgły rozpina”

I pierwsza myśl, że znów minęło lato. Może w takim właśnie dniu, wynurzając się z mgły przepiękną pasterkę galijską Reginę zobaczył rzymski prokonsul i zapragnął ją poślubić? Regina nie chciała złamać ślubów dziewictwa ani wyrzec się wiary chrześcijańskiej, dlatego zginęła w męczarniach... Rankiem i wieczorem pojawi się pierwsza mgła, delikatna zapowiedź jesieni.

Przepowiednia: PAŹDZIERNIK



„Na świętego Franciszka
odlatuje pliszka”

Mój ukochany święty, przyjaciel ptaków i zwierząt, patron ekologiczów, sprowadzi przepyszną jesień, bogatą w kolory i gwar odlatujących ptaków. Słońce będzie przeświecać przez kolorowe korony klonów i jesionów, a nad Narwią ciągnąć będą klucze dzikich gęsi i żurawi.

Przepowiednia: LISTOPAD



„Jeśli pochmurno na Marcina
to będzie niestała zima.
Marcinowa zaś pogoda
mrozu w zimie doda”

Św. Marcin był chrześcijaninem i legionistą rzymskim. Jadąc pewnego razu konno, zobaczył półnagiego żebraka. Zdjął płaszcz, rozciął go mieczem i oddał pół żebrakowi. Tej nocy przyśnił mu się Jezus, który mówił do aniołów: „Zobaczcie, jak mnie Marcin przyodziął!”. „Nie będę walczył mieczem, tylko krzyżem”, powiedział po przebudzeniu Marcin. I stał się cud. Gdy Germanie zobaczyli go z krzyżem przed rzymskim wojskiem, zawarli pokój! Marcin zawsze sprowadza zimno. Będzie przymrozek, który zwarzy w ogrodach kwiaty. Nadal kwitnąć będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

nowe

TELE program

27.12.2013-2.01.2014

WEEKEND W TV



DRAMAT

20.00 TVN

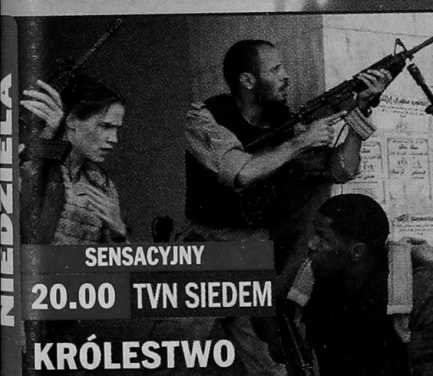
ZIELONA MILA



DRAMAT WOJENNY

20.05 POLSAT

CIENKA CZERWONA LINIA



SENSACYJNY

20.00 TVN SIEDEM

KRÓLESTWO



FAMILIJNY

MAGICZNY KAMIEŃ

WT | 12.25 TV PULS

2014

Szampańskiej zabawy w sylwestrową noc i szczęścia w Nowym Roku życzy Redakcja

JUSTYNA STECZKOWSKA

Zaprasza do wspólnej zabawy!

DISCO SYLWESTER Z DWÓJKĄ. WROCŁAW 2013

WT | 20.05 TVP 2



SERIAL

LA DOLCE VITA

Aktorzy i artyści z Kabaretu Moralnego Niepokoju razem przed kamerą!

SŁODKIE ŻYCIE

ŚR | 18.50 TVP 1

REKLAMA



27 - 31.12



Napój Costa 2l
pomarańcza, czarna porzeczka, jabłko,
czerwone pomarańcze; 1,25zł/l



Chipsy Crunchips 250g
wszystkie rodzaje; 18,76zł/kg



Szynka swojska 1kg
Duda

w procesie, przyjaciółka sekretarzem. Po kilku miesiącach zaczęły się sprzeczki. „Panie, matki, żony

usia przyjedzie na Wigilię i obiecała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA



Siostry Wiktorii życzy

Kochany Brat Kuba



TVP 1
TVP1

08.00 TVP Info w TVP 1 **08.10** Życzenia gwiazd **08.20** Telezakupy **08.55** Ojciec Mateusz (95) **09.45** Życzenia gwiazd **10.05** Bananowy doktor 2 (17, 18) **11.40** Życzenia gwiazd **11.50** ** **12** świątecznych randek - komedia, USA 2011

13.15 Życzenia gwiazd **13.30** Natura w Jedynce: Szpital dla koali - film dokumentalny

14.30 Życzenia gwiazd **14.45** Jaka to melodia? **15.15** Życzenia gwiazd **15.20** Kudłaty zaprzęg - film **FILM** familijny, USA 2008, reż. Robert Vince

17.00 Teleexpress, Pogoda **17.25** Jaka to melodia? **17.55** Córka Mikołaja 2: Święta pod znakiem zapytania - komedia, USA 2010

19.30 Wiad., Sport, Pogoda

REKLAMA

TVP 2
TVP2

06.00 Faceci do wzięcia (66) **06.30** Lokatorzy (42): Operacja giełdowa **07.05** M jak miłość (409) **08.00** Pytanie na śniadanie **11.00** * Mistrz kamuflażu - komedia, USA 2002, reż. Perry Andelin Blake, wyk. Brent Spiner

12.20 Wymarzony domek - **FILM** komedia, Francja 2006, reż. Dany Boon

14.10 Familiada - teleturniej **14.45** Rodzinka.pl (126, 127) - serial kom., Polska

16.00 Kabaret Moralnego Niepokoju: Galaktikos (1): Halo, panie pilocie! **16.55** Kabaret Moralnego Niepokoju: Galaktikos (2): W stronę słońca!

18.00 Panorama **18.30** Sport, Pogoda **18.50** Jeden z dziesięciu **19.25** Barwy szczęścia (1035) - serial, Polska

POLSAT
POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News **08.15** Świat według Kiepskich (143) **09.00** Malanowski i Partnerzy (119) **09.30** Malanowski i Partnerzy (120) **10.00** Trudne sprawy (205) **11.00** Dlaczego ja? (202) - serial fabularno-dokumentalny

12.00 Dom nie do poznania **13.00** Dom nie do poznania **14.00** Świat według Kiepskich (133): Lolek - serial komediowy, Polska

14.45 Trudne sprawy (203) **15.50** Wydarzenia, Pogoda **16.15** Interwencja - magazyn **16.30** Malanowski i Partnerzy (169) - serial

17.00 Dlaczego ja? (141) **18.05** Świat według Kiepskich (140) - serial **18.50** Wydarzenia **19.20** Sport, Pogoda **19.30** Świat według Kiepskich (265) - serial

TVN
TVN

05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - telezakupy **07.25** Wawa non stop (80) - serial, Polska **08.00** Dzień dobry TVN - magazyn poranny **11.10** Ukryta prawda (173) - serial fabularno-dokumentalny, Polska

12.10 Uwolnić orkę 2 - film **FILM** przygodowy, USA 1995, reż. Dwight H. Little, wyk. Jason James Richter, August Schellenberg, Jayne Atkinson

14.00 Wawa non stop (81, 82) - serial, Polska **15.00** Ukryta prawda (174) - serial fabularno-dok.

16.00 Rozmowy w toku **17.00** Wawa non stop (83) - serial, Polska **18.00** Szpital (71) - serial fabularno-dok., Polska

19.00 Fakty, Sport, Pogoda **19.50** Uwaga! - magazyn

TV 4
TV 4

08.00 Scooby Doo **08.35** Nowy Scooby i Scrappy Doo **08.50** Benny Hill **09.25** Łowca krokodyli **09.55** * Sumi i słoń - film przygodowy, Francja 2008 **11.45** ** Niekończąca się opowieść - film fantasy, Niemcy 1984

13.30 Dekoratornia - magazyn **14.00** Niezatapialny „Titanic” (1) - film dokumentalny, Wielka Brytania 2008

14.45 Czekając na cud - **FILM** dramat, USA 2004, reż. Chazz Palminteri, wyk. Susan Sarandon

16.40 Lawina - film katastroficzy, USA 1999, reż. Steve Kroschel, wyk. Caroleen Feeney

18.40 Nowy Scooby i Scrappy Doo - serial animowany **19.05** Scooby Doo - anim. **19.30** Szczecińskie lata Toma i Jerry'ego - serial, USA



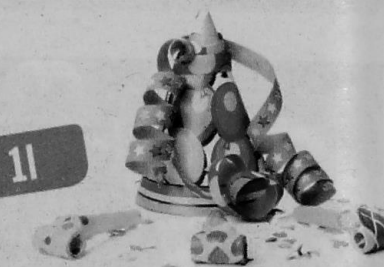
27 - 31.12

8.99

 Filety śledziowe salsa 1kg
PPH Herring

 na
WAGĘ

5.99

 Olej roślinny Oliwier 1l
Kruszwica; z oliwą z oliwek

20.25 KOMEDIA

Vabank 2, czyli riposta
Kramer, odsiadujący wyrok za obrabowanie banku, ucieka z więzienia i chce wyjechać do Szwajcarii. Wcześniej zamierza zemścić się na swoim wrogu.

20.15 Piąty stadion
20.25 Vabank 2, czyli riposta
FILM - komedia kryminalna, *** Polska 1984

22.15 Ręka nad kołyską -
FILM thriller, USA 1992, reż. Curtis Hanson

00.10 Weekendowy magazyn filmowy - magazyn

00.35 Król Skorpion - film **FILM** przygodowy, Belgia/Niemcy/USA 2002

02.10 Zoopraxiscope - anim.

20.05 SERIAL

Barwy szczęścia (1036)
Patrycja wyrzuca Dawida z domu. Zrywa także kontakty zawodowe z Tiną. Załamany ostatnimi wydarzeniami Władek postanawia zwolnić się z pracy.

20.05 Barwy szczęścia (1036) - serial, Polska **20.40 Rodzinka.pl (109, 110)** **21.45 Dzięki Bogu już weekend** - wiwat najśmieszniejsi - program rozr.

23.10 Piąty stadion
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (17)

00.05 Tunel - thriller, USA **FILM** 1996, reż. Rob Cohen, wyk. Sylvester Stallone

02.00 Nowa (11) - serial, Pol.

20.05 PRZYGODOWY

Jumanji
12-letni Alan znajduje skrzynkę, w której ukryta jest gra Jumanji. Kiedy zaczyna w nią grać razem z przyjaciółką, zostaje przeniesiony do innego świata.

20.05 Jumanji - film przygodowy, USA 1995, reż. Joe Johnston

22.10 Człowiek widmo - thriller SF, Niemcy/USA 2000

00.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (7) - serial **01.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (8)** - serial

02.30 Dziewczyny z fortuną **03.30 Tajemnice losu** **05.00 Wstawaj! Gramy!** - program muzyczny

20.00 DRAMAT

Zielona mila
John Coffey, Murzyn o imponującej posturze, a przy tym niezwykle łagodnym usposobieniu, zostaje skazany na karę śmierci za morderstwo.

20.00 Zielona mila - dramat, **FILM** USA 1999, reż. Frank Darabont, wyk. Tom Hanks, David Morse, Bonnie Hunt

23.50 Anthony Zimmer - thriller, Francja 2005, reż. Jerome Salle, wyk. Sophie Marceau, Yvan Attal, Sami Frey

01.30 Uwaga! - magazyn

01.45 Arkana magii

03.05 Rozmowy w toku

20.00 SCIENCE FICTION

W sieci terroru
Władze USA wprowadzają zaawansowany system kamer. Kilka lat później agent R.J. Reynolds odkrywa, że system ODIN powoli przejmuję władzę w państwie.

20.00 W sieci terroru - film SF, **FILM** USA 2009, reż. Richard Clabaugh

21.55 Tygrys Szablozębny - thriller sensacyjny, USA

00.30 Pogromca - film sensacyjny, USA 2006, reż. Kevin VanHook

02.05 Łowca krokodyli - serial dokumentalny, Australia/USA

03.30 4music - program muz.

EUROSPORT
EUROSPORT

08.30 Hokej na lodzie: Spengler Cup **10.30** Skoki narciarskie: Zawody PS **11.30** Hokej na lodzie: Spengler Cup **12.30** Skoki narciarskie: Zawody PS **13.15** Skoki narciarskie: Zawody PS **14.00** Hokej na lodzie: Spengler Cup w Davos **14.45** (NŻ) Hokej na lodzie: Spengler Cup w Davos **17.15** Skoki narciarskie: Zawody PS w Engelbergu **18.00** Watts **18.30** Watts **19.00** TimberSport: MŚ w Niemczech **19.30** TimberSport: MŚ w Niemczech **20.00** (NŻ) Hokej na lodzie: Spengler Cup w Davos **22.30** Bowling: PBA Tour **23.30** Bowling: PBA Tour w Stanach Zjednoczonych **00.30** Sporty motorowe: GTA Next Level

EUROSPORT 2
EUROSPORT 2

03.00 Lekkoatletyka: MŚ w Moskwie **03.45** Lekkoatletyka: Special Bolt **04.00** Watts **05.00** Bowling: PBA Tour **06.00** Sporty motorowe: FMX **08.30** Skoki narciarskie: Zawody PS **10.00** Hokej na lodzie: Spengler Cup **12.00** Piłka nożna: Bundesliga **13.30** Watts **14.30** Watts **15.30** Watts **16.15** The Ride **16.45** Kolarstwo: Special Froome **17.15** Watts **18.45** Skoki narciarskie: Zawody PS w Engelbergu - HS 137 **19.45** Ski pass **20.00** Na tych samych falach **20.30** Watts **21.30** Watts **22.30** Tennis ziemny: Australian Open w Melbourne - finał mężczyzn **00.30** Watts **01.00** Hokej na lodzie: Spengler Cup

POLSAT SPORT
POLSAT SPORT

07.00 Podsumowanie roku 2013 **08.10** Polska 2014 **10.00** (NŻ) Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship - mecz o 5. miejsce **12.00** (NŻ) Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship - 1. półfinał **14.00** (NŻ) Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship - 2. półfinał **16.00** Siatkówka: ME Mężczyzn - finał **18.10** Piłka nożna: Liga angielska **20.20** Boks: Gala boksu zawodowego - walka Krzysztof „Diablo” Włodarczyk - Giacobbe Fragomeni **21.30** Boks: Gala boksu zawodowego **22.30** Tyżwiarstwo figurowe **23.30** Sztuki walki: KSW 25 **00.40** Boks: Gala boksu zawodowego

TVP SPORT
TVP SPORT

07.50 Skoki narciarskie: MP w Wiśle **09.05** Rio 2014 **09.35** Bayern Monachium TV **13.15** Piłka ręczna: MŚ Kobiet - finał **15.10** Hokej na lodzie: Puchar Polski 2012 **17.15** Legendy futbolu: Ferenc Puskas **17.45** Piłka nożna: Eliminacje do MŚ 2014 - mecz Ukraina - Polska **19.40** Alfabet Gerarda Cieślaka - film dokumentalny **20.20** Piłka nożna: Eliminacje do MŚ 2014 - mecz Anglia - Polska **22.20** Piąty stadion **22.25** Wyścigi samochodowe: KIA Lotos Race **23.00** Sportowy wieczór **23.20** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Borussia Dortmund - Arsenal Londyn **01.15** Zakończenie programu

TVP REGIONALNA
TVP REGIONALNA

13.30 Wokół nas **13.35** Polacy tu i tam **14.10** Antenowe remanenty: Oj, ni ma jak Lwów **14.25** Dziennik regionów - tematy dnia **14.30** Zapraszamy na kawę **14.40** Wokół nas **14.55** Znak zmian - film dok., Holandia 1996 **15.55** Zapraszamy na kawę **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów - tematy dnia **16.30** Otwórz oczy **17.00** Zaproszenie: Magnum Sal - cud równy piramidom **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** Otwórz oczy **23.30** Raport z Polski **23.55** Reportaż

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

„Gdy na bociek 2 (NŻ) - na żywo

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strugał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce...Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

dzień w kalendarzu babci niósł na

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:

Teresa Adamowska

Wysłuchała i spisała:

Maria Kaczyńska

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 (21)**
 10.10 **Ostry dyżur 11 (16)**
 11.15 **Mango** - telezakupy
 12.50 **Sąd rodzinny** - serial
 13.50 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial
 14.50 **Tożsamość szpiega (8)** - serial, USA
 15.50 **Czerwony Orzeł (14)**
 17.00 **Przepis na życie (21)** - serial, Polska
 18.00 **Dr House 2 (22)**
 19.00 **Tożsamość szpiega (9)** - serial, USA
 20.00 **Miasto cienia** - film SF, USA 2008, reż. Gil Kenan, wyk. Tim Robbins, Bill Murray, Harry Treadaway
 21.55 **Dwóch Jake'ów** - film kryminalny, USA 1990, reż. Jack Nicholson, wyk. Harvey Keitel, Jack Nicholson
 00.35 **Mentalista 3 (18)**
 01.35 **Noc duchów** - film familijny, USA 2008, reż. Richard Correll, wyk. Sterling Beaumon, Ali Lohan
 03.30 **Arkana magii**
 05.35 **Zakończenie progr.**

TV PULS

06.00 **Dyżur** - program dok.
 06.25 **Panny i wdowy (5-ost.)** - serial, Polska
 07.20 **Wyprawa na księżyc** - film animowany, Belgia/USA 2008, reż. Ben Stassen
 08.50 **Wilkołak junior** - film familijny, Holandia 2011, wyk. Ole Kroes
 10.40 **Annie** - film familijny, USA 1999
 12.20 **Amerykańska opowieść 2: Fievel jedzie na Zachód** - film animowany, USA 1991
 13.55 **Wyprawa po czarodziejski róg** - film familijny, Norwegia 2011
 15.35 **Bestia z Wolfsburga** - film familijny, Kanada/USA 2010
 17.20 **Wyścig** - film familijny, USA 2005
 19.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2 (3)** - serial
 19.30 **Pingwiny z Madagaskaru 2 (5)** - serial
 20.00 **Król Artur** - film przygodowy, Irlandia/USA 2004
 22.15 **W odwecie za śmierć** - film sensacyjny, USA 2010
 00.10 **Bestia z lasu** - horror, USA 2008
 02.10 **Zobacz to!**

TVP POLONIA

06.30 **Ogniem i mieczem (4-ost.)** - serial, Pol.
 07.30 **Tajemnice wikłowej zatoki (2)** - serial
 08.00 **Pytanie na śniadanie** - mag. poranny
 11.00 **Polonia 24**
 11.40 **Galeria (77)** - serial
 12.00 **Barwy szczęścia (981)** - serial, Polska
 12.30 **Polacy w Hamburgu**
 12.55 **M jak miłość (1015)**
 13.50 **Komisarz Alex (17)**
 14.35 **Zapiski łazęgi: Nowe Nowe Warpno**
 14.50 **Mój pierwszy dzień**
 15.25 **Złotopolscy (846)**
 16.00 **Hala odlotów**
 16.55 **Galeria (77)** - serial
 17.20 **Polonia w Komie**
 17.30 **Teleexpress**
 17.55 **10. Jesień z bluesem: Tadeusz Nalepa z zespołem Dżem** - koncert
 18.50 **Barwy szczęścia (981)** - serial, Polska
 19.20 **Borysław, Galicyjska Pensylwania**
 19.45 **Dobranoc**
 20.00 **Wiad., Sport, Pogoda**
 20.50 **Na dobre i na złe (540)** - serial, Polska
 21.45 **Polonia w Komie**
 22.00 **Polonia 24**
 22.45 **Rejs** - komedia, Polska 1970
 00.00 **Kabaret Rak i Przyjacie**

FOX

05.00 **Orły z Bostonu 2 (9)**
 05.40 **Powrót do życia 2 (7)**
 06.40 **Family Guy. Głowa rodziny 5 (1, 2)**
 07.35 **Glee 4 (3, 4)**
 09.30 **Kości 1 (9, 10)**
 11.25 **White Collar. Biały kołnierzyk 2 (10-13)**
 15.15 **W garniturach 2 (6)**
 16.15 **Family Guy. Głowa rodziny 5 (3-6)**
 18.10 **Współczesna rodzina 2 (1)**
 18.40 **Współczesna rodzina 2 (2)**
 19.05 **Kości 1 (9)**
 20.05 **Kości 1 (10)**
 21.00 **Dochodzenie: Nowy początek (1)**
 22.00 **Dochodzenie: Nowy początek (2)**
 22.55 **Dochodzenie: Nowy początek (3)**
 23.55 **Dochodzenie: Nowy początek (4)**
 00.50 **Homeland 2 (3, 4)**
 02.55 **Zakończenie**

FOX LIFE

05.15 **Prywatna praktyka 5 (9)**
 06.00 **Rita daje czaadu 2 (20)**
 06.30 **Gwiazdy pod lupą 2 (8, 9)**
 07.30 **Żona dla milionera 5 (5, 6)**
 09.25 **Dirty Dancing. Edycja brytyjska 2 (6)**
 10.25 **Projektanci na start 1 (9)**
 11.15 **Gwiazdy pod lupą 2 (5)**
 11.50 **Pierwszy rok po ślubie 1 (1)**
 13.15 **Ostry dyżur 2 (13)**
 14.15 **Gotowe na wszystko 8 (13)**
 15.10 **90210 4 (14, 15)**
 17.05 **Cień anioła 2 (1)**
 18.05 **Czarodziejki 6 (10)**
 19.00 **Gotowe na wszystko 8 (14)**
 20.00 **Premiera: Ostry dyżur 2 (14)**
 21.00 **Jess i chłopaki 1 (9-12)**
 23.00 **Projektanci na start 1 (9)**
 23.55 **Pierwszy rok po ślubie 1 (1)**

AXN

06.00 **Rush 3 (7)**
 07.00 **Rush 3 (8)**
 08.00 **Sanctuary 4 (11)**
 09.00 **Sanctuary 4 (12)**
 10.00 **Sanctuary 4 (13)**
 11.00 **J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze 4 (11)**
 12.05 **Agenci NCIS 6 (11)**
 13.05 **Agenci NCIS 7 (10)**
 14.05 **Castle 2 (1)**
 15.00 **Castle 2 (2)**
 16.00 **Castle 2 (3)**
 17.00 **Castle 2 (4)**
 18.00 **Castle 2 (5)**
 19.00 **Castle 2 (6)**
 20.00 **Castle 2 (7)**
 21.00 **Pod Księżycem Caroliny** - thriller, Niemcy/USA 2007
 22.55 **Nieobliczalny** - film sensacyjny, USA 2006
 00.50 **Agenci NCIS 6 (11)**
 01.45 **Agenci NCIS 7 (10)** - serial kryminalny, USA
 02.30 **J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze 4 (11)**

NATIONAL GEOGRAPHIC

08.00 **Najnowsze odkrycia**
 09.00 **Tajemnice III Rzeszy**
 10.00 **Boska interwencja**
 11.00 **Twierdza na koniec świata**
 12.00 **Miejski przekręt**
 13.00 **Koszmarna wyprawa**
 14.00 **Bractwo Aryjskie**
 15.00 **Apokalipsa: II wojna światowa**
 16.00 **Dzika Rosja**
 17.00 **Katastrofa w przestworzach**
 18.00 **Duży, wielki, największy**
 19.00 **Poszukiwacze złota**
 20.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**
 21.00 **Boska interwencja**
 22.00 **Czekając na apokalipsę**
 23.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**
 00.00 **Narkotyki**

DISCOVERY CHANNEL

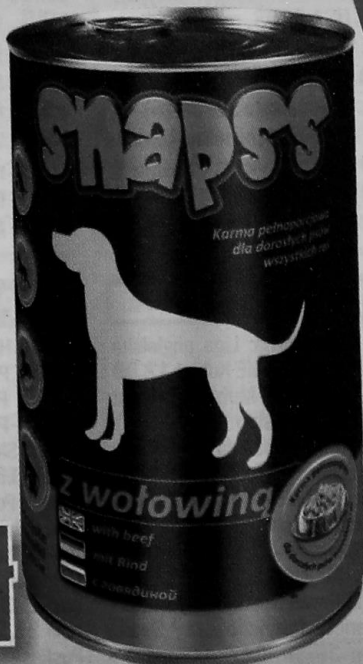
06.00 **Aukcja w ciemno (10, 11, 12, 13, 1-4)**
 10.00 **Aukcja w ciemno (5-12)**
 14.00 **Aukcja w ciemno (13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20)**
 18.00 **Aukcja w ciemno (21, 22, 23, 24, 25, 26)**
 21.00 **Auto - reaktywacja (10)**
 22.00 **Fani czterech kółek**
 23.00 **Bryki nie z fabryki**
 00.00 **Walka o bagaż**
 00.30 **Aukcja w ciemno (12)**
 01.00 **Fani czterech kółek**
 02.00 **Przetwarz z Bearem Grylsem**
 03.00 **poTURBOWani**
 03.50 **Auto - reaktywacja (10)**
 04.40 **Fani czterech kółek**
 05.30 **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**
 13.00 **Policja dla zwierząt w San Francisco**
 14.00 **Najśłodsze zwierzątka**
 15.00 **Kot z piekła rodem**
 16.00 **Zaklinacz lwów (3, 4)**
 17.00 **Łowcy aligatorów (7)**
 18.00 **Policja dla zwierząt w Houston**
 19.00 **Weterynarze**
 20.00 **Pierwsza pomoc dla zwierząt (3, 4)**
 21.00 **Weterynarz z antypodów (4)**
 22.00 **Policja dla zwierząt w Houston**
 23.00 **Policja dla zwierząt w Detroit**
 00.00 **Obcy wewnątrz nas**

REKLAMA

SNAPSS



3,99 zł

TYLKO U NAS !!!

Produkt dostępny w sieci sklepów Zakładów Mięsnych "Lmeat-Luków" S.A., Zakładów Mięsnych Henryka Stokłosy i Zakładów Drobiarskich Koziegłowy. Lista wszystkich sklepów dostępna na stronie internetowej.

Dolina Noteci

www.dolina-noteci.pl

Dział Karmy: e-mail: karma@dolina-noteci.pl tel. 25 797 27 02

przesem, przyjaciela sekretarzem. Po kilku miesiącach zaczęły się sprzeczki. „Panie, matki, żony

aża przyjeździe na Wigilię i obiecała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA



Siostry Wiktorii życzy

Kochany Brat Kuba

TVP 1
TVP 1

08.45 Przygody Bolka i Lolka
08.55 Kung-fu panda. Legenda o niezwykłości (9)
09.25 Pingwiny z Madagaskaru (22)
09.55 iCarly (17)
10.35 Jak to działa
11.10 Nie ma jak Polska
11.40 Weekendowy magazyn filmowy
12.05 Jaka to melodia?
12.40 Anna German (4)
13.40 Zwierzęta świata: Enklawy dzikiej przyrody (14): Stawonogi i my
14.15 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
14.50 Auta - film animowany, USA 2006, reż. John Lasseter
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Tych lat nie odda nikt: Benefis Ireny Santor
18.20 Pogotowie rachunkowe
19.05 Smerfy (272) - serial
19.15 Świnka Peppa 2 (36)
19.30 Wiad., Sport, Pogoda

REKLAMA

TVP 2
TVP 2

06.20 Tygrysy Europy (14): Tygrysy nie płacą
07.05 M jak miłość (1027) - serial obyczajowy, Polska
08.00 Pytanie na śniadanie
11.05 Sztuka życia
11.30 Barwy szczęścia (1031-1033) - serial obyczajowy, Polska, wyk. Katarzyna Glinka
13.05 Superzaradni - mag.
13.40 Biegi narciarskie - studio
13.55 Biegi narciarskie: Zawody PŚ w Oberhofie. Tour de Ski
14.55 Biegi narciarskie - studio
15.15 Rodzinka.pl (109)
15.45 Słowo na niedzielę
15.55 Stawka większa niż życie (3/18): Ścisłe tajne
17.00 Dzięki Bogu już weekend - program rozr.
18.00 Panorama
18.35 Sport, Pogoda
18.50 „Postaw na milion” - kulisy
19.05 Postaw na milion

POLSAT
POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News
07.40 Jeźdźcy smoków (16)
08.20 ** Mój brat niedźwiedź - film animowany, USA 2003
10.10 Ewa go tuje
10.45 ** Jumanji - film przygodowy, USA 1995, reż. Joe Johnston, wyk. Robin Williams
13.05 Queen of Poland 2013
14.05 Flirt z czterdziestką - komedia romantyczna, USA 2008, reż. Mikael Salomon, wyk. Heather Locklear, Robert Buckley, Vanessa Williams, Cameron Bancroft
16.15 Top Chef - pr. kulinarny
17.45 Kolacja z szefem - program rozrywkowy
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport
19.25 Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (183) - serial komediowy, Polska

TVN
TVN

05.35 Uwaga!
05.50 Mango - telezakupy
07.55 Top wings
08.30 Dzień dobry TVN
11.00 * Niekończąca się opowieść: Następny rozdział - film przygodowy, Niemcy 1990, reż. George Miller, wyk. Jonathan Brandis
12.50 Ugotowani 5 - program kulinarny
13.50 MasterChef 2 - program kulinarny
14.50 Top Gear 20 - program motoryzacyjny
15.55 Mam talent! 6
17.30 Kobieta na krańcu świata 5 (3): Złota dziewczyna. Sudan Południowy
18.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
19.00 Fakty, Sport
19.30 Sporty motorowe: Motorowodne GP w Sardzji
19.35 Pogoda
19.45 Uwaga! - magazyn

TV 4
TV 4

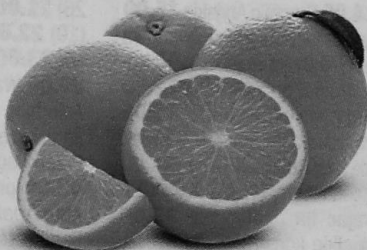
05.35 4music
06.30 Benny Hill
07.10 Ostatnia szansa
08.05 Osobliwi ulubieńcy
09.00 Katastrofy na morzu: Dlaczego statki toną? - film dokumentalny
10.00 Czysta chata
10.55 Galileo
11.50 Frank i džungla 2 (8)
12.50 Mindfreak: Iluzjonista Criss Angel
13.40 Benny Hill - rozr.
14.10 Łowca krokodyli - serial dokumentalny, Australia/USA
14.40 Obcy wewnątrz nas (6) - serial dokumentalny
15.40 Płonący szczyt - film katastroficzny, USA 1997, reż. Graeme Campbell, wyk. Craig Spector, Donna Ebbs, Merrill H. Karpf
17.20 Marsz dinozaurów - film dokumentalny, Wielka Brytania 2010
19.00 Galileo - magazyn



27 - 31.12

349

Pomarańcze 1kg


 29⁹⁹

 Kabanosy luksusowe Gold 1kg
 Sokółów

20.20 KOMEDIA
Tak to się teraz robi

Kassie chce zostać matką. W jej życiu nie ma jednak mężczyzny, z którym mogłaby założyć rodzinę. Decyduje się na zabieg in vitro z użyciem nasienia dawcy.

20.20 Tak to się teraz robi -
FILM komedia, USA 2010, reż. Josh Gordon

22.10 Bibliotekarz 3: Prze-
FILM klęty kielich Judasza - film przyg., USA 2008

23.50 Vabank 2, czyli riposta
FILM - komedia kryminalna, Polska 1984

01.40 Lepiej być piękną i bo-
FILM gata - komedia obyczajowa, Polska 1993

03.10 Zakończenie programu
22.05 THRILLER
Tunel

W podwodnym tunelu łączącym Manhattan z New Jersey eksploduje ciężarówka. Sklepienie obrywa się, a woda zaczyna zatapiać ludzi w samochodach.

20.05 19. Festiwal Kabaretu.
Koszalin 2013: Port
Lotniczy Koszalin
FILM Tunel - thriller, USA

1996, reż. Rob Cohen, wyk. Sylvester Stallone

00.05 Nosowska - koncert
01.10 Uwikłanie - film krymi-
FILM nalny, Polska 2011, reż. Jacek Bromski

03.15 Głowa w chmurach -
FILM dramat, Hiszpania/Kanada/USA/Wlk. Bryt. 2004

20.05 DRAMAT
Cienka czerwona linia

Ekranizacja książki J. Jonesa. II wojna światowa. Oddział amerykańskich żołnierzy ląduje na zajętej przez Japończyków wyspie Guadalcanal.

20.05 Cienka czerwona linia -
FILM dramat wojenny, Kanada/USA 1998, reż. Terrence Malick

23.30 Mistrz - film sensacyjny,
FILM USA 2008, reż. David Mamet

01.40 CSI: Kryminalne zagad-
ki Nowego Jorku (6) -
serial kryminalny, USA
02.40 Dziewczyny z fortuną
03.40 Tajemnice losu
05.00 Wstawaj! Gramy! - muz.
20.00 KOMEDIA
Z ust do ust

Na weselu młodszej siostry babka opowiada Sarah historię sprzed lat. Ona i nieżyjąca już matka Sarah kochały się wówczas w tym samym mężczyźnie.

20.00 Z ust do ust - komedia
FILM obyczajowa, USA 2005, reż. Rob Reiner, wyk. Jennifer Aniston

22.00 Bardzo Dzikie Zachód -
FILM komedia sensacyjna, USA 1999, reż. Barry Sonnenfeld

00.05 Relikt - horror, USA/
Wielka Brytania 1997,
reż. Peter Hyams
02.15 Uwaga! - magazyn
02.30 Arkana magii
20.00 SENSACYJNY
Pod ścianą

Bokser Shane Slavin porzucił ring. Niestety, jego brat Scotty nadal tkwi w tym interesie. Jednocześnie stara się przechrzyć gangstera, dla którego pracuje.

20.00 Pod ścianą - film sensa-
FILM cyjny, Kanada 2011, reż. Jonas Quastel

21.55 Tornado stulecia - film
FILM katastroficzny, USA

2002, reż. Tibor Takacs

23.45 Oddział widmo: Wyścig
FILM z czasem - film sensacyj-

ny, USA 1998
01.30 Łowca krokodyli - serial
02.00 Stop drogówka
02.50 Dekoratornia - magazyn
03.20 4music - program muz.
EUROSPORT
EUROSPORT

08.30 Hokej na lodzie: Spengler Cup
09.45 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ
11.15 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ
12.45 (NŻ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ
13.45 (NŻ) Biegi narciarskie: Tour de Ski
14.30 (NŻ) Biegi narciarskie: Tour de Ski w Oberhofie
16.00 (NŻ) Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní
17.45 Watts
18.00 (NŻ) Biathlon: World Team Challenge w Niemczech
20.00 (NŻ) Hokej na lodzie: Spengler Cup
22.30 Magazyn wyścigów konnych
22.45 Sports Excellence
23.00 Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní
00.00 Biathlon: World Team Challenge

(NŻ) - na żywo

EUROSPORT 2
EUROSPORT 2

03.00 Boks: Walka Wacław Hłazkow - Garrett Wilson
05.00 Bowling: PBA Tour
06.00 Sporty motorowe: FMX - Night of the Jumps
07.00 Sporty motorowe: Supercross
08.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ
10.00 Hokej na lodzie: Spengler Cup w Davos
11.00 Freeride: World Tour w Revelstoke
12.00 Piłka nożna: Bundesliga
13.30 Ski pass
13.45 Watts
14.45 Watts
15.00 (NŻ) Hokej na lodzie: Spengler Cup w Davos
17.15 Watts
18.15 Watts
18.45 Sporty ekstremalne: DEW Tour w Breckenridge
20.00 Na tych samych falach
20.30 Watts
21.30 Watts
22.30 Tennis ziemny: French Open
00.30 Watts

POLSAT SPORT
POLSAT SPORT

07.00 Piłka nożna: Liga angielska
09.10 Siatkówka: ME Kobiet
12.00 (NŻ) Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship
14.00 (NŻ) Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship
16.00 Polska 2014
17.30 Tennis ziemny: Wimbledon 2013 - mecz Łukasz Kubot - Jerzy Janowicz
19.40 Sportowe podsumowanie roku 2013
20.20 Sztuki walki: KSW 24 - walki Paweł Nastula - Karol Bedorf, Mariusz Pudzianowski - Sean McCorkle
22.30 Sportowe podsumowanie roku 2013
23.10 Boks: Gala boksu zawodowego - walka Leonard Bundu - Rafał Jackiewicz
01.20 Boks: Gala boksu zawodowego

TVP SPORT
TVP SPORT

08.05 Hokej na lodzie: Mecz Polska
09.25 Piłka nożna: Finały mundialu
09.40 Piłka nożna: MŚ do lat 17
11.50 Piłka nożna: MŚ do lat 20
14.00 Skoki narciarskie: Mistrzostwa Polski
15.20 (NŻ) Hokej na lodzie: Puchar Polski
18.05 Pieniądże w sporcie - reportaż
18.45 (NŻ) Hokej na lodzie: Puchar Polski - półfinał - mecz Comarch Cracovia Kraków - GKS Tychy
21.35 Piłka nożna: Finały mundialu
21.50 Legendy futbolu: Ferenc Puskas - serial dokumentalny
22.25 Wyścig samochodowy
23.00 Sportowy wieczór
23.20 Piłka nożna: Liga Mistrzów - Borussia Dortmund - SC Napoli
01.10 Zakończenie pr.

TVP REGIONALNA
TVP REGIONALNA

11.30 Gwiazdy to za mało
12.00 Rączka gotuje
12.30 Telenowyny
13.00 Zgłębić tajemnice raka: Ambulatorium
13.30 Aktywni 60+
14.00 Rusz się, człowieku
14.30 Eurośiadzi
14.40 Naturalnie tak
14.45 Wokół nas
14.55 Bieszczadzki Park Narodowy
16.00 Ktośkolwiek widział, ktokolwiek wie...
16.15 Reportaż
16.30 Wstęp wolny z kulturą
17.00 Lecznica pod św. Franciszkiem (3): Rogacz
17.30 Program lokalny
21.00 Naturalnie tak
21.15 Dziennik regionów
21.45 Eurośiadzi
22.00 Program lokalny
23.05 Kultowe rozmowy
23.35 Mówię i godom
00.00 Antenowe remanenty

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

 „Gdy na bocię 4
 to już z

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strugał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce...Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
 Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

TVN SIEDEM 05.55 Misja Martyna eks- tra - program podróz. 06.35 Misja Martyna eks- tra - program podróz. 07.10 Mango - telezakupy 09.15 Obcy w Ameryce (14) - serial, USA 09.45 Człowiek cel (12- ost.) - serial, USA 10.40 Przyjaciele 9 (15) 11.10 Przyjaciele 9 (16) 11.40 Dr House 2 (20) 12.40 Miasto cienia - film ** SF, USA 2008, reż. Gil Kenan 14.30 Usta usta (13) 15.25 Przepis na życie (19) - serial, Polska 16.20 Przepis na życie (20) - serial, Polska 17.25 Przepis na życie (21) - serial, Polska 18.20 Cztery pancerni i pies (4) - serial, Pol. 19.30 Słodkie zmartwie- nia - komedia, USA 1995, reż. Amy Hec- kerling 21.35 Różowa Pantera - ** komedia, USA 2006, reż. Shawn Levy 23.25 Królestwo - film sen- sacyjny, Niemcy/USA 2007, reż. Peter Berg 01.35 Arkana magii 03.45 W roli głównej 04.15 W roli głównej 04.45 W roli głównej 05.15 Zakończenie progr.	TV PULS 06.00 Dyżur - cykl dok. 06.30 No problem! - rozr. 07.00 Taki jest świat - inf. 07.50 Tarzan w wielkim mieście - serial dok. 08.25 Potęga przyrody 09.25 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży 09.55 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży 10.25 Król złodziei - film fa- milijny, Luksemburg/ USA/Wielka Brytania 2006 12.20 Asterix i wikingowie - film animowany, Da- nia/Francja 2006 13.55 Najpiękniejsze ba- śnie braci Grimm: Śnieżka i Różyczka - baśń filmowa, Niemcy 2012 15.05 Smokiem i mieczem - film przygodowy, Niemcy/Wielka Bryta- nia 2004 16.45 Pinokio - film przygo- dowy, Włochy 2002 19.00 Pingwiny z Madaga- skaru 3 - serial, USA 20.00 Mad Max pod Kopu- łą Gromu - film sen- sac., Australia 1985 22.05 Uniwersalny żoł- nierz: Regeneracja - film sens., USA 2009 23.55 Piła 4 - horror, USA 2007, wyk. Tobin Bell 01.35 Zobacz to!	TVP POLONIA 06.35 Złotopolscy (844-846) 07.55 Co nam w duszy gra 08.55 Polonia 24 09.40 Załoga eko 10.10 Cała Polska śpiewa kolędy z TVP 1 i ra- diem Zet 11.05 Polonia w Komie 11.20 Więzy krwi (1) 12.10 Łamigłówna 12.20 Pamiętaj o mnie 12.40 Ojciec Mateusz (117) - serial, Polska 13.30 Makłowicz w podróży 14.00 Na dobre i na złe (540) - serial, Polska 15.00 Rozmowa kontrolo- wana z Sylwestrem Chęcińskim - film dok., Polska 2011 16.00 Kulturalni.pl - mag. 17.00 Słownik pol- sko@polski 17.25 Łamigłówna 17.30 Teleexpress 17.55 M jak miłość (1016) 18.50 Złota sobota - pio- senki z lat 90. 19.35 Polonia w Komie 19.45 Dobranocka 20.00 Wiad., Sport, Pogoda 20.45 Czas honoru (64) 21.35 Pamiętaj o mnie 22.00 Polacy tu i tam: Ma- gazyn polonijny 22.40 Ostatnia akcja - ko- media, Polska 2009 00.15 Słownik pol- sko@polski	FOX 05.00 Glee 3 (19, 20, 21, 22) 08.30 Terra Nova 1 (10, 11, 12) 11.25 Family Guy. Głowa rodziny 4 (8, 9, 10, 11) 13.20 The Listener. Słyszający myśli 3 (11, 12) 15.15 W garniturach 2 (6) 16.15 Orły z Bostonu 2 (8, 9) 18.05 Kości 1 (1) 19.00 Kości 1 (2) 20.00 Kości 1 (3) 21.00 Kości 1 (4) 22.00 De- mony da Vinci 1 (3) 23.20 Za- wód: Amerykanin 1 (3) 00.20 Zawód: Amerykanin 1 (4) 01.20 Współczesna rodzina 1 (17) 01.50 Współczesna rodzina 1 (18) 02.15 Współczesna ro- dzina 1 (19) 02.45 Współcze- sna rodzina 1 (20, 21) 03.40 Współczesna rodzina 1 (22) 04.05 Zakończenie	FOX LIFE 05.15 Gwiazdy pod lupą 2 (5) 05.45 Top Model. Edycja bry- tyjska 4 (3) 06.30 Jess i chło- paki 1 (9-12) 08.25 Rosjanie jakich nie znacie 1 (1-4) 12.20 Rosjanie jakich nie znacie 1 (5) 13.15 Rosjanie jakich nie znacie 1 (6) 14.15 Rosjanie jakich nie znacie 1 (7) 15.10 Rosjanie jakich nie znacie 1 (8) 16.10 Rosjanie jakich nie znacie 1 (9) 17.05 Projektan- ci na start 1 (9) 18.05 Ko- chanki 1 (3) 19.05 Kochanki 1 (4) 20.00 Zemsta 3 (5) 21.00 Doktor Hart 1 (6) 22.00 Dok- tor Hart 1 (7) 22.55 Doktor Hart 1 (8) 23.55 Doktor Hart 1 (9) 00.50 Zmiana planów 02.40 Zamiana miejsc (1)	AXN 06.00 Rush 3 (9) 07.00 Rush 3 (10) 07.55 Rush 3 (11) 08.55 J.A.G. - Wojskowe Biu- ro Śledcze 4 (21) 09.55 Ta- jemniczy element 2 (15) 10.55 Tajemniczy element 2 (16) 11.55 Agenci NCIS: Los Ange- les 3 (21) 12.50 Agenci NCIS: Los Angeles 3 (22) 13.50 Cas- tle 2 (8) 14.50 Castle 2 (9) 15.45 Castle 2 (10, 11) 17.45 Castle 2 (12) 18.45 Castle 2 (13) 19.45 Płonąca pułapka - film sensacyjny, USA 2004 22.00 Tatarak - dramat, Polska 2009 23.45 Na wysokości - horror SF, Kanada/USA 2010 01.40 Tajemniczy element 2 (15) - serial SF, USA 02.25 Ta- jemniczy element 2 (16)	ANIMAL PLANET 06.00 Łowca z dzicy 07.00 Dziką Ameryką 08.00 Zabój- cze zwierzęta 10.00 Pies na medal (1) 11.00 Kłopotliwe zwierzęta 12.00 Kot z piekła rodem (1, 2) 14.00 Słodkie dzieciństwo 15.00 Życie 16.00 Życie wśród gepardów (2) 17.00 Na haczyku 18.00 Mistrz węd- ki 19.00 Na bagnach Florydy (25, 26) 20.00 Poznajcie le- niwce (3, 4) 21.00 Łowcy ali- gatorów (8) 22.00 Policja dla zwierząt w Houston 23.00 Policja dla zwierząt w Detroit 00.00 Na haczyku 01.00 Mistrz wędki
---	---	---	--	--	--	---

Rzucić palenie i bądź zdrowa w nowym roku!

Do rzucenia palenia namawia Magdalena Cedzyńska, kierownik Poradni Pomocy Palącym działającej przy Centrum Onkologii – Instytucie im. Marii Skłodowskiej-Curie.



Dlaczego kobiety palą papierosy?
Jeszcze kilkadziesiąt lat temu papieros był dla kobiet przede wszystkim symbolem emancypacji. Dzisiaj proces uzależnienia się kobiet od palenia tytoniu jest dużo bardziej skomplikowany. Panie zaczynają palić z pobudek towarzyskich, bo palą również ich rówieśnicy. Palenie jest dziś dla kobiet sposobem na rozładowanie emocji i stresu. Poza tym kobiety łatwiej niż mężczyźni uzależniają się od palenia i trudniej im z tym nałogiem skończyć. Przypuszcza się, że równie istotne jak uzależnienie od nikotyny jest dla nich uzależnienie się od samego rytuału palenia i okoliczności, w których sięgają po papierosa.

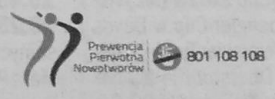
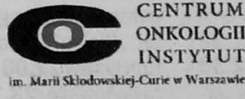
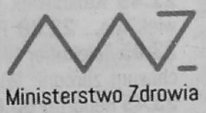
Czy palenie tytoniu naprawdę jest tak szkodliwe dla zdrowia, jak alarmują lekarze?
Niestety tak. Palenie tytoniu powoduje wiele schorzeń, które często prowadzą do śmierci. Palenie może być przyczyną m.in. niewydolności oddechowej, miażdżycy, udarów, wrzodów żołądka, osteoporozy, chorób serca z zawałem na

czele, nowotworów jamy ustnej, przełyku i krtani oraz płuca. Niestety, w ostatnich latach, lawino- wo wzrosła zachorowalność i umieralność na raka płuca wśród palących kobiet. Jeśli to zjawisko nie wyhamuje, to w ciągu najbliższych 10 lat z powodu raka płuca spowodowanego paleniem tytoniu, w Polsce może umrzeć przedwcześnie ponad 60 tys. kobiet – to więcej niż liczba mieszkalców Zakopanego, Augustowa i Krynicy Morskiej razem wziętych.

A jeśli pali przyszła mama?
Palenie papierosów przez kobietę ciężarną może doprowadzić do poronienia, porodu przedwcze- snego i ciężkich dysfunkcji organizmu dziecka. W Polsce każdego roku rodzi się ponad 75 tys. dzieci, których matki paliły w ciąży. Te dzieci są znacznie gorzej przygotowane do życia – rodzą się mniejsze, są niespokojne i płaczące, po porodzie mogą wystąpić u nich objawy odstawie- nia nikotyny. Dzieci palących kobiet są kilkakrot- nie bardziej narażone na ryzyko śmierci łóżeczkowej, częściej chorują na infekcje górnych dróg

oddechowych i mają zaburzenia związane z funkcjonowaniem przewodu pokarmowego. Dlatego kobieta, która dowiaduje się, że jest w ciąży, bezwzględnie powinna przestać palić.

Co zrobić, aby ustrzec się przed zachorowa- niem na raka płuca?
Najskuteczniejszym i jedynym znanym obecnie sposobem zniesienia ryzyka zachorowania na raka płuca, jest rzucenie palenia. Pocieszające jest, że ponad 50 proc. kobiet codziennie palących papierosy chciałoby rzucić palenie. Obecnie uzależnienie od tytoniu traktowane jest jak choroba, którą trzeba leczyć. Jest wiele sposobów na uwolnienie się od uzależnienia: od silnej woli przez terapie farmakologiczne dostosowane indywidualnie dla każdego palacza, a także wsparcie psychologiczne. Pomocna w procesie rzucania palenia jest funkcjonująca przy Centrum Onkologii – Instytucie im. Marii Skłodowskiej-Curie ogólnopolska **Telefoniczna Poradnia Pomocy Palącym** (tel: 801 108 108).



Zadanie Prewencja pierwotna nowotworów jest finansowane przez Ministerstwo Zdrowia w ramach Narodowego programu zwalczania chorób nowotworowych.

przez... przyjaciółkę sekretar-
rzem. Po kilku miesiącach zaczęły
się sprzeczki. „Panie, matki, żony
dzia przyjeździe na Wigilię i obie-
cała, że ją przywiezie...
MARIA TOCKA



SIOSTRY WIKTORII zyczy
Kochany Brat Kuba

TVP 1
TVP 1

06.35 My, wy, oni **07.00** Transmisja mszy świętej **08.00** Tydzień **08.25** Domisie **08.55** Ziarno **09.35** Zwykła, niezwykła rodzinka (15) **10.20** Zwykła, niezwykła rodzinka (16) **11.10** Latarnicy.pl **11.35** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.10** Między ziemią a niebem - magazyn **12.35** Pogotowie rachunkowe **13.30** Świat z lotu ptaka (1) **14.35** Góra czarownic - film przygodowy, USA 2009, reż. Andy Fickman **16.20** Skoki narciarskie: Zawody Turnieju Czterech Skoczni **17.35** Teleexpress **17.45** Skoki narciarskie: Zawody Turnieju Czterech Skoczni **18.55** Jaka to melodia? **19.30** Wiad., Sport, Pogoda

REKLAMA

TVP 2
TVP 2

08.15 Barwy szczęścia (1034, 1035) **09.15** Kultura, głupcze **09.50** Kangur Dundee - dok., Wielka Brytania 2013 **10.45** Wojciech Cejrowski - boso przez świat **11.20** Makłowicz w podróży **11.50** ** Garbus - film kostiumowy, Francja/Włochy 1959 **13.45** Familiada - teleturniej **14.15** Biegi narciarskie - studio **14.25** Biegi narciarskie: Zawody PŚ w Oberhofie. Tour de Ski **15.15** Biegi narciarskie - studio **15.35** Beethoven 3 - komedia, USA 2000, reż. David M. Evans **17.20** Janusz Majewski i Jan Wolek **18.00** Panorama **18.35** Sport telegram **18.45** Pogoda **18.50** Dzięki Bogu już weekend: Premiera w tygodniu - program rozr.

POLSAT
POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News **07.40** Scooby Doo i brygada detektywów (5) **08.15** Jeźdźcy smoków (17) **08.40** *** Simpsonowie - wersja kinowa - film animowany, USA 2007 **10.30** ** Mój brat niedźwiedź - film anim., USA 2003 **12.10** Zamki na lodzie - dramat, USA 2010, reż. Donald Wrye, wyk. Taylor Firth, Rob Mayes **14.25** Joe Dirt - komedia, USA 2001, reż. Dennie Gordon, wyk. David Spade, Brittany Daniel **16.15** Świat według Kiepskich (13) - serial kom. **16.45** Świat według Kiepskich (279) - serial **17.45** Nasz nowy dom (3) **18.50** Wydarzenia **19.20** Sport, Pogoda **19.30** Państwo w państwie - program publicystyczny

TVN
TVN

05.35 Uwaga! **05.50** Mango - telezakupy **07.55** Maja w ogrodzie **08.25** Akademia ogrodnika **08.30** Dzień dobry TVN **11.00** Kobieta na krańcu świata 5 (4): Kobieta 5XL - program podróżniczy **11.35** Co za tydzień - magazyn **12.05** Prawo Agaty 4 (4/13) - serial obyczajowy **13.05** Lekarze 3 (4/13) - serial obyczajowy, Polska **14.05** Uwolnić orkę 3: Na ratunek - film przygodowy, USA 1997, reż. Sam Pillsbury, wyk. Jason James Richter, August Schellenberg, Annie Corley **15.50** Grinch: Święt nie będzie - film familijny, USA 2000, reż. Ron Howard, wyk. Jim Carrey **18.00** Ugotowani 5 **19.00** Fakty, Sport, Pogoda **19.45** Uwaga! - magazyn

TV 4
TV 4

05.40 4music **06.35** Benny Hill **07.10** Tuż przed tragedią (6) - dok. **08.05** Dekoratornia **08.35** Australijskie rekordy Guinnessa **09.05** Abner, niewidzialny pies - kom., USA 2013 **10.50** Galileo **11.45** Mindfreak: Iluzjonista Criss Angel **12.10** Mindfreak: Iluzjonista Criss Angel **12.35** Benny Hill - rozr. **13.05** Dekoratornia - magazyn **13.30** Frank i dżungla 2 (9) - serial dokumentalny **14.30** Tuż przed tragedią (7) - film dokumentalny **15.30** Niezatapialny „Titanic” (1) - film dok., USA **16.15** Łowca krokodyli - serial dokumentalny **16.40** Megachichot - rozr. **17.10** Elektra - film sensacyjny, USA 2005, reż. Rob Bowman **19.05** Galileo - magazyn



27 - 31.12

249



Wafle Familijne od 150 do 180g
Jutrzienka; wszystkie rodzaje;
od 13,83 do 16,60zł/kg

599



Papier toaletowy Mola 8 rolek
biały; 0,75zł/szt.


21.20 KOMEDIA
Dlaczego nie!

Małgosia kończy studia na ASP. Marzy o pracy w agencji reklamowej i o wielkiej miłości. Pewnego dnia poznaje Janka, prezesa firmy reklamowej.

20.20 Anna German (5) - serial biograficzny, Rosja
21.20 Dlaczego nie! - komedia

romantyczna, Polska

2007, reż. Ryszard

Zatorski

23.10 Tak to się teraz robi -

komedia, USA 2010, reż.

Josh Gordon

01.00 Niezwyciężony - film

sensacyjny, Rosja 2008,

reż. Oleg Pogodin

03.00 Zakończenie programu
21.10 SERIAL
Krew z krwi (5/8)

Stefan informuje Carmen, że trzeba odwołać transport. Kobieta namawia do współpracy pracownika portu. Musi za to zapłacić wysoką cenę.

20.05 3. Mazurska Biesiada
Kabaretowa: Baby górą!

- widowisko

21.10 Krew z krwi (5/8)
22.10 Złote Berło dla Danuty

Szaflarskiej

22.50 Jolanta: Filmowa wersja

opery Piotra Czajkowskiego - opera,

Polska 2013

00.40 Głowa w chmurach -

dramat Hiszpania/Kanada/USA/Wlk. Bryt. 2004

00.40 Głowa w chmurach -

dramat Hiszpania/Kanada/USA/Wlk. Bryt. 2004

14.25 KOMEDIA
Joe Dirt

Ośmioletni Joe Dirt zgubił rodziców w Wielkim Kanionie. Po latach postanawia ich poszukać. Podczas wędrówki po Ameryce spotyka wielu dziwnych ludzi.

20.05 Michael Jackson: This is It

- film dokumentalny, USA 2009, reż. Kenny

Ortega

22.20 Kości (143) - serial kry-

minalny, USA

23.20 Kości (144) - serial kry-

minalny, USA

00.20 Dobry agent - dramat

sensacyjny, USA 2006,

reż. Robert De Niro

03.15 Magazyn sportowy
05.00 Wstawaj! Gramy! - muz.
20.00 PRZYGODOWY
Poszukiwacze świętej włóczni

Prof. Bachmann znika bez śladu. Wcześniej wysłał e-mail do archeologa Kathariny ze współrzędnymi swej lokalizacji. Katharina podąża śladem profesora.

20.00 Poszukiwacze świętej

włóczni - film przygodo-

wy, Niemcy 2010, reż.

Florian Baxmeyer, wyk.

Kai Wiesinger, Bettina

Zimmermann

22.25 Agenci NCIS 8 (3/24) -

serial kryminalny, USA

23.25 Sekta - thriller, USA

2000, reż. Rob Cohen,

wyk. Hill Harper

01.30 Uwaga! - magazyn
01.45 Arkana magii
20.00 SENSACYJNY
Droga ucieczki

Dziesięciu obcych sobie ludzi wraca autobusem do domu. Na opuszczonym odcinku drogi autobus potrąca motocyklistę, który zaczyna do nich strzelać.

20.00 Droga ucieczki - film

sensacyjny, USA 2008,

reż. Scott Ziehl

21.50 Zakładnik - thriller,

Niemcy/USA 2002, reż.

Bob Rafelson

23.40 Oddział widmo: Wyścig

z czasem - film sensacyj-

ny, USA 1998

01.30 Łowca krokodyli - serial
02.00 Stop drogówka
02.50 Dekoratornia - magazyn
03.20 4music - program muz.
EUROSPORT
EUROSPORT

08.30 Biathlon: World Team Challenge **09.30** Biegi narciarskie: Tour de Ski **10.15 (NŻ)** Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **11.30 (NŻ)** Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **13.00 (NŻ)** Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **14.15 (NŻ)** Biegi narciarskie: Tour de Ski **16.15 (NŻ)** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **18.15** Wintersports **18.20** Biegi narciarskie: Tour de Ski **19.15** Hokej na lodzie: Spengler Cup **20.15 (NŻ)** Hokej na lodzie: Spengler Cup w Davos **22.30** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni w Oberstdorfie **23.30** Biegi narciarskie: Tour de Ski **00.30** Biathlon: World Team Challenge

EUROSPORT 2
EUROSPORT 2

05.00 Bowling: PBA Tour **06.00** Sporty motorowe: Supercross **08.30** Sporty ekstremalne: DEW Tour w Breckenridge **10.00** Hokej na lodzie: Spengler Cup **11.00** Biathlon: World Team Challenge **12.00** Piłka nożna: Klubowe MŚ **13.30** Freeride: World Tour **14.30** Watts **14.45** Ski pass **15.00 (NŻ)** Hokej na lodzie: Spengler Cup **17.15** Watts **18.15** Watts **18.45** Sporty ekstremalne: DEW Tour **19.45** Biegi narciarskie: Tour de Ski **20.25** Wintersports **20.30** Na tych samych falach **21.00** Watts **21.30** Mats Point **22.00** Mats Point **22.30** Mats Point **22.30** Tennis ziemny: US Open w Nowym Jorku **00.30** Watts

POLSAT SPORT
POLSAT SPORT

07.00 Siatkówka: ME Kobiet **10.00** Sportowe podsumowanie roku 2013 **10.30** Sportowe podsumowanie roku 2013 **11.00 (NŻ)** Cafe Futbol **12.30** Atleci **13.10** Sportowe podsumowanie roku 2013 **14.50** Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship **17.00** Sportowe podsumowanie roku 2013 **18.10** Tennis ziemny: Mubadala World Tennis Championship **20.20** Sportowe podsumowanie roku 2013 **21.00** Boks: Gala boksu zawodowego - walka Krzysztof „Diablo” Włodarczyk - Rachim Czachkijew **22.00** Boks: Gala boksu zawodowego **23.10** Polska 2014 **00.40** Sztuki walki: KSW 22

TVP SPORT
TVP SPORT

08.05 Hokej na lodzie: Puchar Polski **10.10** Piłka nożna: Finały mundialu **10.20** Hokej na lodzie: Puchar Polski **12.30** Rio 2014 **13.05** Piłka nożna: Mecz towarzyski Polska - Słowacja **15.10** Piłka nożna: Mecz towarzyski Polska - Irlandia **17.10** Powrót **17.45 (NŻ)** Hokej na lodzie: Puchar Polski - finał **20.45** Tennis ziemny: Turniej WTA w Stambule - finał - mecz Na Li - Serena Williams **22.30** Rajdy samochodowe: MŚ **23.00** Sportowa niedziela - program informacyjno-publicystyczny **23.25** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Olimpie Marsylia - Borussia Dortmund **01.10** Zakończenie programu

TVP REGIONALNA
TVP

11.30 Podwodna Polska: Tajemnice Bałtyku **12.00** Głos regionów **13.00** Agroszansa **13.30** Przystanek Ziemia **14.00** Kultowe rozmowy **14.30** Reportaż **14.40** Echa tygodnia - kraj **14.45** Wokół nas **14.55** Świętokrzyski Park Narodowy - film dokumentalny **16.00** Młodzież kontra **17.00** Lecznicza pod św. Franciszkiem **17.30** Program lokalny **21.00** Echa tygodnia - kraj **21.15** Dziennik regionów **21.45** Ktośkolwiek widział, ktośkolwiek wie... **22.00** Program lokalny **23.05** Telekurier ekstra **23.35** Archiwum zbrodni: Więzień sumienia **23.45** Reportaż **00.00** Ukryte prawdy **00.20** Czarny serial (5)

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

(NŻ) - na żywo

6

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strzągał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce...Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

dzień w kalendarzu babci niósł na

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

TVN SIEDEM

05.35 Misja Martyna eks-tra - program podróży.
06.15 Misja Martyna eks-tra - program podróży.
06.55 Mango - telezakupy
09.00 Cztery pancerni i pies (4) - serial, Pol.
10.10 Przyjaciele 9 (17)
10.40 Przyjaciele 9 (18)
11.10 Quo vadis (1) - film ***
 kostiumowy, USA 1951, reż. Mervyn Le-Roy, wyk. Robert Taylor, Deborah Kerr
12.55 Quo vadis (2-ost.) - film kostiumowy, USA 1951, reż. Mervyn Le-Roy, wyk. Robert Taylor, Deborah Kerr
14.40 Pół żartem, pół serio - komedia, USA 1959, reż. Billy Wilder
17.00 Słodkie zmartwienie - kom., USA 1995, reż. Amy Heckerling
19.00 Kobra: Oddział specjalny 11 (8) - serial
20.00 Królestwo - film sensacyjny, Niemcy/USA 2007, reż. Peter Berg
22.15 Mentalista 3 (19)
23.15 Poziom P2 - thriller, USA 2007, reż. Franck Khalfoun
01.15 Arkana magii
03.25 W roli głównej
04.25 Zakończenie progr.

TV PULS

06.00 Kręcimy z gwiazdami - program rozr.
07.00 Jan Paweł II - film ***
 biograf., Pol./USA/Wł. 2006, wyk. Jon Voight
08.00 Potęga przyrody (3)
09.00 Wojciech Cejrowski. Boso - cykl reportaży
10.00 Bananowa liga - kom., *
 Kanada/USA 2001
11.35 Barbie: Księżniczka i piosenkarka - film anim., USA 2012
12.55 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Pani Zamek - baśń film., Niemcy 2009
14.00 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Wieloskórka - baśń film., Niemcy 2012
15.05 Ples nr 1 - film familijny, USA 2010
16.50 Król Artur - film przyg., Irl./USA 2004
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 - serial, USA
20.00 Kariera Nikosia Dyzmy - komedia, Polska 2002
22.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (9, 10) - serial, USA
00.00 Instynkt drapieżcy - horror, Australia 2010, reż. Josh Reed
01.40 Zobacz to!

TVP POLONIA

09.40 Ziarno
10.10 Czerdziestolatek - 20 lat później (14)
11.15 Pamiętają o mnie
11.30 Polonia w Komie
11.35 Między ziemią a niebem - magazyn
12.00 Anioł Pański
12.10 Między ziemią a niebem - magazyn
12.45 Pod Tatrami
13.00 Transmisja mszy świętej
14.20 Laskowik & Malicki
15.20 Okrasa łamie przepisy - magazyn
15.50 Alchemia zdrowia i urody - magazyn
16.05 Skarby prowincji
16.25 Ameryka Paderewskiemu: Festiwal Paderewskiego w Paso Robles 2013
16.55 Made in Poland
17.30 Opolo 2009 na bis (4) - koncert
17.50 M jak miłość (1017)
18.45 Witaj, mała gwiazdka
19.40 Dobranocka
20.00 Wiad., Sport, Pogoda
20.45 Ranczo (88) - serial
21.40 Pamiętają o mnie
22.00 Tygodnik.pl - mag.
23.00 Czerdziestolatek - 20 lat później (15-ost.)
00.15 Ameryka Paderewskiemu

FILM DNIA

20.00 TVN SIEDEM ***

FILM PRZEDSTAWIA
 REALISTYCZNĄ
 WIZJĘ WALKI
 Z TERROREM.

Królestwo

Wataku przeprowadzonym przez zamachowców samobójców na osiedle mieszkaniowe w stolicy Arabii Saudyjskiej zginęło ponad 100 i ranionych zostało około 200 pracowników kompanii naftowej i ich rodzin. Podczas gdy biurokraci prowadzą przedłużające się rozmowy, do akcji wkracza-

ją agent specjalny Ronald Fleury (Jamie Foxx) i jego zespół. Mają pięć dni na to, aby odnaleźć sterującego zamachami bombowymi szaleńca i powstrzymać go przed kolejnym atakiem.

SENSACYJNY, NIEMCY/USA 2007, REŻ. PETER BERG, WYK. JAMIE FOXX, CHRIS COOPER, JENNIFER GARNER, JASON BATEMAN

Na planie wydarzył się tragiczny wypadek, w którym stracił życie asystent scenografa Nick Papac.

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

Nie chrap!!!

Mechanizm chrapania jest związany z ewolucją homo sapiens, a konkretnie z wyprostowaną postawą. Drogi oddechowe naszych czworonożnych przodków biegnęły od nosa do płuc w linii prostej.

U człowieka droga ta jest bardziej skomplikowana, zagina się mocno tuż za nosem w okolicy gardła; jeżeli w tym miejscu pojawi się jakakolwiek przeszkoda, wdychane powietrze napotyka zwiększony opór i musi przedzierać się przez drogi oddechowe pod zwiększonym ciśnieniem. Utrudnienia w oddychaniu mogą wynikać z alergii (obrzęk ścian dróg oddechowych), otyłości (ucisk tkanek tłuszczowej na gardło) lub osłabienia mięśniówki gardła. Towarzyszy temu wysychanie błony śluzowej nosa i gardła oraz obniżenie napięcia mięśni gardła, a także podstawy języka, co powoduje, że język opada ku tyłowi, zwiężając drogi oddechowe. W tych warunkach typowe dla chrapania dźwięki powstają w wyniku vibracji podniebienia miękkiego stykającego się z tylną ścianą gardła lub nasadą języka.

Chrapanie najczęściej występuje podczas snu. Choć nie zagraża życiu, może być objawem groźnego bezdechu sennego. Chrapanie może utrudniać sen osobie dotkniętej tym problemem i innym, śpiącym w pobliżu. Ocenia się, że około 30% dorosłych ludzi chrapie. Nie istnieje gwarantowany sposób na pozbycie się chrapania. Wyrób medyczny NIE CHRAP!!! może jednak zredukować lub usunąć objawy chrapania i zapewnić spokojny nocny odpoczynek.



Producent: P.F. „PROLAB” sp.j., Paterek
 ul. Przemysłowa 3,
 89-100 Nakło nad Notecią

Siostry wiktoria zyczy

Kochany Brat Kuba

FOX

05.00 Glee 4 (1, 2, 3, 4)
08.30 Family Guy. Głowa rodziny 5 (1, 2, 3)
10.00 Family Guy. Głowa rodziny 5 (4)
10.30 Współczesna rodzina 1 (23, 24)
11.25 Kości 1 (5-8)
15.15 Kości 1 (9)
16.15 Kości 1 (10)
17.10 Terra Nova 1 (10)
18.05 Terra Nova 1 (11)
19.00 Terra Nova 1 (12)
20.00 The Glades 3 (9)
21.00 Premiera: W garniturach 2 (7)
22.00 The Walking Dead 4 (4, 5)
23.55 Demony da Vinci 1 (3)
01.25 Zawód: Amerykanin 1 (3)
02.15 Zawód: Amerykanin 1 (4)
03.00 Zakończenie

FOX LIFE

05.15 Rita daje czadu 2 (20)
05.45 Top Model. Edycja brytyjska 4 (4, 5)
07.30 Ostry dyżur 2 (11-14)
11.20 Projektanci na start 1 (7, 8, 9)
14.15 W stylu gwiazd 1 (3)
15.15 Pierwszy rok po ślubie 1 (1)
16.40 Gwiazdy pod lupą 2 (5)
17.10 X Factor. Edycja amerykańska 3 (23, 24)
20.00 Świat według Mindy 1 (17, 18)
21.00 Świat według Mindy 1 (19)
21.30 Świat według Mindy 1 (20)
22.00 Premiera: Zemsta 3 (6)
22.55 Projektanci na start 1 (9)
23.55 Góra tajemnic (1)

AXN

06.00 Rush 3 (12)
07.00 Rush 3 (13)
08.00 Rush 3 (14)
09.05 J.A.G. - Wojskowe Biuro Śledcze 4 (22)
10.10 Agenci NCIS: Los Angeles 3 (23, 24)
12.05 Faceci w czerni - komedia SF, USA 1997
14.00 Castle 2 (14)
15.00 Castle 2 (15)
16.00 Castle 2 (17)
17.00 Castle 2 (18)
18.00 Castle 2 (19)
19.00 Castle 2 (20)
20.00 Agenci NCIS 7 (17)
21.00 Agenci NCIS 7 (18)
22.00 Patricia Cornwell: Front - film krym., USA 2010
23.55 Zdrada - thriller, USA 1997
02.05 Agenci NCIS 7 (17, 18)

ANIMAL PLANET

06.00 Małpie życie (9, 10)
07.00 Szalone safari
08.00 Zabójcze zwierzęta
10.00 Dinozaury z głębin
11.00 Prehistoryczna Ameryka
12.00 Upiorne robale (5)
13.00 Dzielcy lokatorzy
14.00 Megalodon - zagadka głębin
16.00 Zaklinacz węży
17.00 Piękne węże
18.00 Na bagnach Florydy
19.00 Dżicy lokatorzy
20.00 Małe zwierzę, wielki strach (4)
21.00 Zwierzęca obsesja
22.00 Policja dla zwierząt w Houston
23.00 Policja dla zwierząt w Detroit
00.00 Małe zwierzę, wielki strach (4)

DISCOVERY CHANNEL

07.00 Dynamo - więcej niż magia (3)
08.00 Aukcje czterech kółek
09.00 Bryki nie z fabryki
10.00 Auto - reaktywacja
12.00 Fani czterech kółek
13.00 Wyprowadź po cztery kółka
14.00 Walka o bagaż (9, 10)
15.00 Aukcja w ciemno (7, 8)
16.00 Łowcy okazji
17.00 Największy statek świata
18.00 Przetrwać z Bearem Grylsem
19.00 W sieci eksperymentów
20.00 Dynamo - więcej niż magia (1)
21.00 Bruce Lee - karate mistrz (1, 2)
23.00 Mafia amiszów
00.00 Ekstremalny off-road

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.

Biurowo Reklamowy
 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
 Reklama: strona 16.

przez... przyjaciela sekretarzem. Po kilku miesiącach zaczęły się sprzeczki. „Panie, matki, żony

uzia przyjeżdża na wigilię i obiecała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA

PONIEDZIAŁEK | 30 GRUDNIA

TVP 1

TVP 1

05.30 Naszaarmia.pl **05.55** TVP Info w TVP 1 **08.15** Teleszakupy **08.50** Ojciec Mateusz (96) **09.45** Świat z lotu ptaka (1) - film dokumentalny, Wielka Brytania 2012 **10.50** * **Dlaczego nie!** - komedia romantyczna, Polska 2007 **12.40** **Natura w Jedyńce:** **Niedźwiedzie z Alaski (1): Miasto niedźwiedzi** - film dok., USA 2012 **13.45** **Jaka to melodia?** **14.20** **Kabaretowe hity Jedyńki** - program rozr. **14.45** **Randka z gwiazdą** - film familijny, USA 2010, reż. Michael Grossman **16.05** **Opole 2013** - kabaret **17.00** **Teleexpress, Pogoda** **17.25** **Jaka to melodia?** **17.55** **Gwiazda w Jedyńce:** **Helena Vondračkova** **18.30** **Świat się kręci** **19.30** **Wiad., Sport, Pogoda**

REKLAMA

TVP 2

TVP 2

06.10 **Faceci do wzięcia** (67) **06.40** **Coś dla ciebie** **07.05** **M jak miłość** (410) **08.00** **Pytanie na śniadanie** **10.35** **Barwy szczęścia** (1036) **11.05** **Na dobre i na złe** (203): **Bezdomny profesor** - serial obyczajowy, Polska **12.05** **Superzaradni** - mag. **12.35** **Wojciech Cejrowski - bosy przez świat: U brzegów Sahary** **13.10** **Beethoven 3** - komedia, USA 2000, reż. David M. Evans **14.55** **E.T.** - film SF, USA 1982, reż. Steven Spielberg, wyk. Henry Thomas **17.00** **Rodzinka.pl** (109, 110) **18.00** **Panorama** **18.30** **Sport telegram** **18.40** **Pogoda** **18.50** **Jeden z dziesięciu** **19.25** **Barwy szczęścia** (1036) - serial

POLSAT

POLSAT

06.00 **Nowy dzień z Polsat News** **08.15** **Świat według Kiepskich** (144) **09.00** **Malanowski i Partnerzy** (121) **09.30** **Malanowski i Partnerzy** (122) **10.00** **Trudne sprawy** (206) **11.00** **Dlaczego ja?** (203) - serial fabularno-dokumentalny **12.00** **Dom nie do poznania** **14.00** **Pierwsza miłość** (1806) - serial obyczajowy, Polska **14.45** **Trudne sprawy** (204) - serial fab. dok. **15.50** **Wydarzenia, Pogoda** **16.15** **Interwencja** - magazyn **16.30** **Malanowski i Partnerzy** (170) - serial **17.00** **Dlaczego ja?** (142) **18.00** **Pierwsza miłość** (1807) - serial, Polska **18.50** **Wydarzenia** **19.20** **Sport, Pogoda** **19.30** **Świat według Kiepskich** (140) - serial

TVN

TVN

05.05 **Uwaga!** **05.20** **Rozmowy w toku** **06.20** **Mango** - teleszakupy **07.25** **Co za tydzień** - magazyn **08.00** **Dzień dobry TVN** - magazyn poranny **11.10** **Ukryta prawda** (174) - serial fabularno-dokumentalny, Polska **12.15** **Szpital (71)** - serial fabularno-dokumentalny **13.15** **W-11 - wydział śledczy** (619) - serial fabularno-dokumentalny **14.00** **Wawa non stop** (83) - serial, Polska **15.00** **Ukryta prawda** (175) - serial fabularno-dok. **16.00** **Rozmowy w toku** **17.00** **Wawa non stop** (84) - serial, Polska **18.00** **Szpital (72)** - serial fabularno-dokumentalny **19.00** **Fakty, Sport** **19.40** **Pogoda** **19.50** **Uwaga!** - magazyn

TV 4

TV 4

07.30 **Szczenięcie lata Toma i Jerry'ego** **08.00** **Scooby Doo** **08.25** **Nowy Scooby i Scrappy Doo** **08.50** **Benny Hill** **09.20** **Łowca krokodyli** **09.50** **Galileo** **10.50** **Megachichot** **11.20** * **Abner, niewidzialny pies** - komedia, USA 2013 **12.55** **Wielki podryw** - komedia obyczajowa, USA 2001, reż. David Mirkin, wyk. Sigourney Weaver **15.20** **Minkey detektyw** - film familijny, Kanada 2006, reż. Robert Vince **16.50** **Elektra** - film sensacyjny, USA 2005, reż. Rob Bowman, wyk. Jennifer Garner, Goran Visnjic **18.40** **Nowy Scooby i Scrappy Doo** - serial animowany **19.05** **Kudłaty i Scooby Doo na tropie** - serial anim. **19.30** **Szczenięcie lata Toma i Jerry'ego** - serial, USA



27 - 31.12

4.99

Orzeszki Felix 161g
solone; puszką; 30,99zł/kg



7.99

Napój musujący Piccolo 750ml
wszystkie rodzaje; 10,65zł/l



22.00 **TEATR**

O przemysłowości kobiety...

Główną postacią w sztuce jest sam Boccaccio, który w swoich kolejnych wcieleniach pomaga przemysłowym kobietom wodzić swoich mężów za nos.

20.20 **Nie ma róży bez ognia** - film komedia, Polska 1974, reż. Stanisław Bareja

22.00 **O przemysłowości kobiety niewiernej** - sztuka na podstawie nowel Giovanniego Boccaccia, Polska 1994, wyk. Janusz Gajos

23.00 **Kocham cię jak Irlandię** - film dok.

23.50 **Niezwycały** - film sensacyjny, Rosja 2008, reż. Oleg Pogodin

14.55 **SCIENCE FICTION**

E.T.

Elliott przeżywa rozwód rodziców. Nieoczekiwanie w jego życiu pojawia się E.T., przybysz z innej planety, który zgubił się podczas ekspedycji badawczej.

20.05 **Barwy szczęścia** (1037)

20.45 **M jak miłość** (1029)

21.40 **"M jak miłość"** - kulisy

21.45 **Tomasz Lis na żywo**

22.45 **Głęboka woda 2** (11)

23.35 **Gdzie się podziały unijne miliony?** - film dokumentalny, Francja 2012

00.35 **Czwarta władza** (3/4)

01.25 **Tomasz Lis na żywo**

02.20 **Tak bardzo się nienawidziliśmy** - dramat, Austria/Francja 2007

20.05 **THRILLER**

Wschodzące słońce

Luksusowa prostytutka zostaje zamordowana podczas przyjęcia w biurze japońskiego koncernu. Władze państwa próbują zatuszować zbrodnię.

20.05 **Megahit: Wschodzące słońce** - thriller, USA

1993, reż. Philip Kaufman, wyk. Sean Connery, Wesley Snipes, Harvey Keitel

22.45 **Telefon** - thriller, USA

2002, reż. Joel Schumacher, wyk. Colin Farrell, Forest Whitaker

01.30 **Dziewczyny z fortuną**

03.15 **Tajemnice losu**

05.00 **Wstawaj! Gramy!** - muz.

20.05 **DRAMAT**

Jeniec: Jak daleko... (2-ost.)

Clemens Forell chce za wszelką cenę dotrzeć do swoich bliskich. Przebycie 14 tysięcy kilometrów przez nieprzyjazną Syberię zajmuje mu trzy lata.

20.05 **Jeniec: Jak daleko nogi poniosą (2-ost.)** - dramat obycz., Niemcy 2001

21.50 **Życie bez wstydu**

22.50 **Perfekcyjna pani domu**

4 - pr. poradnikowy, Pol.

23.45 **Pamiętniki wampirów**

2 (9/22) - serial, USA

00.40 **Całkowite zaciemnienie** - film katastroficzny, Francja 2009

02.35 **Uwaga!** - magazyn

02.50 **Arkana magii**

20.00 **KOMEDIA**

Zakręcony

Elliott jest nieszczęśliwie zakochany w Alison. Pewnego dnia wpada w sidła kobiety, która jest wcieleniem szatana. Oferuje mu ona spełnienie siedmiu życzeń.

20.00 **Zakręcony** - komedia, USA 2000, reż. Harold Ramis

21.45 **Komodo** - horror SF, Australia/USA 1999, reż. Michael Lantieri

23.25 **Repli-Kate** - komedia, USA 2002, reż. Frank Longo, wyk. Ali Landry

01.15 **Łowca krokodyli** - serial

01.45 **Łowca krokodyli** - serial

02.15 **Stop drogówka**

03.05 **4music** - program muz.

EUROSPORT

EUROSPORT

08.30 **Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní** **09.45** **Narciarstwo alpejskie: Zawody PS** **10.45** **Biegi narciarskie: Tour de Ski** **11.45** **Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní** **12.45** **Biathlon: World Team Challenge** w Niemczech **10.15** **Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní** w Oberstdorfie - HS 137 **11.40** **Wintersports** **11.45** **Biegi narciarskie: Tour de Ski** w Oberhofie **12.30** **Mats Point** **13.00** **Mats Point** **13.30** **(NŻ)** **Tenis ziemny: Turniej ATP** w Dausze - 1. dzień **21.30** **(NŻ)** **tyżniarstwo figurowe: Gala mistrzów** w Oberstdorfie **23.00** **Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní** w Oberstdorfie - HS 137 **00.30** **Watts** **01.00** **Tenis ziemny: Turniej ATP** w Dausze - 1. dzień

EUROSPORT 2

EUROSPORT 2

03.00 **Watts** **04.00** **Watts** **08.30** **Narciarstwo alpejskie: Zawody PS** w Bormio - zjazd mężczyzn **09.15** **Biathlon: World Team Challenge** w Niemczech **10.15** **Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní** w Oberstdorfie - HS 137 **11.40** **Wintersports** **11.45** **Biegi narciarskie: Tour de Ski** w Oberhofie **12.30** **Mats Point** **13.00** **Mats Point** **13.30** **(NŻ)** **Tenis ziemny: Turniej ATP** w Dausze - 1. dzień **21.30** **(NŻ)** **tyżniarstwo figurowe: Gala mistrzów** w Oberstdorfie **23.00** **Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczní** w Oberstdorfie - HS 137 **00.30** **Watts** **01.00** **Tenis ziemny: Turniej ATP** w Dausze - 1. dzień

POLSAT SPORT

POLSAT SPORT

07.00 **Siatkówka: ME Kobiet** - mecz Bułgaria - Polska **09.10** **Siatkówka: ME Mężczyzn** - play-off - mecz Polska - Bułgaria **11.20** **Polska 2014** **13.00** **Tenis ziemny: Mubadala World Tennis Championship** - finał **15.10** **Siatkówka: Liga światowa** - mecz Brazylia - Rosja **18.00** **Cafe Futbol** **19.50** **Sportowe podsumowanie roku 2013** **20.30** **Piłka nożna: Liga angielska** - mecz Chelsea - Liverpool **22.40** **Boks: Gala boksu zawodowego** - walki Artur Szpilka - Mike Mollo, Andrzej Fonfara - Gabriel Campillo **00.10** **Boks: Gala boksu zawodowego** - walka Krzysztof "Diablo" Włodarczyk - Rachim Czachkijew

TVP SPORT

TVP SPORT

08.30 **Hokej na lodzie: PP** **10.45** **Agnieszka Radwańska** w turniejach WTA 2013 **11.40** **Skoki narciarskie: MŚ** **13.05** **Lekkoatletyka: MŚ** w Moskwie - Polacy **14.00** **Piłka ręczna** mężczyzn: Mecz towarzyski Polska - Szwecja **15.25** **Rajdy samochodowe: MP** **15.55** **Piłka ręczna** mężczyzn: Mecz towarzyski Niemcy - Polska **17.25** **Filmy na podium** **17.40** **Filmy na podium** **18.20** **Sporty wodne: MŚ** **19.20** **Rajdy samochodowe: Rajd Barbórka** **20.30** **Rajdy samochodowe: MP** **21.00** **Filmy na podium** **22.15** **W przerwie** **23.00** **Sportowy wieczór** **23.20** **Hokej na lodzie: Puchar Polski** **01.20** **Zakończenie**

TVP REGIONALNA

TVP REGIONALNA

13.35 **Pożyteczni.pl** **14.00** **Fascynujące Śląskie: Śląska porcelana**, dr P. Chmielewska **14.25** **Dziennik regionów** - tematy dnia **14.40** **Wokół nas** **14.45** **Przechodzień codzienny** **14.55** **Śmierć Johna F. Kennedy'ego Jr.** - film dokumentalny, USA 2007 **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 **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

(NŻ) - na żywo

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strzegał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce... Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

dzień w kalendarzu babci niósł na

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

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 (22)**
10.10 **Ostry dyżur 11 (17)**
11.15 **Mango** - telezakupy
12.50 **Sąd rodzinny** - serial
13.50 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial
14.50 **Tożsamość szpiega (9)** - serial, USA
15.50 **Czerwony Orzeł (15)**
17.00 **Przepis na życie (22)** - serial, Polska
18.00 **Dr House 2 (23)**
19.00 **Tożsamość szpiega (10)** - serial, USA
20.00 **Wimbledon** - dramat obyczajowy, Francja/Wielka Brytania 2004, reż. Richard Loncraine, wyk. James Mcavoy
22.00 **Kobra: Oddział specjalny 11 (9)** - serial
23.00 **Gdzie są moje dzieci?** - dramat obyczajowy, USA 1994, reż. George Kaczender, wyk. Bonnie Bartlett
00.50 **Arkana magii**
03.00 **W roli głównej**
03.30 **W roli głównej**
04.00 **W roli głównej**
04.30 **Zakończenie progr.**

TV PULS

06.00 **Codzienna 2 m. 3 (1)** - serial kom., Pol.
06.30 **Codzienna 2 m. 3 (2)** - serial kom., Pol.
07.00 **Tom i Jerry** - serial
07.05 **Tom i Jerry** - serial
07.10 **Tom i Jerry** - serial
07.25 **Barbie: Księżniczka i piosenkarka** - film animowany, USA 2012
08.40 **Pluk z blokowczyka** - film familijny, Holandia 2004
10.20 **Pies nr 1** - film familijny, USA 2010
12.25 **Miki, Donald, Goofy: Trzej muskietierowie** - film animowany, USA 2004
13.40 **Bestia z Wolfsburga** - film familijny, Kanada/USA 2010
15.10 **Merlin** - film familijny, Francja 2012
17.10 **Wyścig armatniej kuli 3** - komedia, USA 1989, reż. Jim Drake
19.00 **Pingwiny z Madagaskaru 3** - serial, USA
20.00 **Kolekcjoner dusz** - film przygodowy, Austria/Niemcy 2011
22.25 **W odwecie za śmierć** - film sensacyjny, USA 2010
00.15 **Przed burzą** - horror, Australia 2007
01.55 **Zobacz to!**

TVP POLONIA

06.10 **Fik-mik** - film obyczajowy, Polska 1981
07.05 **Las bliżej nas** - mag.
07.25 **Janka (15-ost.)**
08.00 **Pytanie na śniadanie** - mag. poranny
10.30 **Polonia w Komie**
10.45 **Tygodnik.pl** - mag.
11.40 **Galeria (78)** - serial
12.00 **Barwy szczęścia (982)** - serial, Polska
12.25 **KFPF Opole 2013**
12.50 **Ranczo (88)** - serial
13.45 **Made in Poland**
14.20 **Kulturalni.pl** - mag.
15.20 **Naszaarmia.pl**
15.50 **Złotopolscy (847)**
16.20 **Jak to działa**
16.55 **Galeria (78)** - serial
17.20 **Polonia w Komie**
17.30 **Teleexpress**
17.55 **Brat Hanki w Kanadzie**
18.25 **Nie ma jak Polska**
18.50 **Barwy szczęścia (982)** - serial, Polska
19.20 **Integracje Media-cje. Lublin 2013**
19.45 **Dobranocka**
20.00 **Wiad., Sport, Pogoda**
20.50 **Non stop kolor** - film krótkometrażowy
21.45 **Polonia w Komie**
22.00 **Polonia 24**
22.45 **Tomasz Lis na żywo**
23.50 **Śladami Podlasian: Los Angeles i Nowy York**
00.20 **Naszaarmia.pl**

FILM DNIA

20.20 TVP 1

PORTRET POLAKÓW UWIKŁANYCH W BEZSENSOWNE PRZEPISY ADMINISTRACYJNE.



Nie ma róży bez ognia

W roli głównej wystąpił Jacek Fedorowicz, bezskutecznie próbujący rozwiązać problem lokalowy. Wtórąją mu wspaniali Jerzy Dobrowolski i Stanisława Celińska. Janek na wieść, że może zamienić swój mały pokój na nowe M, jest w euforii.

Wraz z żoną Wandą przeprowadza się do nowego mieszkania. Niestety, okazuje się, że mają sublokatora i jest nim... były mąż Wandy.

KOMEDIA, POLSKA 1974, REŻ. STANISŁAW BARAJA, WYK. JACEK FEDOROWICZ, STANISŁAWA CELIŃSKA, STANISŁAW TYM

Tytuł to zabawna zbitka dwóch polskich przysłów: nie ma róży bez kolców oraz nie ma dymu bez ognia.

REKLAMA

FOX

FOX

05.00 **Family Guy**. Głowa rodziny 5 (5, 6) 05.40 **Współczesna rodzina 2 (1, 2)** 06.40 **Terra Nova 1 (10, 11, 12)** 09.30 **Kości 1 (11, 12)** 11.25 **Orły z Bostonu 2 (9, 10)** 13.20 **Roswell: W kręgu tajemnic 2 (21)** 14.20 **Roswell: W kręgu tajemnic 3 (1)** 15.15 **Powrót do życia 2 (8)** 16.15 **White Collar**. Biały kołnierzyk 2 (14) 17.10 **Family Guy**. Głowa rodziny 5 (7, 8) 18.10 **Współczesna rodzina 2 (3, 4)** 19.05 **Kości 1 (11)** 20.05 **Kości 1 (12)** 21.00 **Demony da Vinci 1 (3)** 22.20 **Demony da Vinci 1 (4)** 23.40 **Homeland 2 (5)** 00.45 **Homeland 2 (6)** 01.50 **Zawód: Amerykanin 1 (3, 4)** 03.30 **Zakończenie programu**

FOX LIFE

FOX LIFE

05.15 **Prywatna praktyka 5 (10)** 06.00 **Cougar Town: Miasto kocic 3 (1)** 06.30 **Gwiazdy pod lupą 2 (9, 10)** 07.30 **Żona dla milionera 5 (6, 7)** 09.25 **Dirty Dancing**. Edycja brytyjska 2 (7) 10.25 **W stylu gwiazd 1 (4)** 11.20 **Projektanci na start 1 (9)** 12.20 **Pierwszy rok po ślubie 1 (2)** 13.15 **Ostry dyżur 2 (14)** 14.15 **Gotowe na wszystko 8 (14)** 15.10 **90210 4 (15, 16)** 17.05 **Cień anioła 2 (2)** 18.05 **Czarodziejki 6 (11)** 19.00 **Gotowe na wszystko 8 (15)** 20.00 **Premiera: Ostry dyżur 2 (15)** 21.00 **Kochanki 1 (5, 6)** 22.55 **Projektanci na start 1 (9)** 23.55 **Top Model**. Edycja brytyjska 4 (9-12) 03.25 **Zakończenie**

AXN

AXN

06.15 **Rush 3 (15)** 07.15 **Rush 3 (16)** 08.20 **Rush 3 (17)** 09.20 **Rush 3 (18)** 10.20 **Rush 3 (19)** 11.20 **Patrol** - film sensacyjny, USA 2006
14.05 **Castle 2 (21)** 15.05 **Castle 2 (22)** - serial kryminalny, USA 16.05 **Castle 2 (23)** - serial kryminalny, USA 17.05 **Castle 2 (24)** - serial kryminalny, USA 18.05 **Faceci w czer-ni** - komedia SF, USA 1997
20.00 **Władcy ognia** - film SF, Irlandia/USA/Wielka Brytania 2002 22.00 **Desperacja** - horror, USA 2006 00.35 **Bandziory** - film sensacyjny, Jamajka/USA 2005 02.25 **Agenci NCIS: Los Angeles 4 (11)** - serial kryminalny, USA 02.30 **Castle 2 (24)** - serial kryminalny, USA

NATIONAL GEOGRAPHIC

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 **Polowanie na hitlerowskiego U-Boota** 07.00 **Najnowsze odkrycia** 08.00 **Pradawne archiwum X** 09.00 **Tajemnice III Rzeszy** 11.00 **Poszukiwacze złota** 12.00 **Polskie fabryki złota** 13.00 **Koszmarna wyprawa** 14.00 **Polowania na nazistów** 16.00 **Dzika Rosja** 17.00 **Katastrofa w przestworzach** 18.00 **Najnowsze odkrycia** 19.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** 20.00 **Katastrofa w przestworzach** 21.00 **Rosja według Vinniego Jonesa** 22.00 **Narkotyki** 23.00 **Boska interwencja** 00.00 **Wszechświat znany**

DISCOVERY CHANNEL

DISCOVERY CHANNEL

06.00 **Walka o bagaż (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8)** 10.00 **Walka o bagaż (9, 10)** 11.00 **Walka o bagaż** 15.00 **Walka o bagaż** 19.00 **Walka o bagaż (1, 2, 3, 4)** 21.00 **Łowcy okazji: Pokonani faceci; Skarby z lombardu** 22.00 **Aukcja w ciemno (13, 14)** 23.00 **Oszukać umysł** 00.00 **Walka o bagaż** 00.30 **Aukcja w ciemno (13)** 01.00 **Fani czterech kółek** 02.00 **Przetrawić z Bearem Grylsem** 03.00 **poTURBOWANI** 03.50 **Łowcy okazji** 04.40 **Aukcja w ciemno (13, 14)** 05.30 **Łowcy okazji**

ANIMAL PLANET

ANIMAL PLANET

11.00 **Policja dla zwierząt w Houston** 12.00 **Na posterunku** 13.00 **Policja dla zwierząt w San Francisco** 14.00 **Najśrodsze zwierzątki** 15.00 **Kot z piekła rodem** 16.00 **Pierwsza pomoc dla zwierząt (3, 4)** 17.00 **Weterynarz z antypodów (4)** 18.00 **Policja dla zwierząt w Houston** 19.00 **Klinika niezwykłych przypadków (3)** 20.00 **Weterynarz** 21.00 **Klinika niezwykłych przypadków (4)** 22.00 **Policja dla zwierząt w Houston (7)** 23.00 **Policja dla zwierząt w Detroit** 00.00 **Obcy wewnątrz nas**

POŻYCZKI GOTÓWKOWE

Uproszczone procedury, już od 6% w skali roku

55.000

329,78 miesięcznie

100.000

599,60 miesięcznie

150.000

899,40 miesięcznie

OGÓLNOPOLSKA INFOLINIA

22 266 86 86

Przykład reprezentatywny (najczęściej wybierany zestaw pożyczek): czas spłaty: 15 lat; kwota pożyczki: 60 000,00 zł; rata: 500,20 zł. Składowe raty: nominalna stopa procentowa 6,00%; opłaty administracyjne 8,00 zł. Całkowita kwota kredytu: 60 000,00 zł. Opłata: 3 000,00 zł; prowizja: 0 zł; Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania: 7,30 %; całkowita kwota do zapłaty: 84 730,20 zł; Reklamodawca: Powszechna Pożyczka Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku krs w 0000119317

przebiegi, przyjaciółka sekretarzem. Po kilku miesiącach zaczęły się sprzeczki. „Panie, matki, żony

uzia przyjeżdża na wigilię i obiecała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA

siostry wiktoria zyczy

Kochany Brat Kuba

TVP 1
TVP 1

05.05 Sprawa dla reportera **05.55** TVP Info w TVP 1 **08.20** Teleskopy **08.55** Ojciec Mateusz (97) **09.50** Niedźwiedzie z Alaski (1) - film dokumentalny, USA 2012 **10.50** * Hannah Montana: Film - komedia, USA 2009

12.40 Natura w Jedyńce: Niedźwiedzie z Alaski (2): Droga na północ - film dok., USA 2012

13.45 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny

14.10 Kabaretowe hity Jedyńki - program rozr.

14.40 Jak się zakochać - komedia, USA 2012, reż. Mark Griffiths

16.05 Opole 2013 - kabaret

17.00 Teleexpress, Pogoda

17.25 Jaka to melodia?

18.00 Gwiazda w Jedyńce: Helena Vondráčková

19.30 Wiad., Sport, Pogoda

REKLAMA

TVP 2
TVP 2

06.10 Faceci do wzięcia (68) **06.40** Aby wszyscy byli jedno **07.05** M jak miłość (411) **08.00** Pytanie na śniadanie **10.20** * Księga mistrzów - baśń filmowa, Rosja 2009, reż. Wadim Sokolowski, wyk. Leonid Kurawliow

12.05 Garbi, superbryka - komedia przyg., USA 2005, reż. Angela Robinson

14.00 Familiada: Odcinek specjalny - teleturniej

14.35 Biegi narciarskie - studio

14.40 Biegi narciarskie: Zawody PŚ w Lenzerheide. Tour de Ski

16.25 Muzeum polskiej piosenki, czyli historia jednego przeboju

16.50 Rodzinka.pl (128, 129) - serial kom., Polska

18.00 Panorama

18.30 Sport, Pogoda

18.50 Sylwester z kabaretem

POLSAT
POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News **08.15** Świat według Kiepskich (145) **09.00** Malanowski i Partnerzy (123) **09.30** Malanowski i Partnerzy (124) **10.00** Trudne sprawy (207) **11.00** Dlaczego ja? (204) - serial fabularno-dokumentalny

12.00 Dom nie do poznania

14.00 Pierwsza miłość (1807) - serial obyczajowy, Polska

14.45 Trudne sprawy (205)

15.50 Wydarzenia, Pogoda

16.15 Interwencja - magazyn

16.30 Malanowski i Partnerzy (171) - serial

17.00 Dlaczego ja? (143) - serial fab.-dokumentalny

18.00 Pierwsza miłość (1808) - serial, Polska

18.50 Wydarzenia

19.20 Sport, Pogoda

19.30 Świat według Kiepskich (431) - serial

TVN
TVN

05.05 Uwaga! **05.20** Rozmowy w toku **06.20** Mango - telezakupy - magazyn reklamowy **07.25** Kobieta na krańcu świata 5 (4): Kobieta 5XL **08.00** Dzień dobry TVN **11.10** Ukryta prawda (175) - serial fabularno-dokumentalny

12.05 Szpital (72) - serial fabularno-dokumentalny

13.00 W-11 - wydział śledczy (620) - serial fabularno-dokumentalny

13.40 Wawa non stop (84) - serial, Polska

14.35 Ukryta prawda (176) - serial fabularno-dok.

15.30 Rozmowy w toku

16.30 Pieniądze to nie wszystko - komedia, Polska 2000

18.30 Wawa non stop (85)

19.00 Fakt

19.25 Sport, Pogoda

19.45 Uwaga! - magazyn

TV 4
TV 4

07.30 Szczeniące lata Toma i Jerry'ego **08.00** Kudłaty i Scooby Doo ma tropie **08.25** Nowy Scooby i Scrappy Doo **08.50** Benny Hill **09.20** Łowca krokodyli **09.50** Galileo **10.45** * Jock - film przygodowy, RPA 1992

12.45 Abner, niewidzialny pies - komedia, USA

2013, reż. Fred Olen Ray, wyk. David DeLuise, David Chokachi, Jane Kean

14.30 Wielki podryw - komedia obyczajowa, USA

2001, reż. David Mirkin, wyk. Sigourney Weaver

16.45 Rozmowy kontrolowane - kom., Polska 1991, reż. Sylwester Chęciński

18.40 Scooby Doo - serial

19.05 Kudłaty i Scooby Doo na tropie - serial anim.

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



27 - 31.12

2 za 5 zł
250 zł/szt.
kupując 2szt.
od 8,33 do 11,36 zł/kg

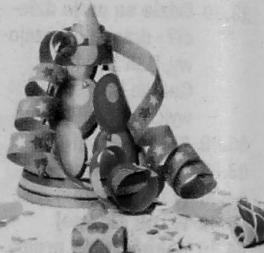
Paluszkii Beskidzkie od 220 do 300g
wszystkie rodzaje

Weź dowolne rodzaje z tej oferty.



399
butelka
(kupując 2-pak)

Napój Pepsi 2x2l
gazowany, 2,00 zł/l


14.40 KOMEDIA
Jak się zakochać

Księgowy Harold White nie radzi sobie w kontaktach z kobietami. Zdesperowany, postanawia skorzystać z pomocy specjalistki od relacji damsko-męskich.

20.15 Wystąpienie noworoczne prezydenta

20.30 Seksmisja - komedia SF, FILM

*** Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Bogusława Pawelec

22.35 Sylwestrowe kabaretowe hity Jedyńki

23.45 Sylwester z „Jaka to melodia”

00.35 Mania wielkości - komedia kostiumowa, Francja 1971

20.05 KONCERT
Disco Sylwester z Dwójką...

Na scenie we Wrocławiu wystąpią m.in.: Edyta Górniak, Justyna Steczkowska, zespół Kombii, Marek Piekarczyk, Kapitan Nemo, Kora i grupa VOX.

20.05 Disco Sylwester z Dwójką. Wrocław 2013 - koncert

01.50 Płocka Noc Kabaretowa 2013 (1) - program rozrywkowy

02.45 Płocka Noc Kabaretowa 2013 (2) - rozr.

03.40 Sylwester z kabaretem

04.45 17. Festiwal Kabaretu. Koszalin 2011: Bitwa na czary

05.20 Zakończenie programu

19.30 SERIAL
Świat według Kiepskich (431)

Mariola poznaje bardzo sympatycznego Włocha, który zaprasza ją na wielki bal sylwestrowy. Jolasia jest wściekła i zazdrosna.

20.00 Sylwestrowa moc przebojów - widowisko

W Gdyni wystąpią: Maryla Rodowicz, Maciej Maleńczuk, Urszula, Sylwia Grzeszczak, Golec uOrkiestra, Lombard, Enej, Pecetus, Lemon oraz Piersi.

02.00 Jubileusz 35-lecia zespołu Bajm

03.15 Muzodajnia - największe przeboje

05.00 Wstawaj! Gramy!

20.00 WIDOWISKO
Sylwester 2013

W Krakowie wystąpią: Perfect, Lady Pank, Agnieszka Chylińska, Andrzej Piaseczny, Brodka, Natalia Kukulska, Tatiana Okupnik, Czesław Mozil, Wilki i Feel.

20.00 Sylwester 2013

01.15 Siła magnum - film sensacyjny, USA 1973, reż. Ted Post, wyk. Clint Eastwood, David Soul, Hal Holbrook, Mitchell Ryan

03.25 Złoto dla zuchwałych - film przygodowy, Jugosławia/USA 1970, reż. Brian G. Hutton, wyk. Clint Eastwood, Donald Sutherland, Don Rickles

20.00 KOMEDIA
Eskorta

Rock i Eddie to żołnierze piechoty morskiej. Otrzymują polecenie przetransportowania więźniarki Toni. Skazana kobieta podczas rejsu próbuje uciec.

20.00 Eskorta - komedia sensacyjna, USA 1994, reż. Dennis Hopper

21.55 Miś - komedia obyczajowa, Polska 1981, reż. Stanisław Bareja

00.10 Zakładnik - thriller, FILM

*** Niemcy/USA 2002, reż. Bob Rafelson

02.05 Repli-Kate - komedia, FILM

*** USA 2002, reż. Frank Longo, wyk. Ali Landry

03.55 4music - program muz.

EUROSPORT
EUROSPORT

08.30 Sporty motorowe: GTA Next Level **08.45** Hokej na lodzie: Spengler Cup **10.45** Biathlon: World Team Challenge **11.45** Biegi narciarskie: Tour de Ski **12.15** Biegi narciarskie: Tour de Ski **12.45** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **13.45** (NŻ) Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **15.15** (NŻ) Biegi narciarskie: Tour de Ski **16.30** Hokej na lodzie: Spengler Cup **18.00** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **18.45** Biegi narciarskie: Tour de Ski **19.30** Tenis ziemny: Turniej ATP **21.30** Watts **22.30** Watts **23.30** Watts **00.30** Rajdy samochodowe: Africa Eco Race

EUROSPORT 2
EUROSPORT 2

03.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **04.00** Hokej na lodzie: Spengler Cup **06.00** Tenis ziemny: Turniej ATP **08.00** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **09.30** Łyżwiarstwo figurowe: Gala mistrzów **11.00** Biegi narciarskie: Tour de Ski **11.45** Biathlon: World Team Challenge **12.30** Tenis ziemny: Turniej ATP **13.30** (NŻ) Tenis ziemny: Turniej ATP **15.00** (NŻ) Tenis ziemny: Turniej ATP **19.30** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **20.30** Hokej na lodzie: Spengler Cup **21.30** Watts **23.30** Rajdy terenowe: Dakar Road Book **00.00** Rajdy samochodowe: Africa Eco Race **00.15** Watts

POLSAT SPORT
POLSAT SPORT

07.00 Tenis ziemny: Wimbledon 2013 **09.10** Atleci **09.50** Siatkówka: ME Mężczyzn **12.00** Sportowe podsumowanie roku 2013 **12.40** Piłka nożna: Liga angielska **14.50** Sportowe podsumowanie roku 2013 **15.30** Tenis ziemny: Wimbledon 2013 **17.40** Sportowe podsumowanie roku 2013 **18.20** Polska 2014 **19.50** Sportowe podsumowanie roku 2013 **21.10** Cafe Futbol **23.00** Łyżwiarstwo figurowe: A Tribute to the Beatles on Ice **00.00** Clip **00.15** Atleci **00.45** Boks: Gala boksu zawodowego **01.50** Sztuki walki: KSW 25

TVP SPORT
TVP SPORT

07.55 W przerwie **08.20** W przerwie **08.35** Siatkówka plażowa: MŚ Kobiet w Starych Jabłonkach **10.00** Filmy na podium **10.15** Filmy na podium **11.25** Kolarstwo: Tour de Pologne **12.40** Rajdy samochodowe: MP **13.15** Podnoszenie ciężarów: MŚ **14.35** Legendy futbolu: Ferenc Puskas - dok. **15.05** Snooker: Turniej Lotto Hot Shot Masters w Zielonej Górze **17.00** Pełnosprawni **17.35** Lekkoatletyka: MŚ w Moskwie **19.30** Multimedaliści - gwiazdy transmisji sportowych **20.20** Jeździectwo: Cavaliada **21.40** Niezapomniane mecze białoczerwonych **22.10** Jeździectwo: Cavaliada **23.45** Z archiwum TVP

TVP REGIONALNA
TVP REGIONALNA

11.20 Reportaż **11.40** Antenowe remanenty **12.05** Rusz się, człowieku **12.30** Wokół nas **12.55** Skarby prowincji: Kruszwica **13.30** Wokół nas **13.35** Antenowe remanenty **14.25** Dziennik regionów - tematy dnia **14.40** Wokół nas **14.45** Przechodzień codzienny **14.55** Uwolniona - film dokumentalny, USA 2007 **16.00** Raport z Polski **16.25** Dziennik regionów - tematy dnia **16.30** Polska samorządna **17.00** Chwilo trwaj **17.20** Zapiski z łęgów: Zimowy zając **17.30** Program lokalny **21.05** Echa dnia **21.15** Dziennik regionów **21.40** „Echa dnia” - komentarze **22.00** Program lokalny **22.35** Sylwester 2013

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

10 (NŻ) - na żywo

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strzągał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce... Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzień w kalendarzu babci niósł nadzieję na koniec przednówka, zniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

TVN SIEDEM

04.55 **We dwoje** - rozr.
06.10 **W-11 - wydział śledczy (1080)** - serial
06.50 **Męski typ** - talk show
07.20 **Sąd rodzinny** - serial
08.15 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial
09.15 **Dr House 2 (23)**
10.10 **Ostry dyżur 11 (18)**
11.15 **Mango** - telezakupy
12.50 **Sąd rodzinny** - serial
13.50 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial
14.50 **Tożsamość szpiega (10)** - serial, USA
15.50 **Czerwony Orzeł (16)**
17.00 **Przepis na życie (23)** - serial, Polska
18.00 **Dr House 2 (24-ost.)**
19.00 **Tożsamość szpiega (11)** - serial, USA
20.00 **Grease** - musical, ***
USA 1978, reż. Randal Kleiser, wyk. John Travolta, Olivia Newton-John
22.15 **Grease 2** - musical, *
USA 1982, reż. Patricia Birch, wyk. Adrian Zmed
00.30 **Tequila Sunrise** - film sensacyjny, USA 1988, reż. Robert Towne, wyk. Kurt Russell, Mel Gibson
02.35 **Pół żartem, pół serio** - komedia, USA ***
1959, reż. Billy Wilder
04.40 **Zakończenie progr.**

TV PULS

06.00 **Codzienna 2 m. 3 (3, 4)** - serial kom., Pol.
07.00 **Tom i Jerry** - serial
07.30 **W poszukiwaniu św. Mikołaja** - film animowany, USA 2004
08.55 **Hildegarda** - film familijny, Australia 2001
10.30 **Josephine: Przygoda w raj** - film familijny, Belgia/Francja/Szwajcaria 2011
12.25 **Magiczny kamień** - film animowany, Hiszpania/Niemcy/Wielka Brytania 2004
14.05 **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stoliczku, nakryj się - baśń filmowa** - film familijny, Francja 2012
15.20 **Merlin** - film familijny, Francja 2012
17.00 **Kevin, władca północy** - kom., Kanada/Wielka Bryt. 2001
19.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** - serial, USA
20.00 **Pierścień Nibelungów** - film przyg., Niem./USA/Wlk. Brytania/Wł. 2004
22.25 **Pięty wymiar** - thriller, Australia/Wielka Brytania 2009
00.25 **Piła 4** - horror, USA ***
2007, wyk. Tobin Bell
02.10 **Pora mroku** - horror, *
Polska 2008
04.15 **Zobacz to!**

TVP POLONIA

13.50 **Ameryka Paderewskiemu**
14.20 **Kobieta, wino i śmiech. Irena Kwiatkowska**
14.45 **Śladami złotego** - film dok., Pol. 2013
15.50 **Złotopolscy (848)**
16.20 **Śladami Podlasian**
16.55 **Galeria (79)** - serial
17.20 **Polonia w Komie**
17.30 **Teleexpress**
18.00 **Rok z Polską**
18.40 **Barwy szczęścia (983)** - serial, Polska
19.15 **Dobranocka**
19.30 **Wiad., Sport, Pogoda**
20.15 **Wystąpienie noworoczne prezydenta**
20.30 **Gdzie się podziały tamte prywatki...**
20.45 **Co przed nami. Wojciech Gąssowski**
21.15 **Gdzie się podziały tamte prywatki...**
21.35 **Opole na bis**
22.20 **Gdzie się podziały tamte prywatki...**
22.30 **Sylwester 2013**
23.10 **Gdzie się podziały tamte prywatki...**
23.20 **Sylwester 2013**
23.35 **Disco Sylwester z Dwójką. Wrocław 2013** - koncert
00.25 **Sylwester 2013**
01.00 **Disco Sylwester z Dwójką. Wrocław 2013** - koncert

FOX

05.00 **Orły z Bostonu 2 (10)**
05.40 **Powrót do życia 2 (8)**
06.40 **White Collar. Biały kołnierzyk 2 (14)**
07.35 **Glee 4 (5, 6)**
09.30 **Kości 1 (13, 14)**
11.25 **Orły z Bostonu 2 (10, 11)**
13.20 **Roswell: W kręgu tajemnic 3 (2, 3)**
15.15 **Powrót do życia 2 (9)**
16.15 **White Collar. Biały kołnierzyk 2 (15)**
17.10 **Family Guy. Głowa rodziny 5 (9, 10)**
18.10 **Współczesna rodzina 2 (5, 6)**
19.05 **Kości 1 (13, 14)**
21.00 **Simpsonowie 10 (11, 12, 13, 14, 15, 16)**
23.55 **The League 1 (1, 2)**
00.50 **The League 1 (3)**
01.20 **The League 1 (4-6)**
02.40 **The Walking Dead 4 (4)**
03.25 **Zakończenie programu**

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 **"Titanic" oczami Jamesa Camerona**
08.00 **Tajemnice Strefy 51**
09.00 **Apokalipsa: II wojna światowa**
15.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**
16.00 **JFK - siedem dni, które stworzyły prezydenta**
18.00 **Katastrofa w przestworzach**
19.00 **Stworzenie Ziemi**
21.00 **Ostatnie dni Osamy bin Ladena**
22.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy**
23.00 **Dziesięć największych katastrof naturalnych**
01.00 **Ostatnie dni Osamy bin Ladena**
02.55 **Tabu**
03.45 **Wierzyć, nie wierzyć?**

FOX LIFE

05.15 **Prywatna praktyka 5 (11)**
06.00 **Cougar Town: Miasto kocic 3 (2)**
06.30 **Gwiazdy pod lupą 2 (10, 11)**
07.30 **Żona dla milionera 5 (7, 8)**
09.25 **Dirty Dancing. Edycja brytyjska 2 (8)**
10.25 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 9 (3, 4, 5)**
13.15 **Ostry dyżur 2 (15)**
14.15 **Gotowe na wszystko 8 (15)**
15.10 **90210 4 (16, 17)**
17.05 **Cień anioła 2 (3)**
18.05 **Czarodziejki 6 (12)**
19.00 **Gotowe na wszystko 8 (16)**
20.00 **Premiera: Ostry dyżur 2 (16)**
21.00 **X Factor. Edycja amerykańska 3 (23, 24)**
23.55 **Jess i chłopaki 1 (9-12)**
01.55 **Projektanci na start 1 (9)**
02.40 **Ostry dyżur 2 (14-16)**

DISCOVERY CHANNEL

06.00 **Bear Grylls - ucieczka z piekła: Kaniony**
07.00 **Przetrawić z Bearem Grylsem (1, 2)**
09.00 **Przetrawić z Bearem Grylsem: Wszyscy razem; Góry to źródło siły; Nie patrz w dół!; Nie dla mięczaków; Zamrażająca planeta; Do odważnych świat należy!**
15.00 **Bear Grylls - ucieczka z piekła: Śnieg; Dżungla; Pustynia; Kaniony; Góry; Góry**
21.00 **Wielka piątka: Dzwigi**
22.00 **Tornado w Oklahomie**
23.00 **Dynamo - więcej niż magia**
00.00 **Łowcy okazji**
03.50 **Łowcy okazji**

AXN

06.00 **8 prostych zasad 3 (20)**
06.25 **Rush 3 (20)**
07.25 **Rush 3 (21)**
08.25 **Rush 3 (22)** - serial sensacyjny, Australia
09.25 **Final Fantasy: Wojna dusz** - film animowany, Japonia/USA 2001
11.30 **Alpha-07** - film SF, Niemcy 2010
13.25 **Faceci w czerni 2** - komedia, USA 2002
15.05 **Król Artur** - film przygodowy, Irlandia/USA 2004
17.35 **Parasol bezpieczeństwa** - komedia sensacyjna, USA 2003
19.15 **Rzykanci** - film sensacyjny, USA 1997
21.00 **Helikopter w ogniu** - dramat wojenny, USA 2001
23.50 **Desperacja** - horror, USA 2006
02.15 **Bandziory** - film sens., Jamajka/USA 2005

ANIMAL PLANET

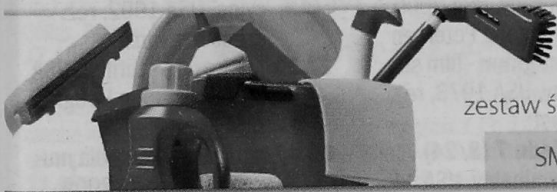
09.30 **Łowca z dzicy**
10.00 **Dzikość bez cenzury**
11.00 **Policja dla zwierząt w Houston**
12.00 **Na posterunku**
13.00 **Policja dla zwierząt w San Francisco**
14.00 **Słodkie dzieciństwo**
15.00 **Kot z piekła rodem (4)**
16.00 **Weterynarze**
17.00 **Klinika niezwykłych przypadków (4)**
18.00 **Policja dla zwierząt w Houston**
19.00 **Najśłodsze zwierzątka**
20.00 **Gwiazdy Internetu (7, 8)**
21.00 **Najśłodsze zwierzątka**
22.00 **Policja dla zwierząt w Houston**
23.00 **Policja dla zwierząt w Detroit**
00.00 **Obcy wewnątrz nas**

KONKURS

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**Na SMSy czekamy do 30 czerwca 2014 roku.
Koszt SMSa: **2,46 zł**Regulamin dostępny na rms.net.pl
Organizatorem konkursu jest RMS Sp. z o.o.

REKLAMA

Miłość

Magiczny Świat horoskopu zdradza tajemnice związane z Twoimi sprawami sercowymi! Dowiedz się, co Ci jest pisane w życiu uczuciowym!

Wyślij SMS o treści:

SERCE.ZNAK ZODIAKUnp. SERCE.BYK pod numer **71750**

Praca

Ciągłe jesteś zabiegana i zapracowana? Chcesz zmienić pracę albo porozmawiać z szefem o podwyżce? Sprawdź, czy właśnie w tym miesiącu osiągniesz sukces!

Wyślij SMS o treści:

PRACA.ZNAK ZODIAKUnp. PRACA.LEW pod numer **71750**

Zdrowie

Zastanawiasz się, czy powinnaś zmienić dietę, a może chcesz zapisać się na siłownię albo fitness? Zadbaj o siebie! Sprawdź w naszym horoskopie, jaki wpływ będą miały gwiazdy na Twoje zdrowie w tym miesiącu!

Wyślij SMS o treści:

ZDROWIE.ZNAK ZODIAKUnp. ZDROWIE.PANNA pod numer **71750**Koszt 1 SMSa wysłanego pod numer 71750 wynosi 1,23 zł z VAT.
Regulamin dostępny na www.mobileformats.pl
Organizatorem usługi jest Mobileformats Sp. z o.o.

...przebiegiem, przyjaciółka sekretarzem. Po kilku miesiącach zaczęły się sprzeczki. „Panie, matki, żony

...aż przyjeżdżacie na Wigilię i obiecała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA

Siostry Wiktorii życzy

Kochany Brat Kuba

TVP 1
TVP 1

06.30 Program katolicki **07.00** Msza święta **08.05** ** **Atlantyda. Zaginiony łódź** - film animowany, USA 2001 **09.45** Sportowe podsumowanie roku **10.30** Jak to działa **11.00** Niedźwiedzie z Alaski (3) - film dokumentalny, USA 2012 **12.00** **Anioł Pański** **12.20** **Załoga G** - film animowany, USA 2009, reż. Hoyt Yeatman **13.50** **Skoki narciarskie** - studio **14.00** **Skoki narciarskie: Zawody Turnieju Czterech Skoczni** **16.00** **Opole 2013** - kabaret **17.00** **Teleexpress** **17.15** **Pogoda** **17.25** **Jaka to melodia?: Finał roku** - teleturniej muz. **18.00** **Bohdan! Trzymaj się!** **Benefis Bohdana Łazuki** **18.50** **Słodkie życie (1/13)** **19.30** **Wiad., Sport, Pogoda**

REKLAMA

TVP 2
TVP 2

07.30 ** **Pierwsza Gwiazdka Świętego Mikołaja** - film familijny, Kanada/USA 2004 **09.10** **Ciekawski George: Bardzo małe święta** - film animowany, USA 2009 **10.20** ** **Zwariowany weekend** - komedia, Francja/Włochy 1967 **12.15** **Koncert Noworoczny z Wiednia 2014** **14.00** **Familiada: Odcinek specjalny** - teleturniej **14.45** **Show z humorem: I kto to mówi?** - widowisko rozrywkowe **15.30** **Biegi narciarskie** - studio **15.40** **Biegi narciarskie: Zawody PŚ w Lenzerheide. Tour de Ski** **16.45** **Disco Sylwester z Dwójką. Wrocław 2013** **18.00** **Panorama** **18.35** **Sport, Pogoda** **18.50** **Disco Sylwester z Dwójką. Wrocław 2013**

POLSAT
POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News **07.45** * **Kopciuszek: Spełnione marzenia** - film animowany, USA 2002 **09.25** *** **Piotruś Pan** - film przygodowy, USA 2003 **11.40** * **Zoom: Akademia superbhaterów** - film przygodowy, USA 2006 **13.35** **Pijany mistrz** - film sensacyjny, Hongkong 1978, reż. Woo-ping Yuen, wyk. Jackie Chan, Siu Tien Yuen, Jang Lee Hwang, Hsia Hsu **15.55** **Rycerz króla Artura** - film przygodowy, USA 1995, reż. Jerry Zucker, wyk. Sean Connery, Richard Gere, Ben Cross, Julia Ormond **18.50** **Wydarzenia** **19.20** **Sport, Pogoda** **19.30** **Świat według Klepskich (406)** - serial komediowy, Polska

TVN
TVN

06.25 **Uwaga!** **06.45** **Mam talent!** **6** **08.15** *** **Wyspa Skarbow** - film przygodowy, USA 1990 **10.40** *** **Złoto dla zuchwałych** - film przygodowy, Jugosławia/USA 1970, reż. Brian G. Hutton, wyk. Clint Eastwood, Donald Sutherland **13.25** **Kosmiczny mecz** - komedia, USA 1996, reż. Joe Pytko, wyk. Michael Jordan, Wayne Knight **15.05** **Od sklepowej do królowej** - komedia, USA 2008, reż. Stephen Herek, wyk. Ashley Tisdale, Kevin Pollak **17.05** **Legalna blondynka 2** - komedia, USA 2003, reż. Charles Herman-Wurmfeld, wyk. Reese Witherspoon, Sally Field, Jennifer Coolidge **19.00** **Fakty, Sport, Pogoda** **19.45** **Uwaga!** - magazyn

TV 4
TV 4

07.30 **Szczenięce lata Toma i Jerry'ego** **08.00** **Kudłaty i Scooby Doo na tropie** **08.30** **Scooby Doo** **09.00** **Megachichot** **09.20** **Osobliwi ulubieńcy** **10.20** **Tytanonoa: Olbrzymi wąż (1)** - dok. **11.25** **Tytanonoa: Olbrzymi wąż (2)** - film dok. **12.30** **Pięć ton i on** - komedia familijna, USA 1996, reż. Howard Franklin **14.25** **Niekończąca się opowieść** - film fantasy, Niemcy 1984, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Barret Oliver **16.25** **Książę Waleczny** - film przygodowy, Irlandia/Niemcy/Wielka Brytania 1997, reż. Anthony Hickox, wyk. Stephen Moyer **18.05** **Zakręcony** - komedia, USA 2000, reż. Harold Ramis, wyk. Elizabeth Hurley, Brendan Fraser



Szczęśliwego Nowego Roku życzy Stokrotka!

20.25 KOMEDIA
Zakochani

Piękna i inteligentna Zosia nigdy się nie zakochała. Nie wierzy w wielką miłość i często łamie męskie serca. Wszystko zmienia się, gdy poznaje Mateusza.

20.25 **Zakochani** - komedia romant., Polska 2000, reż. Piotr Wereśniak

22.20 **Bez twarży** - film sensacyjny, USA 1997, reż. John Woo

00.50 **Seksmisja** - komedia SF, Polska 1984, reż. Juliusz Machulski

03.00 **Mania wielkości** - komedia kostiumowa, Francja 1971

04.50 **Notacje**

21.50 THRILLER
Surogaci

Świat zmienił się nie do poznania. Ludzie żyją w zupełnej izolacji. Utrzymują ze sobą kontakt jedynie za pośrednictwem robotów zwanych surogatami.

20.10 **Marmaduke. Pies na fali** - komedia, USA 2010, reż. Tom Dey, wyk. Lee Pace, Judy Greer, Finley Jacobsen

21.50 **Surogaci** - thriller SF, USA 2009, reż. Jonathan Mostow

23.25 **Koncert Noworoczny z Wiednia 2014**

00.20 **Królowe ringu** - komedia, USA 2001, reż. Jeffrey Berry

20.10 KOMEDIA
Sami swoi

Pierwsza część słynnej polskiej trylogii komediowej o skłóconych rodzinach, Pawlakach i Kargulach, przesiedlonych po wojnie na Ziemię Odzyskaną.

20.10 **Sami swoi** - komedia, Polska 1967, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Wacław Kowalski, Władysław Hańcza

21.55 **Ryś** - komedia, Polska 2007, reż. Stanisław Tym, wyk. Stanisław Tym, Krzysztof Kowalewski, Zofia Merle

01.00 **Dziewczyny z fortuną** **03.15** **Tajemnice losu** **05.00** **Wstawaj! Grammy!** - muz.

20.00 KATASTROFICZNY
Gniew oceanu

W 1991 roku okolice Bermudów nawiedził najpotężniejszy sztorm w nowożytnej historii. Sześciopięcioro załoga kutra „Andrea Gail” walczy z żywiołem.

20.00 **Gniew oceanu** - film katastroficzny, USA 2000, reż. Wolfgang Petersen

22.40 **Siła magnum** - film sensacyjny, USA 1973, reż. Ted Post

01.00 **Bez śladu 7 (8/24)** - serial kryminalny, USA

01.55 **Prawo Agaty 4 (4/13)** - serial obyczajowy, Polska

02.50 **Uwaga!** - magazyn **03.05** **Arkana magii**

20.00 KOMEDIA
Kuffs

George stracił pracę i rzucił dziewczynę, która zaszła w ciążę. Mezczyzna odwiedza starszego brata, Brada, aby poprosić go o pożyczkę na podróż do Brazylii.

20.00 **Kuffs** - komedia sensacyjna, USA 1992, reż. Bruce A. Evans

22.10 **Zła karma** - thriller, USA 2002, reż. John Hough, wyk. Patsy Kensit

00.00 **Koszmar** - komedia muzyczna, Kanada 2009, reż. Rob Stefaniuk

02.00 **Łowca krokodyli** - serial **02.30** **4music** - program muz. **03.35** **Mała czarna** - talk show **04.35** **Megachichot** - rozr.

EUROSPORT
EUROSPORT

08.30 Rajdy samochodowe: Africa Eco Race **08.45** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **09.45** Hokej na lodzie: Spengler Cup **11.15** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **12.15** Biegi narciarskie: Tour de Ski **13.00** (NZ) Biegi narciarskie: Tour de Ski **13.45** (NZ) Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **16.00** Biegi narciarskie: Tour de Ski **16.45** (NZ) Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ **19.00** (NZ) Tenis ziemny: Turniej ATP **21.30** Tenis ziemny: Turniej ATP **23.00** Sports Excellence **23.15** Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **00.30** Rajdy samochodowe: Africa Eco Race

EUROSPORT 2
EUROSPORT 2

03.00 Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **04.00** Biegi narciarskie: Tour de Ski **04.45** Hokej na lodzie: Spengler Cup **06.00** Tenis ziemny: Turniej ATP **07.45** Rajdy samochodowe: Africa Eco Race **08.00** Hokej na lodzie: Spengler Cup **09.30** Biegi narciarskie: Tour de Ski **11.30** Tenis ziemny: Turniej ATP **13.30** (NZ) Tenis ziemny: Turniej ATP w Dausze - 3. dzień **15.00** (NZ) Tenis ziemny: Turniej ATP w Dausze - 3. dzień **19.00** Sporty motorowe: GTA Next Level **19.15** Watts **00.00** Rajdy samochodowe: Africa Eco Race **00.15** Watts **01.00** Tenis ziemny: Turniej ATP w Dausze - 3. dzień

POLSAT SPORT
POLSAT SPORT

07.00 Siatkówka: Liga światowa **09.10** Sportowe podsumowanie roku 2013 **10.00** Piłka nożna: Liga angielska **12.10** Łyżwiarstwo figurowe: Holiday Festival on Ice **13.20** Sportowe podsumowanie roku 2013 **14.00** Tenis ziemny: Wimbledon 2013 **16.10** Cafe Futbol **18.00** Łyżwiarstwo figurowe: Unforgettable Holiday Moments On Ice **19.10** Atleci **19.50** Łyżwiarstwo figurowe: A Tribute to the Beatles on Ice **21.00** Sportowe podsumowanie roku 2013 **21.40** Łyżwiarstwo figurowe: 22.50 Sportowe podsumowanie roku 2013 **23.30** Boks: Gala boksu zawodowego **00.40** Sportowe podsumowanie roku 2013

TVP SPORT
TVP SPORT

08.10 Piłka nożna: Liga Mistrzów - półfinał **10.10** Piłka nożna: Liga Mistrzów **12.45** Legenda futbolu: Ferenc Puskas - dok. **13.15** Hokej na lodzie: Puchar Polski - finał **15.25** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Manchester City - Bayern Monachium **17.25** Dawnych sportów czar **17.50** Filmy na podium **18.05** Filmy na podium **19.10** Rok 2013 w sporcie **19.50** Piłka nożna: Liga Mistrzów - mecz Arsenal Londyn - Borussia Dortmund **21.45** Pełnosprawni **22.25** Złote chwile polskiego sportu **23.00** Sportowy wieczór **23.25** Multimedialni gwiazdy transmisji sportowych **01.15** Zakończenie

TVP REGIONALNA
TVP

09.30 Rewolwer kulturalny **10.00** Program lokalny **11.00** Filmowe Podlasie atakuje **11.25** Reportaż **11.40** Głos regionów **12.30** Dziką Polską - film dokumentalny, Niemcy 2003 **13.40** Złote ręce Rafała Wilka **14.00** Kultowe rozmowy: Dr Krzysztof Liszcz (1) **14.30** Osaczeni **14.55** Dziką Chorwacją - film dokumentalny, Niemcy 2009 **16.00** Podziw **16.30** Cały ten folklor **17.00** Koncert noworoczny (1) **17.30** Program lokalny **21.00** Reportaż **21.15** Dziennik regionów **21.45** Pogonka **22.00** Program lokalny **23.05** Koncert noworoczny (2) **00.30** Dziką Polską - film dokumentalny, Niemcy 2003

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

12 (NZ) - na żywo

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strzągał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce... Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

dzień w kalendarzu babci niósł na

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:

Teresa Adamowska

Wysłuchała i spisała:

Maria Kaczyńska

TVN SIEDEM

05.15 Pascal: Po prostu gotuj - program kulin.
05.45 We dwoje - rozr.
06.50 Mango - telezakupy
09.00 Przyjaciele 9 (19)
09.30 Mrówka Z - film animowany, USA 1998, reż. Eric Darnell
11.05 Loch Ness - film przygodowy, USA/Wielka Brytania 1996, reż. John Henderson, wyk. Ted Danson
13.05 Pół żartem, pół serio - komedia, USA 1959, reż. Billy Wilder
15.30 Grease - musical, USA 1978, reż. Randal Kleiser, wyk. John Travolta
17.45 Grease 2 - musical, USA 1982, reż. Patricia Birch
20.00 Tequila Sunrise - film sensacyjny, USA 1988, reż. Robert Towne
22.20 Elizabeth: Złoty wiek - dramat historyczny, Francja/Niemcy/Wielka Brytania 2007, reż. Shekhar Kapur
00.35 Nigdy nie będę twoją - komedia romantyczna, USA 2007, reż. Amy Heckerling
02.25 Arkana magii
04.30 Zakończenie progr.

TV PULS

06.00 Codzienna 2 m. 3 (5) - serial kom., Pol.
06.30 Codzienna 2 m. 3 (6) - serial kom., Pol.
07.00 Tom i Jerry - serial
07.30 Miki, Donald, Goofy: Trzej muskietery - film animowany, USA 2004
09.00 Gwiazda Orientu - film przygodowy, Niemcy 2008
10.45 Czarodziejka Lili: Smok i magiczna księżka - film familijny, Austria/Niemcy/Włochy 2009
12.35 Zakochany kundel 2: Przygody Chapsa - film animowany, Australia/USA 2001
14.00 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Bajka o dzielnym krawczyku - baśń filmowa, Niemcy 2008
15.15 Ogniem i mieczem - film hist., Pol. 1999
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 - serial, USA
20.00 Jaskiniowiec z Kalifornii - kom., USA 1992
21.50 Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (9)
22.40 Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (10)
23.40 Dzieci - horror, Wielka Brytania 2008
01.20 Zobacz to!

TVP POLONIA

07.15 Biesiada włoska
08.30 Rok z Polonią
09.10 Odwrócona góra - film anim., Pol. 1999
10.30 Tych lat nie odda nikt
11.20 Kabaretowe hity Jedyńki - program rozr.
11.45 Helena Vondračková - wywiad
12.00 Anioł Pański
12.20 Barwy szczęścia (984) - serial, Polska
12.45 Łamigłowska
12.55 Opolo 2011 na bis
13.40 Byłem wszędzie. Olgierd Budrewicz - film dok., Pol. 2013
14.30 Helena Vondračková
15.30 Mała wielka miłość - komedia romantyczna, Polska 2008
17.30 Teleexpress
17.55 Swinging with Sinatra. Jarek Wist & Krzysztof Herdzin Big Band - koncert
18.50 Barwy szczęścia (984) - serial, Polska
19.25 Od Sylwestra do Sylwestra
19.45 Dobranocka
20.00 Wiad., Sport, Pogoda
20.50 Siostry (1) - serial
21.45 Polonia w Komie
22.00 Rok z Polonią
22.45 18. Przystanek Woodstock 2012
23.45 Kocham Cię jak Irlandię - film dok.

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 (24-ost.)
10.10 Ostry dyżur 11 (19)
11.15 Mango - telezakupy
12.50 Sąd rodzinny - serial
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial
14.50 Tożsamość szpiega (11) - serial, USA
15.50 Czerwony Orzeł (17)
17.00 Przepis na życie (24) - serial, Polska
18.00 Dr House 3 (1)
19.00 Tożsamość szpiega (12) - serial, USA
20.00 Rodzina Addamsów - komedia, USA 1991, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Anjelica Huston, Raul Julia, Christopher Lloyd, Dan Hedaya
22.10 Alcatraz (13-ost.)
23.10 Wieczne zło - horror, USA 2003, reż. Uli Edel, wyk. Thomas Gibson, Katherine Heigl, Simon Bossell
00.55 Arkana magii
03.00 W roli głównej
03.30 W roli głównej
04.00 W roli głównej
04.30 Zakończenie progr.

TV PULS

06.00 Codzienna 2 m. 3 (7) - serial kom., Pol.
06.30 Codzienna 2 m. 3 (8) - serial kom., Pol.
07.00 Tom i Jerry - serial
07.05 Tom i Jerry - serial
07.10 Tom i Jerry - serial
07.25 Zakochany kundel 2: Przygody Chapsa - film animowany, Australia/USA 2001
08.45 Dziewczyny górą! - film familijny, Niemcy 2010
10.40 Bananowa liga - komedia, Kanada/USA 2001
12.20 Barbie: Akademia Księżniczki - film animowany, Kanada/USA 2011
13.50 Wyprawa po czarodziejski róg - film familijny, Norw. 2011
15.30 Pinokio - film przygodowy, Włochy 2002
17.40 Czarodziej Kazaam - komedia, USA 1996
19.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 - serial, USA
20.00 Flintstonowie - komedia familijna, USA 1994
21.55 Superbohaterowie - komedia SF, USA 1999, wyk. Ben Stiller
00.20 Bestia z lasu - horror, USA 2008
02.25 Zobacz to!

TVP POLONIA

06.10 Tych lat nie odda nikt
07.00 Sztuka życia
07.25 Gwiazdny pirat (3)
08.00 Pytanie na śniadanie
10.35 Polska i świat z historią w tle
10.50 Polonia w Komie
11.00 Rok z Polonią
11.40 Galeria (80) - serial
12.00 Barwy szczęścia (985) - serial, Polska
12.35 Wiadomości
12.50 M jak miłość (1016)
13.45 Siostry (1) - serial
14.40 Droga przez Amerykę - film dok., Polska
15.15 Załoga eko - mag.
15.45 Złotopolscy (849)
16.10 Kultura, głupcze
16.55 Galeria (80) - serial
17.20 Polonia w Komie
17.30 Teleexpress
17.55 18. Przystanek Woodstock 2012
18.50 Barwy szczęścia (985) - serial, Polska
19.45 Dobranocka: Mały pingwin Pik-Pok (6)
20.00 Wiadomości
20.25 Sport
20.40 Pogoda
20.45 Łamigłowska
20.50 Komisarz Alex (18)
21.45 Polonia w Komie
22.00 Polonia 24
22.45 Determinator (9)
23.40 Gry wojenne (1)
00.45 Progr. powtórkowe

FOX

05.35 Orły z Bostonu 2 (11)
06.25 Powrót do życia 2 (9)
07.15 White Collar. Biały kołnierzyk 2 (15)
08.05 Glee 4 (6-8)
10.35 Kości 1 (15-18)
13.55 Roswell: W kręgu tajemnic 3 (4, 5)
15.35 Powrót do życia 2 (10)
16.25 White Collar. Biały kołnierzyk 2 (16)
17.15 Family Guy. Głowa rodziny 5 (9-11)
18.30 Współczesna rodzina 2 (7)
18.55 Współczesna rodzina 2 (8)
19.20 Kości 1 (15)
20.10 Kości 1 (16)
21.05 Kości 1 (17)
21.55 Kości 1 (18)
22.45 W garniturach 2 (7)
23.40 The Glades 3 (9)
00.30 Breaking Bad 4 (1)
01.20 The Walking Dead 4 (5)
02.15 Demony da Vinci 1 (4)
03.00 Zakończenie programu

FOX LIFE

06.00 Prywatna praktyka 5 (12)
06.50 Cougar Town. Miao kocię 3 (2, 3)
07.45 Nie zadzieraj z żoną spod 23 1 (1, 2)
08.45 Żona dla milionera 5 (8, 9)
10.30 Dirty Dancing. Edycja brytyjska 2 (9)
11.20 Grey's Anatomy. Chirurgi 9 (6, 7, 8)
13.55 Projektanci na start 1 (1-6)
19.10 Projektanci na start 1 (7)
20.05 Projektanci na start 1 (8)
21.00 Projektanci na start 1 (9)
22.00 Premiera: Projektanci na start 1 (10)
22.50 Projektanci na start 1 (10)
23.45 X Factor. Edycja amerykańska 3 (23)
01.35 X Factor. Edycja amerykańska 3 (24)
02.30 Projektanci 1 (1, 2)
04.15 Zakończenie programu

AXN

06.00 8 prostych zasad 3 (21)
06.30 8 prostych zasad 3 (22, 23)
07.30 Final Fantasy 7: Advent Children - film SF, Japonia 2005
09.30 Alpha-07 - film SF, Niemcy 2010
11.25 Parasol bezpieczeństwa - komedia sensacyjna, USA 2003
13.05 Władcy ognia - film SF, Irlandia/USA/Wielka Brytania 2002
15.05 Rzykanci - film sensacyjny, USA 1997
16.50 Faceci w czerni 2 - komedia, USA 2002
18.30 Król Artur - film przygodowy, Irlandia/USA 2004
21.00 Dr House 8 (17)
22.00 Castle 3 (21)
23.00 Patrol - film sensacyjny, USA 2006
01.45 Dr House 8 (17)
02.30 Castle 3 (21) - serial kryminalny, USA

FOX

05.35 Orły z Bostonu 2 (12)
06.25 Powrót do życia 2 (10)
07.15 White Collar. Biały kołnierzyk 2 (16)
08.05 Glee 4 (8-10)
10.35 Kości 1 (19, 20)
12.15 Orły z Bostonu 2 (13, 14)
13.55 Roswell: W kręgu tajemnic 3 (6, 7)
15.35 Powrót do życia 2 (11)
16.25 White Collar. Biały kołnierzyk 3 (1)
17.15 Family Guy. Głowa rodziny 5 (12-14)
18.30 Współczesna rodzina 2 (9, 10)
19.20 Kości 1 (19, 20)
21.05 Premiera: The Glades 3 (10)
21.55 W garniturach 2 (7)
22.45 The Listener. Słyszający myśli 3 (13)
23.40 The Listener. Słyszający myśli 4 (1)
00.30 Mad Men 5 (10, 11)
02.15 Breaking Bad 4 (1)

FOX LIFE

06.00 Prywatna praktyka 5 (13)
06.50 Cougar Town. Miao kocię 3 (3, 4)
07.45 Nie zadzieraj z żoną spod 23 1 (2, 3)
08.45 Żona dla milionera 5 (9, 10)
10.30 Dirty Dancing. Edycja brytyjska 2 (10)
11.20 Grey's Anatomy. Chirurgi 9 (9-11)
13.55 Ostry dyżur 2 (16)
14.45 Gotowe na wszystko 8 (16)
15.40 90210 4 (17, 18)
17.25 Cień anioła 2 (5)
18.15 Czarodziejki 6 (14)
19.10 Gotowe na wszystko 8 (17)
20.05 Premiera: Ostry dyżur 2 (17)
21.00 Premiera: X Factor. Edycja amerykańska 3 (25)
22.50 Projektanci na start 1 (9, 10)
00.40 Świat według Mindy 1 (21-24)
02.40 Miłosna szkoła przetrwania 3 (5, 6)

AXN

08.00 Kancelaria adwokacka 4 (12)
09.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (11)
10.00 Zaginiony świat (18, 19)
12.00 Siły pierwotne 5 (4)
13.00 Słodkie kłamstwa 2 (6)
14.00 Kancelaria adwokacka 4 (13)
15.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (11)
16.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 8 (1)
17.00 Słodkie kłamstwa 2 (7)
18.00 Gwiazdny wrota: Wszechświat 2 (1)
19.00 Agenci NCIS: Los Angeles 4 (12)
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 8 (2, 17)
22.00 Czarna lista (1)
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (4)
00.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (5)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Przywódca stada
07.00 Specjaliści od megaakwariów
08.00 Dzikie oblicze kotów
09.00 Zaklinacz psów
10.00 Szalona wyprawa
11.00 Przywódca stada
12.00 Dzikie oblicze kotów
13.00 Szalona wyprawa
15.00 Specjaliści od megaakwariów
16.00 Zaklinacz psów
17.00 Najgroźniejsi z groźnych
18.00 Najdziwniejsze zwierzęta świata
20.00 Urodzeni mordercy
21.00 Najdziwniejsze zwierzęta świata
23.00 Urodzeni mordercy
00.00 Drapieżnik doskonały

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Walka o bagaż
07.00 Łowcy okazji (17-26)
15.00 Aukcja w ciemno (19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26)
19.00 Łowcy okazji
20.00 Aukcja w ciemno (2)
20.30 Walka o bagaż (12)
21.00 Aukcja w ciemno (1, 2)
22.00 Walka o bagaż
23.00 Szał na szmela
00.00 Walka o bagaż
00.30 Aukcja w ciemno (1)
01.00 Fani czterech kółek
02.00 Co było dalej? (1, 2)
03.00 Spójrzeć śmierci w oczy
03.50 Aukcja w ciemno (1, 2)
04.40 Walka o bagaż
05.30 Łowcy okazji

ANIMAL PLANET

07.00 Małpie życie (7)
07.30 Zabójcze zwierzęta
08.00 Na ratunek przyrodzie (8)
09.00 Dzikie życie w Szamwari (8)
09.30 Łowca z dzicy
10.00 Dzikie życie bez cenzury
11.00 Dzikie Ameryki
16.00 Gwiazdy Internetu (7, 8)
17.00 Najśrodsze zwierzęta
18.00 Wędkarskie wyprawy Jakuba Vagnera (1, 2)
19.00 Dzikie Ameryki
20.00 Psy na froncie (1)
21.00 Śnieżne pantery (5, 6)
22.00 Policja dla zwierząt w Houston (9)
23.00 Policja dla zwierząt w Detroit
00.00 Obcy wewnątrz nas

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Przywódca stada
12.00 Dzikie Ameryki
13.00 Najdziwniejsze zwierzęta świata
15.00 Specjaliści od megaakwariów
16.00 Zaklinacz psów
17.00 Najgroźniejsi z groźnych
18.00 Najdziwniejsze zwierzęta świata: Domo- we zwierzęta
19.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Afryki
20.00 Sekretne życie drapieżników
21.00 Najdziwniejsze zwierzęta świata: Domo- we zwierzęta
22.00 Najgroźniejsi mieszkańcy Afryki
23.00 Sekretne życie drapieżników
00.00 Latający zabójcy

DISCOVERY CHANNEL

09.00 Walka o bagaż (1, 2)
10.00 Aukcja w ciemno (1, 2)
11.00 Dynamo - więcej niż magia
12.00 Poławiacze diamentów (1)
13.00 Kowboje za kółkiem
14.00 Co było dalej? (1, 2)
15.00 W sieci eksperymentów
16.00 Fani czterech kółek
17.00 Auto - reaktywacja (7)
18.00 Dynamo - więcej niż magia (1)
19.00 Łowcy okazji
20.00 Aukcja w ciemno (3)
20.30 Walka o bagaż
21.00 Gorączka złota (3)
22.00 Gorączka złota
23.00 Nagi instynkt przetrwania
00.00 Walka o bagaż

ANIMAL PLANET

10.00 Dzikie życie bez cenzury
11.00 Policja dla zwierząt w Houston
12.00 Na posterunku
13.00 Policja dla zwierząt w San Francisco
14.00 Słodkie dzieciństwo
15.00 Kot z piekła rodem
16.00 Psy na froncie (1)
17.00 Śnieżne pantery (5, 6)
18.00 Wędkarskie wyprawy Jakuba Vagnera (3, 4)
19.00 Zaklinacz lwów (3, 4)
20.00 Mieszkanie na pniu
21.00 Projekt Akwarium
22.00 Policja dla zwierząt w Houston (10)
23.00 Policja dla zwierząt w Detroit
00.00 Obcy wewnątrz nas

...przez... przyjaciela sekretar-
 rzem. Po kilku miesiącach zaczęły
 się sprzeczki. „Panie, matki, żony

...przejdzie na wigilię i obie-
 cała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA



...siostry wiktoria zyczy

Kochany Brat Kuba

TVP 1
TVP 1

05.55 TVP Info w TVP 1 08.00 Wiadomości 08.20 Telezakupy 08.55 Serialowa Jedynka: Ojciec Mateusz (98): Święta rodzina 09.55 Niedźwiedzie z Alaski (3) - film dokumentalny, USA 2012 11.00 Tych lat nie odda nikt: Benefis Ireny Santor 12.00 Wiad., Agrobiznes 12.35 Przepis dnia - magazyn 12.45 Natura w Jedynce: Najdziwniejsze zwierzęta świata (1) 13.50 Jaka to melodia? 14.30 Moda na sukces 15.00 Wiadomości, Pogoda 15.15 Klan - serial obyczajowy 15.45 Drużyna A (3) - serial 16.40 Polska non stop 17.00 Teleexpress, Pogoda 17.20 Jaka to melodia? 17.55 Kabaretowe hity Jedynki 19.20 Przepis dnia - magazyn 19.30 Wiad., Sport, Pogoda

REKLAMA

TVP 2
TVP 2

05.55 Faceci do wzięcia (71) 06.30 Lokatorzy (43): Praca dodatkowa 07.05 M jak miłość (413) - serial obyczajowy, Polska 08.00 Pytanie na śniadanie 10.40 Barwy szczęścia (1037) 11.15 Na dobre i na złe (204): Marzenie Krzysia 12.15 Makłowicz w podróży 12.45 Wojciech Cejrowski - boso przez świat: Wielbłąd - cykl reportaży 13.25 Szkoła życia - telen. 14.15 Disco Sylwester z Dwójką. Wrocław 2013 15.10 Ja to mam szczęście! (1) - serial kom., Polska 15.45 Panorama Kraj 16.05 Pogoda 16.15 M jak miłość (1029) 17.10 Herkules (1) - serial 18.00 Panorama 18.30 Sport, Pogoda 18.50 Jeden z dziesięciu 19.25 Barwy szczęścia (1037)

POLSAT
POLSAT

06.00 Nowy dzień z Polsat News 08.15 Świat według Kiepskich (146) 09.00 Malanowski i Partnerzy (125) 09.30 Malanowski i Partnerzy (126) 10.00 Trudne sprawy (208) 11.00 Dlaczego ja? (205) - serial fabularno-dokumentalny 12.00 Dom nie do poznania 14.00 Pierwsza miłość (1808) - serial obycz. 14.45 Trudne sprawy (206) - serial fab.-dokumentalny 15.50 Wydarzenia, Pogoda 16.15 Interwencja - magazyn 16.30 Malanowski i Partnerzy (172) - serial fabularno-dokumentalny 17.00 Dlaczego ja? (144) 18.00 Pierwsza miłość (1809) - serial, Polska 18.50 Wydarzenia 19.20 Sport, Pogoda 19.30 Świat według Kiepskich (407) - serial

TVN
TVN

05.05 Uwaga! 05.20 Rozmowy w toku 06.20 Mango - telezakupy 07.25 Wawa non stop (85) - serial, Polska 08.00 Dzień dobry TVN - magazyn poranny 11.10 Ukryta prawda (176) - serial fabularno-dokumentalny, Polska 12.15 Szpital (149) - serial fabularno-dokumentalny 13.15 W-11 - wydział śledczy (621) - serial fabularno-dokumentalny 14.00 MasterChef 2 15.00 Ukryta prawda (177) - serial fabularno-dok. 16.00 Rozmowy w toku 17.00 Wawa non stop (86) - serial, Polska 18.00 Szpital (73) - serial fabularno-dokumentalny 19.00 Fakty 19.30 Sport 19.40 Pogoda 19.50 Uwaga! - magazyn

TV 4
TV 4

07.30 Szczęście lata Toma i Jerry'ego 08.00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie 08.30 Scooby Doo 09.00 * Hutch Miodowe Serce - film anim., Japonia 2010 11.15 ** Krokodyle - wszyscy za jednego - film przygodowy, Niemcy 2011 13.00 Komisarz Rex 13 (11) - serial kryminalny 14.05 Szalona rodzinka - komedia, USA/Włochy 1992, reż. Ted Kotcheff, wyk. Anne Jackson, Christine Ebersole 16.20 Kuffs - komedia sensacyjna, USA 1992, reż. Bruce A. Evans, wyk. Bruce Boxleitner 18.30 Scooby Doo - serial animowany 19.00 Kudłaty i Scooby Doo na tropie - serial anim. 19.30 Szczęście lata Toma i Jerry'ego - serial anim.



Szczęśliwego Nowego Roku życzy Stokrotka!


20.30 SERIAL

Ojciec Mateusz (64)
W Sandomierzu ma odbyć się aukcja obrazu Olgi Boznańskiej. Na aukcji pojawia się osoba kwestionująca autentyczność obrazu. Dzieło trafia do sejfów.
20.30 Ojciec Mateusz (64): Aukcja - serial, Polska
21.25 Sprawa dla reportera
22.25 Oglądaj z Andrzejem Fidykiem: Anna German - prawdziwe życie - film dok., Rosja 2006
23.20 C.K. Dezerterzy (1/2) - FILM *** komedia, Polska/Węgry 1986
00.50 Drużyna A - serial, USA
02.45 Notacje: Zbigniew Pietrzykowski. Bokser

20.40 KOMEDIA

Ciało
Złodziej Goldi jedzie pociągiem do Sopotu. W przedziale zastaje śpiącego mężczyznę i próbuje na niego napaść. Po chwili odkrywa, że pasażer nie żyje.
20.05 Barwy szczęścia (1038)
20.40 Ciało - komedia, Polska
FILM ** 2003, reż. Tomasz Konecki
22.25 Prorok - dramat sensacyjny, Francja/Włochy 2009, wyk. Tahar Rahim
01.10 Świat bez tajemnic: Czerwoni miliarderzy - film dok., Austria 2012
01.40 Świat bez tajemnic: Miłość na liście oczekujących - film dok.

20.05 KOMEDIA

Pokojówka na Manhattanie
Marisa pracuje jako pokojówka w luksusowym hotelu Beresford na Manhattanie. Pewnego dnia poznaje kandydata do senatu, prawnika Chrisa.
20.05 Pokojówka na Manhattanie - komedia romantyczna, USA 2002
22.10 CSI: Kryminalne zagadki Miami (200) - serial
23.05 CSI: Kryminalne zagadki Miami (201) - serial
00.05 Gilda - melodramat, USA
FILM *** 1946, reż. Charles Vidor, wyk. Rita Hayworth
02.30 Dziewczyny z fortuną
03.15 Tajemnice losu
05.00 Wstawaj! Grammy! - muz.

20.05 SERIAL

Na Wspólnej (1844)
Kinga przed pracą zażywa środki uspokajające. W wydawnictwie ostro kłóci się ze Smolnym. Ula jest zachwycona, że już za miesiąc zamieszka z Zuzą.
20.05 Na Wspólnej (1844) - serial obycz., Polska
20.45 W-11 - wydział śledczy (983): Sutenerka - serial fab.-dokumentalny
21.30 Kuchenne rewolucje 8 - program kulinarny
22.30 Całkowite zaciemnienie - film katastroficzny, Francja 2009
00.35 Lekarze 3 (4/13)
01.35 Uwaga! - magazyn
01.50 Arkana magii

22.00 KATASTROFICZNY

Tornado stulecia
Meteorolog Jake jest twórcą programu komputerowego umożliwiającego wczesne wykrywanie trąb powietrznych. Niestety, traci dotację na badania.
20.00 Droga ucieczki - film sensacyjny, USA 2008, reż. Scott Ziehl
22.00 Tornado stulecia - film katastroficzny, USA 2002, reż. Tibor Takacs
23.55 Krzyżościan - film sensacyjny, Japonia/Tajlandia/Wielka Bryt. 2003
02.00 Łowca krokodyli - serial
02.30 4music - program muz.
03.35 Mała czarna - talk show
04.35 Megachichot - rozr.

EUROSPORT
EUROSPORT

08.30 Rajdy samochodowe: Africa Eco Race **08.45 Tenis ziemny:** Turniej ATP w Dausze - 3. dzień **10.30 Skoki narciarskie:** Turniej Czterech Skoczni w Garmisch-Partenkirchen - HS 140 **12.20 Tenis ziemny:** Turniej ATP w Dausze - 3. dzień **13.30 (NZ) Tenis ziemny:** Turniej ATP w Dausze - ćwierćfinał **21.30 Skoki narciarskie:** Turniej Czterech Skoczni w Garmisch-Partenkirchen - HS 140 **22.00 Strongman:** Liga Mistrzów **23.00 Poker:** World Series of Poker Europe **00.00 Watts** **00.30 Rajdy samochodowe:** Africa Eco Race **00.45 Tenis ziemny:** Turniej ATP w Dausze - ćwierćfinał

EUROSPORT 2
EUROSPORT 2

08.00 Skoki narciarskie: Turniej Czterech Skoczni **09.30 Narciarstwo alpejskie:** Zawody PS **10.15 Tenis ziemny:** Turniej ATP **12.15 Hokej na lodzie:** Spengler Cup **13.15 Sporty motorowe:** GTA Next Level **13.30 Skoki narciarskie:** Turniej Czterech Skoczni **15.00 Narciarstwo alpejskie:** Zawody PS **16.00 Biegi narciarskie:** Tour de Ski **17.45 Hokej na lodzie:** Spengler Cup **19.00 Skoki narciarskie:** Turniej Czterech Skoczni **20.15 Biegi narciarskie:** Tour de Ski **21.00 Armwrestling** **21.30 Bowling:** Promotion Tour **22.30 Bowling:** PBA Tour **23.30 Sporty motorowe:** FMX **00.00 Rajdy samochodowe:** Africa Eco Race

POLSAT SPORT
POLSAT SPORT

07.00 Trans World Sport **08.10 Siatkówka:** Liga Światowa **10.20 Tenis ziemny:** Wimbledon 2013 **12.20 Siatkówka:** ME Mężczyzn - mecz Polska - Turcja **14.30 Sportowe podsumowanie roku 2013** **15.10 Tenis ziemny:** Wimbledon 2013 - mecz Jerzy Janowicz - Andy Murray **17.20 Atletyka** **18.00 Żyźniarstwo figurowe:** Holiday Festival on Ice **19.10 Sportowe podsumowanie roku 2013** **19.50 Boks:** Gala boksu zawodowego - walka Krzysztof 'Diablo' Włodarczyk - Danny Green **21.00 Piłka nożna:** Liga angielska - mecz Southampton - Chelsea **23.10 Sportowe podsumowanie roku 2013** **00.00 Sztuki walki:** KSW 24

TVP SPORT
TVP SPORT

07.00 Tenis ziemny: Turniej WTA **09.20 Rok 2013 w sporcie** **10.00 Tenis ziemny:** Turniej WTA **12.05 Pełnosprawni** - magazyn dla niepełnosprawnych **12.35 Niezapomniane mecze białoczerwonych** - reportaże **15.05 Piłka nożna:** Liga Mistrzów - mecz Real Madryt - Juventus Turyn **17.05 Filmy na podium** **17.20 Filmy na podium** **18.00 Tenis ziemny:** Turniej WTA **21.00 Złote transmisje TVP:** Hokej na lodzie - mecz Polska - Gwiazdy NHL **22.25 Rok 2013 w sporcie** **23.00 Sportowy wieczór** **23.20 Filmy na podium** **23.35 Filmy na podium** **00.40 Zakończenie programu**

TVP REGIONALNA
TVP REGIONALNA

13.30 Wokół nas **13.35 Małe ojczyzny:** Tam, gdzie Trylogia była Biblią **14.05 5 minut o...:** Bolesław Orliński pilot genialny **14.10 Śmiecińscy** **14.25 Dziennik regionów** - tematy dnia **14.40 Wokół nas** **14.45 Przechodzień codzienny** **14.55 Bojkot** - film dokumentalny **16.00 Raport z Polski** **16.25 Dziennik regionów** - tematy dnia **16.30 Relacje** **17.00 Podwodna Polska:** Fascynacje z krainy lodów **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**

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

14

Gdy na bociek to już i

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strzągał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce... Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

dzień w kalendarzu babci niósł na

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

Weź udział w świątecznym konkursie

konkurs

1 Odpowiedz na pytania, które pomogą nam w przygotowaniu nagrody dla Ciebie

Ile osób zasiada przy Twoim
Świątecznym stole?

- A** 2 - 10
B ponad 10

Jaką wolisz zastawę?

- 1** w jednym kolorze
2 z wzorem

Przystrojenie stołu (obrus, serwetki, ozdoby):

- X** tradycyjne
Y nowoczesne

2 W kratki poniżej wpisz symbole Twoich
odpowiedzi na pytania, które stworzą Twój
indywidualny kod

--	--	--

3 Wyślij SMS o treści:
CHOINKA.Twój indywidualny kod
pod numer **7247**

Np. Jeśli przy wigilijnym stole siada u Ciebie więcej niż 10 osób,
wolisz jednokolorową zastawę i tradycyjne ozdoby, wpisz: **CHOINKA.B1X**

**Zwycięzca otrzyma wyjątkową, świąteczną
zastawę stołową o wartości 1500 zł!**

W skład zestawu wchodzi: talerze (wielkie, małe, deserowe, głębokie),
serwis do kawy, sztucze, szklanki i kieliszki, obrus i serwetki oraz ozdoby!

Na SMSy czekamy do 13 stycznia 2014 roku.

Koszt SMSa: **2,46 zł**

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

KLAMA



Witam wszystkich Panów! Bez-
dzietna wdowa 48/172 z dom-
kiem. Mam „na czym siedzieć i
czym oddychać”. Szukam Pana
na wspólne bycie razem.
Pozdrawiam.

SMS o treści **STARSZA**
na numer **72966**
lub dzwoni

ze st. i kom. **708 770 513**



Ula 40. Zadbana, dobrze zbu-
dowana wdowa, pozna interesu-
jącego pana. Wiek i wygląd bez
znaczenia. Cel: znajomość, przy-
jaźń, a może coś więcej? Wyma-
gam i gwarantuję dyskrecję.

SMS o treści **ULA**
na numer **72966**
lub dzwoni

ze st. i kom. **708 770 521**



Jestem rozwiedziona kobietą w
średnim wieku, bez zobowiązań
rodzinnych, z własnym domem i
samochodem. Poznam Panów o
miłej powierzchowności, którym
nie będzie przeszkadzać moja
niewielka nadwaga.

SMS o treści **IRKA**
na numer **72966**
lub dzwoni

ze st. i kom. **708 770 563**



Jestem nauczycielką i jestem
pilnie obserwowana, więc wiode
życie mniszki. Pragnę nawiązać
kontakt z Panami, z którymi będę
mogła trochę poswintuszyć
przez telefon i smsy.

SMS o treści **MARZENA**
na numer **72966**
lub dzwoni

ze st. i kom. **708 770 536**



Kasia, 28 lat, pozna niebanal-
nego mężczyznę, który szuka
odskoczni od codziennej prozy
życia.

SMS o treści **28**
na numer **72966**
lub dzwoni

ze st. i kom. **708 770 533**



Niezależna finansowo kobieta
(52 lata) pozna interesującego
mężczyznę celem znajomości, a
może i związku, kto wie?

SMS o treści **IRENA**
na numer **72966**
lub dzwoni

ze st. i kom. **708 770 523**

72XXX- 2,46 zł z VAT/sms, 708 770 XXX 4,92 zł z VAT/min

Wyślij SMS o treści
Okolica.miasto

na numer **72966** 2,46 zł z VAT/sms
np.: Okolica Konin



W odpowiedzi otrzymasz
oferty dziewczyn
z Twojego sąsiedztwa.

Sprawdź ofertę randkową w Twojej okolicy i dzwoni na numer:

ze st. i kom. **708 770 595** 4,92 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.

**Daj się
poderwać Kobiecie**

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

regulamin: www.pwap.pl/regulamin
Bild Presse Polska Sp. z o.o. Sp.k. sms: 1,23 zł z VAT

**to takie
proste! SMS
1 zł
netto**

Minuta: 708777553 4,92 zł z VAT

GORĄCY TELEFON DO KOBIETY

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

**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.

przesłany, przyjaciółka sekretar-
zem. Po kilku miesiącach zaczęły
się sprzeczki. „Panie, matki, żony

uzia przyjeżdża na wigilię i obie-
cała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA

siostry wiktoria zyczy

Kochany Brat Kuba



8⁴⁹

Herbata exp.
Saga 200t.x1,4g
30,32zł/kg



2 za 90 zł

Pieluchy Pampers Giant Pack

roz. od 2 do 5;
od 68 do 112szt.;
wszystkie rodzaje
Weź dowolne rodzaje z tej oferty.

45⁰⁰

zł/opak.
kupując 2opak.
od 0,40 do 0,66zł/szt.



4⁹⁹

Ręcznik Nuvelle
300 listków; duża rolka

300 listków



1/2 LITRA PIWA ZAWIERA 25 GRAMÓW CZYSTEGO ALKOHOLU ETYLOWEGO.

SPRZEDAŻ ALKOHOLU OSOBOM DO LAT 18 JEST PRZESTĘPSTWEM.

3 w cenie 2

Piwo Warka 4x500ml

1⁸⁶
zł/puszka
kupując 3opak.
3,72zł/l



22,32 zł/3opak.

Oferta obowiązuje w dniach 27 – 31.12 lub do wyczerpania zapasów.

Gdy na bociek to już i

Święty Józef, patron dobrej śmierci i robotników, będzie strugał konika dla małego Jezusa. Jezus będzie siedział obok i grał na fujarce... Będzie świecić słońce, a gdzieś nad Narwią będą przelatywać bociany...

dzieje na koniec przednówka, żniwa i nowe zbiory zboża. Będzie upalnie i wakacyjnie!

dzień w kalendarzu babci niósł na

będą marcinki, odporne na przymrozki.

Opowiedziała i zilustrowała:
Teresa Adamowska
Wysłuchała i spisała:
Maria Kaczyńska

roznawstwo i interesowała się mniejszościami narodowymi. Rzadko jeździła do domu, rzadko spotykała się ze znajomymi ze szkoły. Bo odległość 600 kilometrów. „Chciałam się rozwijać, iść do przodu, szukałam więzi intelektualnej”, mówi. Rodzina niewiele jej pomagała, Jadwiga była samodzielną. Studiowała, uczyła się języków obcych. Zrobiła magisterkę. Po studiach była dyrektorką biblioteki w jednostce wojskowej w Poznaniu. Zarabiała, wynajmowała mieszkanie, trochę odkładała. Po przeobrażeniach ustrojowych straciła pracę.

Skończyły się oszczędności. Nie miała na mieszkanie. Tułała się po znajomych. Kontakty się zrywały. I właśnie wtedy trafiła do schroniska dla bezdomnych Barka we Władysławowie pod Poznaniem. Sądziła, że na krótko, że znajdzie pracę, że w schronisku będzie tylko nocować. A utknęła na 10 lat! Otaczali ją bezdomni, przetrąceni przez życie, byli więźniowie, narkomani, alkoholicy. Ona nie piła, nie paliła, nie brała narkotyków. Była inna, ale... była z Barki.

W schronisku pracowała, jak wszyscy i dla wszystkich. Bezsztucznie szukała pracy poza Barką. W Poznaniu zapisała się na kurs księgowych. Wstawała o czwartej rano, w butach pełnych śniegu szła dwa kilometry do autobusu, a gdy nie przyjechał, kolejne sześć. Jak kiedyś swoją zaśnieżoną drogą w Wiźnie. Zastanawiała się wówczas, czy Barka to jej miejsce na ziemi. Odpowiedź przyszła, gdy usłyszała, jak szef schroniska prezentuje mieszkańcom: „To są mordercy, prostytutki, różne takie rozbitki życiowe...”

Ukrywała bezdomność. Gdy zaczęła studiować politologię, na uczelni mówiła, że pracuje w Barce, ale nie dopowiadała, że tam mieszka. Znalazła pracę, fizyczną w fabryce cukierków, potem w stowarzyszeniu prowadzonym przez zakon. Opuściła Barkę. Wcześniej współpracowała ze stowarzyszeniem dla kobiet. Teraz z przyjaciółką założyła stowarzyszenie, które miało pomagać innym w budzeniu aktywności i wychodzeniu na prostą. Została prezesem, przyjaciółka sekretarzem. Po kilku miesiącach zaczęły się sprzeczki. „Panie, matki, żony

i kochanki, prezeski firm, dyrektorki, kuratorki również chciały zaistnieć w szerszym kręgu społecznym. Odeszłam. Panie podziały jeszcze miesiąc, skłóciły się wzajemnie oskarżając jedna drugą o drobnostki z dolnej półki”, zanotowała w pamiętniku.

Historia powtórzyła się z drugim stowarzyszeniem (miało pomagać w dochodzeniu do społecznej aktywności), które założyła z inną koleżanką. „Odeszłam i nie interesowałam się więcej. A niedawno zauważyłam, że nie jest jeszcze wyrejestrowane”, powiedziała w grudniu Anna Łojewska.

4

Koledzy ze studiów, którzy mieli po dwadzieścia kilka lat i własne biznesy podpowiedzieli, aby założyła własną firmę. Patrzyli na jej cv, śmiali się z jej obaw, „że na rynku zostanie zjedzona z kosteczkami”, dodawali odwagi. Jeszcze kilka miesięcy utrzymywała się z korepetycji języka angielskiego, roznoszenia ulotek i wierszówkę za artykuły publikowane w prasie. W końcu próbowała.

„Dziennikarze, a wśród nich Tomasz Raczek, Mariusz Szczygieł i inni interweniowali u prezydenta Poznania i otrzymałam mieszkanie”, mówi Anna Łojewska.

Małutkie, w centrum Poznania! Do remontu. Wykonała go za pieniądze z teatru. Rok później Wydawnictwo Replika wydało jej „Pamiętnik z dekady bezdomności”.

Dziś Anna Jadwiga Łojewska (lat 53) specjalista do spraw projektów prowadzi własną firmę EuroBlues. Jest uznanym ekspertem (skończyła dwa kierunki studiów, kilka specjalistycznych kursów, zna pięć języków, uczy się tureckiego i kurdyjskiego).

„Z kolegą, który jest filozofem, otwieramy w Poznaniu bar mleczny, właśnie kończymy remont lokalu. Trzeba iść do przodu. Trzeba się rozwijać i mieć cel. Mnie udało się wyrwać”, mówi Anna Jadwiga Łojewska.

„Jadzia chciała się stąd wyrwać... Wyrwała się!”, potwierdza wzruszona mama, która do tej pory nie czytała książki córki.

Przeczyta po świętach, bo Jadzia przyjedzie na Wigilię i obiecała, że ją przywiezie...

MARIA TOCKA



Z okazji Świąt Bożego Narodzenia życzenia wesółych Świąt, dużo zdrowia, zadowolenia z wnucząt i wszelkiej pomysłowości w Nowym Roku 2014 Państwu Lucynie i Franciszkowi Wojtaszek z Łomży składają

Przyjaciele
Franciszka i Józef Mikucy



Zrodzony na sianie, w półmroku stajenki, śpi w ramionach Marii Jezus malusienki. Świętą noc złocista gwiazda opromienia, a wokół gromadzą się przyjazne stworzenia. Lulajże Jezuniu snem cichym, szczęśliwym. Obdarz nas radością i szczęściem prawdziwym. Radosnych Świąt Bożego Narodzenia oraz Błogosławieństwa Bożej Dzieciny w nadchodzącym Nowym Roku Kochanym Rodzicom życzą

dzieci Izabela i Tomasz

Kochanym Dziadkom z okazji Świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku życzenia zdrowia, wielu dobrych dni i wszelkiej pomysłowości przesyła

Kochany Wnusio
Kuba Piotrowski



Kiedy gwiazdka na niebie zza chmur się wychyli, a księżyc wśród obłoków posłanie wymości – wigilijne życzenia przynoszę Wam mili zdrowia, szczęścia, radości – wszelkiej pomysłowości. Dla Kochanej Siostry Wiktorii życzę

Kochany Brat Kuba

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!

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

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

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-oo)

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

Provident: 600 - 400 - 295

(taryfa wg opłat operatora)

(fak.603-oo)

ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam” za-
mieszczamy bezpłatnie. Treść moż-
na przesłać 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)

NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/kn-oo)

PRZYJME

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

RTV - AGD

**ZAPRASZAM PO BOGATĄ OFERTĘ
CYFROWYCH ANTEN
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)

RÓŻNE

DEKORACJE weselne i okoliczno-
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)

SPRZEDAM

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

(fak. 416-oo)

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

(fak.245-oo-i)

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

W ramce, białe litery na czerw-
nym tle

(fak.600-oo)

TOWARZYSKIE

Atrakcyjny wysoki brunet pozna
bezpruderyjne miłe panie w każ-
dym wieku. Wiek, stan cywilny
obojętny (Podlasie, ościenne woj.).
Szczęśliwego 2014 roku dla pań.
Odezwij się tel. 502 306 530

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak. 987-o-i)



Radosnych Świąt!

Zaproś do nas bliskich na:

Musakę, Sauvlaki

Horiatiki

Hałwę z lodami

z oryginalnej kuchni greckiej



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

TAXI PLUS

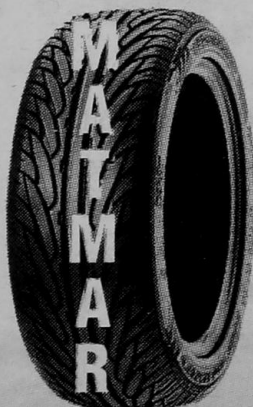
196-26
800 17 17 18



**Zdrowych i spokojnych
Świąt Bożego Narodzenia
spędzonych w rodzinnym gronie
oraz wszelkiej pomyślności
w nadchodzącym Nowym Roku**

Życzy

TAXI MPT 191-91



Spokojnych, pogodnych Świąt!

Zakład Mechaniki Pojazdowej

Szczepan Grodzki



- mechanika samochodowa
- wulkanizacja, opony

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

fak. 573

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-oo-i)

Szpachlowanie, malowanie,
517 – 895 – 430

(p-0322-o-i)

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Bezpłatne ogłoszenia motoryza-
cyjne Sprzedam Audi A-4 (1998 r.)
1.9TDI, 110 km, alufelgi, stan bdb,
cena 11000 zł, tel. 608 – 819 – 033

(o/b)

Sprzedam Passat B5 kombi (1999
r.) TDI, 110KM, po wymianie roz-
rządu, zawieszenia, klocki, cena
10.000 zł, tel. 660 – 529 – 185

(o/b)

Sprzedam Mercedes 408 skrzynio-
wy (1992 r.) dł. 4.20, szer. 2.0, na
bliźniakach dmc 3.5t, cena 8.000 zł,
tel. 784 – 689 – 630

(o/b)

Sprzedam Mercedes Sprinter
2.2CDI (2001 r.), dubel kabina, 167
tys. km, skrzynia 3.5m, stan bdb,
cena 17.000 zł, tel. 508 – 316 – 928

(o/b)

Sprzedam Toledo 1.9D (1997 r.)
I właściciel, granatowy, cena 1.600
zł, tel. (86)275 – 59 – 16

(o/b)

Sprzedam Megane II, 1.5DCI (2006
r.) lifting, niebieski, klimatyzacja,
komputer, el. szyby, cena 13.900 zł,
tel. (86)273 – 21 – 02

(o/b)

Sprzedam B3 (1991 r.) 1.8 gaz, peł-
ny wtrysk, blacharka i silnik bdb,

bez rdzy, wspomaganie, cena
3.000 zł, tel. 505 – 597 – 120

(o/b)

Sprzedam Berlingo 1.6 HDI (2008
r.) 156tys.km, biały, sprowadzony
z Niemiec w 2010r, z prawej stro-
ny suwane drzwi, cena: 15.500 zł,
tel. 518 – 245 – 924

(o/b)

Sprzedam Astra 1.4 benzyna
(1993 r.) stan db. cena: 1.400 zł,
tel. 510 – 448 – 662

(o/b)

Sprzedam Golf III 1.9TD lub za-
miana na mniejszy z gazem, cena
3.000 zł, tel. 515 – 689 – 651

(o/b)

Sprzedam Zafirę 2.0 DTI
(1999 – 2000) bogate wyposa-
żenie, bez śladów korozji, czy-
sty, zadbane, cena 7.800 zł,
tel. 515 – 709 – 788

(o/b)

Sprzedam Avensis (2007) lift, 1.8
VVT-i 130KM gaz, salon RP, aso, 1
właściciel, klimatyzacja, 9x airbag,
hak, radio MP3, bluetooth, właci-
ciel niepalący, bezwypadkowy, cena:
28.300 zł do uzg., tel. 514 – 044 – 235

(o/b)

Sprzedam Seicento (1999 r.) el.

szyby, zam. c. z pilota, autoalarm,
metalik, sportowe zawieszenie, 899
benzyna, 146tys.km, ważne oc do
sierpnia, obrotomierz, cena 3.000
zł do uzg, tel. 730 – 610 – 030

(o/b)

Sprzedam 126 P (1999 r.) stan bdb,
cena: 1.200 zł, tel. 504 – 257 – 017

(o/b)

Sprzedam Mondeo (2002 r.) 2.0D,
pełna opcja, skóra, cena: 10.500 zł,
tel. 514 – 711 – 882

(o/b)

Sprzedam A3 1.9TDI 130KM, 3
drzwi (2001 r.), czarny metalik, ce-
na: 13.500 zł, tel. 605 – 840 – 920

(o/b)

Sprzedam Golf IV 2.0B 150KM,
5-drzwiowy, srebrny, wersja ame-
rykańska comfortline, klima-
tyzacja, wspomaganie, manu-
al, ubezpieczenie i przegląd do 6
maja 2014, cena: 9.000 zł do uzg,
tel. 606 – 613 – 463

(o/b)

Sprzedam alufelgi w db stanie nie
porysowane wraz z oponami roz-
miar 205/55/16. Rozstaw śrub
4x100 pasują do Seata, VW, Opla,
cena 400zł, tel. 881 – 011 – 436

(o/b)

Sprzedam oryginalne alufelgi mer-
cedesa z oponami letnimi Goodye-
ar efficientgripp 205 / 65 r 16, cena
500 zł, tel. 608 – 754 – 955

(o/b)

Sprzedam Fiat Panda 1.3 MJet die-
sel (2008 r.) klimatyzacja, wspo-
maganie, stan bdb, cena 12500 zł,
tel. 506 – 752 – 269

(o/b)

Sprzedam Opla Vivaro (2007 r.)
biały, oszklony, ubezpieczony. Wy-
posażenie: klimatyzacja, 6-bie-
gów, zamek centralny, veba-
sto, stan dobry, przebieg 234 000,
cena. 19500 zł (do negocjacji),
tel. 606 – 205 – 581

(o/b)

Wójt Gminy Radziłów in-
formuje, iż w siedzibie Urzę-
du Gminy został podany do
publicznej wiadomości po-
przez wywieszenie na tabli-
cy ogłoszeń na okres 21 dni
wykaz nieruchomości komu-
nalnych przeznaczonych
do wydzierżawienia;

– części działek oznaczo-
nych numerami: 1123/2,
1148/18, 1461, 1648, w Ra-
dziłowie,
– część działki nr 62/1
w Karwowie,
– część działki nr 104/4
w Klimaszewnicy,
– część działki nr 494
w Okrasinie.

Wójt Gminy
mgr inż. Robert Ziemkiewicz



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. 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 – 255 000 zł
tel. 604 051 082

ul. Chopina – pow. 61,02 m2, 3

pokoje, IV piętro, wykończone
– 140 000 zł tel. 698 506 416
(OKAZJA!!)

ul. Por. Łagody – pow. 72,3 m2, 4

pokoje, IV piętro, do zamieszkania
– 169000 zł tel. 698 506 416

DOMY

Łomża, ul. Krucza – pow. 187 m2,

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

Łomża, ul. Broniewskiego – pow.

120 m2, pow. działki 55 m2,
segment mieszkalno-usługowy
– 450 000 zł tel. 604 227 658

Stare Kupiski, ul. Krótka – pow.

140,20m2, pow. działki 1222m2,
parterowy z poddaszem, wykończo-
ny – 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

Krzewo, gmina Piątnica – pow. 1253

m2, z decyzją o warunkach
zabudowy – 35 000 zł
tel. 604 051 082

www.lomza.nieruchomosci.pl

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.

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

- Sprzedam jałówkę – wyciele-
nie połowa stycznia, cena 4600 zł,
tel. 698 – 060 – 764 (o/b)
- Sprzedam paszowóz „Sano” 5m3,
stan bardzo dobry, cena 30000
zł; beczkowóz 6800 litrów, cena
15000 zł, tel. 500 – 655 – 524 (o/b)
- Sprzedam opony czeskie 18.4
x 34/10PR, cena 200 zł/szt.,
16.9 x 34, cena 1750 zł/szt.,
tel. 514 – 414 – 337 (o/b)
- Sprzedam prasę belują-
cą Metal-Fach (2004 r.), za-
mki, szerokie koła, cena 23500 zł,
tel. 608 – 819 – 033. (o/b)
- Sprzedam ciągniki: C-360 14 tys.
zł, – John Deere 53 tys. zł, – Valmet
905 + tur 39 tys. zł, – ładowarkę
JCB 39 tys. zł, tel. 602 – 118 – 639 (o/b)
- Sprzedam ziemniaki jadalne, cena
1zł/ kg, tel. 507 – 416 – 128. (o/b)
- Sprzedam prasę kostkującą pol-
ską Z-224/1, (1996r.), cena 11500
zł, rozrzutnik obornika 3500 zł,
tel. 694 – 973 – 54.5 (o/b)
- Sprzedam jałówkę Simental, wycie-
lenie 11 stycznia 2014r., cena 5600
zł, tel. (86)271 – 61 – 38. (o/b)
- Sprzedam 5 ha orna gm. Łomża,
35000 zł/ha, tel. 604 – 128 – 382. (o/b oo-i)
- Sprzedam ciągnik Massey
Ferguson 3050 2wd 70KM (1989). Cena: 27.500 zł do uzg.
tel. 696 – 473 – 797. (o/b)
- Sprzedam piłę motorową Stihl
023, stan bdb, cena 850 zł,
tel. 667 – 246 – 306. (o/b)
- Sprzedam ciągnik Valtra 8150 4wd
125KM (1999). Cena 64.000 zł do
uzg., tel. 696 – 003 – 582. (o/b)
- Sprzedam ciągnik Landini 9080
4wd 89KM (1995 r). Cena 45.000 zł
do uzg., tel. 696 – 473 – 797. (o/b)
- Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy
z Czarnej Białostockiej, 4-tono-
wy, na jedną taśmę, cena 6.300 zł,
tel. 669 – 050 – 548. (o/b)
- Sprzedam kwotę mlecz-
ną 8154 kg, cena 0,20 zł kg,
tel. 516 – 760 – 662 (o/b)
- Sprzedam słomę w belach ze sto-
doły, ok/Zambrowa, cena 40 zł,
tel. (86)270 – 32– 53 (o/b)
- Sprzedam wycinak szczękowy ki-
szonki (2009 r.) szer. 1.2, cena
5.000 zł, tel. 667 – 983 – 143 (o/b)
- Sprzedam jałówkę NCB, wy-
soko cielna, wycielenie sty-
czeń, cena 3.900 zł do uzg.,
tel. 798 – 758 – 817 (o/b)
- Sprzedam prosięta, 10 szt., ce-
na za parę, cena 350 zł do uzg.,
tel. 798 – 758 – 817 (o/b)

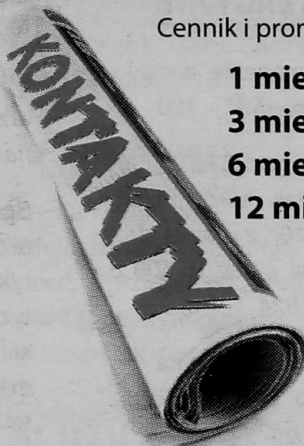
KONTAKTY

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

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE
ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest
podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

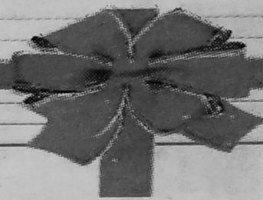
Czytelny podpis:

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.

KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCIUNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY„Zmodernizowane doskonalenie nauczycieli szansą
na lepszą jakość edukacji w powiecie m. Łomża”

Od 01 08 2013 roku do 31 07 2015r Łomżyńskie Centrum
Rozwoju Edukacji realizuje Projekt „Zmodernizowane
doskonalenie nauczycieli szansą na lepszą jakość
edukacji w powiecie m. Łomża” w ramach POKL Priorytet
III Wysoka jakość systemu oświaty Dział. 3.5 Kompleksowe
wspomaganie rozwoju szkół. W projekcie biorą udział:
PP nr 1,2,4,5,8,9,10,14,15 ;SP nr 2,4,5,7,9,10;PG nr 1,2,8;
LO nr II i III; Technikum nr 4,5,6,7.Celem projektu jest
podniesienie umiejętności dydaktyczno-wychowawczych
390 nauczycieli z 15 szkół i 9 przedszkoli; zwiększenie
umiejętności w zakresie przeprowadzania diagnozy potrzeb
szkół/przedszkoli u 24 dyrektorów z 15 szkół i 9 przedszkoli;
Szkolenia dla nauczycieli prowadzą eksperci z firm
szkoleniowych z Wrocławia, Elku i Jonkowa w obszarach
tematycznych określonych wcześniej
przez uczestników szkoleń.

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



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

Partner Strategiczny:

PREF 3ET
SNIADOWO



Prezydent Łomży

Sponsorzy i partnerzy:



Sponsor Główny:



Wanda i Tadeusz Wałkuscy z Łomży

DORIS TRAVEL
Biuro Podróży



Bank Zachodni WBK

OSP w Piątnicy



PHU ILASZCZUK
salon firmowy
w Łomży



FHUT „Kulikowski” Stacja Paliw w Wygodzie

Hotel Gromada w Łomży



Bank Spółdzielczy
w ŁOMŻY

SKŁAD BUDOWLANY TĘCZA
W ŁOMŻY

Przedsiębiorstwo Ochrony Mienia
Kuguar z Łomży

JW Kostka Brukowa
w Jedwabnem

Przedsiębiorstwo Budowlane
Artur Mazurek w Pniewie

Zakład Mechaniki Samochodowej
Szczepan Grodzki w Łomży



**REPORTAŻE ŚLUBNE
TANIEJ NIŻ MYŚLISZ**



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ



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

WÓJT GMINY KULESZE KOŚCIELNE OGŁASZA DRUGI PRZETARG USTNY NIEOGRANICZONY NA SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

Przedmiotem przetargu są następujące nieruchomości przeznaczone do sprzedaży:

Lp.	Nr KW	Nr działki	Powierzchnia w m ²	Położenie	Opis nieruchomości	Przeznaczenie nieruchomości i sposób jej zagospodarowania	Cena nieruchomości w zł./cena wywoławcza + VAT	Wadium w zł.
1	LM1W/00018120/5	101	1200	Chojane Pawłowieża	łąki trwałe, pastwiska trwałe	brak planu	5 031	503
2	LM1W/00018122/9	18	3500	Chojane Piecki	grunty zadrzewione	brak planu	14 675	1 468
3	LM1W/00018121/2	95	2300	Chojane Sierocięta	nieużytki	brak planu	5 890	589
4	LM1W/00018125/0	13	4900	Faszcze	nieużytki	brak planu	9 358	936
5	LM1W/00018125/0	11	4300	Faszcze	pastwiska trwałe rowy	brak planu	18 029	1 803
6	LM1W/00018126/7	172	10440	Gołasze Dąb	las i grunty leśne	brak planu	19 938	1 994
7	LM1W/00018126/7	123	6000	Gołasze Dąb	grunty orne	brak planu	11 459	1 146
8	LM1W/00018126/7	106	10360	Gołasze Dąb	las i grunty leśne	brak planu	26 529	2 653
9	LM1W/00018130/8	56	600	Grodzkie Szczepanowieża	użytki kopalne	brak planu	1 536	154
10	LM1W/00024582/6	12/1	1650	Kulesze Podlipne	użytki rolne zabudowane	brak planu	13200	1 320
11	LM1W/0002458/62	12/2	1130	Kulesze Podlipne	użytki rolne zabudowane	brak planu	9 040	904
12	LM1W/00026155/8	152	11190	Nowe Grodzkie	budynki byłej szkoły z lokatorami, tereny zabudowane inne	brak planu	121500	12 150
13	LM1W/00018131/5	43	5600	Nowe Kalinowo	grunty orne, lasy i grunty leśne, nieużytki	brak planu	10 695	1 070
14	LM1W/00018131/5	59	4900	Nowe Kalinowo	łąki trwałe, rowy	brak planu	20 545	2 055
15	LM1W/00018141/8	53	1460	Stare Niziołki	wody stojące	brak planu	6 122	612

Osoby, którym przysługiwało pierwszeństwo w nabyciu w/w nieruchomości zgodnie z art. 34 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2010 r. Nr 102, poz. 651 z późn. zm.) upłynął termin do złożenia wniosku 25 października 2013 r.

Pierwszy przetarg odbył się w dniu 2 grudnia 2013

Brak obciążeń na wyszczególnionych nieruchomościach.

Na nieruchomościach nie ciąży zobowiązania

Przetarg odbędzie się w dniu 28 stycznia 2014 r. o godzinie 10⁰⁰ w sali konferencyjnej Urzędu Gminy Kulesze Kościelne, ul. Główna 6, 18-208 Kulesze Kościelne

Warunki przetargu: Przed otwarciem przetargu jego uczestnik zobowiązany jest przedłożyć komisji przetargowej dowód wniesienia wadium, dowód tożsamości, ksero aktualnego wypisu z właściwego rejestru oryginał do wglądu (osoby prawne), zgodę współmałżonka na przystąpienie do przetargu w celu zakupu nieruchomości (osoby pozostające w ustawowym ustroju wspólności majątkowej) lub oświadczenie, że nieruchomość będzie nabywana z majątku odrębnego.

Wadium należy wnieść w formie pieniężnej najpóźniej do dnia 23.01.2014 r. na rachunek Urzędu Gminy Kulesze Kościelne Nr 94 8774 0000 0010 0016 2000 0010 BS Wysokie Mazowieckie. Za datę wniesienia wadium uważa się datę wpływu wymaganej kwoty na wskazany rachunek bankowy.

Wadium zwraca się nie później niż przed upływem 3 dni od dnia odwołania, zamknięcia, unieważnienia lub zakończenia przetargu wynikiem negatywnym.

Wniesione wadium przez uczestnika, który przetarg wygrał, zalicza się na poczet ceny nabycia nieruchomości.

Koszty związane z zawarciem umowy sprzedaży nieruchomości ponosi jej nabywca.

Ceną nabycia nieruchomości będzie najwyższa osiągnięta cena netto + podatek VAT w stawce 23 % zgodnie z ustawą o podatku od towarów i usług.

Organizator przetargu może odstąpić od zawarcia umowy sprzedaży, jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie przystąpi bez usprawiedliwienia do zawarcia umowy w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu, a wpłacone wadium nie podlega wówczas zwrotowi.

Oględzin nieruchomości można dokonywać przed przetargiem, po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Kulesze Kościelne, ul. Główna 6, 18-208 Kulesze Kościelne pokój nr 10 lub telefonicznie 86 476 3512 w 15.

Ginie nas coraz więcej!

Od stycznia do listopada mijającego roku na drogach w Podlaskiem było 689 wypadków drogowych, w których 124 osoby zginęły, a 829 zostało rannych. Wypadków jest o 5 proc. mniej, zabitych o 5 proc. więcej, niż rok wcześniej. W Łomży i powiecie łomżyńskim w 79 wypadkach (3 więcej, niż przed rokiem) 11 osób straciło życie, 106 zostało rannych. W Kolnie i powiecie kolneńskim w 18 wypadkach 9 osób zginęło, 16 zostało rannych.

Wtargnęli pod auto pod Stokrotką

Dziewczyna trafiła do szpitala po tym, jak skoda felicia wjechała w grupę przechodzących przez przejście dla pieszych przy rondzie koło Galerii Stokrotka w Łomży. Kobieta, która prowadziła auto, objeżdżała rondo i kierowała się w dół ulicy Zawadzkiej. Jak twierdziła, piesi wtargnęli jej pod koła i nie zdążyła zahamować.

Spadające landrovery

W sobotę (21 grudnia) rano landrover wpadł w poślizg na moście na Narwi w Wiźnie, uderzył w barierkę, wyłamał ją i spadł z mostu, przewracając się. Na szczęście, spadł już za przyczółkiem, poza nurtem rzeki. Kierowca nie doznał poważniejszych obrażeń. Został przewieziony do szpitala na obserwację.

Nie miał takiego fartu kierowca landrovera z Rosji, który na moście w Przewięzi pod Augustowem staranował barierkę ochronną i spadł do wody! Na szczęście, z pasażerem o własnych siłach wydostali się z samochodu, nie odnieśli poważniejszych obrażeń. Kierowca został ukarany mandatem 500 zł.

Kto widział pirata?

Łomżyńscy policjanci szukają świadków wypadku z 27 listopada na skrzyżowaniu al. Piłsudskiego i Raganowicza. Około godz. 19.40 osobowe auto potrafiło tam przechodzącą przez przejście kobietę (lat 47). Kierowca uciekł. Samochód był koloru ciemnego, typu combi, podaje policja. Wszyscy, którzy byli świadkami lub mogą udzielić informacji w tej sprawie,

proszeni są o kontakt z Komendą Miejską Policji w Łomży, ul. Wojska Polskiego 9, tel. 86 474 12 12, 86 474 14 58 lub 997 (kom. 112).

Nożownik z domu pomocy

W domu pomocy społecznej w powiecie hajnowskim jeden z pensjonariuszy (lat 71) podczas kłótni ugodził nożem drugiego (lat 56) w klatkę piersiową. Zatakowany z ciężkimi obrażeniami wewnętrznymi został przewieziony do szpitala. Sprawcy grozi do lat 10 pozbawienia wolności.

Rowerowy gang

Pod zarzutem 27 kradzieży, w tym głównie rowerów o łącznej wartości 30 000 zł, został tydzień temu zatrzymany mieszkaniec Łomży (lat 21). W tym tygodniu łomżyńscy policjanci zatrzymali dwóch młodych paserów (lat 17 i 19), którzy upłyniali kradzione rowery. Policjanci znaleźli u nich dwa rowery, których nie zdążyli sprzedać.

Podpalacze altanek

Nocą spłonęły całkowicie cztery, a częściowo trzy altany w ogródkach działkowych w Wasilkowie. Właściciele szkody oszacowali łącznie na 300 000 zł. Podczas akcji ratowniczej policjanci dostali wiadomość, że w pobliżu ktoś został zaatakowany nożem. Okazała się fałszywa. Potem ktoś zadzwonił, że na pobliskim wiatku stoją trzy podejrzenie wyglądające osoby i obserwują pożar. Ta wiadomość była prawdziwa. Zatrzymali ubrudzonych w błocie dwóch młodych mężczyzn i kobietę (lat 26, 21 i 20). Wszyscy byli pijani (1,2 – 1,3 promila). Najstarszy miał ukryty w białym telefon, z którego wykonane zostało połączenie, dotyczące fałszywego alarmu o ataku nożownika. To mieszkaniec Białegostoku, wcześniej zamieszany w inne podpalenie. Wszyscy trafili do aresztu.

Szkolny dealer

W jednej ze szkół w Szczuczynie policjanci zatrzymali ucznia (lat 17), który miał przy sobie 34,5 g marihuany, elektroniczną wagę do porcjowania narkotyków i kilkadziesiąt foliowych torebek. Grozi mu do 8 lat pozbawienia wolności.

Urodzona w Wysokiem Mazowieckiem senator PiS Beata Gosiewska nie ujawniła w oświadczeniu majątkowym 2 500 zł stypendium na każde dziecko miesięcznie, bo nie musiała

Senator Gosiewska nie zataiła dochodów

W kwietniu 2010 r. Fundacja na rzecz Polskich Związków Kredytowych ustanowiła fundusz pomocy dla rodzin tych ofiar katastrofy smoleńskiej, które były laureatami przyznawanej przez SKOK-i nagrody Feniks. Pod Smoleńskiem zginęły trzy uhonorowane Feniksem osoby: Lech Kaczyński, Maciej Płażyński i mąż Beaty Gosiewskiej, Przemysław.

Jak poinformowała „Gazeta Wyborcza” Beata Gosiewska w 2010 roku zarobiła na etacie w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa 113 tys. zł (9 416 zł miesięcznie), jako radna warszawskiej dzielnicy Wola 24 tys. zł, po katastrofie smoleńskiej otrzymała wsparcie od rządu w wysokości 40 tys. zł (tak jak wszyscy bliscy ofiar),

100 tys. zł z polisy ubezpieczeniowej Sejmu. Dodatkowo premier Donald Tusk przyznał renty specjalne jej dzieciom po 2 tys. zł miesięcznie. Niezależnie od tego Fundacja na rzecz Polskich Związków Kredytowych postanowiła, że każde z dzieci Gosiewskiej od maja 2010 do sierpnia 2013 r. otrzymywało co miesiąc 2,5 tys. zł stypendium. Tylko w 2010 r. otrzymała z tego tytułu 40 000 zł.

Beata Gosiewska pieniędzy otrzymanych z Fundacji nie ujawniła oświadczeniu majątkowym. Nie musiała, gdyż, jak ustaliła „Gazeta”, oświadczenie obejmuje tylko dochody parlamentarzysty i małżonka. Pieniądzy dzieci wykazywać nie musi.



Najbardziej awaryjne auta używane

Specjaliści niemieckiego TUV opracowali ranking niezawodności, oparty na ilości usterek, zagrażających bezpieczeństwu drogowemu, wykrytych podczas przeglądu. Od połowy 2012 do połowy 2013 roku zbadali ponad 8 mln samochodów.

W grupie samochodów 10 – 11 lat najbardziej awaryjne okazały się:

1. Chrysler PT Cruiser – średni przebieg 121 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 45,1 proc.
2. Ford Galaxy – średni przebieg 161 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 44,2 proc.
3. Fiat Stilo – średni przebieg 115 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 43,8 proc.
4. Ford Ka – średni przebieg 59 tys. km, średni odsetek eg-

zemplarzy z usterką 43,3 proc.

5. Volkswagen Sharon – średni przebieg 165 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 42,9 proc.
6. Mini Cooper – średni przebieg 107 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 42,6 proc.
7. Alfa Romeo 156 – średni przebieg 145 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 42,5 proc.
8. Renault Laguna – średni przebieg 131 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 42,2 proc.
9. Renault Kangoo – średni przebieg 136 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 42,1 proc.
10. Alfa Romeo 147 – średni przebieg 122 tys. km, średni odsetek egzemplarzy z usterką 41,9 proc.

Dobre maniery

Kilka rad na Święta i Sylwestra

Święta Bożego Narodzenia to wyjątkowy czas. Często jedyna okazja w roku, aby spotkać się całą rodziną, porozmawiać, pobyć razem. Oto kilka rad, które umilą wspólnie spędzony czas...

Na wigilijnym stole: sztuce kładziemy obok talerza – noże i łyżki po prawej stronie, widelce po lewej. Łyżki i widelce układamy grzbietami w dół, a noże ostrzami skierowanymi w lewą stronę. Łyżeczki i widelczyki kładziemy nad talerzami. Rękojeść łyżeczki kierujemy w prawą stronę, a widelczyka, w lewą. Serwetka powinna leżeć na talerzu.

Na wigilijnym stole nie powinno być alkoholu. To tak wyjątkowy dzień, że nie należy ryzykować własni wywołanych procentami. Wyjątek stanowi białe wino, które gospodarz może podać do dań rybnych.

Parasolki, chorągiewki i inne ozdoby, to nie najlepszy pomysł na wigilijne potrawy. Sianko, opłatek

i żywa choinka dadzą zdecydowanie lepszy, świąteczny efekt.

W wigilijny wieczór wszyscy powinni wyglądać odświętnie. Czy zapraszacie gości, czy spędzacie święta we własnym, rodzinnym gronie, ubierzcie się odpowiednio. Biała koszula, spodnie w kant, krawat, a kobiety w stroju wieczorowym, to dobry pomysł.

Podobnie z Sylwestrem. Nawet, gdy spędzasz go w gronie rodzinnym lub dobrych znajomych, tego wieczoru dżinsy i sweterek to nie najlepsze rozwiązanie. Nie musisz wbijać się w garnitur i zaciskać krawata, ale wypada ubrać się jednoznacznie elegancko.

I jeszcze jedno: ta noc jest długa i sącząc „szampana” należy trzymać fason do końca. Nie ma nic gorszego, niż kłopot, co nad ranem zrobić z mało kontaktującym domownikiem lub gościem.

SALONOWIEC

Pytanie intymne

Mam pewne problemy i postanowiłem, że w nowym roku pójść z nimi do seksuologa. Chciałbym dowiedzieć się, jak wygląda u niego wizyta i badanie.

Romek

Wizyta u seksuologa różni się od innych lekarskich wizyt. Badanie polega na rozmowie w gabinecie. Pacjent opowiada o problemie. Trzeba przełamać nieśmiałość i szczerze opowiedzieć o wszyst-

kim. Lekarz może zadawać wiele szczegółowych pytań, bo tylko pełny obraz, który wyłoni się z rozmowy, pozwoli mu lepiej zrozumieć i zdiagnozować podłoże ewentualnego zaburzenia.

Aż 70 proc. terapii, prowadzonych przez seksuologów, kończy się sukcesem. Warto więc skorzystać z takiej pomocy. Udany seks budzi w człowieku energię, wyzwala siły vitalne. Słowem: rodzi ochotę nie tylko na seks, ale na poznawanie wszystkich smaków życia!



Lekarz domowy

Mam dość liczną rodzinę i zwykle się wzajemnie gościmy. W tym roku wszyscy, jak zwykle, spotkamy się świątecznie. Jestem dość kiepskim zawodnikiem zabawowo-alkoholowym. Zawsze następnego dnia trzaska mi głowa.

Tadeusz

Wyjątkowo skuteczne są sposoby naszych babć. One wiedziały zawsze, co podać. Otóż kwas z kiszzonej kapusty oraz sok z kwaszonych ogórków są wyjątkowo skuteczne. Zawierają wytrącone przez alkohol sole potasowe, niezbędne organizmowi. Skuteczny jest

też kompot z suszonych owoców, który również zawiera potas i sód. Składniki te pomagają oczyścić organizm z toksyn.

Skutki przepicia i przejedzenia złagodzi także mocna herbata z cytryną i miodem. Dobra jest mieszanka ziołowa z mięty i melisy, która dodatkowo uspokaja roztrzęsiony organizm. Dobrze jest wypić wapno, które zawsze działa jak odtrutka.

Najlepiej byłoby nie przedawkować. Dobrze jest też pamiętać o zasadzie, aby w czasie ucztowania nie mieszać różnych alkoholi. Może sympatycznie się pije, ale skutki bywają bolesne.

Pod paragrafem

W nowym roku chcę kupić używany samochód. Jakie formalności będę musiał załatwić, żeby wszystko było zgodne z prawem?

Mariola

Po zakupie auta trzeba je najpóźniej 30 dni od daty zakupu zarejestrować w Wydziale Komunikacji w swoim miejscu zamieszkania. W Wydziale Komunikacji potrzebny będzie dowód osobisty, umowa sprzedaży i polisa OC. Najpierw zostanie wystawiony dowód tymczasowy, a stały po trzech tygodniach do miesiąca. Jeśli auto będzie kupione za grani-

cą, przed przerejestrowaniem należy zgłosić się w urzędzie celnym i skarbowym, przetłumaczyć na język polski dokumenty i dokonać pierwszego polskiego przeglądu technicznego. Gdy auto kosztuje więcej niż tysiąc złotych, trzeba zapłacić podatek: 2 proc. od wartości rynkowej w urzędzie skarbowym w czasie dwóch tygodni. Zostaje jeszcze ubezpieczenie OC. Na to jest 30 dni. Można zostawić polisę, wykupioną przez poprzedniego właściciela (trzeba zmienić dane użytkownika) albo wypowiedzieć ją pisemnie i ubezpieczyć się w innej firmie.

Przysmak podlaski



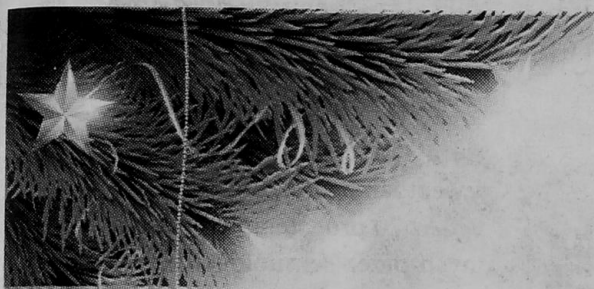
Karp wigilijny na ostro

Składniki (na 10 porcji):

- 1 oczyszczony i sprawiony karp
- 10 dag czerwonej ostrej papryki
- 10 dag pieczarek (ze słoiczka)
- 50 ml oleju
- 8 łyżek mąki
- 1 łyżeczka kminku
- 2 ząbki czosnku
- 1 pęczek szczypiorku lub kopru do dekoracji
- 1 łyżka świeżo startego chrzanu
- pieprz, sól

Umytego karpia kroimy poziomo na dwa filety, następnie filety na 4 kawałki. Porcję karpia solimy i obtaczamy w mące. Tak przygotowane kawałki smażymy na oleju,

skrapiamy odrobiną wody i przykrywamy, aby dusiły się do miękkości na małym ogniu. Gotowego karpia zdejmujemy z patelni, a pozostały po nim sos gotujemy, aż prawie cały odparuje. Teraz oprószamy go resztą mąki, mieszamy i zasmażamy na złoty kolor. Warto wlać trochę wody, znów wymieszać i gotować jeszcze pół minuty. Na końcu dodajemy osączone i pokrojone w plasterki pieczarki, pokrojoną paprykę oraz starty chrzan. Wszystko razem należy gotować 15 minut, przyprawić solą i pieprzem. Dodać szczypiorek lub koper do dekoracji.



Czym są dla Ciebie Święta Bożego Narodzenia?

Co dominuje w Tobie podczas świąt Bożego Narodzenia? Duch czy ciało?

1. Do kolacji wigilijnej zasiadasz:

- a) wykończona/y – 1
- b) jak do każdej innej – 3
- c) wzruszona/y, szczęśliwa/y – 5

2. W Twoim domu prezenty rozdawane są:

- a) przed kolacją wigilijną – 1
- b) w trakcie kolacji wigilijnej – 3
- c) po kolacji wigilijnej – 5

3. Czy w tym roku pójdziesz na pasterkę?

- a) nie – 1
- b) jeszcze nie wiem – 3
- c) tak – 5

4. Czy znasz słowa kolęd?

- a) całej ani jednej – 1
- b) jedną lub dwie – 3
- c) więcej niż dwie – 5

5. Czy podczas składania życzeń wigilijnych kręci Ci się iza w oku?

- a) nie – 1
- b) tak – 3
- c) nie tylko kręci, czasem płaczę – 5

6. Czy podczas świąt pijesz mocne alkohole?

- a) tak, w sporych ilościach – 1
- b) tak, ale tylko symbolicznie – 3
- c) nie – 5

7. Czy wpuściłbyś do domu żebraka, który chciałby zjeść z Tobą kolację wigilijną?

- a) nie – 1
- b) nie wiem – 3
- c) tak – 5

8. Czy podczas świąt nachodzą Cię refleksje na temat twojego życia?

- a) nie – 1
- b) może trochę – 3
- c) zdecydowanie tak – 5

9. Czy święta to dobra okazja, aby pogodzić się z wrogami i tymi, co zrobili Ci krzywdę?

- a) żadna okazja nie jest na to dobra – 1
- b) tak, ale nie robię tego – 3
- c) tak i robię to – 5

10. Czas świąt Bożego Narodzenia, to dla Ciebie:

- a) czas nudy – 1
- b) czas rodzinny – 3
- c) czas mojej duszy – 5

Masz 10 – 22 punkty: Święta Bożego Narodzenia są dla Ciebie stratą czasu i pieniędzy. Być może chwytają Cię ogólne podniecenie, szal zakupów i niepowtarzalna atmosfera, ale jednocześnie denerwuje Cię to wszystko, co wokół Ciebie się dzieje. Bożonarodzeniowe tradycje, obrzędy i zwyczaje nie tylko Cię męczą, ale uważasz je za niezbyt mądre w dzisiejszych nowoczesnych czasach.

Masz 23 – 37 punktów: zdajesz sobie sprawę, że święta Bożego Narodzenia powinny być przeżywane w sposób duchowy. Czasami w tej podniosłej atmosferze nachodzą Cię refleksje na temat życia, własnych dobrych i niedobrych uczynków. Miewasz nawet chwile, w których przyrzekasz sobie poprawę. Jednak wcześniej czy później świąteczna komercja niweczy wszystko to, co jest ważne w Boże Narodzenie. Nie potrafisz sobie poradzić z natłokiem reklam i poddajesz szaleństwu zakupów i przygotowań. A jednak lubisz tę atmosferę, lubisz i cenisz zwyczaje, obrzędy i tradycje bożonarodzeniowe.

Masz 38 – 50 punktów: duch tych świąt jest w Tobie i dlatego nie poddajesz się niczemu, co mogłoby zakłócić Twoje świętowanie. Oczywiście, robisz wszystko, aby świąteczne dni miały odpowiednią oprawę. Dlatego przepychasz się przez tłum w hipermarkecie, ale nie jest to z pewnością spowodowane chęcią zrobienia jak największych zakupów. Cały ten zgiełk irytuje Cię i dopiero, gdy w Boże Narodzenie jesteś z rodziną, czujesz się najlepiej. Bardzo cenisz zwyczaje, obrzędy i tradycje bożonarodzeniowe. Starasz się je przestrzegać, a wymiar duchowy na Boże Narodzenie jest dla Ciebie najważniejszy.



Wieczór wigilijny. Cała rodzina gotowa, stół zastawiony, czekają tylko na pierwszą gwiazdkę. Przy stole jest tradycyjnie jedno dodatkowe, puste miejsce. Nagle pukanie do drzwi.

- Kto tam?
- Strudzony wędrowiec, czy jest dla mnie miejsce?
- Jest.
- A mogę skorzystać?
- Nie.
- Dlaczego?
- Bo tradycyjnie musi być puste!

Wigilijny poranek. Żona budzi męża o 7.00.

- Nie mam masła! Ubieraj się i szybko idź do sklepu!

Mąż z ociąganiem wstał, ubrał się poszedł. Gdy stanął przy kasie zobaczył, że siedzi zajeb...a laseczka! Uśmiechnął się, pożartował i dowiedział, że ze względu na Wigilię sklep zaraz zamyka, ale ona nie ma się gdzie spieszyć, bo jest sama... Zadziało się coś magnetycznego, że nieoczekiwanie wylądowali w jej mieszkaniu, a potem jej łóżku. Po długim upojnym bara-bara, facet zasnął.

Budzi się, patrzy, 17.00! Wyskakuje z łóżka i mówi do laski:

- Masz mąkę?
- Mam.
- To przynieś szybko i posyp mi ręce.

Laska nieco zdziwiona, zrobiła o co prosił. Gdy wrócił do domu, żona od progu wykrzykuje:

- Gdzieś ty był, rodzina się zjechała, gdzie byłeś!

– Wybacz, skarbie, ale wyobraź sobie, że kupiłem już masło, podszedłem do kasy, a tam stała zajeb...a laseczka. Trochę z nią pogadałem, pożartowałem, a ona mnie zaprosiła do siebie i rozmiesz... Potem zasnęłam, ale gdy tylko się obudziłem, natychmiast wróciłem do domu.

- Pokaż ręce! – przerwała mu zniecierpliwiona żona.

Mąż pokazał obsypane w mąkę ręce, na co żona:

- Kłamca! Znowu grałeś w bilard!

Świąteczny instynkt samozachowawczy podpowiada:

1. Kupić wszystkim swoim dzieciom jednakowe zabawki.
2. Kupić żonie i kochance jednakowe perfumy.



Rys. Waldemar Rukś

Białystok

Tu warto być

„Traviata”, Opera i Filharmonia Podlaska (ul. Odeska 1, tel. 85 306 75 04), 27 – 29 grudnia (piątek – niedziela) godz. 19.00 oraz 31 grudnia (wtorek sylwestrowy), godz. 20.30.

Słynna opera Giuseppe Verdiego z librettem opartym na „Damie kame-liowej” Aleksandra Dumasa, w reżyserii Roberto Skolmowskiego. Jej pre-miera odbyła się w piątek, 20 grudnia.

„Tango Prohibicja”, Teatr Dramatyczny im. A. Węgierki (ul. Elektryczna 12, tel. 85 74 99 196), wtorek sylwestrowy, 31 grudnia, godz. 19.00.

Spektakl muzyczny, oparty na polskich piosenkach z dwudziestolecia międzywojennego w reżyserii Macieja Zakliczyńskiego. Niezapomniane piosenki Hanki Ordonówny, Mieczysława Fogga, Adama Astona, Tadeu-sza Olszy, Adolfa Dymy w współczesnych aranżacjach. Pokaz przed-premierowy (premiera 4 stycznia).

Galowy Koncert Sylwestrowy, sala Forum Białostockiego Ośrodka Kultury (ul. Legionowa 5, tel. 85 742 23 70), wtorek sylwestrowy, 31 grudnia, godz. 20.00.

W programie muzyka operowa i operetkowa w wykonaniu Podlaskiej Orkiestry Salonowej pod dykcją Kazimierza Dąbrowskiego oraz soli-stów Agnieszki Schwebler – Tomaszewskiej (sopran), Tomasza Kry-sicy (tenor) i Hanny Różankiewicz (sopran).

Łomża

„Holy Water & Lila”, Miejski Dom Kultury (ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26), piątek, 28 grudnia, godz. 19.00.

Koncert z cyklu „Teraz Łomża”. Zagra grupa bluesowa Holy Water z wo-kalistką Jolantą Baranowską, zaśpiewa Lila Horoszko.

Uroczysty Koncert Sylwestrowy, Filharmonia Kameralna (ul. Nowa 2, tel. 86 216 24 81), wtorek, 31 grudnia, godz. 17.30.

W programie słynne arie i duety operowe, walce i polki Johanna Straussa w wykonaniu orkiestry Filharmonii Kameralnej im. W. Lutosławskiego w Łomży pod dykcją Jana Miłosa Zarzyckiego oraz solistów Agnieszki Piass (sopran) i Mateusza Myrlaka (tenor).

Repertuar kin

Kino „Millenium” w Łomży: 23 grudnia (poniedziałek) – Ratujmy Mi-kołaja, godz. 16.30; Chce się żyć, godz. 18.00 oraz Wyścig, godz. 20.00; 27 grudnia (czwartek) – Hobbit: Pustkowie Smauga, godz. 13.45, 16.45, 19.45.

Kino Centrum Kultury w Zambrowie: 23 grudnia (poniedziałek) – Gdzie jest Gwiazdka?, godz. 17.00 oraz Kapitan Phillips, godz. 19.30; 27 – 30 grudnia (piątek – poniedziałek) – Hobbit: Pustkowie Smauga, godz. 16.00, 19.00).



Szopkę bożonarodzeniową w kształcie choinki zrobili z żółdzi, kaszta-nów i szyszek uczniowie koła dekoratorskiego z Zespołu Szkół w Mariano-wie pod kierunkiem opiekunki koła i szkolnego pedagoga Ewy Wojtczak.



055158
14/10/10



Horoskop miłosny

BARAN (21 III – 20 IV): prze-staniesz grzebać się w tym, co było, odpuszczysz sobie jakieś urazy, pu-szczysz w niepamięć partnerskie nie-porozumienia. Samotność? Możesz spotkać kogoś, kto zaimponuje Ci wiedzą, błyskotliwym poczuciem humoru, ale ta znajomość rozwijać się będzie dość wolno.

BYK (21 IV – 20 V): ktoś może wpaść Ci w oko. Niezobowiązują-ca rozmowa okaże się wstępem do wzajemnego zainteresowania. Jeże-li jesteś Bykiem z początku trzeciej dekady znaku, odróżniaj fakty od pobożnych życzeń.

BLIŹNIĘTA (21 V – 21 VI): remanenty w sercu, więc niewy-kłuczone nieporozumienia, ale nie przejmuj się, wkrótce nastąpi zde-cydowana poprawa aury. Warunek, to wyjść ku sobie w pół drogi. Je-śli jednak wasza relacja od daw-na przestała być partnerska, od-czujesz to jeszcze wyraźniej. Pora na decyzje.

RAK (22 VI – 22 VII): nowe uczu-cie zacznie się od silnego przycią-gania. Nie wmawiaj sobie, że pozo-staniecie na przyjacielskiej stopie. Niezdecydowanych coś skłoni do wyznań! Co ważne, przyjazne gwiazdy wróżą powstającym teraz związkom szanse na stabilizację.

LEW (23 VII – 23 VIII): oży-wią się Twoje pragnienia, więc za-czniesz szykować się do polowania. Dla związanych szykuje się koniecz-ność konfrontacji. Jeśli ktoś oczeku-je od Ciebie zbyt wiele, nie próbuj sprostować tym rosnącym wymaga-niom. Dawanie i branie powinny pozostawać w równowadze.

PANNA (24 VIII – 22 IX): wy-głąda na to, że miłosnym zapędem może coś stanąć na przeszkodzie. Zazdrośny partner, z którym po-winnaś dawno zerwać, ale zabrakło

Ci odwagi albo może jakieś staran-nie pielęgnowane kompleksy? Ta-kie przeszkody nie znikają same. Je-śli chcesz poczuć szczęście, pora się z nimi rozprawić.

WAGA (23 IX – 23 X): czas re-fleksji: zaczniesz się zastanawiać, co dajesz, a co otrzymujesz w za-mian? Samotnicy mają dobry mo-ment, aby zastanowić się nad tym, co blokuje realizację pragnień. War-to zwracać uwagę na słowa. Cza-sami nie można ich już wymazać.

SKORPIO (24 X – 22 XI): więcej radości i beztroski, na prze-kór nie pogodzie. Oby intuicja i re-fleks Cię nie zawiodły, bo jesteś na wysokim miejscu w kosmicznym rankingu atrakcyjności. Nie prze-gap szansy!

STRZELEC (23 XI – 21 XII): serce pozostaje w tyle za tempera-mentem. Jeśli jest ktoś, kto Ci się podoba, zaczekaj, aż poznacie się bliżej. Może się bowiem okazać, że ktoś, kto wpadł Ci w oko, wcale nie jest taki, jak w pierwszym wra-żeniu i znajdziesz się w kłopotliwej sytuacji.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): ktoś, kto rozpalił w Tobie namięt-ności, pojawić się może w najmniej oczekiwanym momencie i będzie to miła niespodzianka. Tym razem nowe znajomości rokuja świetnie.

WODNIK (21 I – 19 II): szansa, by oddzielić ziarno od plew, praw-dziwe uczucia od przelotnych miło-stek. Zdejmij różowe okulary i przy-tomnie przyjrzyj się sytuacji.

RYBY (20 II – 20 III): czeka Cię mały sprawdzian, o tyle jednak dość trudny, że w sytuacji pośpie-chu i nerwowości. Trudno będzie o naturalnie dobry nastrój, ale war-to się o to starać. Ryba w związku może zobaczyć coraz wyraźniej róż-nice charakteru.

Zdjęcie miesiąca Październik 2013

W głosowaniu internetowym Czytelnicy wybrali zdjęcie miesiąca Październik 2013: I miejsce – Dominika Lotniak „Najsłynniejszy „ulicznik””, II miejsce – Marta Władysławska „Uciekinier”, III miejsce – Lech Bielawski „Rodzinka”.



I. Dominika Lotniak. Najsłynniejszy „ulicznik”



II. Marta Władysławska „Uciekinier”



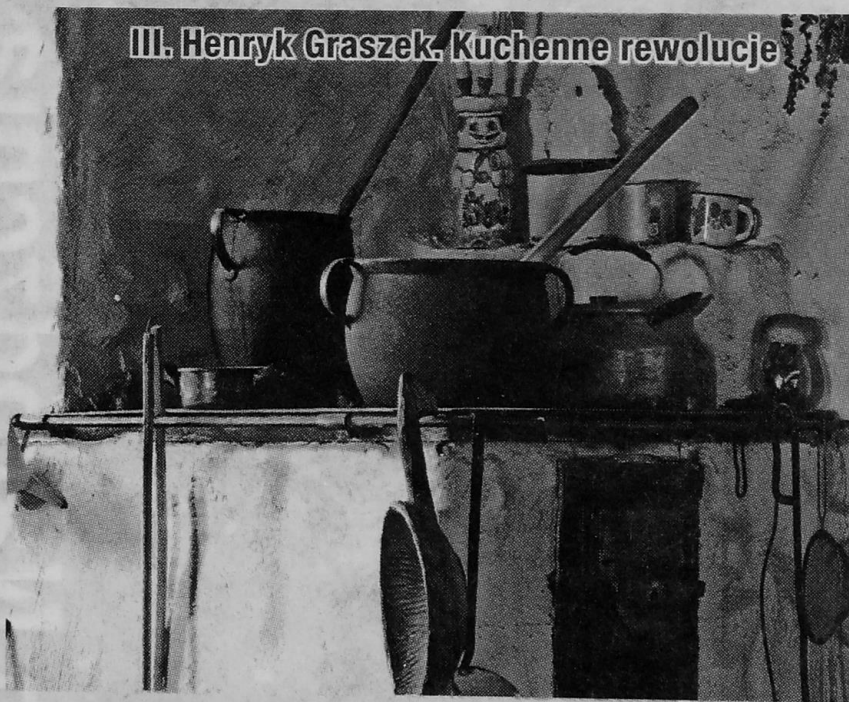
III. Lech Bielawski. Rodzinka.

Zdjęcie miesiąca Listopad 2013

W głosowaniu internetowym Czytelnicy wybrali zdjęcie miesiąca Listopad 2013: I miejsce – Justyna Modzelewska „Motyl”, II miejsce – Magdalena Sierzputowska „Pod jesiennym parasolem”, III miejsce (ex aequo) – Henryk Graszek „Kuchenne rewolucje” i Wiktoria Choromańska „Powroty”



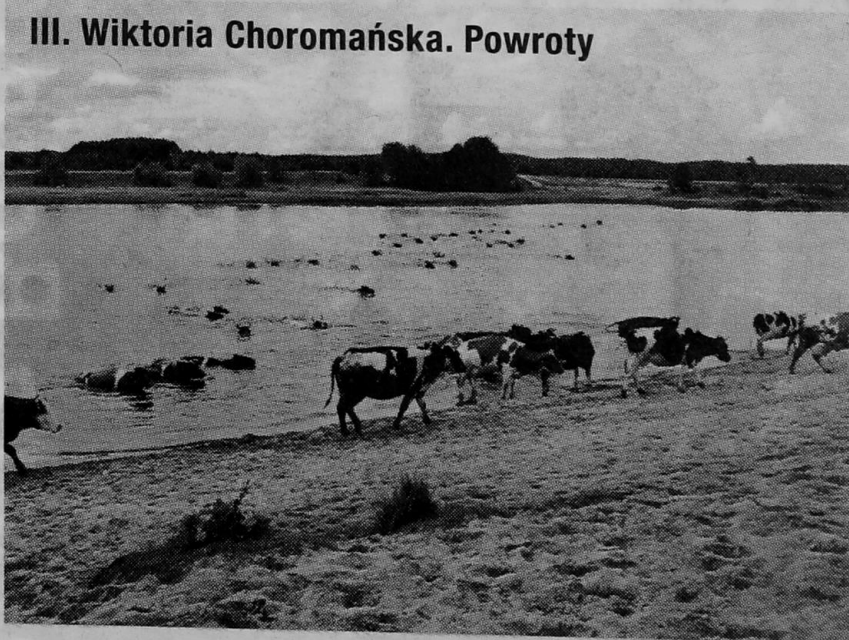
I. Justyna Modzelewska. Motyl



III. Henryk Graszek. Kuchenne rewolucje

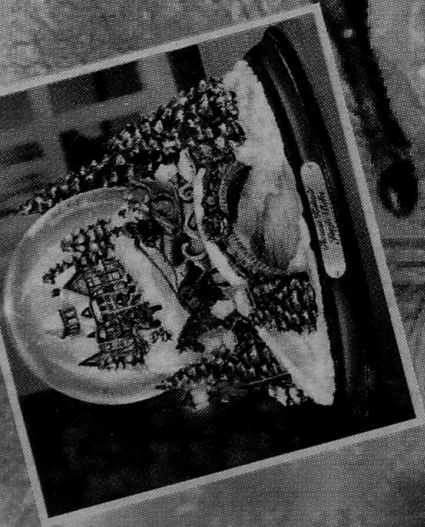


II. Magdalena Sierzputowska. Pod jesiennym parasolem



III. Wiktoria Choromańska. Powroty

Czekamy na prace na zdjęcie Grudzień 2013. W styczniu głosowanie na zdjęcie Roku 2013 spośród najlepszych zdjęć miesiąca.



Święta Bożego Narodzenia w PRL

