

ZAWSZE Z TOBĄ

tygodnik Podlaski

Nr 5 (384) 1 – 7 lutego 2019
INDEKS 238406 ISSN 1898-6927
NAKŁAD 10000 EGZ.



BIAŁA PODLASKA RADZYŃ PODLASKI MIĘDZYRZEC PODLASKI PARCZEW TERESPOL

TYGODNIK BEZPŁATNY WWW.TYGODNIKPODLASKI.PL DOŁĄCZ DO NAS



IDZIE „NOWE”



Roszady w radach nadzorczych miejskich spółek skutkują zmianami w ich zarządach. Pierwszy pracę stracił Mirosław Kapłan, którego ze stanowiska prezesa odwołała rada nadzorcza WodKanu, powołując w jego miejsce Janusza Bystrzyńskiego, a w miniony poniedziałek nowa rada nadzorcza Zakładu Gospodarki Lokalowej odwołała doświadczoną Bernadetę Puczkę i powołała na prezesa zarządu Wojciecha Chlewicka, który w ostatnich wyborach bezskutecznie ubiegał się o mandat radnego z listy Koalicji Obywatelskiej.

BIAŁA PODLASKA | 3

POWSTAJE WAŻNY FILM O UNITACH

POŁUDNIOWE PODLASIE | 2

Rozpoczęły się zdjęcia do filmu „Z ziemi podlaskiej”, który przedstawia losy błogosławionych męczenników podlaskich. Obraz reżyseruje utalentowany przedstawiciel młodego pokolenia Michał Muzyczuk, którego rodzina pochodzi z Zaczopek, niewielkiej wsi sąsiadującej z Pratulinem. W filmie wystąpi m.in. znany aktor Marek Bukowski. Inicjatorem powstania ważnego dzieła jest senator Grzegorz Bierecki, a produkcję wspiera fundacja „Kocham Podlasie”.

DAR DLA MUZEUM

BIAŁA PODLASKA | 2

Krajowa Administracja Skarbowa przekazała dla Muzeum Południowego Podlasia 211 zabytkowych przedmiotów, zatrzymanych w l. 2016 – 2017 na przejściach granicznych w Dorohusku i Hrebennem, przy próbie wwozu ich na teren Polski. Są wśród nich m.in. dwie ikony, 65 starych monet oraz 134 medale i odznaki. To nie pierwsze przedmioty ofiarowane przez Krajową Administrację Skarbową białskiej placówce. W ostatnich latach Muzeum otrzymało m.in. 20 ikon z XIX – XX wieku oraz obraz olejny z wizerunkiem Tadeusza Kościuszki.

PRZYJACIOŁ POZNAJE SIĘ W BIEDZIE

BIAŁA PODLASKA | 5

Nic tak w życiu się nie przydaje jak dobrzy przyjaciele. Takich na pewno ma Zbyszek Baran. Przybliżyliśmy już Państwu postać tego człowieka, któremu nawet poważny uraz nie stanął na drodze do ukończenia studiów i bycia czynnym sportowcem. Dopiero po 27 latach od wypadku zdecydował się na podjęcie współpracy z Fundacją Avalon, wspomagającą niepełnosprawnych. Zbliża się termin rozliczenia z fiskusem. Wypełniając PIT możesz przekazać 1% podatku na rzecz potrzebujących lub wspierających ich organizacji.

EMERYTURY MATCZYNE OD 1 MARCA BR.

GOSPODARKA | 6

Rząd przyjął projekt „Mama 4 plus” dotyczący emerytur dla matek, które wychowały co najmniej 4 dzieci. To ostatnie zobowiązanie z tw. Piątki Morawieckiego. – Postaramy się, żeby matczyzna emerytura obowiązywała jak najszybciej – zadeklarował Mateusz Morawiecki we wtorek 22 stycznia br. Pozostałe zobowiązania z tzw. piątki Morawieckiego to program Dobry start, czyli wyprawa szkolna dla uczniów, obniżka podatku CIT do 9 proc., ustawa mała firma – mały ZUS i fundusz modernizacji dróg lokalnych.

Światowe Dni Młodzieży Panama 2019

Ponad 700 tys. wiernych ze 156 krajów uczestniczyło 27 stycznia br. na panamskich błoniach św. Jana Pawła II w mszy św. kończącej Światowe Dni Młodzieży, odprawionej przez Papieża Franciszka. Wśród nich było 3, 8 tys. pielgrzymów z Polski wraz Agatą Kornhauser-Dudą, małżonką prezydenta RP, 12 biskupami i ponad 200 księżmi.



Pierwsza dama Agata Kornhauser-Duda wśród młodych pielgrzymów

PANAMA

Było to trzecie spotkanie młodych katolików z całego świata, odbywające się na kontynencie południowoamerykańskim (po ŚDM w Buenos Aires w 1987 r. i w Rio de Janeiro w 2013 r.). Tegoroczne Światowe Dni Młodzieży odbyły się w dn.

Powróćcie do swoich parafii i wspólnot, do swoich rodzin i przyjaciół, i przekazcie to doświadczenie, aby inni mogli wibrować z tą siłą i radością, jaką wy macie – powiedział papież Franciszek

22-27 stycznia 2019 r. w stolicy Panamy, ponieważ styczeń jest w tych szerokościach geograficznych miesiącem letnim i suchym. Od połowy grudnia do Środy Popielcowej ponadto uczniowie i studenci w krajach Ameryki Centralnej mają wakacje.

27 stycznia br. ponad 700 tys. wiernych ze 156 krajów uczestniczyło na panamskich błoniach św. Jana Pawła II w mszy św. kończącej Światowe Dni Młodzieży, odprawionej przez Papieża

Franciszka. Wśród nich było 3,8 tys. pielgrzymów z Polski wraz Agatą Kornhauser-Dudą, małżonką prezydenta RP, 12 biskupami i ponad 200 księżmi.

– Wy, drodzy młodzi, nie jesteście przyszłością. Lubimy mówić: „jesteście przyszłością”. Nie, jesteście chwilą obecną! Nie jesteście przyszłością Boga. Wy,

młodzi, jesteście Bożym teraz – powiedział papież Franciszek w homilii. Na zakończenie zaapelował do wiernych: „Proszę was, abyście nie ostudzili tego, co przeżyliście w tych dniach. Powróćcie do swoich parafii i wspólnot, do swoich rodzin i przyjaciół, i przekazcie to doświadczenie, aby inni mogli wibrować z tą siłą i radością, jaką wy macie. Razem z Maryją stałe mówcie „tak” marzeniu, jakie zasiał w was Bóg”.

Kolejne Światowe Dni Młodzieży odbędą

„Z ZIEMI PODLASKIEJ”. POWSTAJE WAŻNY FILM O UNITACH

Rozpoczęły się zdjęcia do filmu „Z ziemi podlaskiej”, który przedstawia losy błogosławionych męczenników podlaskich. Obraz reżyseruje utalentowany przedstawiciel młodego pokolenia Michał Muzyczuk, a w filmie wystąpi m.in. znany aktor Marek Bukowski. Inicjatorem powstania ważnego dzieła jest senator Grzegorz Bierecki, a produkcję wspiera fundacja „Kocham Podlasie”.

POŁUDNIOWE PODLASIE

Historia błogosławionych męczenników podlaskich to opowieść o niezłomności i poświęceniu. W 1996 roku Jan Paweł II wyniósł na ołtarze trzynastu unitów, którzy polegli za wiarę w styczniu 1874 roku w Pratulinie pod gradem carskich kul. Są oni reprezentantami tysięcy podlaskich unitów, którzy cierpieli męki ze strony kozackich oddziałów i rosyjskich naczelników nawracających ich siłą na prawosławie w drugiej połowie XIX wieku. Pomimo, że ginęli setkami z powodu nędzy, głodu, przemocy i wywózek na Syberię, Unicy Podlaski nie wyrzekli się swojej wiary.

Film powstający z inicjatywy Fundacji Kocham Podlasie Grzegorza Biereckiego ma przybliżyć nie tylko dzieje unitów, ale także pokazać piękno Południowego Podlasia. Nadbużańska kraina to miejsce, w którym siła przyrody współgra z siłą ludzi. Ich wartości, przywiązanie do tradycji, szacunek do pracy i ziemi są współczesnym odbiciem etosu unitów. Kult męczenników podlaskich to rzecz nad Bugiem zupełnie naturalna, a mieszkańcy regionu noszą w sercach pamięć o przerażających wydarzeniach sprzed półtora wieku.

W filmie na szeroką skalę wykorzystane zostaną inscenizacje przedstawiające wydarzenia dziejów unitów na Podlasiu, takie jak masakra pod pratulińską świątynią czy tajne unickie msze w głębi



W filmie oprócz znanych aktorów wezmą udział mieszkańcy Pratulina i okolic



nadbuziańskich lasów. W odwzorowaniu historii wezmą udział mieszkańcy Pratulina i okolic, wsparci przez zawodowych aktorów.

Twórcą filmu jest utalentowany przedstawiciel młodego pokolenia reżyserów Michał Muzyczuk – katowiczanie, któ-

rego rodzina pochodzi z Zaczopek, niewielkiej wsi sąsiadującej z Pratulinem. – To obraz robiony z dużym sentymentem. Siłą produkcji jest współpraca z lokalną społecznością. Bardzo za nią wszystkim dziękuję – mówi Muzyczuk.

WL

Dar dla bialskiego Muzeum

BIAŁA PODLASKA

Krajowa Administracja Skarbowa przekazała dla Muzeum Południowego Podlasia 211 zabytkowych przedmiotów, zatrzymanych w l. 2016 – 2017 na przejściach granicznych w Dorohusku i Hrebennem, przy próbie wwozu ich na teren Polski. Białą kolekcję ikon wzbogacią dwie zatrzymane w 2016 r. przez funkcjonariuszy KAS na przejściu granicznym w Hrebennem, wykonane ok. 1900 r. Pierwsza przedstawia Matkę Bożą Orantkę, druga – to ikona z wizerunkiem Matki Bożej Kazańskiej w srebrnej szacie.

Zbiory numizmatów bialskiego Muzeum zasilą 65 miedzianych i srebrnych monet, bitych w carskiej Rosji, cesarstwie austrowęgierskim i w II RP, z których najstarszymi są grosz z 1535 i denar z 1570 r. Obywatel Ukrainy nie zgłosił kolekcji do kontroli celnej, choć miał taki obowiązek.

W kolekcji falerystyki znajdują się 134 medale i odznaki, głównie z okresu istnienia ZSRR, ale również polskie, z lat dwudziestych i trzydziestych minionego wieku.

Wśród przekazanych bialskiemu muzeum przedmiotów znalazło się także 6 aparatów fotograficznych z l. 30-tych minio-



O 201 zabytkowych przedmiotów wzbogaciło się Muzeum Południowego Podlasia

nego wieku, torba skórzana oraz 3 niemieckie pojemniki – na maskę gazową i do przenoszenia pocisków artyleryjskich z okresu II wojny światowej.

To nie pierwsze przedmioty ofiarowane przez Krajową Administrację Skarbową bialskiej placówce. W ostatnich latach Muzeum Południowego Podlasia otrzymało m.in. 20 ikon z XIX – XX wieku, obraz olejny z wizerunkiem Tadeusza Kościuszki oraz 3 ołtarzyki polowe.

tygodnik
Podlaski

TYGODNIK BEZPŁATNY
Nakład 10 000

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania artykułów i korespondencji oraz opatrywania ich własnymi tytułami. Artykułów nie zamawianych nie zwracamy. Nie ponosimy odpowiedzialności za treść ogłoszeń, reklam, publikacji sponsorowanych i promocyjnych.

DYŻUR DZIENNIKARSKI:
poniedziałek – piątek 8.00–16.00
tel. 83 411 50 12, 83 411 50 13

ADRES REDAKCJI:
ul. Francuska 136,
21-500 Biała Podlaska
tel. 83 411 50 12, 83 411 50 13,
fax 83 411 50 14
redakcja@tygodnikpodlaski.pl

WYDAWCA: APELLA Spółka Akcyjna
ul. Legionów 126-128, 81-472 Gdynia
REDAKTOR NACZELNY: Wojciech Hryniewicz
ZESPÓŁ: Piotr Frankowski (sport),
Ilona Gabrylewska, Agata Panasiuk

REKLAMA:
reklama@tygodnikpodlaski.pl
kamil.paszowski@apella.com.pl
tel. 695 353 321

NA KRÓTKO

Za złotówkę na
pływalnię

MIĘDZYRZEC PODLASKI

30 stycznia otwarto po gruntownej modernizacji międzyrzecką pływalnię „Oceanik”, gdzie m.in. wymieniono płytki, wyremontowano sanitariaty i zaplecze oraz dostosowano obiekt do potrzeb osób niepełnosprawnych. Pływalnia czynna będzie od poniedziałku do piątku w godz. 7 – 22, a w weekendy w godz. 8 – 22. Od 1 do 3 lutego br. bilety będzie można nabyć w cenie promocyjnej – 1 zł.

Dla kandydatów na
aktorów

BIAŁA PODLASKA

Białskie Centrum Kultury prowadzi nabór do Dziecięcego Zespołu Teatralnego (dzieci w wieku 8-12 lat) oraz Teatru Słowa (osoby w każdym wieku). Spotkanie organizacyjne odbędzie się w dniu dzisiejszym (piątek 1 lutego) o godzinie 16 w białskim Klubie Kultury Scena (ul. Zygmunta Augusta 6). Bliższe informacje można uzyskać pod numerem tel. (83) 341 64 18 lub w Klubie Kultury Scena.

POLITYCZNY NOMINAT W MIEJSCE FACHOWCA

W miniony poniedziałek nowa rada nadzorcza Zakładu Gospodarki Lokalowej odwołała doświadczoną Bernadetę Puczkę i powierzyła stery spółki o kapitale zakładowym prawie 60 mln zł. Wojciechowi Chilewiczowi, który bardziej znany jest z działalności politycznej niż zawodowej.

BIAŁA PODLASKA

Roszczenia w radach nadzorczych miejskich spółek skutkują zmianami w ich zarządach. Pierwszą pracę stracił Mirosław Kapłański, którego ze stanowiska prezesa odwołała rada nadzorcza WodKANu, powołując w jego miejsce Janusza Bystrzyńskiego, a w miniony poniedziałek nowa rada nadzorcza Zakładu Gospodarki Lokalowej odwołała doświadczoną Bernadetę Puczkę i powołała na prezesa zarządu Wojciecha Chilewicza – politycznego nominata.

O ile pierwsza nominacja nie wywołała większego rezonansu, bowiem Janusz Bystrzyński w WodKanie pracuje od wielu lat, to druga stała się powodem wzburzenia z jednej i drwin z drugiej strony.

Bernadetę Puczkę, „fachurę pełną gębą”, która ZGL wyprowadziła na prostą z finansowej zapaści, w jakiej spółka znajdowała się przed objęciem przez nią stanowiska, zastąpił bowiem człowiek z partyjnego nadania (złośliwi mówią, że to forma nagrody za sprawne rozdawanie cukierków w trakcie minionej kampanii wyborczej). Wojciech Chilewicz bardziej znany jest bowiem z działalności politycznej niż zawodowej: zakładał w Białej Podlaskiej Nowoczesną, a w ostatnich wyborach bezskutecznie ubiegał się o mandat radnego z listy



Rada Nadzorcza ZGL odwołała ze stanowiska prezesa Bernadetę Puczkę, która wyprowadziła spółkę z finansowej zapaści

Koalicji Obywatelskiej.

To nie koniec zmian. Wypowiedziano również umowę kancelarii prawnej, obsługującej miasto. W okresie 4 lat wygrała ona sprawy, których łączna wartość przedmiotu sporu wynosiła ponad 700 tys. zł. W kancelarii tej oprócz 11 adwokatów zatrudnionych było 2 profesorów i 3 doktorów praw. Obecnie prawne sprawy miasta prowadzi za podobne wynagrodzenie jeden adwokat.

NA KRÓTKO

20 lat „Korabia”

RADZYŃ PODLASKI

W piątek 1 lutego dwudziestą rocznicę działalności obchodzić będzie Klub Żeglarski „Korab”. O godz. 17 radzyńscy żeglarze zapraszają do galerii Oranżeria na wernisaż wystawy fotografii „Ale jutro”. O godz. 18 w sali kina Oranżeria wystąpi szantowy zespół „Ryżące Dwudziestki”. Bilety w cenie 20 zł do nabycia przed koncertem.

Nasze Betlejem

RADZYŃ PODLASKI

W sobotę 2 lutego o godz. 16 w hali sportowo-widowiskowej przy ZSP im. Jana Pawła II (ul. Sikorskiego 15) rozpocznie się spektakl „Nasze Betlejem”. To monumentalne widowisko, w którym wystąpi ok. 300 wykonawców, w reż. Józefa Obroślaka, przygotował Wojewódzki Ośrodek Kultury w Lublinie w partnerstwie z Powiatem Radzyńskim, Zespołem Szkół Ponadgimnazjalnych im. Jana Pawła II, Sanktuarium Matki Boskiej Nieustającej Pomocy oraz Miastem Radzyń Podlaski i gminami: Borki, Czemierniki, Kąkolewnica, Komarówka Podlaska, Radzyń Podlaski, Ulan-Majorat, Wołyn.

„Akademia Małego
Żaka”

BIAŁA PODLASKA

Bezpłatne korepetycje z przedmiotów lekcyjnych na poziomie szkoły podstawowej – to idea „Akademii Małego Żaka”, którą założyła Caritas Diecezji Siedleckiej w Białej Podlaskiej. Dzieci w wieku 6-15 lat mogą skorzystać z wiedzy i doświadczenia wolontariuszy w każdą środę. Dyżury odbywają się w budynku przy ul. Warszawskiej 15. – Pomagamy dzieciom we wszystkich przedmiotach, w których mają trudności: matematyce, fizyce, chemii, j. polskim, j. angielskim, j. rosyjskim, przyrodzie, a nawet w problemach z czytaniem i pisanem – mówi Żanetta Kowalczyk, koordynator Centrum Wolontariatu Caritas Diecezji Siedleckiej w Białej Podlaskiej. „Akademia Małego Żaka” działa przez cały rok z wyłączeniem dni wolnych od nauki szkolnej. Lekcje przeprowadzane są w każdą środę w godzinach 16 – 17. Zapisy codziennie w godz. 15 – 17 pod nr tel. 504 822 794.



W środy w Caritasie
nauka na pełnym wyposażeniu

Mała rata

25 zł

miesięcznie
za każdy pożyczony
1000 zł!

Z WIELKIEJ OKAZJI!
RRSO: 9,38%

KASA STEFCZYKA

Zawsze u siebie

Już teraz
złóż wniosek!

801 600 100
(koszt wg taryfy
operatora)

kasastefczyka.pl

Przykład reprezentatywny z dnia 1.04.2018 r. dla Pożyczki Zarátka: Całkowita kwota kredytu wynosi 1000,00 zł. Zmienna roczna stopa oprocentowania dla całkowitej kwoty kredytu wraz z kredytowanymi kosztami (provizją 0 zł) wynosi 9%. Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO): 9,38%. Czas obowiązywania umowy – 48 miesięcy, 47 miesięcznych rat równych: 24,89 zł oraz ostatnia, 48. rata: 24,93 zł. Całkowita kwota do zapłaty: 1194,76 zł, w tym odsetki: 194,76 zł. Pożyczka Zarátka dostępna wyłącznie w kwotach 1000 zł, 2000 zł, 3000 zł lub 4000 zł, dla Członków nieposiadających pożyczek lub kredytów w Kasie w okresie co najmniej 6 miesięcy przed dniem złożenia wniosku. Decyzja kredytowa zależy od indywidualnej oceny zdolności kredytowej.

PARTNEREM RUBRYKI PODLASIE Z KULTURĄ JEST SALTUS UBEZPIECZENIA

SALTUS
UBEZPIECZENIA

PODLASKI PRZEŁOM BUGU 2018

W Galerii 1 piętro Strefa Sztuki Bialskiego Centrum Kultury można obejrzeć wystawę poplenerową „Podlaski Przełom Bugu 2018”. To owoce prac fotografików biorących udział w XXIII Międzynarodowym Plenerze Fotograficznym „Podlaski Przełom Bugu”.

BIAŁA PODLASKA

Minęło już 25 lat od utworzenia Parku Krajobrazowego Podlaski Przełom Bugu. Naturalne piękno, bogactwo fauny i flory, unikatowe formy krajobrazu oraz architektury tego obszaru przyciągają turystów i przyrodników: występuje tu ponad 760 gatunków roślin, w tym 22 objęte ochroną gatunkową i 141 gatunków ptaków, w tym wiele rzadkich i zagrożonych wyginięciem. Zabytkowe świątynie odwiedzają wyznawcy różnych religii.

Park Krajobrazowy naszym magnes przyciąga też konsejerów piękna i artystów. Każdego roku odbywają się tutaj plenery malarskie i fotograficzne oraz Landard Festiwal.

W czerwcu ubiegłego roku odbyła się 23. edycja Międzynarodowego Pleneru Fotograficznego „Podlaski Przełom Bugu”. Wzięło w nim udział 35 fotografików z Polski i Francji. Znaczną, bo 7-osobową grupę stanowili artyści z Białej Podlaskiej. Organizatorem pleneru był Miejski Ośrodek Kultury w Siedlcach przy współpracy z Bialskim Centrum Kultury.

Cele jakie wyznaczili sobie organizatorzy to: stworzenie cyklu fotografii przedstawiających walory przyrodnicze i krajobrazowe regionu nadbużańskiego, promocja bogactw w zabytki kultury duchowej i materialnej, atrakcyjnych pod względem turystycznym ziem nadbużańskich, integracja środowiska artystycznego oraz wymian do-

świadczeń i promocja twórczości w dziedzinie fotografii.

Ulotność

Bug jako nizinna, nieregulowana rzeka płynie zgodnie ze swoimi prawami i kaprysami.

– W zależności od pory roku i opadów pojawiają się i znikają rozlewiska. Krajobraz ciągle się zmienia, idąc zauważam iż nie ma już drzewa, które rośło w ubiegłym roku. Znikają drewniane ławeczki ustawione przed domami, na których zasiadali domownicy aby odpocząć i porozmawiać. Zmienia się również nadbużańska architektura – zauważa Małgorzata Piekarska z Bialskiego Centrum Kultury. Ekspozycja zaprezentowana w Galerii 1 piętro Strefa Sztuki ukazuje przemijające chwile zatrzymane w kadrze: drzewa i pnienie usychających drzew, rzekę i jej roślinną otoczkę, ludzi pochylonych nad codzienną pracą, ptaki, zwierzęta, niepowtarzalne wschody i zachody słońca, obiekty sakralne, krzyże.

Uczestnicy pleneru podkreślają, iż warto tu przyjechać, w tym miejscu mimo zachodzących zmian nadal panuje cisza oraz niepowtarzalna atmosfera sprzyjająca pracy twórczej, relaksowi i refleksji.

Podczas warsztatów fotograficy uczą się od najlepszych, oglądają swoje prace, wymieniają spostrzeżenia i doświadczenia. Do tej magicznej krainy zawsze się powraca, chociażby w myślach.

AGATA PANASIUK



Park Krajobrazowy Podlaski Przełom Bugu został utworzony w 1994 r., pierwszy plener fotograficzny odbył się w nim już dwa lata później



fot. Małgorzata Piekarska BCK

Tradycyjny pleśniak

Ciasto to jest znane od wielu lat, ale obecnie – wśród wielu nowości kulinarnych – nieco zapomniane. Wspaniale smakuje, gdy dodamy do niego dżem z czarnej porzeczki lub wiśni.

Składniki:

- 4 jajka
- 3 szklanki mąki
- 1 margaryna
- ½ szklanki cukru
- 3 łyżki cukru
- 3 łyżki kakao
- dżem
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia

Wykonanie:

W misce mieszamy mąkę z trzema łyżkami cukru oraz proszkiem do pieczenia. Zimną margarynę siekamy, dodajemy do mąki razem z żółtkami. Wszystkie składniki szybko zagniatamy. Ciasto dzielimy na trzy części. Do jednej z nich dodajemy kakao. Całość chłodzimy w lodówce przez co najmniej pół godziny. Białka ubijamy na sztywną pianę, pod koniec dodajemy pół szklanki cukru. Formę do pieczenia wykładamy papierem, wyklejamy jasnym ciastem, nakładamy je widelcem i smarujemy dżemem. Następnie ścieramy na tartce ciemne ciasto, przykrywamy je białkową bezą i startym jasnym ciastem. Pleśniaka pieczemy w piekarniku przez 45 minut w temperaturze 180 stopni.



Tekst i foto: MirKa

STYCZEŃ

Siczeń, Januarius, Jänner, ma dni 31.

Dni tygod.	ŚWIĘTA		Słońca		Księżyc		Odmiany księżyc i słońca
	Rzymsko-katolickie	Grecko-katolickie	Wsch. g. m.	Zachód g. m.	Wsch. g. m.	Zachód g. m.	
1.	Ewang. u Łuk. św. w R. 2. Z ewang. „Nowego Roku”.	Knyha Rozdź. Chrysta. Mat. 1.	Długość dnia 8 g. 14 m. Przybyło dnia 10 m. Zmierzch trwa 40 m.				
1	N. Nowy Rok Miecz.	19 N. 4 Adw. Wonyf.	7 41	3 46	8 47	4 07	
2	P. Makarego	20 Innatyja	7 41	3 47	9 26	5 14	
3	W. Genowef.	21 Innatyja	7 41	3 48	10 05	6 24	

Porady ze starego kalendarza

Porady ze starego kalendarza

PORADY

Sposób na dobre pączki

Aby pączki nie wchłaniały tłuszczu, należy dodać do ciasta łyżkę octu lub alkoholu. Jeśli olej, na którym je smażyliśmy jest zbyt gorący i pączki szybko się palą, należy wrzucić do oleju duży kawałek surowego ziemniaka.

Puszysty i wilgotny sernik

Sernik będzie bardziej puszysty, jeśli w połowie pieczenia wyjmemy go na chwilę z piekarnika i ostrym nożem delikatnie oddzielimy nadzienie od brzegu. Będzie on również bardziej wilgotny, jeśli podczas pieczenia wstawimy na dno piekarnika naczynie z parującym wrzątkiem.

Pyszne ciasto

Mąkę do ciasta zawsze przesiewajmy przez sito. Nabierzemy więcej powietrza, a ciasto będzie bardziej puszyste. O ile do ciasta dodajemy rodzynki, pamiętajmy aby uprzednio wymoczyć je w gorącej wodzie lub winie, osuszyć na ściereczce i obtoczyć w mące, wówczas nie opadną na dno. Jeśli pieczone ciasto zbyt szybko rumieni się z wierzchu,

przykryjmy je złożonym kawałkiem folii aluminiowej. Ciasto nie pokruszy się i łatwo wyjdzie z foremki, jeśli po wyjęciu z piekarnika postawimy ją na mokrej ściereczce.

Pamiętajmy również, że ciasta drożdżowe nie wolno przetrzymywać w piekarniku. Zaraz po upieczeniu trzeba je wyjąć, by nie wysychały.

Kruszonka na cieście drożdżowym będzie bardziej chrupiąca, jeśli od razu po upieczeniu skropimy ją lekko zimną wodą. Niektóre ciasta np.: keks czy piernik zyskują na smaku po dłuższym czasie, dlatego należy je piec 3-4 dni przed podaniem.

Ciasto drożdżowe będzie bardziej żółte, jeżeli na kilka godzin przed pieczeniem (np. na noc) doda się żółtka utarte z odrobiną soli, a nakryte ciasto przechowa w chłodnym miejscu.

Jeśli biszkopt przełamie się na pół należy miejsca pęknięcia posmarować białkiem jajka i złożyć.

Błyskawiczne wiórki czekoladowe

Wiórki czekoladowe do ozdobienia ciast, tortów i deserów będą gotowe szybko, jeżeli czekoladę przed oskrobaniem jej obieraczką do warzyw włożymy na godzinę do lodówki.

OPRAC. MIRKA

TeleKino z całą rodziną!

Hit w Kinie



Mia i biały lew

MERKURY | BIAŁA PODLASKA

Dzieciństwo 10-letniej dziewczynki o imieniu Mia zmienia się w wielką przygodę, kiedy jej rodzice postanawiają przenieść się z zatłoczonego Londynu do Afryki, aby w jej sercu prowadzić niezwykłą farmę. Pewnego dnia na świat przychodzi na niej piękne i jedyne w swoim rodzaju białe lwiątko o imieniu Charlie. Tak zaczyna się historia zdumiewającej przyjaźni między dziewczynką i wyjątkowym zwierzęciem, którzy wspólnie wychowują się w najbardziej malowniczym zakątku Ziemi. Kiedy Mia kończy 14 lat, a Charlie dorasta i staje się potężnym lwem, jej ojciec podejmuje dramatyczną decyzję. Dziewczynka będzie musiała pożegnać się ze swoim dzikim przyjacielem raz na zawsze. Mia za nic w świecie nie chce na to pozwolić. Próbuje uratować Charliego, decyduje się na ucieczkę w nieznaną. Wzruszająca, tętniąca przygodą i przepięknie nakręcona w samym sercu dzikiej Afryki opowieść o wielkiej przyjaźni dziewczynki i niezwykłego białego lwa.

Repertuar kinowy

BIAŁA PODLASKA

Kino Merkury

„Asteriks i Obeliks: Tajemnica magicznego wywaru” (dubbing) – Francja, animowany/przygodowy: 1, 4-6.02. godz. 14:45; 2-3.02. godz. 13:00; 7.02. godz. 16:30



„Mia i biały lew” (dubbing) – Francja, familijny/przygodowy:

1, 4-6.02. godz. 16:30; 2-3.02. godz. 14:45; 7.02. godz. 14:30



„Miszmasz, czyli kogel-mogel 3” – Polska, komedia: 1, 4-6.02. godz. 18:30, 20:30; 2-3.02. godz. 16:45, 18:45, 20:45; 7.02. godz. 18:15



„Ralph Demolka w internecie” (dubbing) – USA, animowany/familijny/przygodowy: 2-3.02. godz. 11:00



Spotkania Filmowe: „Narodziny gwiazdy” – USA, dramat/muzyczny: 7.02. godz. 20:15



TANIE PONIEDZIAŁKI – 4 lutego bilety na wszystkie seanse – 14 zł

Bilet do kina „Merkury” dla Czytelników

Aby wziąć udział w konkursie i mieć szansę na wygranie jednej z dwóch pojedynczych wejściówek do Kina Merkury na film „Mia i biały lew” wystarczy wysłać SMS-ową odpowiedź na pytanie dotyczące tego filmu: Jak ma na imię tytułowy biały lew?

a) Leon

b) Charlie

Wyślij SMS pod numer 7248 o treści tpkino.X, gdzie (po kropce)

w miejsce „X” należy wpisać odpowiedź na pytanie.

Koszt SMS-a to 2,46 zł z VAT. Na SMS-y czekamy od 1 lutego do 3 lutego 2019 r. do godz. 23:59. Wygrywają dwie pierwsze osoby, które najszybciej prawidłowo odpowiedzą na pytanie postawione powyżej. O wygranej poinformujemy SMS-em. Wejściówki na film do zrealizowania w środę 6 lutego 2019

r. Udział w konkursie jest jednoznaczny z akceptacją regulaminu konkursu, który dostępny jest w siedzibie redakcji „Tygodnika Podlaskiego” przy ul. Francuskiej 36, 21-500 Biała Podlaska, od poniedziałku do piątku w godz. od 9.00 do 16.00 z wyjątkiem dni ustawowo wolnych od pracy oraz na stronie www.tygodnikpodlaski.pl w zakładce „Konkursy”.

PIĄTEK

1 LUTEGO

TVP 1

5:00 Telezakupy
5:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
6:15 Wieczna miłość (107) telenowela
7:05 Elif (415) serial obyczajowy
8:00 Wiadomości
8:10 Pogoda
8:15 Kwadrans polityczny
8:40 Blondynka (7) serial obyczajowy
9:35 Komisarz Alex 5 (59) serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz 2 (23) serial kryminalny
11:30 Korona królów (167) telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda
12:35 Rok w zagrodzie: Zasoby Własności Rolnej Skarbu Państwa – dziś i jutro
12:50 Natura w Jedyńce: Antarktyda – opowieści z końca świata film dokumentalny, Niemcy 2016
14:00 Elif (416) serial obyczajowy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! magazyn interwencyjny
15:35 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Oberstdorfie (w przerwie Teleexpress)
18:30 Korona królów – taka historia... (20) serial dokumentalny
18:55 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:35 The Wall. Wygraj marzenia (38) teleturniej
21:30 Wiktoria: Młoda Anglia (8-ost.) serial kostiumowy
22:30 Strategia mistrza dramat biograficzny, Francja/Wielka Brytania 2015
0:25 El Principe – dzielnica zła (9/49) serial
1:20 El Principe – dzielnica zła (10/49) serial
2:15 Wiktoria: Młoda Anglia (8-ost.) serial kostiumowy
3:10 Magazyn kryminalny 997
3:55 Ocaleni reality show
4:55 Notacje: Teofil Bojęś. Wesoły chłopak Karol Wojtyła cykl dokumentalny
5:05 Zakończenie programu

TVP 2

5:15 Koto fortuny (163) teleturniej
5:55 Egzamin z życia (23) serial obyczajowy
6:45 Podróże z historią: Reguły Templariuszy (39) serial dokumentalny
7:20 Na sygnale: Aż po grób (209) serial fabularno-dokumentalny
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:35 Pogoda
8:40 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Panorama
8:55 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Panorama
11:05 Pogoda
11:10 Pytanie na śniadanie magazyn
11:25 Rodzinka.pl: Czas na zmiany (103) serial komediowy
11:55 Barwy szczęścia (1992) serial obyczajowy
12:30 Koto fortuny (164) teleturniej
13:15 Miłosne potyczki (15) serial obyczajowy
14:05 Coś dla ciebie magazyn
14:35 Operacja zdrowie! (15) magazyn medyczny
15:10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział: Pojedynki (23) serial obyczajowy
16:00 Koto fortuny (408) teleturniej
16:35 Familiada teleturniej
17:10 Łzy Cennet (105/151) serial obyczajowy
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Rodzinka.pl: Estetycznie i higienicznie (251) serial komediowy
19:05 Na sygnale: Deklaracja woli (41) serial fabularno-dokumentalny
19:35 Barwy szczęścia (1992) serial obyczajowy
20:10 Barwy szczęścia (1993) serial obyczajowy
20:45 Randka w ciemno komedia romantyczna, Polska 2009
22:25 La La Poland (4) program rozrywkowy
22:55 Maigret i jego nieboszczyk film kryminalny, Wielka Brytania 2016
0:40 Faceci przy nadziei komedia, Czechy 2011
2:40 Zgadnij, kim jestem? komedia sensacyjna, Hongkong 1998
4:35 Zakończenie programu

TV TRAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Polski punkt widzenia
8:40 Stowo życia
8:45 Jezus. Królestwo bez granic: Kuszenie na pustyni serial animowany
9:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
9:35 Święty na każdy dzień
9:45 Duc in altum rozważania ks. prof. Marka Chmielewskiego
10:00 Informacje dnia
10:15 Rozmowy niedokończone
11:25 Głos Polski: Antoni Macierewicz
11:35 Salezjański Ośrodek Misyjny
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Rękopis błogosławionych film dokumentalny, USA 2010
14:00 Konzentrationslager Flossenbürg film dokumentalny, Polska 2016
14:45 100 cudownych miejsc na świecie
14:55 Stowo życia
15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia
15:20 Mocni w wierze
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia
16:10 Siódmy sakrament
16:35 Świat na wyciągnięcie ręki serial dok.
17:00 Aktywna zima: Nauka jazdy na snowboardzie, część 2.
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Westerplatte młodych
18:55 Przegląd tygodnika «Niedziela»
19:00 Warto zauważyć w mijającym tygodniu
19:30 Opowieści Theo (9) serial animowany
19:45 Modlitwa z telefontycznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyznę: Ks. prof. Paweł Borkiewicz TChr
21:00 Apł Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Ziemia Obiecana (19) serial religijny
22:50 Gietrzwałd, czyli orędzie na trudne czasy

TVN

5:10 Uwaga! magazyn reporterów
5:35 Mango telezakupy
6:50 Kuchenne rewolucje (13) program rozrywkowy
7:50 Doradca smaku (20)
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Ukryta prawda (649) serial paradokumentalny
12:00 Szpital (491) serial paradokumentalny
13:00 Szkota (392) serial paradokumentalny
14:00 Zakochani po uszy (9/120) telenowela
14:30 Kuchenne rewolucje: Restauracja Mauritian, Nowy Targ (7) program rozrywkowy
15:30 Szkota (393) serial paradokumentalny
16:30 Szpital (492) serial paradokumentalny
17:30 Ukryta prawda (650) serial paradokumentalny
18:30 Zakochani po uszy (10/120) telenowela
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Kowboje i obcy film SF, USA 2011
22:20 Red 2 film sensacyjny, Francja/Kanada/USA 2013
0:40 Życie bez wstydu (8) reality show
1:40 Kuba Wojewódzki: talk-show
2:45 Uwaga! magazyn reporterów
3:05 Moc magii interaktywny program rozrywkowy

TVN7

4:45 Ukryta prawda: Artur (465) serial paradokumentalny
5:50 Sąd rodzinny: Mali gangsterzy (3/52) serial fabularno-dokumentalny
6:50 Szpital (201) serial paradokumentalny
7:50 Przyjaciele (3/25) serial komediowy
8:20 Przyjaciele (4/25) serial komediowy
8:50 Gotowe na wszystko 2 (17/24) serial obyczajowy
9:45 Zakochani po uszy (9/120) telenowela
10:15 Mango telezakupy
11:55 19+ (10/38) serial paradokumentalny
12:25 Ukryta prawda: Straszne historie (265) serial paradokumentalny
13:25 Sąd rodzinny: Rausz zakupów (4/52) serial fabularno-dokumentalny
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska: Więzy krwi (40) serial fabularno-dokumentalny
15:25 Szpital (202) serial paradokumentalny
16:25 Gotowe na wszystko 2 (18/24) serial obyczajowy
17:25 Przyjaciele (5/25) serial komediowy
17:55 Przyjaciele (6/25) serial komediowy
18:25 Brzydula (173) serial komediowy
18:55 Brzydula (174) serial komediowy
19:30 Zakochani po uszy (10/120) telenowela
20:00 Dzień Dobry TV komedia obyczajowa, USA 2010
22:20 Mission: Impossible 2 film sensacyjny, Niemcy/USA 2000
0:55 W garniturach (8/12) serial obyczajowy
1:55 Oszuści 2 (5/10) serial obyczajowy
2:50 Moc magii interaktywny program rozrywkowy
5:00 Zakończenie programu

POLSAT

6:00 Nowy dzień
9:00 SuperPies (8) magazyn poradnikowy
9:30 Małanowski i partnerzy (617) serial fabularno-dokumentalny
10:00 Dzień, który zmienił moje życie (66) serial paradokumentalny
11:00 Dlaczego ja? (829) serial paradokumentalny
12:00 Gliniarze (110) serial paradokumentalny
13:00 Trudne sprawy (776) serial paradokumentalny
14:00 Pierwsza miłość (2813) serial obyczajowy
14:45 Dlaczego ja? (702) serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 (165) serial paradokumentalny
17:00 Gliniarze (95) serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość (2814) serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (377) serial komediowy
20:05 Nie ma mocnych komedia, Polska 1974
22:05 Braveheart – Waleczne serce dramat historyczny, USA 1995
2:00 Wieczny student 2 komedia obyczajowa, USA 2006
4:05 Tajemnice losu program rozrywkowy

SOBOTA

2 LUTEGO

TVP1 TVP1

5:35 Klan (3419) telenowela
6:00 Klan (3420) telenowela
6:25 Sprawa dla reportera magazyn interw.
7:20 Rok w ogrodzie (729) magazyn
7:45 Rok w ogrodzie extra magazyn
8:00 Petnosprawni (286) magazyn
8:20 Wojownicy Maryi film dokumentalny
8:55 Studio Raban magazyn dla młodzieży
9:25 Rodzinny ekspres magazyn religijny
9:55 Korona królów – taka historia...
(20) serial dokumentalny
10:25 Korona królów (164) telenowela hist.
10:55 Korona królów (165) telenowela hist.
11:25 Korona królów (166) telenowela hist.
11:55 Korona królów (167) telenowela hist.
12:30 Podmuch energii (7) cykl reportaży
12:45 Jak to działa? Ogień (154) magazyn
13:15 Spis treści (49) rozmowy z
Andrzejem Doboszem
13:25 Okrasa łamie przepisy
13:55 Blondynka 7: Bracia mniejsi
(87) serial obyczajowy
14:55 Sanatorium miłości (2) reality show
15:50 Skoki narciarskie: Zawody
Pucharu Świata w Oberstdorfie
(w przerwie Teleexpress)
18:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:30 Komisarz Alex 12: Krwawe
złoto (148) serial kryminalny
21:30 Echo serca (3) serial obyczajowy
22:30 Hitt na sobotę: Błękitna głębia
film sensacyjny, USA 2005
0:25 Testament Nobla thriller, Szwecja 2012
2:00 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
2:50 Strategia mistrza dramat biograficzny,
Francja/Wielka Brytania 2015
4:35 Spis treści (49) rozmowy z
Andrzejem Doboszem
4:40 Zakończenie programu

TVP2 TVP2

5:15 Koło fortuny (165) teleturniej
5:50 Barwy szczęścia (1989)
serial obyczajowy
6:25 Barwy szczęścia (1990)
serial obyczajowy
7:00 M jak miłość (1415) serial obyczajowy
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
11:05 Pogoda
11:15 Pytanie na śniadanie
magazyn poradnikowy
11:40 To je Borowicz. Podróże ze
smakiem (7) magazyn kulinarny
12:15 Piżama party komedia, USA 2004
14:00 Familiada teleturniej
14:35 Koło fortuny (409) teleturniej
15:15 Kabaret w samo południe
(4) program rozrywkowy
16:15 Słowo na niedzielę: O
wyrzuceniu Jezusa
16:25 Kevin sam w Irlandii (1)
reality show
17:00 Alternatywy 4: Spisek (7/9)
serial komediowy
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:25 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Postaw na milion teleturniej
19:25 Kulisy «Postaw na milion»
19:35 Lajki! magazyn kulturalny
20:05 The Voice Kids 2. Bitwa (11)
widowisko
21:30 The Voice Kids 2. Sing
Off (11) widowisko
22:10 Zgadnij, kim jestem? komedia
sensacyjna, Hongkong 1998
0:05 The Good Doctor 2 (25)
serial obyczajowy
0:55 La La Poland (4) program rozrywkowy
1:35 Randka w ciemno komedia
romantyczna, Polska 2009
3:15 Maigret i jego nieboszyk film
kryminalny, Wielka Brytania 2016
4:50 Zakończenie programu

TVP3 TRAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Westerplatte młodych
8:55 Słowo życia
9:00 Sanktuarium Matki Ubogich w Banneux
9:50 Kolory świętości: Ofiarowanie
Pańskie – Matki Bożej Gromnicznej
10:00 Informacje dnia
10:15 100 cudownych miejsc na świecie
10:25 Myśląc Ojczyzna: Ks. prof.
Paweł Bortkiewicz TChr
10:35 Polski punkt widzenia
11:00 Kropelka radości
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Warto zauważyć w mijającym tygodniu
12:50 Porady medyczne bonifratrów
13:20 Siódmy sakrament
13:45 Ocalić od zapomnienia
14:00 Jakby w zwierciadle film
dokumentalny, USA 2011
15:00 Młodzi wybierają Ewangelię za
regulę życia film dokumentalny
15:25 Kartka z kalendarza
15:30 Wierzę w Boga program religijny
15:45 Przyroda w obiektywie: Ptaki wiosną (8)
16:00 Informacje dnia
16:10 Nowy kształt wiary – katolicyzm
film dokumentalny, Chiny 2012
17:00 Z Parlamentu Europejskiego
17:30 Msza św. w święto Ofiarowania Pańskiego
19:00 Ja, głuchy film dok., Polska 2012
19:25 Przegląd tygodnika «Niedziela»
19:30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
19:45 Modlitwa z telef. udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Prof. Mieczysław Ryba
21:00 Apel Jasnogórski
1:35 Randka w ciemno komedia
romantyczna, Polska 2009
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Historia królowej Estery (2) serial
22:55 «Ave Maria na przestrzeni
wieków» z Bydgoszczy

NIEDZIELA

3 LUTEGO

TVP1 TVP1

5:15 Klan (3421) telenowela
5:40 Klan (3422) telenowela
6:05 Stownik polsko@polski talk-show
6:40 wojsko-polskie.pl (24) cykl reportaży
7:00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium
Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
8:00 Tydzień magazyn rolniczy
8:30 Zakochaj się w Polsce: Jezioro
Śniardwy (102) magazyn
9:05 Ziarno: Wzajemna miłość
program dla dzieci
9:35 Śniadanie u Tiffany'ego
komediadramat, USA 1961
11:45 Między ziemią a niebem magazyn
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem magazyn
12:45 Misja w Afryce: O powołaniu
misionarza reportaż
13:00 Spis treści (50) rozmowy z
Andrzejem Doboszem
13:05 Natura w Jedynce: Planeta lasów:
Dęby Andaluzji serial przyrodniczy
13:45 Komisarz Alex 12: Krwawe
złoto (148) serial kryminalny
14:45 Kuloodporne serce (4/8) serial obycz.
15:50 Skoki narciarskie: Zawody
Pucharu Świata w Oberstdorfie
(w przerwie Teleexpress)
18:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
20:00 Pogoda
20:10 Sport magazyn sportowy
20:15 Blondynka 7 (88) serial obyczajowy
21:15 Sanatorium miłości (3) reality show
22:15 Zakochana Jedynka: Miłość od kuchni
komedia romantyczna, USA 2016
23:50 Błękitna głębia film
sensacyjny, USA 2005
1:50 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
2:45 Testament Nobla thriller, Szwecja 2012
4:20 Spis treści (50) rozmowy z
Andrzejem Doboszem
4:25 Zakończenie programu

TVP2 TVP2

5:15 Słowo na niedzielę: O wyrzuceniu Jezusa
5:20 Barwy szczęścia (1991)
serial obyczajowy
5:55 Barwy szczęścia (1992)
serial obyczajowy
6:25 Barwy szczęścia (1993)
serial obyczajowy
7:00 M jak miłość (1416) serial obyczajowy
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Pogoda
8:50 Panorama
8:55 Pytanie na śniadanie magazyn
11:05 Rodzinne oglądanie: David
Attenborough i dinozaur olbrzymi film
dokumentalny, Wielka Brytania 2016
12:10 Gwiazdy w południe: Odrzutek
western, USA 1971
14:00 Familiada teleturniej
14:35 Koło fortuny (410) teleturniej
15:15 Bake off – Ale ciacho! 5 (7)
widowisko
16:15 Bake off – Ale przepis 5 (7)
widowisko
16:30 The Voice Kids 2. Bitwa (11)
widowisko
17:35 The Voice Kids 2. Sing Off (11)
widowisko
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:25 Sport telegram magazyn sportowy
18:30 Na dobre i na złe: Wszystkie szczęśliwe
rodziny (729) serial obyczajowy
19:30 Kevin sam w Irlandii (1)
reality show
20:05 Ja, Frankenstein horror,
Australia/USA 2014
21:45 Kino bez granic: Batalion
dramat wojenny, Rosja 2015
0:00 Fale film obyczajowy,
Polska 2016
1:30 Ja, Frankenstein horror,
Australia/USA 2014
3:05 Zakończenie programu

TVP3 TRAM

8:00 Słowo życia
8:05 Polski punkt widzenia
8:25 Święty na każdy dzień
8:30 Z Parlamentu Europejskiego
9:00 Myśląc Ojczyzna: Prof. Mieczysław Ryba
9:10 Spotkanie z Magdą Buczek
9:15 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
9:30 Msza święta z kaplicy
Cudownego Obrazu Matki Bożej
Częstochowskiej na Jasnej Górze
10:35 Przegląd tygodnika «Niedziela»
10:40 Cuda Jezusa: Córka Jaira serial religijny
11:00 Święty na każdy dzień
11:25 100 cudownych miejsc na świecie
11:35 Królowa Śnieżka: List do
księcia (10) serial animowany
12:00 Anioł Pański z Ojcem Świ. Franciszkiem
12:20 Wiesz – to też Polska
13:30 Papież Polak do rodaków
14:10 Święta Barbara film
obyczajowy, Włochy 2011
16:00 Informacje dnia
16:10 Koncert życzeń
17:00 Tam, gdzie Bóg płacze serial dok.
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Retrospekcja
19:30 Moja katolicka rodzina:
Święty Antoni z Padwy
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Prof.
Miroslaw Piotrowski
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Chwała Pani – pieśni dla Maryi
22:35 Śladami historii: Obozy zagłady
(2-ost.) cykl dokumentalny
22:40 Tydzień z Ziemi Świętej
23:00 Jak my to widzimy z daleka widać lepiej
23:30 Maryjność dusza polskiego narodu

5:20 Uwaga! magazyn reporterów
5:45 Mango teledzakupy
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Na Wspólnej (2815) serial obyczajowy
11:25 Na Wspólnej (2816) serial obyczajowy
11:50 Na Wspólnej (2817) serial obyczajowy
12:25 Na Wspólnej (2818) serial obyczajowy
12:50 Domowe rewolucje (7) program rozr.
13:50 Ameryka Express (11) reality show
15:25 Zakochani po uszy (6/120) telenowela
15:55 Zakochani po uszy (7/120) telenowela
16:25 Zakochani po uszy (8/120) telenowela
17:00 Zakochani po uszy (9/120) telenowela
17:30 Zakochani po uszy (10/120) telenowela
18:00 Kuchenne rewolucje: Szklarska Poręba,
Kanon (12) program rozrywkowy
19:00 Fakty
19:25 Sport magazyn sportowy
19:40 Raport smogowy – poznaj
kolory powietrza
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Życie od kuchni komedia
romantyczna, Australia/USA 2007
22:15 Pod stołcem Toskanii komedia
obyczajowa, Włochy/USA 2003
0:45 Nawiedzona znaleziona
horror, USA 2014
2:30 Uwaga! magazyn reporterów
2:50 Moc magii interaktywny
program rozrywkowy

5:30 Ukryta prawda: Wizyta teściowej
(466) serial paradokumentalny
6:40 Mango teledzakupy
8:45 Brzydula (165) serial komediowy
9:20 Brzydula (166) serial komediowy
9:55 Brzydula (167) serial komediowy
10:25 Brzydula (168) serial komediowy
11:00 Brzydula (169) serial komediowy
11:35 Brzydula (170) serial komediowy
12:10 Brzydula (171) serial komediowy
12:45 Brzydula (172) serial komediowy
13:20 Bezuchy zają i uszaty pisklak
film animowany, Niemcy 2013
14:45 Dziką lokatorka komedia
romantyczna, USA 1992
16:50 Agent Cody Banks komedia
sensacyjna, Kanada/USA 2003
19:00 Komediowa sobota:
Blues Brothers komedia
muzyczna, USA 1980
21:50 Komediowa sobota:
Czas na przyjaźń
komediadramat, USA 2013
0:25 Wszystko stracone dramat
przygodowy, USA 2013
2:40 Moc magii interaktywny
program rozrywkowy
4:50 Druga strona medalu (1/7)
talk-show
5:30 Zakończenie programu

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Teledzakupy TV Okazje
magazyn reklamowy
6:00 Nowy dzień
8:45 Królowa Śniegu film
animowany, Rosja 2012
10:15 Ewa gotuje (316) magazyn kulinarny
10:50 Vice Versa komedia
fantasy, USA 1988
12:55 Zakochana złoźnica komedia
romantyczna, USA 1999
15:05 Jaś Fasola (7) serial komediowy
15:45 Kabaret na żywo
program rozrywkowy
17:50 Chłopaki do wzięcia (141)
serial dokumentalny
18:20 Chłopaki do wzięcia (142)
serial dokumentalny
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich
(59) serial komediowy
20:05 Karate Kid film przygodowy,
Chiny/USA 2010
23:00 Wschodzące słońce
thriller, USA 1993
1:55 K-9: Pies, który uratował święta
film familijny, USA 2013
3:50 Tajemnice losu program rozrywkowy

5:20 Uwaga! magazyn reporterów
5:45 Mango teledzakupy
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Domowe rewolucje (8-ost.)
program rozrywkowy
12:00 Co za tydzień
12:45 Drzewo marzeń (9-ost.)
reality show
13:50 Martyna na krańcu świata
(3) serial dokumentalny
14:50 To magia! film
animowany, USA 2015
16:55 Lego przygoda film animowany,
Australia/Dania/USA 2014
19:00 Fakty
19:25 Sport magazyn sportowy
19:35 Pogoda
19:40 Raport smogowy – poznaj
kolory powietrza
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Tu się gotuje! (8)
magazyn kulinarny
20:05 Wierna film SF, USA 2016
22:35 Raport mniejszości
film SF, USA 2002
1:35 MasterChef (13)
program rozrywkowy
3:10 Uwaga! magazyn reporterów
3:30 Moc magii interaktywny
program rozrywkowy

5:40 Ukryta prawda: Zielony spadek
(467) serial paradokumentalny
6:50 Mango teledzakupy
8:55 Przyjaciele (5/25) serial komediowy
9:30 Przyjaciele (6/25) serial komediowy
10:00 Brzydula (173) serial komediowy
10:35 Brzydula (174) serial komediowy
11:10 Zakochani po uszy (6/120) telenowela
11:45 Zakochani po uszy (7/120)
telenowela
12:15 Zakochani po uszy (8/120)
telenowela
12:50 Zakochani po uszy (9/120)
telenowela
13:20 Zakochani po uszy (10/120)
telenowela
13:55 Beethoven 6: Wielka ucieczka
film familijny, USA 2008
16:05 Czarna owca komedia, USA 1996
17:55 Miłość jak narkotyk komedia
romantyczna, USA 1997
20:00 Superseans: Mission: Impossible 3 film
sensacyjny, Niemcy/Chiny/USA 2006
22:35 Czas patriotów film
sensacyjny, USA 1992
1:00 Agentka o stu twarzach 2
(15/22) serial sensacyjny
2:00 Moc magii interaktywny
program rozrywkowy
4:40 Zakończenie programu

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Teledzakupy TV Okazje
magazyn reklamowy
6:00 Nowy dzień
8:50 Szeregowiec Dolot
film animowany,
Wielka Brytania 2005
10:40 Garfield 2
film familijny, Wielka
Brytania/USA 2006
12:35 Karate Kid
film przygodowy,
Chiny/USA 2010
15:25 X-Men film SF,
USA 2000
17:50 Nasz nowy dom (103)
reality show
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie
program publicystyczny
20:05 12. Płocka Noc Kabaretowa
program rozrywkowy
23:00 Gliniarz z Beverly Hills
komedia sensacyjna,
USA 1984
1:25 Apokalypso dramat
przygodowy, USA 2006
4:05 Kabaretowa Ekstraklasa (70)

REKLAMA

Emerycie, Rencisto,
odbierz 50 zł

Spełnij warunki i skorzystaj z promocji „Senior z wpływem”
Jeżeli swoje świadczenie zaczniesz teraz przelewać
na swój rachunek płatniczy w Kasie Stefczyka,
otrzymasz od nas jednorazowo **50 złotych.**
Dbamy o naszych seniorów!



PONIEDZIAŁEK

4 LUTEGO

WTOREK

5 LUTEGO

TVP 1

5:20 Młodzi rajdowcy film familijny, Kanada/Niemcy 2003
7:05 Elif (416) serial obyczajowy
8:00 Wiadomości
8:15 Kwadrans polityczny
8:40 Blondynka (8) serial obyczajowy
9:35 Komisarz Alex 5 (60) serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz 2 (24) serial kryminalny
11:30 Korona królów – taka historia... (20)
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:35 Agropogoda
12:40 Magazyn rolniczy
13:00 BBC w Jedyne: U wybrzeży Nowej Zelandii 2: Wyspy Kermadec (1) serial dok.
14:00 Elif (417) serial obyczajowy
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! magazyn interwencyjny
15:35 Okrasa tamie przepisy
16:05 Wieczna miłość (108) telenowela
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:00 Klan (3423) telenowela
18:30 Korona królów (168) telenowela hist.
18:55 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:30 Leśniczówka (84) telenowela
21:00 Teatr Telewizji: Ekspedycja sztuka Wiktora Szenderowicza
22:35 Stawa i chwala: Gospodarstwo i ogrody (5/7) serial historyczny
23:45 Kocham życie film dok., Polska 2018
0:45 Sanatorium miłości (3) reality show
1:40 Miłość od kuchni komedia romantyczna, USA 2016
3:20 W poszukiwaniu Boga z Morganem Freemanem: Apokalipsa serial dokumentalny
4:15 Notacje: Roman Mianik «Maniush» cykl dokumentalny
4:30 Zakończenie programu

tvn

5:50 Uwaga! magazyn reporterów
6:20 Mango telezakupy
7:25 Nowa Maja w ogrodzie (30) magazyn
7:55 Akademia ogrodnika (30) magazyn
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Tu się gotuje! (8) magazyn kulinarny
11:05 Ukryta prawda (650) serial paradok.
12:00 Szpital (492) serial paradokumentalny
13:00 Szkoła (393) serial paradokumentalny
14:00 Zakochani po uszy (10/120) telenowela
14:30 Kuchenne rewolucje: Zajazd Parada, Kościelna (8) program rozrywkowy
15:30 Szkoła (394) serial paradokumentalny
16:30 Szpital (493) serial paradokumentalny
17:30 Ukryta prawda (651) serial paradok.
18:30 Zakochani po uszy (11/120) telenowela
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku (21)
20:15 Na Wspólnej (2819) serial obyczajowy
20:55 Milionerzy (141) teleturniej
21:30 Życie bez wstydu (9) reality show
22:30 Martyna na krańcu świata (2) serial dokumentalny
23:35 Wierna film SF, USA 2016
2:00 Co za tydzień
2:45 Uwaga! magazyn reporterów

TVP 2

5:20 Koto fortuny (166) teleturniej
6:00 M jak miłość (1416) serial obyczajowy
6:55 Coś dla ciebie
7:20 Na sygnale: Bieg Patrioty (210) serial fabularno-dokumentalny
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:35 Pogoda
8:40 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Panorama
8:50 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Panorama
11:05 Pogoda
11:10 Pytanie na śniadanie magazyn
11:25 Rodzinka.pl: Wiek mentalny kontra wiek fizyczny (104) serial komediowy
11:55 Barwy szczęścia (1993) serial obycz.
12:30 Koto fortuny (167) teleturniej
13:10 Dążyć do sprawiedliwości – nabożeństwo
14:05 Bake off – Ale ciacho! 5 (6) widowisko
15:10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział: Oskarżony (24) serial obyczajowy
16:00 Koto fortuny (411) teleturniej
16:35 Familiada teleturniej
17:10 Łzy Cennet (106/151) serial obyczajowy
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:40 Lekkoatletyka: Orlen Cup Łódź 2019 studio
18:45 Lekkoatletyka: Orlen Cup Łódź 2019
20:10 Barwy szczęścia (1994) serial obycz.
20:40 Kulisy serialu «Barwy szczęścia» (79)
20:55 M jak miłość (1417) serial obyczajowy
21:45 Kulisy serialu «M jak miłość»
21:55 Rozbite marzenia. 1918-1939 (5/8) serial fabularno-dokumentalny
23:05 Godziny grozy (4/8) serial sensacyjny
23:55 Sfora (2/9) serial sensacyjny
1:00 Batalion dramat wojenny, Rosja 2015
3:15 Fale film obyczajowy, Polska 2016
4:40 Zakończenie programu

TRWAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Wiesz – to też Polska
9:25 Słowo życia
9:30 Niezwykłości przyrody Nowej Zelandii
9:40 Tydzień z Ziemi Świętej
10:00 Informacje dnia
10:15 Rozmowy niedokończone
11:25 Myśląc Ojczyzna: Prof. Mirosław Piotrowski
11:35 Iwato film dokumentalny, Polska 2014
11:50 Retrospekcja program publicystyczny
11:55 Święty na każdy dzień
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Guadalupe – żywy obraz film dokumentalny, USA 2011
13:20 Koncert zyczeń
14:10 Trinity Goodheart dramat obyczajowy, USA 2011
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia
16:10 Sanktuaria polskie
16:30 Zew natury program edukacyjny
16:55 Świadkowie
17:20 100 cudownych miejsc na świecie
18:00 Anioł Pański
18:15 Wizyta Ojca Świętego Franciszka w ZEA. Uczyń mnie narzędziem Twojego pokoju
19:30 Jay Jay Odrzutowiec: Mały pojazd holowniczy (10) serial animowany
19:45 Modlitwa z telef. udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:10 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Prof. zw. n. med. Krzysztof Bielecki
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Stan bezpieczeństwa państwa
22:10 Mojżesz – 10 przykazań (109) serial kostiumowy
23:00 Święta Teresa z Lisieux film dokumentalny, Włochy 2006

POLSAT

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Telezakupy TV Okazje magazyn rekl.
6:00 Nowy dzień
9:00 Małanowski i partnerzy (618) serial fabularno-dokumentalny
9:30 Małanowski i partnerzy (619) serial fabularno-dokumentalny
10:00 Dzień, który zmienił moje życie (67) serial paradokumentalny
11:00 Dlaczego ja? (830) serial paradok.
12:00 Gliniarze (111) serial paradok.
13:00 Trudne sprawy (777) serial paradok.
14:00 Pierwsza miłość (2814) serial obycz.
14:45 Dlaczego ja? (703) serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 (166) serial paradok.
17:00 Gliniarze (96) serial paradok.
18:00 Pierwsza miłość (2815) serial obycz.
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (378) serial przygodowy, USA 2006
20:10 Megahit: Apokalypso dramat przygodowy, USA 2006
23:00 Ślad (17) serial kryminalny
0:00 12 godzin film sensacyjny, USA 2012
2:05 Geneza planety matp film SF, USA 2011
4:15 Kabaretowa Ekstraklasa (98)

TVP 1

5:00 Telezakupy
5:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
6:15 Wieczna miłość (108) telenowela
7:05 Elif (417) serial obyczajowy
8:00 Wiadomości
8:15 Kwadrans polityczny
8:40 Blondynka (9) serial obyczajowy
9:35 Komisarz Alex 5 (61) serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz 2 (25) serial kryminalny
11:30 Korona królów (168) telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:35 Agropogoda
12:40 Magazyn rolniczy
13:00 Natura w Jedyne: U wybrzeży Nowej Zelandii 2: Fiordland (2) serial dok.
14:00 Elif (418) serial obyczajowy
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! magazyn interwencyjny
15:35 Leśniczówka (84) telenowela
16:05 Wieczna miłość (109) telenowela
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:00 Klan (3424) telenowela
18:30 Korona królów (169) telenowela hist.
18:55 Jeden z dziesięciu wielki finał
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:30 Leśniczówka (85) telenowela
21:00 Głębia ostrości cykl reportaży
21:40 Echo serca (4) serial obyczajowy
22:35 Kompania X 3 (1/10) serial wojenny
23:25 Weterani. Wyrwani śmierci 2 serial dokumentalny
23:55 Żyje się tylko dwa razy film sensacyjny, Wielka Brytania 1967
2:00 Uwężeni w raju film przyg., Niemcy 2016
3:45 W poszukiwaniu Boga z Morganem Freemanem: Życie po śmierci serial dok.
4:40 Notacje: Józef Węgrzyn. Co lubią tygrysy cykl dokumentalny
4:50 Zakończenie programu

tvn

5:10 Uwaga! magazyn reporterów
5:35 Mango telezakupy
6:50 Kuchenne rewolucje (14) program rozr.
7:50 Doradca smaku (21)
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Ukryta prawda (651) serial paradok.
12:00 Szpital (493) serial paradokumentalny
13:00 Szkoła (394) serial paradokumentalny
14:00 Zakochani po uszy (11/120) telenowela
14:30 Kuchenne rewolucje (9) program rozr.
15:30 Szkoła (395) serial paradokumentalny
16:30 Szpital (494) serial paradokumentalny
17:30 Ukryta prawda (652) serial paradok.
18:30 Zakochani po uszy (12/120) telenowela
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku (22)
20:15 Na Wspólnej (2820) serial obyczajowy
20:55 Milionerzy (142) teleturniej
21:30 Zielona strefa dramat wojenny, Francja/Hiszpania/USA/Wielka Brytania 2010
23:55 Superwizjer magazyn reporterów
0:30 Tu się gotuje! (8) magazyn kulinarny
0:35 Kuba Wojewódzki: talk-show
1:35 Drzewo marzeń (9-ost.) reality show
2:35 Strzelec (4/10) serial sensacyjny
3:35 Uwaga! magazyn reporterów

TVP 2

5:25 Koto fortuny (168) teleturniej
6:00 M jak miłość (1417) serial obyczajowy
6:55 Dobra wola reportaż
7:20 Na sygnale (211) serial fabularno-dok.
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:35 Pogoda
8:40 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Panorama
8:50 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Panorama
11:05 Pogoda
11:10 Pytanie na śniadanie magazyn
11:25 Rodzinka.pl (105) serial komediowy
11:55 Barwy szczęścia (1994) serial obycz.
12:30 Koto fortuny (169) teleturniej
13:15 Miłosne potyczki (16) serial obyczajowy
14:10 M jak miłość (1417) serial obyczajowy
15:10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (25) serial obyczajowy
16:00 Koto fortuny (412) teleturniej
16:35 Familiada teleturniej
17:10 Łzy Cennet (107/151) serial obyczajowy
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Rodzinka.pl: Kaledioskop (252) serial komediowy
19:05 Na sygnale (42) serial fabularno-dok.
19:35 Barwy szczęścia (1994) serial obycz.
20:10 Barwy szczęścia (1995) serial obycz.
20:40 Kulisy serialu «Barwy szczęścia» (80)
20:55 M jak miłość (1418) serial obyczajowy
21:45 Kulisy serialu «M jak miłość»
21:55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23:00 Świat bez fikcji: Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham film dok., Polska
0:35 Rodzinka.pl (247) serial komediowy
1:05 Rozbite marzenia. 1918-1939 (5/8) serial fabularno-dokumentalny
2:05 Godziny grozy (4/8) serial sensacyjny
2:55 Magazyn Ekspresu Reporterów
4:00 Saudyjska wiosna film dokumentalny, Wielka Brytania 2013
4:55 Zakończenie programu

tvn

4:45 Ukryta prawda (469) serial paradok.
5:50 Sąd rodzinny: Czarna owca (5/52) serial fabularno-dokumentalny
6:50 Szpital (203) serial paradokumentalny
7:50 Przyjaciele (7/25) serial komediowy
8:50 Przyjaciele (8/25) serial komediowy
9:45 Zakochani po uszy (11/120) telenowela
10:15 Mango telezakupy
11:55 19+ (12/38) serial paradokumentalny
12:25 Ukryta prawda (267) serial paradok.
13:25 Sąd rodzinny: Klimakterium mamy (6/52) serial fabularno-dokumentalny
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (42) serial fabularno-dokumentalny
15:25 Szpital (204) serial paradokumentalny
16:25 Gotowe na wszystko 2 (20/24) serial
17:25 Przyjaciele (9/25) serial komediowy
17:55 Przyjaciele (10/25) serial komediowy
18:25 Brzydula (177) serial komediowy
18:55 Brzydula (178) serial komediowy
19:30 Zakochani po uszy (12/120) telenowela
20:00 Kino oldschool: Czas patriotów film sensacyjny, USA 1992
22:25 Kino oldschool: Ucieczka z Nowego Jorku film SF, Wielka Brytania/USA 1981
0:30 Agentka o stu twarzach 2 (17/22) serial
1:30 Agentka o stu twarzach 2 (18/22) serial
2:30 Moc magii interaktywny program rozr.
4:40 Zakończenie programu

TRWAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Polski punkt widzenia
8:35 Słowo życia
8:40 Świadkowie cykl reportaży
9:10 Papież Polak do rodaków
10:00 Informacje dnia
10:15 Myśląc Ojczyzna: Prof. zw. n. med. Krzysztof Bielecki
10:30 Wizyta Ojca Świętego Franciszka w ZEA. Uczyń mnie narzędziem Twojego pokoju
12:03 Informacje dnia
12:20 Teresa: Historia świętej Teresy z Lisieux dramat biograficzny, USA 2004
14:00 Mojżesz – 10 przykazań (108) serial dokumentalny, Włochy 2008
15:20 Wiśnięć w codzienności – św. Joanna Beretta Molla film dok., Włochy 2008
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia
16:10 Jestem mamą magazyn poradnikowy
16:30 Kalejdoskop młodych
16:50 Express studencki
17:00 100 cudownych miejsc na świecie
17:10 Prosto o gospodarce
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Każdy maluch to potrafi
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Prof. Piotr Jaroszyński
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Bieg życia dramat obyczajowy, USA 2013
23:45 Toliara film dokumentalny, Polska 2014

POLSAT

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Telezakupy TV Okazje magazyn rekl.
6:00 Nowy dzień
9:00 Małanowski i partnerzy (620) serial fabularno-dokumentalny
9:30 Małanowski i partnerzy (621) serial fabularno-dokumentalny
10:00 Dzień, który zmienił moje życie (68) serial paradokumentalny
11:00 Dlaczego ja? (831) serial paradok.
12:00 Gliniarze (112) serial paradok.
13:00 Trudne sprawy (778) serial paradok.
14:00 Pierwsza miłość (2815) serial obycz.
14:45 Dlaczego ja? (704) serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 (167) serial paradok.
17:00 Gliniarze (97) serial paradok.
18:00 Pierwsza miłość (2816) serial obycz.
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (379) serial
20:05 Geneza planety matp film SF, USA 2011
22:25 Ślad (18) serial kryminalny
23:35 Ulice we krwi film sensacyjny, USA 2009
1:35 Drużyna A komedia sens., USA 2010
4:15 Tajemnice losu program rozrywkowy

Przyjdź do najbliższej placówki lub wejdź na
www.kasastefczyka.pl i dowiedz się więcej!

KASA STEFCZYKA

Zawsze u siebie

kasastefczyka.pl

(koszt połączenia wg taryfy operatora) 801 600 100

Szczegółowe warunki udziału w promocji „Senior z wpływem” określa jej regulamin dostępny w placówkach oraz na stronie www.kasastefczyka.pl. Promocja „Senior z wpływem” trwa od 1.10.2018 r. do 30.04.2019 r.

ŚRODA

6 LUTEGO

TVP 1

5:00 Telezakupy
5:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
6:15 Wieczna miłość (109) telenowela
7:00 Elif (418) serial obyczajowy
8:00 Wiadomości
8:15 Kwadrans polityczny
8:40 Blondynka (10) serial obyczajowy
9:35 Komisarz Alex 5 (62) serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz 2 (26) serial kryminalny
11:30 Korona królów (169) telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:35 Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie extra magazyn
13:00 Natura w Jedynce: Wypisy Chatham (3) serial dok.
14:00 Elif (419) serial obyczajowy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! magazyn interwencyjny
15:35 Leśniczówka (85) telenowela
16:05 Wieczna miłość (110) telenowela
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:00 Klan (3425) telenowela
18:30 Korona królów (170) telenowela hist.
18:55 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:30 Leśniczówka (86) telenowela
21:00 Uwłężeni w raju film przygodowy, Niemcy 2016
22:40 Na własne oczy: Nasza królowa Elżbieta (2-ost.) film dokumentalny, Wielka Brytania 2013
23:45 Bez tożsamości 2 (15) serial kryminalny
0:35 Warto rozmawiać talk-show
1:35 Weterani. Wyrwani śmierci 2 serial dokumentalny
2:05 wojsko-polskie.pl (24) cykl reportaży
2:35 Żyje się tylko dwa razy film sensacyjny, Wielka Brytania 1967
4:35 Warszawa 1935. Wola film krótkometrażowy, Polska 2016
4:50 Zakończenie programu

tvn

5:10 Uwaga! magazyn reporterów
5:35 Mango telezakupy
6:50 Kuchenne rewolucje: Dzikie Młyny, Warszawa (1/8) program rozrywkowy
7:50 Doradca smaku (22)
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Ukryta prawda (652) serial paradokumentały
12:00 Szpital (494) serial paradokumentały
13:00 Szkoła (395) serial paradokumentały
14:00 Zakochani po uszy (12/120) telenowela
14:30 Kuchenne rewolucje: Paradis, Puck (10) program rozrywkowy
15:30 Szkoła (396) serial paradokumentały
16:30 Szpital (495) serial paradokumentały
17:30 Ukryta prawda (653) serial paradokumentały
18:30 Zakochani po uszy (13/120) telenowela
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku (23)
20:15 Na Wspólnej (2821) serial obyczajowy
20:55 Milionerzy (143) teleturniej
21:35 Szeregowiec Ryan dramat wojenny, USA 1998
1:00 American Horror Story (1/12) serial grozy
2:10 Uwaga! magazyn reporterów
2:35 Moc magii interaktywny program rozrywkowy

TVP 2

5:20 Koto fortuny (170) teleturniej
6:00 M jak miłość (1418) serial obyczajowy
6:55 Pozyteczni.pl magazyn
7:20 Na sygnale: Małżeństwo doskonałe (212) serial fabularno-dokumentalny
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:35 Pogoda
8:40 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Panorama
8:50 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Panorama
11:05 Pogoda
11:10 Pytanie na śniadanie magazyn
11:25 Rodzinka.pl: Nareszcie sami (106) serial komediowy
11:55 Barwy szczęścia (1995) serial obycz.
12:30 Koto fortuny (171) teleturniej
13:15 Miłostne potyczki (17) serial obyczajowy
14:10 M jak miłość (1418) serial obyczajowy
15:10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (27) serial obyczajowy
16:00 Koto fortuny (413) teleturniej
16:35 Familiada teleturniej
17:10 Łzy Cennet (108/151) serial obyczajowy
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:40 Lekkoatletyka: Orlen Copernicus Cup Toruń 2019 lekkoatletyka
19:55 Lekkoatletyka: Orlen Copernicus Cup Toruń 2019 studio
20:10 Barwy szczęścia (1996) serial obycz.
20:40 Kulisy seriali «Na dobre i na złe» i «Na sygnale» (34)
20:55 Na dobre i na złe: Męski problem (730) serial obyczajowy
21:55 Na sygnale: Pomóżcie jej (218) serial fabularno-dokumentalny
22:35 Kino relaks: Wymarzona dziewczyna komedia, USA 2015
0:05 Za marzenia (7/13) serial obyczajowy
0:55 Za marzenia (8/13) serial obyczajowy
1:55 Świat bez tajemnic: Erdogan, studium żądzy władzy film dokumentalny, Francja 2016
3:00 Codzienna 2 m. 3 (42/71) serial kom.
3:30 Codzienna 2 m. 3 (43/71) serial kom.
4:00 Zakończenie programu

tvn

4:45 Ukryta prawda: Wokół pieniędzy (470) serial paradokumentały
5:50 Sąd rodzinny: Klimakterium mamy (6/52) serial fabularno-dokumentalny
6:50 Szpital (204) serial paradokumentały
7:50 Przyjaciele (9/25) serial komediowy
8:20 Przyjaciele (10/25) serial komediowy
8:50 Gotowe na wszystko 2 (20/24) serial obyczajowy
9:45 Zakochani po uszy (12/120) telenowela
10:15 Mango telezakupy
11:55 19+ (13/38) serial paradokumentały
12:25 Ukryta prawda: Zdrowy tryb życia (268) serial paradokumentały
13:25 Sąd rodzinny: Ślady przemocy (7/52) serial fabularno-dokumentalny
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska: Utracone dziecko (43) serial fabularno-dokumentalny
15:25 Szpital (205) serial paradokumentały
16:25 Gotowe na wszystko 2 (21/24) serial obyczajowy
17:25 Przyjaciele (11/25) serial komediowy
17:55 Przyjaciele (12/25) serial komediowy
18:25 Brzydula (179) serial komediowy
18:55 Brzydula (180) serial komediowy
19:30 Zakochani po uszy (13/120) telenowela
20:00 Dobre kino: Ramie za milion dolarów dramat obyczajowy, USA 2014
22:40 Co z oczu, to z serca komedia kryminalna, USA 1998
1:15 Moc magii interaktywny program rozrywkowy
3:25 Druga strona medalu (2/7) talk-show
3:55 Druga strona medalu (7) talk-show
4:40 Zakończenie programu

TRAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Polski punkt widzenia
8:40 Słowo życia
8:45 Każdy maluch to potrafi
9:00 Kalejdoskop młodych
9:20 Express studencki
9:25 Sanktuaria polskie
9:45 Święty na każdy dzień
9:50 100 cudownych miejsc na świecie
10:00 Audycja generalna Ojca Świętego Franciszka
11:00 Podróż po południowym Pacyfiku: Świat na wyciągnięcie ręki: serial dokumentalny
11:25 Myśląc Ojczyzna
11:40 Prosto o gospodarce
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Trinity Goodheart dramat obyczajowy, USA 2011
13:40 Beta film dokumentalny, Polska 2014
14:00 Bieg życia dramat obyczajowy, USA 2013
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia
16:10 Na zdrowie magazyn
16:30 Domek nr 6 film obyczajowy, USA 2005
17:00 Po stronie prawdy
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Przygody Monster Trucków: Wróć do nas (26) serial animowany
19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Stanisław Michalkiewicz
21:00 Apł Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Odkupienie western, USA 2014
23:40 Procesja dziejów

tvn

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Telezakupy TV Okazje magazyn rekl.
6:00 Nowy dzień
9:00 Małanowski i partnerzy (622) serial fabularno-dokumentalny
9:30 Małanowski i partnerzy (623) serial fabularno-dokumentalny
10:00 Dzień, który zmienił moje życie (69) serial paradokumentały
11:00 Dlaczego ja? (832) serial paradok.
12:00 Gliniarze (113) serial paradok.
13:00 Trudne sprawy (779) serial paradok.
14:00 Pierwsza miłość (2816) serial obyczajowy
14:45 Dlaczego ja? (705) serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 (168) serial paradok.
17:00 Gliniarze (98) serial paradokumentały
18:00 Pierwsza miłość (2817) serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (380) serial komediowy
20:00 Świat według Kiepskich (255) serial komediowy
20:40 Drużyna A komedia sensacyjna, USA 2010
23:05 Ślad (19) serial kryminalny
0:05 Wykapy ojców komedia, USA 2013
2:15 Ślad, milioner z ulicy komediodramat, Francja/Wielka Brytania/USA 2008

CZWARTEK

TVP 1

5:00 Telezakupy
5:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
6:15 Wieczna miłość (110) telenowela
7:05 Elif (419) serial obyczajowy
8:00 Wiadomości
8:10 Pogoda
8:15 Kwadrans polityczny
8:40 Blondynka (11) serial obyczajowy
9:40 Komisarz Alex 5 (63) serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz 2 (27) serial kryminalny
11:30 Korona królów (170) telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:35 Agropogoda
12:40 Bo ja wybieram zdrowie magazyn
13:00 Natura w Jedynce: U wybrzeży Nowej Zelandii 2: Wyspa White (4) serial dok.
14:00 Elif (420) serial obyczajowy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! magazyn interwencyjny
15:35 Leśniczówka (86) telenowela
16:05 Wieczna miłość (111) telenowela
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:00 Klan (3426) telenowela
18:30 Korona królów (171) telenowela hist.
18:55 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:35 Ojciec Mateusz 17: Wybór (217) serial kryminalny
21:30 Sprawa dla reportera magazyn interwencyjny
22:20 Magazyn śledczy Anity Gargas (101)
22:55 Magazyn kryminalny 997
23:50 Ocaleni reality show
0:55 Tanie dranie – Moroz i Kłopotowski komentują świat talk-show
1:35 Bez tożsamości 2 (15) serial kryminalny
2:25 Kompania X 3 (1/10) serial wojenny
3:20 Sprawa dla reportera magazyn interw.
4:20 Magazyn śledczy Anity Gargas (101) magazyn
4:45 Zakończenie programu

tvn

5:10 Uwaga! magazyn reporterów
5:35 Mango telezakupy
6:50 Kuchenne rewolucje: Panorama, Gdańsk (2) program rozrywkowy
7:50 Doradca smaku (23)
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Ukryta prawda (653) serial paradokumentały
12:00 Szpital (495) serial paradokumentały
13:00 Szkoła (396) serial paradokumentały
14:30 Kuchenne rewolucje: Restauracja Feniks, Kobiór (11) program rozrywkowy
15:30 Szkoła (397) serial paradokumentały
16:30 Szpital (496) serial paradokumentały
17:30 Ukryta prawda (654) serial paradokumentały
18:30 Zakochani po uszy (14/120) telenowela
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku (24)
20:15 Na Wspólnej (2822) serial obyczajowy
20:55 Milionerzy (144) teleturniej
21:30 Kuchenne rewolucje: Esencja i Smak, Pszów (13) program rozrywkowy
22:30 Nieoczekiwana zmiana miejsc komedia, USA 1983
1:00 MasterChef (13) program rozrywkowy
2:30 Uwaga! magazyn reporterów
2:50 Moc magii interaktywny program rozrywkowy

TVP 2

5:15 Koto fortuny (172) teleturniej
5:55 Na dobre i na złe: Męski problem (730) serial obyczajowy
6:50 Operacja zdrowie! (16) magazyn
7:20 Na sygnale: Trauma (213) serial fabularno-dokumentalny
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:35 Pogoda
8:40 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Panorama
8:50 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Panorama
11:05 Pogoda
11:10 Pytanie na śniadanie magazyn
11:25 Rodzinka.pl: Wyciągi (107) serial komediowy
11:55 Barwy szczęścia (1996) serial obycz.
12:30 Koto fortuny (173) teleturniej
13:15 Miłostne potyczki (18) serial obyczajowy
14:10 Na dobre i na złe: Męski problem (730) serial obyczajowy
15:10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział: Nowe porządki (27) serial obyczajowy
16:00 Koto fortuny (414) teleturniej
16:35 Familiada teleturniej
17:15 Łzy Cennet (109/151) serial obyczajowy
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Rodzinka.pl: Ferie w domu (1) serial komediowy
19:05 Na sygnale: Pozory mylą (43) serial fabularno-dokumentalny
19:35 Barwy szczęścia (1996) serial obycz.
20:10 Barwy szczęścia (1997) serial obycz.
20:45 The Good Doctor 2 (26) serial obycz.
21:40 Księżyc i Valentino film obyczajowy, Wielka Brytania/USA 1995
23:25 Na sygnale: Pomóżcie jej (218) serial fabularno-dokumentalny
23:55 Wasza wysokość komedia przygodowa, USA 2011
1:50 Szpieg D-83 (4/8) serial obyczajowy
2:50 Art Noc: Znamy się (nie) tylko z widzenia – jubileusz zespołu Trubadurzy widowisko
4:10 Zakończenie programu

tvn

4:45 Ukryta prawda: Ortoresksja (471) serial paradokumentały
5:50 Sąd rodzinny: Ślady przemocy (7/52) serial fabularno-dokumentalny
6:50 Szpital (205) serial paradokumentały
7:50 Przyjaciele (11/25) serial komediowy
8:20 Przyjaciele (12/25) serial komediowy
8:50 Gotowe na wszystko 2 (21/24) serial obyczajowy
9:45 Zakochani po uszy (13/120) telenowela
10:15 Mango telezakupy
11:55 19+ (14/38) serial paradokumentały
12:25 Ukryta prawda: Jedno serce (269) serial paradokumentały
13:25 Sąd rodzinny: Decyzja z miłości (8/52) serial fabularno-dokumentalny
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska: Tłusty spadek (44) serial fabularno-dokumentalny
15:25 Szpital (206) serial paradokumentały
16:25 Gotowe na wszystko 2 (22/24) serial obyczajowy
17:25 Przyjaciele (13/25) serial komediowy
17:55 Przyjaciele (14/25) serial komediowy
18:25 Brzydula (181) serial komediowy
18:55 Brzydula (182) serial komediowy
19:30 Zakochani po uszy (14/120) telenowela
20:00 Komediowy czwartek: Jak przeżyć święta komedia romantyczna, USA 2004
0:30 Oszuści 2 (6/10) serial obyczajowy
1:30 Moc magii interaktywny program rozrywkowy
3:45 Druga strona medalu (5/7) talk-show
4:40 Zakończenie programu

7 LUTEGO

TRAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Polski punkt widzenia
8:40 Słowo życia
8:45 Przygody Monster Trucków: Wróć do nas (26) serial animowany
9:00 Na zdrowie
9:25 Święty na każdy dzień
9:30 Wbrew wszelkim przeciwnościom: Cud w Michmas (2) serial dokumentalny
10:00 Informacje dnia
10:15 Rozmowy niedokończone
11:25 Myśląc Ojczyzna: Stanisław Michalkiewicz
11:35 Przyroda i ludzie: Nad toruńską starówką
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Po stronie prawdy
13:20 Śladami medycyny bonifratrów (3) serial dokumentalny
14:10 Odkupienie western, USA 2014
15:45 Przegląd tygodnika rodzin katolickich «Zróżdo»
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia
16:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
16:35 Porady medyczne bonifratrów
17:00 Modlitwa w intencji rodzin i obrony życia poczętego w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu
19:25 Przegląd katolickiego tygodnika «Niedziela»
19:30 Jezus. Królestwo bez granic: Jan Chrzcziciel serial animowany
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Głos Polski: Antoni Macierewicz
21:00 Apł Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Ziemia Święta – ziemia bez chrześcijan
22:30 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
23:00 Sanktuarium Matki Ubogich w Banneux film dokumentalny, Francja 2013
23:55 Izba Pamięci Pułkownika Kuklińskiego

tvn

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Telezakupy TV Okazje magazyn reklamowy
6:00 Nowy dzień
9:00 Małanowski i partnerzy (624) serial fabularno-dokumentalny
9:30 Małanowski i partnerzy (625) serial fabularno-dokumentalny
10:00 Dzień, który zmienił moje życie (70) serial paradokumentały
11:00 Dlaczego ja? (833) serial paradok.
12:00 Gliniarze (114) serial paradok.
13:00 Trudne sprawy (780) serial paradok.
14:00 Pierwsza miłość (2817) serial obyczajowy
14:45 Dlaczego ja? (706) serial paradok.
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 (169) serial paradok.
17:00 Gliniarze (99) serial paradok.
18:00 Pierwsza miłość (2818) serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (381) serial komediowy
20:10 Stumdog, milioner z ulicy komediodramat, Francja/Wielka Brytania/USA 2008
22:35 Ślad (20) serial kryminalny
23:45 Panaceum thriller, USA 2013
2:00 Chirurgi (135) serial obyczajowy
3:00 Chirurgi (136) serial obyczajowy
4:00 Tajemnice losu program rozrywkowy

Prawdziwych przyjaciół poznaje się w biedzie

Nic tak w życiu się nie przydaje jak dobrzy przyjaciele. Takich na pewno ma Zbyszek Baran. Przybliżyliśmy już Państwu postać tego człowieka, któremu nawet poważny uraz nie stanął na drodze do ukończenia studiów i bycia czynnym sportowcem. Dopiero po 27 latach od wypadku zdecydował się na podjęcie współpracy z Fundacją Avalon, wspomagającą niepełnosprawnych.

BIAŁA PODLASKA

Zbyszek Baran dopiero po 27 latach od wypadku zdecydował się na podjęcie współpracy z Fundacją Avalon, wspomagającą niepełnosprawnych

Przerwana kariera

Zbyszek Baran, wychowanek klubu Sprint Bielsko-Biała, w 1988 r. rozpoczął studia na białskiej uczelni sportowej, a swoją karierę związał z AZS AWF. Był brązowym medalistą halowych mistrzostw Polski juniorów w biegu na 1000 m, srebrnym medalistą akademickich mistrzostw Polski w biegu na 800 m, finalistą Olympic Hopes (mistrzostwa juniorów krajów socjalistycznych)...

– Niestety, wypadek samochodowy, jaki

na dystansie 100 m stylem klasycznym. Przez kilka następnych lat startowałem w mistrzostwach Polski, zawsze przytulając jakiś medalik, by w końcu w 2001 roku zwyciężyć na 100 m klasykiem – wspomina nasz bohater.

Od 1996 roku zaczął ścigać się na trzech kołach. Wielokrotnie był mistrzem Polski, trzy razy z rzędu wygrał prestiżowy Supermaraton Calisia (100 km), wiele razy zwyciężał lub zajmował czołowe miejsca w „zwykłych” maratonach, m.in. w Gdańsku, Toruniu, Wrocławiu, Krakowie. Startował w mistrzostwach naszego kontynentu i świata. Od kilkunastu lat ściga się na rowerze ręcznym tzw. handbikes. Ma na swoim koncie sześć medali mistrzostw Polski. Był również trenerem Kadry Polski wózków, jeden z jego podopiecznych zdobył

ści nie popadł w apatię, nie poddał się: skończył studia, trenował, brał udział w zawodach, gdy był trochę młodszy zdobywał medale Mistrzostw Polski, brał udział w mistrzostwach Europy i świata. Jednak te wszystkie osiągnięcia nie pozwoliły mu zabezpieczyć się finansowo. Pieniądze, jakie dostaje z renty i pracy zawodowej, pozwalają mu tylko na sfinansowanie bieżących wydatków.

– W ubiegłym roku po raz pierwszy pomagaliśmy Zbyszkowi poprzez przekazywanie 1% podatku oraz zbieranie darowizn. W sumie na jego konto wpłynęło ok. 8 tysięcy złotych. Zbyszek był bardzo wdzięczny i mówił, że nie spodziewał się tak dużej sumy – wspomina Rafał.

Zbyszkowi bardzo potrzebny jest nowy wyczynowy wózek i samochód (obecnie jeździ osiemnastoletnią Skodą). Jego przyjaciele chcą akcję wspomożenia go powtórzyć także w tym roku.

– Koszt wózka sportowego dla Zbyszka zrobionego na wymiar to ok. 35000 zł (ceny są od ok. 20000 do nawet 70000 zł) a koszt samochodu 5 – 8 letniego to też ok. 30000 zł – plus wydatek na dostosowanie dla prowadzącego tylko rękami). Dofinansowanie jakie może uzyskać z urzędów państwowych to ok. 7000 zł na wózek i ok. 2000 zł na przerobienie samochodu – informuje Dariusz Trębicki, kolega Zbyszka i jeden z aktywistów Klubu Biegacza „Biała Biega”. – My jego koledzy i przyjaciele wesprzemy go na pewno, jeśli ktoś jeszcze chciałby do nas dołączyć – serdecznie zapraszamy. Zbyszek swoją postawą zasłużył sobie na wsparcie – dodaje Dariusz.

PIOTR FRANKOWSKI

Zbliża się termin rozliczenia z fiskusem. Wypełniając PIT możesz przekazać 1% podatku na rzecz potrzebujących lub wspierających ich organizacji.

miałem podczas powrotu z Grand Prix PZLA w Białymstoku, okazał się dla mnie tragiczny w skutkach: uraz kręgosłupa i wózek do końca życia – taki zapadł wyrok – wspomina Zbyszek.

Twardy góral

Mimo długiej rekonwalescencji i przykucia do wózka Zbyszek ukończył AWF. Cały czas był także czynnym sportowcem. Zaczęło się od pływania.

– Po roku intensywnych treningów pływackich zdobyłem brązowy medal mistrzostw Polski niepełnosprawnych

nawet medal na Igrzyskach Paraolimpijskich.

Wsparcie przyjaciół

Z okresu studiów i startów w barwach AZS AWF pozostali mu w Białej Podlaskiej wierni przyjaciele. – Zbyszka poznałem, gdy rozpoczął studia w Białej w 1998 r. Ja byłem jeszcze w maturalnej klasie ogólniaka ale razem trenowaliśmy lekką atletykę w AZS-ie – wspomina Rafał Frończuk, obecnie nauczyciel i trener lekkoatletyki. – Bardzo go podziwiam, że mimo niepełnosprawno-



Mimo długiej rekonwalescencji i przykucia do wózka Zbyszek ukończył AWF i był także czynnym sportowcem



FORMY POMOCY:

1. Przekazując 1% podatku. Wypełniając PIT wpisz numer KRS: 0000270809 cel szczegółowy: Baran, 8304
2. Przekazując darowiznę na Fundację AVALON nr konta: 62 1600 1286 0003 0031 8642 6001 w tytule wpisz: Baran, 8304

Za rok srebrny jubileusz

Aż trudno uwierzyć, że obecny Międzynarodowy Festiwal Kolęd Wschodniosłowiańskich zaczynał w 1996 r. jako Przegląd Chórów Kolędniczych i był inicjatywą dwóch ludzi: księdza Aleksego Andrejuka, ówczesnego proboszcza parafii prawosławnej w Terespolu i Krzysztofa Króla, dyrektora Miejskiego Ośrodka Kultury.

TERESPOL

W ostatni weekend stycznia odbył się w terespolskim Miejskim Ośrodku Kultury XXIV Międzynarodowy Festiwal Kolęd Wschodniosłowiańskich.

Wykonawców oraz licznie zebraną publiczność przywitali m.in. ordynariusz Prawosławnej Diecezji Lubelsko-Chełmskiej Arcybiskup Abel, senator Grzegorz Bierecki, poseł Marcin Duszek, wicewojewoda lubelski Robert

Gmitruczuk oraz wicemarszałek województwa lubelskiego Dariusz Stefaniuk.

Do udziału w tegorocznej imprezie zgłosiło się 56 chórów i zespołów. Wystąpiło – 27. W sobotę oprócz chórów parafialnych z Polski, Ukrainy, Białorusi i Rosji zaprezentowały się m.in. Iwowski Kameralny Chór Żeński Państwowej Szkoły Muzycznej Barvy, moskiewski Zespół Folklorystyczny Rosyjskiego Instytutu Dziedzictwa Kamyszhinka oraz

Zespół Folklorystyczny Białoruskiego Państwowego Uniwersytetu Kultury i Sztuki Valachobniki z Mińska, w niedzielę zaś – warszawski Męski Chór Wojskowy Stratos, miński Żeński Zespół Wokalny Voce Dle Cuare Białoruskiej Państwowej Akademii Muzycznej oraz Chór Duchowieństwa Prawosławnej Diecezji Brzeskiej.

Festiwalowi towarzyszyła wystawa „Śladami Wschodniosłowiańskiej Tradycji” będąca częścią projektu „Wschod-



Do udziału w Festiwalu zgłosiła się rekordowa liczba pięćdziesięciu sześciu chórów i zespołów, występowali dwadzieścia siedem z nich

niosłowiańskie dziedzictwo kulturowe – konserwacja, renowacja i digitalizacja drewnianych cerkwi i ich wyposażenia w Małopolsce, na Podkarpaciu, Lubelszczyźnie i Podlasiu”. W ramach

tego projektu Prawosławna Diecezja Lubelsko-Chełmska remontuje 19 cerkwi w czterech województwach. Publiczność miała także okazję zobaczyć wystawę szopek i gwiazd kolędniczych.

Emerytury matczyne, czyli ostatnie zobowiązanie z tzw. piątki Morawieckiego

Rząd przyjął projekt „Mama 4 plus” dotyczący emerytur dla matek, które wychowały co najmniej 4 dzieci. To ostatnie zobowiązanie z tzw. Piątki Morawieckiego. – Postaramy się, żeby matczyzna emerytura obowiązywała jak najszybciej – zadeklarował Mateusz Morawiecki we wtorek 22 stycznia br. – Dzisiaj datą taką, której postaramy się naprawdę nie przekroczyć, jest 1 marca, a więc już wkrótce – podkreślił.

GOSPODARKA

Emerytura będzie wypłacana matkom, które urodziły i wychowały (bądź wychowały), co najmniej 4 dzieci i nabyły prawo do emerytury, lub też ich emerytura wypłacana przez organ emerytalny jest niższa od najniższej emerytury (wówczas będzie następowało wyrównanie do najniższego świadczenia emerytalnego w tym roku to kwota 1,1 tys. zł brutto).

Świadczenie będzie przysługiwało także ojcu, który wychował, co najmniej czworo dzieci – w przypadku śmierci matki albo porzucenia dzieci przez matkę.

Emerytury matczyne będą wypłacane kobietom po ukończeniu 60 roku życia (mężczyznom po ukończeniu 65 roku życia) i według szacunków resortu rodziny, pracy i polityki społecznej, będzie je otrzymywało około 80 tysięcy osób, a na ten cel w tegorocznym budżecie rząd zarezerwował kwotę 801,3 mln zł.

Przypomnijmy, że pozostałe zobowiązania z tzw. piątki Morawieckiego, to program Dobry start, czyli wyprawka szkolna dla uczniów, obniżka podatku CIT do 9 proc., ustawa mała firma – mały ZUS i fundusz modernizacji dróg lokalnych.

ZUS, i fundusz modernizacji dróg lokalnych. Te 4 zobowiązania są już realizowane.

Dobry start

Wyprawka szkolna została wypłacona we wrześniu, październiku i listopadzie poprzedniego roku, skorzystało z niego aż 4,6 mln uczniów, (ponieważ program nie zawierał kryteriów dochodowych),

to kwota 5250 zł, a więc wartość rocznych obrotów firmy nie mogła przekroczyć w całym 2018 roku 63 tysiące złotych).

Wysokość obciążenia składką ZUS nie będzie jednakowa dla wszystkich małych przedsiębiorców, np. najniższe obciążenie składką będzie dotyczyło tych, których przychody nie średnio miesięcznie wyniosą ok. 2100 zł i będą

przez okres 5 lat.

Obniżka podatku CIT do 9 proc.

Razem z tzw. małym ZUS-em od 1 stycznia weszła w życie także ustawa obniżająca stawki podatku dochodowego od osób prawnych (CIT), tym razem z 15 proc. do 9 proc., co obejmie około 430 tysięcy firm ze wszystkich 460 tysięcy, których dotyczy ten podatek.

W następnym roku tych środków będzie ponad 6 mld zł, co więcej jak podał resort infrastruktury w latach 2019-2028, a więc w ciągu 10 najbliższych lat fundusz przeznaczony na finansowanie dróg lokalnych przynajmniej 36 mld zł. Niezwykle ważne są także zmiany w sposobie wspierania samorządów, jeżeli chodzi o współfinansowanie dróg lokalnych, w tym podniesienie po-

Pozostałe zobowiązania z tzw. piątki Morawieckiego, to program Dobry start, czyli wyprawka szkolna dla uczniów, obniżka podatku CIT do 9 proc., ustawa mała firma – mały ZUS i fundusz modernizacji dróg lokalnych.

a na jego realizację przeznaczono około 1,4 mld zł (podobna kwota została zarezerwowana na rok 2019).

Mała firma – mały ZUS

Przypomnijmy, że z tzw. ustawy „mała firma-mały ZUS”, będą mogli skorzystać przedsiębiorcy prowadzący jednoosobową działalność gospodarczą, których średnie miesięczne obroty w poprzednim roku podatkowym nie przekroczyły 2,5-krotności najniższego wynagrodzenia w gospodarce (w roku 2018 jest

dzie ono wynosiło około 660 zł, (czyli niewiele ponad 50 proc. wysokości dotychczasowej składki, która w 2018 wynosi 1236 zł).

Później to obciążenie będzie rosło wraz ze wzrostem obrotów, ale mimo tego wzrostu będzie wyraźnie niższe niż pełna składka ZUS-owska, przy czym rozwiązanie to będzie dotyczyć każdego przedsiębiorcy przez 36 miesięcy, przy czym cały okres, podczas którego przedsiębiorca, będzie mógł korzystać z obniżonej składki, będzie mógł trwać

Fundusz Dróg Samorządowych

Środki zgromadzone w Funduszu już w 2019 roku sięgną kwoty 6,1 mld zł, co oznacza, że będą one blisko 6-krotnie większe niż średnio do tej pory przeznaczane corocznie na współfinansowanie budowy i modernizacji dróg lokalnych.

Przypomnijmy, że koalicja PO-PSL przeznaczała rocznie na dofinansowanie dróg lokalnych kwotę od 0,5 do 0,8 mld zł rocznie, przez 8 lat jej rządów na ten cel przeznaczono łącznie 5,2 mld zł.

ziomu tego finansowania do 80 proc. całości kosztów (do tej pory maksymalnie 50 proc.).

Bardzo korzystnym rozwiązaniem dla samorządów jest fakt, że Fundusz będzie współfinansował budowę i modernizację dróg lokalnych wychodząc poza rok budżetowy (a więc będą mogły być realizowane inwestycje wieloletnie), ponieważ do tej pory inwestycje drogowe trzeba było zrealizować i rozliczyć do końca grudnia.

ZBIGNIEW KUŹMIUK/WPOLITYCE.PL



JANUSZ SZEWCZAK
Posel PiS

ZIELONA WYSPA CZY RUCHOME PIASKI

Świat zwariował, czy tylko ludziom w głowach pomieszano

i żyrafy, w północno-wschodniej Rosji – 50 stopni. Francuska klasa pracująca „Stan Trzeci” czy tzw. żółte kamizelki już 10 tygodni walczą ze swymi politycznymi elitami, a zwłaszcza z prezydentem Emmanuelem Macronem, który miał usta pełne frazesów o demokracji, tolerancji i praworządności, ale dla Polaków. Francuska policja za brutalne pałowa-

wybijają dziki w walce z chorobą ASF, ale to w Polsce trwają demonstracje, różne komedianki piszą protest songi w obronie dzików, a pewna znana celebrytka sugeruje, by to ludzie dopasowali się do dzików, a nie odwrotnie. Niemiecka gazeta w Polsce i niemieckie media w Niemczech po tragicznej i dramatycznej śmierci prezydenta Gdań-

tak dociekliwe w przypadku podobnych bestialskich napadów na swym własnym terytorium, jak choćby w sprawie ciężarnej Polki zaatakowanej w szpitalu przez Afgańczyka kilka dni temu. Była prezydent Warszawy HGW zauważyła „złoty” w figurkach z plasteliny, choć wcześniej nie dostrzegła zorganizowanej grupy przestępczej w ratuszu, ani

ciatoroczne „Merry Christmas” i nieustającą walkę z chrześcijaństwem, we Włoszech każdy kto nie pracuje będzie mógł dostać od państwa tzw. dochód podstawowy w wysokości 780 euro (ok. 3300 zł), u nas opozycja nadal nie może darować i zaakceptować 500 zł na dziecko w biednej rodzinie. Wszystko się wszystkim pomieszało, tylko czy to świat zwariował czy ludzie stali się wyczuci z wszelkich wartości i zasad? Niestety, z kompletnych durniów, politycznych oszustów czy medialnych celebrytów i złotoustych idiotek uczyniono wyrocznie. Współczesny esta-

Wszystko się pokręciło, absurd, kłamstwo, niegodziwość, a nawet zwykły kretynizm triumfuje. Nie tylko u nas nad Wisłą, ale na całym świecie białe staje się czarne, strata jest zyskiem, z głupoty uczyniono cnotę, z łotrów robi się świętych, z notorycznych kłamców autorytety i wzór do naśladowania dla młodych.

nie demonstrantów dostaje finansowe premie, ale to Polska jest oskarżana o faszyzm i łamanie praworządności. Bilans ofiar protestów we Francji to już ponad 200 zabitych, 8 tysięcy rannych i 10 tysięcy zatrzymanych, ale wice-szef KE Frans Timmermans nie widzi problemu. Francja i Niemcy masowo

ska rozpętały prawdziwą kampanię nienawiści i oskarżeń, włącznie z tytułem „Nie darujemy Wam tej śmierci” oraz „Prześcieńcie niszczyć nas swoją nienawiścią”, co wydaje się, że pasuje jak ulał, do tego co czynią niemieckie zwłaszcza media wobec polskiego rządu od ponad 3 lat. Nie są niestety

ludzkich dramatów tysięcy Warszawiaków wyrzucanych z własnych domów w ramach tzw. mafijnej reprivatyzacji. Świat zwariował i to wariatwo wydaje się być coraz mniej uleczalne. W wielu miejscach w Afryce gdzie nie ma wody jest internet i transmisja z gali rozdania Oskarów, mamy już praktycznie

blishment coraz bardziej przypomina przypadkową zbieraninę pełną ludzi niegodziwych, złych, nieudaczników, notorycznych kłamców i podżegaczy, ludzi zdeprawizowanych, chciwych, żadnych władzy, bez wizji i pomysłu na lepszą przyszłość własnej wspólnoty i narodu, dalekich od zdrowego rozsądku.

Erofasor UW bez najmniejszej żenady przyrównuje Jerzego Owsiaka do Jezusa Chrystusa, a mowa nienawiści to taka, która się nie podoba totalnej opozycji, kłamstwo zaś to dla wielu tylko inna interpretacja faktów. Dla wielu niestety smartfon i twitter całkowicie zastąpiły umysł i charakter, starannie zaciera się dziś granicę między tym co dobre i tym co złe, między tym co głupie i podłe, a tym co mądre i szlachetne. Coraz częściej stawia się znak równości pomiędzy oprawcą i ofiarą, czyniąc sędziego czy medialnego celebrytę prawdziwym katem, zrównując osąd Boski z oceną złych ludzkich języków. Dobro i godność ludzka, szczerze i prawdziwe słowa, choć nawet surowe, wyszły z mody, ludzkie odruchy zastąpiono wyrokami social-mediów. Dziś powszechnie na świecie wciska się ludziom w ramach nowej religii klimatycznej opinię, że klimat nam się ociepla, tylko gdzie to ocieplenie: USA, Włochy, Niemcy, Austria zasypane śniegiem, śniegi na pustyniach, w Libanie, Maroku, RPA, w Grecji – 15 stopni. mrozu, zima zaskoczyła wielbłądy

AGD

NAPRAWA telewizorów i monitorów, Serwis Elektroniki RTV, ul. Księcia Witolda 19/3 (obok Lidla) Biała Podlaska. Tel. 83 342 32 32, 504 035 771

BUDOWLANE

REMONTY łazienki glazura, terakota, płytki granitowe, dekoracyjne, granitowe, gładzie, płyty gk, panele, malowanie, ogrodzenia, klinkier, pustak hupany. Tel. 507961288

SPRZEDAŻ rusztowań elewacyjnych warszawskich, drabiny dostępne nowe i używane, płyty OSB. www.mekbud.pl Tel. 795-400-522

MATRYMONIALNE

KRZYSZTOF 49 lat, poznam kobietę do związku. Tel. 794740569

DZIEWCZYNA 30 lat szuka mężczyzny do stałego związku, uczciwego, bez nałogów, samodzielnego od 30 do 42 lat, Biała Podlaska i okolice. Tel. 608147444

PIOTREK lat 35 bez wykształcenia po pisze smsy z miłą i sympatyczną. Tel. 572555736

MEBLE

BIURKO meblowe. Tel. 697611976

NIERUCHOMOŚĆ SPRZEDAM

MIESZKANIE 48 m² w Konstancynie. Cena do uzgodnienia. Tel. 796114802

DOM na działce o powierzchni 0,5 ha + staw, kostka. Do częściowego remontu (nadpalone poddasze) cena 199.000 zł. Zdjęcia w Internecie. Tel. 511 218 024

NAUKA

POMAGAM pisać prace. Tel. 506059858

ODZIEŻ

STRÓJ narciarski nowy. Tel. 697611976

PRACA ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIĘ małżeństwo lub mężczyznę do pracy w gospodarstwie rolnym. Tel. 662039370

ROLNICZE

PŁUGI dwójki stan dobry 450 zł. Tel. 503 792 187

KUPIĘ ciągniki rolnicze. Tel. 516748883

KUPIĘ stodołę, może być zawałona. Tel. 503-100-349

SKUP zboża kukurydzy, grochu, łubinu, min 20t. Zapewniam transport. Tel. 504082106

RÓŻNE

NOWY sklep Allure. FIRANY, ZASŁONY, KARNISZE, ROLETY. Strefa niskich cen – szeroki asortyment – JUŻ OTWARTY. Zapraszamy. Biała Podlaska ul. Jatkowa 4. Tel. 601071662

USŁUGI

POŻYCZKI pozabankowe pod grunty rolne i nieruchomości bez Bik, umowa notarialna, RRSO 36% rok, szybko i uczciwie. Tel. 577873616

USŁUGI Transportowe 24/7. Przeprowadzki, wywóz starych mebli itp. Inne usługi w zależności od potrzeb. Tel. 780075921

ZDROWIE

MEDYCYNĄ estetyczną i anti-aging, lek. med. Małgorzata Konon-Kisiel, botox, kw. hialuronowy, peelingsi medyczne, leczenie łysienia i nadmiernej potliwości. Tel. 501620981

ZWIERZĘTA

UBOJNIA kupi bydło pourazowe, leżące, wyrejestrowanie faktura 24 h. Tel. 693606744, 721491540

**TWOJA
REKLAMA**

**w Tygodniku
Podlaskim**

(10 tysięcy nakładu)

tel. 695 353 321

reklama@tygodnikpodlaski.pl

Ogłoszenie drobne w Tygodniku Podlaskim. To proste. Wystarczy wysłać SMS.

Drodzy Czytelnicy! Mogą Państwo szybko i łatwo nadać ogłoszenie drobne, które ukaże się w Tygodniku Podlaskim, największym piśmie południowego Podlasia. Wystarczy wysłać SMS.

1. Co wpisać w SMS-ie?

SMS musi składać się z czterech części: prefiksu, nazwy rubryki, w której umieszczone ma być ogłoszenie, treści ogłoszenia oraz numeru telefonu osoby nadającej ogłoszenie. Prefiks zawsze jest ten sam – tpò. Należy po nim postawić kropkę. Potem trzeba wpisać symbol rubryki, do której ma trafić ogłoszenie, i ponownie postawić kropkę. Teraz wpisujemy treść naszego ogłoszenia i znów stawiamy kropkę. Ostatnią czynnością jest wpisanie własnego numeru telefonu (na niego będą dzwonić ludzie w odpowiedzi na ogłoszenie). Jeśli w SMS-ie nie zostanie wpisany numer osoby nadającej ogłoszenie, w gazecie pojawi się ono z numerem telefonu, z którego została wysłana wiadomość. Po numerze telefonu nie stawiamy już kropki. UWAGA! Nie używamy polskich znaków diakrytycznych, czyli liter ą, ć, ę, ł, ń, ó, ś, ź, ż. Zamiast pisać „łódka” piszemy więc „lodka” itd.

2. Jak umieścić ogłoszenie w odpowiedniej rubryce?

Każda rubryka ogłoszeniowa w gazecie ma swoją nazwę, a do tej z kolei przyporządkowany jest odpowiedni symbol, który trzeba wpisać w SMS-ie. Na przykład: jeśli chcemy, by nasze ogłoszenie zamieszczone zostało w rubryce BUDOWLANE w SMS-ie wpisujemy literę „b”. Jeśli chcemy nadać ogłoszenie motoryzacyjne, wpisujemy litery „mo”. Oto pełen spis nazw rubryk i odpowiadających im symboli, które trzeba wpisać w SMS-ie:

a	– AGD
b	– BUDOWLANE
k	– KSIĄŻKI
ma	– MATRYMONIALNE
me	– MEBLE
mo	– MOTORYZACJA
n	– NAUKA
nk	– NIERUCHOMOŚCI KUPIĘ
nw	– NIERUCHOMOŚCI WYNAJMĘ
ns	– NIERUCHOMOŚCI SPRZEDAM
op	– ODDAM-PRZYJMĘ
o	– ODZIEŻ
pp	– PRACA PODEJMĘ
pz	– PRACA ZATRUDNIĘ
rl	– ROLNICZE
rz	– RÓŻNE
u	– USŁUGI
zd	– ZDROWIE
zw	– ZWIERZĘTA

Przykładowy SMS dotyczący sprzedaży nieruchomości powinien więc wyglądać w następujący sposób:

**tpò.ns. Dom o powierzchni 120 metrow
w centrum Parczewa okazjnie sprzedam.
660125XXX**

3. Pod jaki numer wysłać SMS?

Po wpisaniu zgodnie z opisanymi powyżej zasadami ogłoszenia w treść SMS-a należy wysłać go pod numer 73601. Jeśli wszystko jest w porządku, dostajemy SMS z potwierdzeniem przyjęcia ogłoszenia. Oznacza to, że ukaże się ono w gazecie. Jeśli SMS z ogłoszeniem wpisany został w nieodpowiedni sposób (na przykład brakowało prefiksu), również dostaniemy SMS z informacją o błędzie. Takie ogłoszenie nie zostanie opublikowane.

4. Kiedy ukaże się moje ogłoszenie?

Ogłoszenia przesłane do wtorku do godziny 16 zostaną opublikowane w najbliższym numerze Tygodnika Podlaskiego, a więc w piątek. Jeśli wyślemy SMS po tym terminie (na przykład we środę), ogłoszenie ukaże się w następnym wydaniu.

5. Ile to kosztuje?

Wysłanie SMS-a o długości do 160 znaków kosztuje 3,69 zł (3 złote plus 23 procent VAT). W liczbę 160 znaków wliczają się znaki użyte do wpisania prefiksu, nazwy rubryki, treści anonsu i numeru telefonu, a także kropki i spacje (przerwy między wyrazami).

I Memoriał im. Janusza Daniluka oraz Artura Osypiuka

TENIS STOŁOWY

W minioną niedzielę pod patronatem Marszałka Województwa Lubelskiego rozegrano w Białej Podlaskiej I Memoriał im. Janusza Daniluka oraz Artura Osypiuka.

W hali AWF spotkało się 15 zespołów, spośród których najlepszym okazał się KIKS Biała Podlaska. Białczanie w finale pokonali TOP Mar 1:0, na miejscu trzecim uplasowały się Orleńskie Radzyńskie Podlaskie, a na czwartym – Lutnia Piszczac.



Mamy nadzieję, że Memoriał będzie kontynuowany i w latach następnych – mówili senator Grzegorz Bierecki, wicemarszałek Dariusz Stefaniuk, Mateusz Połynka, organizator piłkarskich zmagani i zawodnicy



Porażka na inaugurację

PIŁKA RĘCZNA

Od przegranej rozpoczęli rundę rewanżową piłkarze ręczni AZS AWF Biała Podlaska, którzy ulegli w Przemyślu miejscowemu Czuwajowi 31:37. W kolejnym spotkaniu akademicy podejmą 9 lutego Uniwersytet Radom.

W najbliższy weekend nie zostanie rozegrana ligowa kolejka, ale kibiców piłki ręcznej w grodzie nad Krzną czeka nie lada gratka. Od piątku do niedzieli w hali przy ul. Sportowej odbędzie się 1/16 Mistrzostw Polski Juniorów w Piłce Ręcznej. Terminarz 1/16 mp juniorów: Piątek, godz. 16. TS Siemiatycze – UKS Juwenia Rzeszów, godz. 17.15 – oficjalne otwarcie, godz. 18 UKS Olimpia Biała Podlaska – SKS Kusy Kraków. Sobota, godz. 10 SKS Kusy Kraków – TS Siemiatycze, godz. 12 UKS Olimpia Biała Podlaska – UKS Juwenia Rzeszów. Niedziela, godz. 10 UKS Juwenia Rzeszów – SKS Kusy Kraków, godz. 12 UKS

Olimpia Biała Podlaska – TS Siemiatycze, godz. 14 – oficjalne zakończenie imprezy.

12. kolejka

Końskie – KSZO 30:21
Uniwersytet – Tarnów 23:34
Czuwaj – AZS AWF 37:31
Chrzanów – Radzymin 28:22
AZS UW – Padwa 22:25

I LIGA GRUPA C

1. Tarnów	12	33	414:327
2. Czuwaj	12	30	418:351
3. AZS AWF	12	27	385:321
4. Chrzanów	12	24	350:319
5. Padwa (b)	12	20	323:344
6. Legionowo (s)	11	18	310:301
7. Końskie	12	18	360:336
8. AZS UW	12	12	303:338
9. Orlen II	11	12	298:330
10. KSZO	12	9	314:383
11. Uniwersytet	12	6	282:328
12. Radzymin (b)	12	4	294:373

Czuwaj Przemyśl – AZS AWF Biała Podlaska

37:31 (14:15)

AZS AWF: Adamiuk, Kozłowski, Sętowski – Urbaniak 1, Ziółkowski 1, Wołyncew 4, Stefaniec 5, Matecki, Kruczkow 6, Bekisz 10, Banaś 4

W DERBOWYM SPARINGU LEPSZE PODLASIE

PIŁKA NOŻNA

W Białej Podlaskiej miejscowe Podlasie pokonało Orleńskie Radzyńskie Podlaskie 3:1. Z dwóch radzyńskich testowanych w siedleckiej Pogoni wrócił Bartosz Ciborowski. Nic nie zapowiada, by do zespołu doszedł ktoś jeszcze. Trener Rafał Borysiuk ma problem z kontuzjami. Do grupy niezdolnych do gry z powodów zdrowotnych dołączył Kacper Lipiński, który w tym meczu złamał nos. Adrian Zarzecki i Artur Sułek – zdaniem lekarzy – nieprędko wrócą na boisko. W sparingu z przyczyn pozasportowych nie zagrał: Patryk Szymala i Przemysław Ilczuk. W Podlasiu pojawiali się trzech juniorów z Akademii Piłkarskiej TOP-54: Vitalij Tabałow, Filip Szabaciuk i Cyprian Tarasiewicz.

W najbliższą sobotę Orleńskie zagrają z Victorią Sulejówką, a Podlasie w Zambrowie zmierzy się z tamtejszą Olimpią.



Z derbowego pojedynku kontrolnego zwycięsko wyszli piłkarze Podlasia

Podlasie Biała Podlaska – Orleńskie Radzyńskie Podlaskie

3:1 (2:0)

Bramki: Tkaczuk, Chmielewski, Tabałow – Wojczuk

Podlasie: Wrzosek (30 Zagórski, 60 Woźniak) – Szabaciuk, Chyła, Leśniak, Komar, Andrzejuk, Tkaczuk, Kaznocha, Dmowski, Kosieradzki, Chmielewski oraz Renkowski, Mitura, Konaszewski, Całka, Tarasiewicz, Dmitruk, Nieścieruk, Andrzejuk, Syryjczyk, Tabałow

Orleńskie: Klebaniuk (46 Stężala) – Ciborowski (70 Lipiński), Kursa (70 Idzikowski), Kiczuk, Lipiński (7 Jaworski, 70 Musiatowicz), Kaczyński (65 Bożym), Korolczuk (46 Rycaj), A. Kot, Waniowski (46 Zareba), Kalita, Wojczuk

Sparingi

PIŁKA NOŻNA

ORLEŃSKIE RADZYŃSKIE PODLASKIE

2:0 Mazovia Mińsk Maz., 1:3 Podlasie, 2:02 – Victoria Sulejówkę, 9:02 – Olimpia Zambrow, 16:02 – Avia Świdnik, 20:02 – Chełmianka Chełm, 23:02 – Stal Kraśnik, 2:03 – Lewart Lubartów

PODLASIE BIAŁA PODLASKA

3:1 Orleńskie Radzyńskie Podlaskie, 2:02 – Olimpia Zambrow, 9:02 – Motor Lublin (CLJ), 13:02 – Mazovia Mińsk Maz., 16:02 – Lublinianka, 23:02 – Chełmianka, 2:03 – KS Wasilków, 10:03 – Tytan Wisznice

Transferowa karuzela

PIŁKA NOŻNA

PODLASIE BIAŁA PODLASKA

Przychodzą: Adrian Hołownia, Jakub Magier (Granica Terespol?), Jacek Mielnik (Huragan Międzyrzec Podlaski?), Michał Kaznocha (Victoria Żmudź?), Vitalij Tabałow, Filip Szabaciuk i Cyprian Tarasiewicz (wszyscy AP TOP-54?)

Odchodzą: Patryk Czułowski (Chełmianka), Hubert Łukanowski (Huragan Międzyrzec Podlaski)

ORLEŃSKIE RADZYŃSKIE PODLASKIE

Przychodzą: Sebastian Kaczyński (Promnik Łaskarzew?), Odchodzą: Juri Perin (szuka klubu), Michał Panufnik (Pogoń Siedlce?)

Dwie klapy

SIATKÓWKA

Nasze ekipy siatkarskie w miniony weekend nie odniosły zwycięstwa. O ile porażka Huraganu z faworytem rozgrywek BAS-em Białystok nie dziwi, o tyle przegrana u siebie z Tempem Chełm białskich

akademików martwi i to bardzo. W sobotę o godz. 17 Huragan zagra w Augustowie z Centrum, AZS AWF Biała Podlaska zaś jedzie do Nałęczowa na mecz z Cisami.

17. kolejka

Metro – Legia 3-2
Huragan M. P. – BAS 1-3
Wola – AZS UW 3-0
Huragan W. – Centrum 3-1

Huragan Międzyrzec Podlaski – BAS Białystok

1:3

(23:25, 18:25, 25:22, 16:25)

Huragan: Sobieszczyk, Nowacki, Łęgowski, Gołębiowski, Kępka, Gajosz, Michał Bielecki (L), Maciej Bielecki (L), Ostapowicz, Robert, Malczewski

AZS AWF Biała Podlaska – Tempo Chełm

0:3

(21:25, 21:25, 19:25)

AZS AWF: Jankuniec, Nowicki, Niziński, Ignatiuk, Gaładyna, Matraszek, Kostrzewski (L) oraz Malczyński, Peryt, Kamiński

II LIGA, GRUPA II

1. BAS Białystok	15	44	45-6
2. Legia	15	34	39-19
3. Metro	15	29	33-22
4. AZS UWM	15	25	31-29
5. Wola	16	20	27-34
6. Huragan M. P.	15	17	27-37
7. Centrum	15	13	20-36
8. Huragan W.	15	11	20-38
9. AZS UW	15	11	18-39

8. kolejka

AZS AWF – Tempo 0:3
Kraśnik – Arka 1:3
Kudłaty – Powiślak 3:0
Cisy – Kraśnik

III LIGA

1. Arka	8	20	22:7
2. Cisy	7	18	20:6
3. Powiślak	8	12	16:17
4. Bełżyce	6	9	13:12
5. Tempo	8	9	12:15
6. Kudłaty	8	9	11:16
7. Kraśnik	7	7	10:17
8. AZS AWF	8	6	6:20