BEZPŁATNY DWUTYGODNIK SAMORZĄDOWY

Panorama BRZEGU DOLNEGO

NR 21 (63), ROK 3
PIĄTEK, 27.10.2017
ISSN 2449-5379

Dolnośląskie Dni Kultury Kresowej w Brzegu Dolnym

str. 20-21

str. 3

Polska Nagroda Inteligentnego Rozwoju

str. 7

Uczymy się ratować!

str. 24

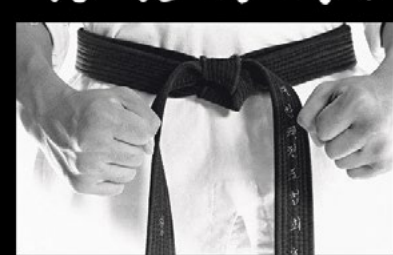
Złoto i brąz Damiana na Mistrzostwach Europy

TEATR POLSKA 2017

TEATR POLSKA
15 listopada

str. 15

TAEKWON-DO



ZAPISY
tel. 509-219-396
tel. 695-135-188
Taekwon-do Brzeg Dolny

Grupa 1 (17³⁰)
Dzieci 4-7 LAT AKADEMIA RUCHU + ELEMENTY TAEKWON-DO

Grupa 2 (18¹⁵)
Dzieci 8-12 LAT TAEKWON-DO + SAMOOBRONA

Grupa 3 (19¹⁵)
MŁODZIEŻ I DOROŚLI TAEKWON-DO + SAMOOBRONA SAJN

Zajęcia odbywają się we wtorki oraz czwartki w Szkole Podstawowej nr 5 w Brzegu Dolnym

reklama

Groźny wypadek na Sienkiewicza

Do groźnego wypadku drogowego doszło przy ulicy Sienkiewicza. W niedzielę 22 października około godziny 15.00 samochód osobowy marki Ford zderzył się z samochodem ciężarowym. Ranny został kierowca samochodu osobowego, którego przewieziono do szpitala we Wrocławiu.

Zustaleń policjantów wynika, że na łuku drogi kierowca forda stracił panowanie nad kierownicą i uderzył w prawidłowo jadący samochód ciężarowy.

– Poszkodowany został sprawca wypadku, któremu na miejscu zdarzenia pomocy udzieliła załoga pogotowia ratunkowego – mówi st. sierżant Marzena Pawlik, rzecznik Komendy Powiatowej Policji w Wołowie. Kierujący ciężarówką nie wymagał pomocy medycznej. Uczestnicy wypadku byli trzeźwi. Przyczyny zdarzenia będą badane, ale brane są pod uwagę nadmierna prędkość oraz śliska nawierzchnia.

Na miejscu zdarzenia, oprócz policjantów i ratowników pogotowia, pracowali także strażacy z OSP Brzeg Dolny. Droga od ronda Solidarności w kierunku PCC Rokita była zablokowana przez kilka godzin. Mieszkańcy korzystali z objazdu.

mb

fot. Panorama

21 października 2017 r. odeszła od nas nasza nieodżałowana Koleżanka

Joanna Orłowska–Cieśla

Specjalista pracy socjalnej, od 20 lat zatrudniona w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej.

Nasza kochana Asia miała zaledwie 49 lat, osierociła dwie wspaniałe córki i nas. Jak ciężko pisać o kimś tak bliskim w czasie przeszłym, a nikt jak Asia nie zasługuje na wspomnienie i pamięć.

Była osobą nadzwyczaj skromną, a potrzebę poświęcania się dla innych niosła w genach. Nigdy nie narzekała, nigdy się nie skarżyła i nawet sobie nie wyobrażała, jak była dla nas ważna.

Wierzymy, że każdy człowiek ma w sobie dobro, ale pokłady dobra, które miała w sobie Asia były niezmierzone. Żyła przede wszystkim dla innych: dla rodziny, dla bliskich, dla podopiecznych. Niezwykle wrażliwa na ludzką krzywdę, zawsze gotowa na miarę swoich możliwości zmieniać los zwykłych ludzi, niosąc im pomoc. Jeśli już myślała o sobie, to na samym końcu.

Patrzymy na puste biurko naszej koleżanki i wspominamy wspólnie spędzone chwile: Jej uśmiech, Jej spokój, Jej życzliwość. Patrzymy na kalendarz zatrzymany na dniu 20 marca 2017 r. kiedy to udała się, jak pokazał okrutny los, w drogę bez powrotu. A my do końca żyliśmy nadzieją, że wróci i nadal będzie częścią naszego życia.

„Śpieszmy się kochać ludzi, tak szybko odchodzą...”

Asiu, odeszłaś za szybko i tak, jak żyłaś, po cichu i skromnie, w niezasłużonym cierpieniu, a nam ciężko się z tym pogodzić. Nie zdążyliśmy Ci powiedzieć, jak bardzo byłaś dla nas ważna i nigdy nie dowiesz się, jak bardzo nam będzie Ciebie brakowało.

Nie potrafimy znaleźć pocieszenia. Spoczywaj w pokoju...

Pracownicy Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Brzegu Dolnym

21 października odeszła od nas Specjalista pracy socjalnej

Joanna Orłowska-Cieśla

Wspaniała koleżanka, solidny współpracownik i cudowny człowiek.

Pogrążeni w nieutulonym żalu składamy Rodzinie i Bliskim wyrazy współczucia, łącząc się w bólu z powodu tej niepowetowanej straty.

Pracownicy Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Brzegu Dolnym

impuls dla Ciebie dla bliskich dla firmy
Laserowe cięcie i grawerowanie
pieczątki długopisy breloki tabliczki statuetki dyplomy
Projekty graficzne: wizytówki, plakaty, ulotki, banery i inne...
Wydruki: druki reklamowe, druk wielkoformatowy, reklama zewnętrzna i wiele innych...
Sublimacja: kubki, torby, koszulki i nie tylko...
Grawer min. na pleksi, szkle, laminacie, skórze
Teraz również w ofercie fotoobrazy, fotokalendarze
Impuls Spółdzielnia Socjalna
Wołów, ul. Ścinawska 24
(biurowiec PKS, parter pok nr 10)
www.impulsart.pl
518 744 659
Fb Impuls Wołów
reklama

Dwutygodnik Samorządowy „Panorama Brzegu Dolnego”
Wydawca: Dolnobrzeski Ośrodek Kultury, Danuta Chłód – dyrektor. Nakład: 7 000 egzemplarzy.
Adres wydawcy: ul. Kolejowa 29, 56-120 Brzeg Dolny, tel. 71 319 52 52.
Kontakt z redakcją: tel. 71 319 51 17 (wew. 271), 882 447 666; e-mail: panorama@brzegdolny.pl, reklama.panorama@brzegdolny.pl.
Redaktor naczelna: Małgorzata Bołdyn, **skład, grafika:** Mateusz Mrozek, **dziennikarz, korekta i reklama:** Marta Wabiszczewicz-Krawczuk, **korekta:** Angelika Furgacz, **sport:** Jarosław Iskra.
Zespół redakcyjny: Małgorzata Bołdyn, Marta Wabiszczewicz-Krawczuk, Jarosław Iskra, Beata Kowal, Piotr Perliński, Dominik Kaczmarek, Natalia Kacprzak.
Druk: Polska Press Sp. z o.o., Oddział Poligrafia, Drukarnia w Sosnowcu.
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść i charakter reklam i ogłoszeń. Zastrzegamy sobie prawo do zmiany tytułów i adiustacji nadesłanych tekstów bez naruszenia głównej myśli autora.

Polska Nagroda Inteligentnego Rozwoju dla Gminy Brzeg Dolny!

Gmina Brzeg Dolny znalazła się wśród dziewięciu samorządów docenionych przez Kapitułę, która oceniała najlepsze inwestycje samorządów oraz najbardziej innowacyjne projekty spółek, uczelni i instytutów naukowych. Nagrodę odebrał zastępca burmistrza Paweł Pirek podczas Gali Polskiej Nagrody Inteligentnego Rozwoju, która odbyła się 23 października w G2A Arena w Rzeszowie.

Brzeg Dolny został laureatem w kategorii Samorząd Przyjazny Inwestorom za wzmacnianie inwestycyjnego potencjału gminy oraz zwiększanie komfortu życia mieszkańców. Nagroda wręczana jest w następujących kategoriach: innowacyjna firma, jednostka samorządu terytorialnego, uczelnia wyższa, jednostka naukowa i fundacja.

– To dla naszej gminy, naszych mieszkańców bardzo duże wyróżnienie – mówi Paweł Pirek.

Gala Polskiej Nagrody Inteligentnego Rozwoju jest prestiżowym wydarzeniem, które skupia liderów biznesu, samorządu i nauki. W ramach tego wydarzenia odbyły się też konferencje, na których rozmawiano o problemach i wyzwaniach, jakie stoją przed biznesem, samorządem i szkolnictwem wyższym.

mb

Wszystkim, którzy uczestniczyli w ostatnim pożegnaniu

śp. Stanisławy Pietrzak

serdeczne podziękowania

składa Rodzina

Wszystkim, którzy uczestniczyli w pogrzebie mojego męża

śp. Wojciecha Krawczyka

składam serdeczne podziękowania

Cecylia Krawczyk

Kancelaria Radcy Prawnego
Bronisław Syguła
ul. Czartoryskiego 10
Brzeg Dolny
tel. 602 752 696
reklama

Czas na pieczątki
Wykonanie na poczekaniu!
30zł 36,90zł z VAT netto
SMART / Sklep
Brzeg Dolny
ul. Sienkiewicza 29
+48 880 267 738
Oferta ważna do 11.11.2017
Rozmiar składu 48 x 19 mm
reklama

KREDYTY DLA MIKROFIRM
WIELKIE POTRZEBY MAŁYCH FIRM FINANSUJEMY W 24 H
NOWOŚĆ
500 000 zł BEZ ZABEZPIECZEŃ DO 10 LAT
Zapraszamy:
Brzeg Dolny, ul. Osiedlowa 1
71 380 99 69
Szczegóły oferty „Pakiet kredytowy dla mikrofirm” w placówkach banku oraz na www.aliorbank.pl.
Informacja handlowa wg stanu na 10.01.2017 r.
ALIOR BANK
Partner
reklama

SUPER PROMOCJA
JA + ABONAMENT
ABONAMENT ZA DARMO AŻ DO KOŃCA ROKU!
PÓŹNIEJ TYLKO 22,50 ZŁ ZA NUMER W DUECIE
HUAWEI P10 lite
PLUS.PL
plus
Zapraszamy do Punktu Sprzedaży Plusa i Cyfrowego Polsatu
Brzeg Dolny, ul Przedszkolna 2
tel. 601 423 743
reklama

Nauczyciele uhonorowani

Dzień Edukacji Narodowej to okazja do uhonorowania tych, którzy przekazują wiedzę i kształtują postawy młodych ludzi. 13 października podczas uroczystego spotkania w Sali Kawiarnianej Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury burmistrz Stanisław Jastrzębski wręczał nagrody i wyróżnienia szczególnie zasłużonym nauczycielom.

Zastępca burmistrza Paweł Pirek podkreślił, jak istotną rolę odgrywają nauczyciele i wychowawcy w życiu dzieci i młodzieży. Podziękował przedstawicielom tego szczególnego zawodu za trud wkładany w dobre wykonywanie żmudnej codziennej pracy (całość przemówienia zamieściliśmy w numerze 20„Panoramy"13 października br. – przyp. red.). Uroczystość umiliła zebranym muzyka poważna w wykonaniu braci Michała i Adama Wróblewskich.

W tym roku nagrody burmistrza Brzegu Dolnego otrzymali: Dorota Alberska ze Szkoły Podstawowej nr 5, Katarzyna Barylak – dyrektor Szkoły Podstawowej nr 1, Aleksandra Charlęża-Gniewaszewska ze Szkoły Podstawowej nr 6, Urszula Chłód – dyrektor Szkoły Podstawowej nr 5, Jolanta Lipiec z Przedszkola Samorządowego nr 1, Jolanta Macuga z Przedszkola Samorządowego nr 3, Lucyna Pilarska – dyrektor Przedszkola Samorządowego nr 1 oraz dyrektor Iwona Tłuczek i Roman Wolski ze Szkoły Podstawowej w Pogalewie Wielkim.

mw

fot. Panorama

GOPS Brzeg Dolny

u nas znajdziesz pomoc

Na skrzydłach przyjaźni, czyli kim jest prawdziwy przyjaciel

Gmina Brzeg Dolny od lat uczestniczy w ogólnopolskiej kampanii profilaktycznej „Zachowaj Trzeźwy Umysł", która organizowana jest przez Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych w Poznaniu. Nauczyciele i uczniowie z dolnobrzeskich szkół także w tym roku wzięli w niej udział.

W ramach kampanii pedagodzy lokalnych szkół prowadzą z uczniami zajęcia profilaktyczne, wykorzystując przygotowane przez stowarzyszenie scenariusze zajęć profilaktycznych oraz karty pracy dla dzieci i młodzieży, przygotowane pod względem tematycznym i merytorycznym. Kampanie opracowywane są w oparciu o zasadę Konfucjusza: „Powiedz mi, a zapomnę. Pokaż mi, a zapamiętam. Pozwól mi zrobić, a zrozumiem".

„Na skrzydłach przyjaźni" to tytuł kampanii 2016/17, która skupiała się na relacjach dzieci i młodzieży. W okresie dojrzewania grupa rówieśnicza staje się punktem odniesienia, wpływając na postawy, wartości i zachowanie młodego człowieka. Dlatego głównymi celami kampanii było:

- wspieranie pozytywnych wyborów życiowych,
- uświadamianie siły wpływu grupy rówieśniczej na jednostkę,
- ograniczanie podejmowania ryzykownych zachowań poprzez kształtowanie postaw sprzyjających rozwojowi indywidualnemu i społecznemu dzieci i młodzieży.

W tegorocznym konkursie plastyczno-literackim „Na skrzydłach przyjaźni" uczniowie mieli wykonać pracę plastyczną lub literacką obrazującą przygodę z wybranym bohaterem literackim i odpowiadając na pytania: Kim jest prawdziwy przyjaciel? Jakie cechy powinien posiadać? Powinien mieć poczucie humoru, podobne zainteresowania, umieć słuchać, być odpowiedzialnym za siebie i innych?

Laureatami konkursu zostali:

- Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 5: Gordiana Witkowska, Maja Szulik i Dariusz Kociołek.
- Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 6: Szymon Radkowski i Igor Białkowski.
- Uczennice Gimnazjum Publicznego nr 1: Karolina Adriańska i Patrycja Ignatowicz.

Uczniowie swoje prace przygotowywali pod opieką pedagogów szkół, w których się uczą: Doroty Alberskiej, pedagoga ze Szkoły Podstawowej nr 5, pani Aleksandry Gniewaszewskiej, pedagoga ze Szkoły Podstawowej nr 6 oraz Katarzyny Borli i Sybilli Chamuczyńskiej – pedagoga i psychologa z Gimnazjum Publicznego nr 1. Paniom serdecznie dziękujemy za pomoc i wsparcie w realizacji Kampanii, a uczniom – gratulujemy zdobytych wyróżnień i nagród.

Maja Szulik, Gordiana Witkowska, Dariusz Kociołek

Patrycja Ignatowicz

Karolina Adriańska, Igor Białkowski

Szymon Radkowski

U nas znajdziesz pomoc i wsparcie w zakresie:

- Pomoc społeczna
- Wsparcie rodzin
- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów uzależnień
- Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie
- Świadczenia rodzinne
- Świadczenia alimentacyjne
- Świadczenia wychowawcze Rodzina 500+

Zatrudniamy wykwalifikowaną kadrę:

Pracowników socjalnych | Asystentów rodziny | Pedagogów | Wychowawców | Psychologów | Konsultanta ds. uzależnień | Opiekunów domowych | Pracowników administracyjno-biurowych

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
Rynek 18, 56-120 Brzeg Dolny
Tel./fax 71 319 56 62
gops@brzegdolny.pl
www.gops.brzegdolny.pl

Wieczór z Teatrem Polska

W auli Powiatowego Zespołu Szkół w Brzegu Dolnym wystawiono przedstawienie teatralne pt. „Zabijanie Gomułki", zrealizowane w ramach projektu Teatr Polska. Historię o planach zabicia sekretarza PZPR Władysława Gomułki przez domorosłego filozofa wyreżyserował dyrektor Teatru im. Heleny Modrzejewskiej w Legnicy Jacek Głomb. Spektakl jest adaptacją powieści „Tysiąc spokojnych miast" Jerzego Pilcha.

Dzięki realistycznie przygotowanej scenografii widownia przeniosła się w lata 60. ubiegłego wieku

Główny bohater, alkoholik Józef Trąba, grany brawurowo przez Zbigniewa Waleryśia, postanawia przed śmiercią „zrobić coś dla ludzkości" i zabić najbardziej dostępnego tyrana, Władysława Gomułkę. Misternie zaplanowany pomysł zabicia I sekretarza PZPR, momentami karykaturalnie przerysowany, bo obmyślany po spożyciu mocnego trunku, jest humorystyczną próbą naprawy świata. Ponieważ zamachowiec nie włada bronią palną i wie, że nie zdoła uderzyć z bliska bronią białą, zamierza użyć… chińskiej kuszy. W absurdalny plan, o dziwo, angażuje się lokalna ewangelicka wspólnota. Widzowie zasiadają wokół sceny. Realistyczna scenografia w wykonaniu Małgorzaty Bulandy naprawdę robi wrażenie. Po przedstawieniu można wziąć udział w warsztatach teatralnych i przekonać się, z jakimi zadaniami na co dzień zmagają się aktorzy, aby jak najlepiej wypaść na scenie. Spektakl uhonorowano nagrodami w XIII Ogólnopolskim Konkursie na Wystawienie Polskiej Sztuki Współczesnej za adaptację, reżyserię i scenografię. Kolejny spektakl Teatru Polska, na który zaprasza Dolnobrzeski Ośrodek Kultury, wystawiony będzie 15 listopada w auli Powiatowego Zespołu Szkół.

Józef Trąba, brawurowo grany przez Zbigniewa Waleryśia, im więcej pije, tym jaśniej mówi

Publiczność zgromadziła się na widowni wokół sceny

Zbigniew Waleryś, odtwórca głównej roli Józefa Trąby, dla „Panoramy Brzegu Dolnego" i Telewizji Miejskiej Brzeg Dolny mówi: - Moja postać Józefa Trąby jest dość specyficzna. Jest to alkoholik, który im więcej pije, tym jaśniej mówi. Pierwowzorem tej postaci jest sam Jerzy Pilch. Zwykle alkoholików gra się z lekką przesadą, a tu chodzi o to, by na scenie, w miarę wypijania wody, upojenie alkoholowe stopniowo występowało. W tego rodzaju pracy chodzi o takie zagranie postaci, aby widz, który przyszedł na spektakl, uwierzył, że Józef Traba w pijackim amoku zabije Władysława Gomułkę. I czy są to pijackie urojenia, czy taka sytuacja mogłaby rzeczywiście zaistnieć, czy jest to fikcja literacka – do końca nie wiadomo. Mieliśmy wiele wspaniałych spektakli, zresztą w Brzegu Dolnym też publiczność w podziękowaniu wstała.

Sandra Jagieła, mb

pietrzak24.pl
MONTAŻ DRZWI GRATIS
PORTA DRZWI
POL-SKONE DRZWI I OKNA
DRE producent drzwi
VASCO DOORS
stolpaw DRZWI
Wołów, ul. Ludowa 15
tel. 504 053 118
reklama

Nieopłacone groby mogą być likwidowane

Zbliża się 1 i 2 listopada, dzień Wszystkich Świętych i Zaduszki. Podobnie jak w ubiegłym roku przypominamy o konieczności uregulowaniu opłat za groby na Cmentarzu Komunalnym. Ponowna opłata powinna być wniesiona po 20 latach od pochówku. Coraz częściej, szczególnie w dużych miastach, zdarza się, że przy grobie znajduje się tabliczka z informacją „Uwaga - grób przeznaczony do likwidacji”.

– Takiego komunikatu nie wolno bagatelizować. Zgodnie z obowiązującymi przepisami, jeśli nie zostanie wniesiona ponowna opłata, po upływie 20 lat grób może zostać zlikwidowany, a miejsce użyte do ponownego pochówku – mówi prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej w Brzegu Dolnym Artur Michałek.

Szczególnie duże nekropolie w wielkich ośrodkach miejskich pilnują terminów. Miejsce po likwidacji grobu jest wykorzystywane ponownie. Co ma zrobić osoba, która zapomniała przedłużyć opłatę?

– Zachęcam do jak najszybszego skontaktowania się z zarządcą cmentarza w celu załatwienia sprawy. Opłaty dotyczą nie tylko cmentarzy komunalnych, ale również parafialnych – dodaje prezes Michałek.

Stawkę opłaty ustala Rada Miejska. Sprawy dotyczące opłat grzebalnych są uregulowane w ustawie o cmentarzach i chowaniu zmarłych.

Wszystkich Świętych to szczególny czas, kiedy odwiedzamy groby bliskich, składamy kwiaty i palimy znicze. Warto przeżyć ten czas w spokoju i skupieniu.

mb

Administrator Cmentarza Komunalnego w Brzegu Dolnym
Zakład Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o. ul. Urazka 11
tel. 71 319 54 35; 660 543 406 | e-mail: zgk@brzegdolny.pl
Biuro jest czynne od poniedziałku do piątku w godz. 7.00-15.00.

Urząd Miejski w Brzegu Dolnym uruchamia nieodpłatną komunikację autobusową w dniu 1 listopada 2017 r.

miejsce odjazdu	godz.	godz.	godz.
ul. Wyspiańskiego (pawilon Społem)	9.30	11.10	13.30
ul. Jana Pawła II	9.33	11.13	13.33
Os. Warzyń (Przedszkole nr 3)	9.36	11.16	13.36
Stary Cmentarz	9.40	11.20	13.40
Cmentarz Komunalny	9.45	11.55	13.45
Rynek	9.50	11.30	13.50
Cmentarz Komunalny	9.55	11.35	13.55
Powrót z Cmentarza Komunalnego przez Rynek, Osiedle Warzyń, Osiedle Fabryczne			
Cmentarz Komunalny	10.50	13.10	16.00

Ponad pół kilometra kanalizacji przy ul. Ossolińskiego

Zakończyła się budowa odcinka kanalizacji przy skrzyżowaniu Alei Jerozolimskich i ulicy Ossolińskiego. Powstał nowy fragment sieci o długości 671 metrów z 15 studniami kanalizacyjnymi, który będzie obsługiwał rozbudowujące się osiedle Leśmiana.

Gmina Brzeg Dolny jest skanalizowana w niemal 100 proc. Miasto powiększa się i powstają nowe bloki wielorodzinne. Stąd potrzeba rozbudowy istniejącej już sieci sanitarnej.

– W planach jest budowa kolejnych bloków na osiedlu Leśmiana i istniejąca kanalizacja nie byłaby w stanie obsłużyć większej ilości ścieków – mówi Artur Michałek, prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej w Brzegu Dolnym. – Dodatkowo nowy odcinek stanowi kanał awaryjny, który będzie mógł służyć mieszkańcom os. Warzyń w przypadku awarii kolektora sanitarnego przy ul. Ossolińskiego – dodaje.

Zadanie kosztowało niemal 600 tys. zł. Gmina otrzymała na ten cel 117 tys. zł z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska we Wrocławiu.

mb

Restauracja GRAPPA
ul. Wilcza 8, Brzeg Dolny
tel.: 71 319 65 96

www.bistro-club.pl
info@bistro-club.pl

BISTRO-CLUB
ul. Tęczowa 29, Brzeg Dolny
tel./fax: 71 319 75 04

BISTRO CLUB

reklama

Uczymy się ratować!

Brzeg Dolny uczestniczył w akcji bicia rekordu w jednoczesnym wykonywaniu resuscytacji krążeniowo-oddechowej przez jak największą liczbę osób. 16 października, w Europejskim Dniu Przywracania Czynności Serca, na dziedzińcu Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury kilkadziesiąt osób prowadziło resuscytację na pięciu fantomach.

Fundacja Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, która jest organizatorem wydarzenia, poinformowała, że w całej Polsce 85 tys. osób wzięło udział w akcji bicia rekordu Guinness World Records w jednoczesnej resuscytacji krążeniowo-oddechowej prowadzonej przez jak największą liczbę osób. Akcję zorganizowano po raz czwarty w ramach realizacji programu edukacyjnego „Ratujemy i Uczymy Ratować” i zakończyła się ona sukcesem, bo rekord został pobity!

– W tym roku po raz pierwszy Urząd Miejski przyłączył się i jest to bardzo dobra okazja, żeby poćwiczyć na fantomach udzielania pierwszej pomocy. Wiele osób taką możliwość miało po raz pierwszy – powiedziała sekretarz gminy Monika Charłampowicz.

O godz. 12.00 grupa podopiecznych Środowiskowego Domu Samopomocy, urzędników oraz dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 1 rozpoczęła resuscytację. Pomagali strażacy z OSP Brzeg Dolny oraz PSP Wołów, którzy przy okazji przypominali zasady udzielania pierwszej pomocy. Akcja trwała pół godziny. **Pamiętajmy! Prawidłowa resuscytacja to 30 ucisków klatki piersiowej i dwa wdechy ratownicze.**

Relację z bicia rekordu w Brzegu Dolnym pokazała telewizja TVN, której kamera towarzyszyła uczestnikom akcji.

mb

Krystyna Adaśko profesorem oświaty

Krystyna Adaśko, dyrektor Powiatowego Centrum Edukacji i Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie, otrzymała zaszczytny tytuł Profesora Oświaty. Odznaczenie odebrała 16 października z rąk minister Anny Zalewskiej w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów w Warszawie.

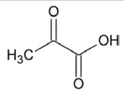
Tytuł honorowy Profesora Oświaty przyznawany jest nauczycielom, którzy przez lata pracy wyróżniali się osiągnięciami dydaktycznymi i wychowawczymi. Nadaje go Minister Edukacji Narodowej na wniosek Kapituły do spraw Profesorów Oświaty. Nazwisko dyrektor Adaśko znalazło się w gronie dwudziestu osób z całej Polski wyróżnionych w tym roku. Jest to jedyne wyróżnienie w województwie dolnośląskim i pierwsze w powiecie wołowskim. Pani dyrektor serdecznie gratulujemy!

Red.

Masz problem natury prawnej?

Zadaj pytanie, a odpowiedź prawnika zamieścimy na łamach „Panoramy”.
Pytania prosimy zadawać e-mailem na adres panorama@brzegdolny.pl bądź SMS-em na 882 447 666, z dopiskiem „Pytanie do prawnika”.
Można też zadzwonić pod numery tel. 71 319 52 52 (wew.271) lub 882 447 666

Salon Kosmetyczny ANNA
ul. Słowackiego 2c, Brzeg Dolny
tel. 604 210 298,
www.annaclarena.pl



Kwas pirogronowy

Kwas pirogronowy zastosowany w większym stężeniu i pozostawiony na dłuższy okres czasu powoduje penetrację na poziomie warstwy brodawkowatej skóry właściwej. Na poziomie naskórka kwas pirogronowy działa przeciwzaskórnikowo, rozjaśnia, poprawia koloryt skóry, działa antybakteryjnie i zmniejsza grubość warstwy rogowej. Na poziomie skóry właściwej pobudza do produkcji kolagenu i elastyny, czyli włókien odpowiedzialnych za młody wygląd skóry.

Kwas pirogronowy hamuje nadmiar wydzielania sebum. Jest to bardzo ważne zwłaszcza u osób z cerą tłustą i trądzikową. Jest świetną alternatywą dla świecącej się i zanieczyszczonej skóry, ponieważ nadmiar sebum to idealne środowisko do rozwoju wielu bakterii, szczególnie tych odpowiedzialnych za zmiany trądzikowe.

Skóra z upływem lat skóra staje się wiotka, pomarszczona, brak jej napięcia i elastyczności. To wszystko sprawa kolagenu i elastyny, których z każdym rokiem nam ubywa. Należy wówczas pobudzić fibroblasty do produkcji włókien kolagenowych i elastyny. Kremy do codziennej pielęgnacji nie zawsze są wystarczające, można powiedzieć nawet, że są za słabe. Natomiast kwas pirogronowy dociera do skóry właściwej i pobudza fibroblasty do pracy. Kwas działa antybakteryjnie, znacznie obniża pH skóry, dzięki czemu pomaga leczyć trądzik i dokładnie usuwa zanieczyszczenia. Zmniejsza przyleganie komórek naskórka, rozluźnia ich połączenia, dzięki czemu warstwa rogowa jest cieńsza, a nasza skóra ulega odnowie, staje się naturalnie gładka i dosłownie promienieje. Koloryt skóry wyrównuje się, a plamy i przebarwienia są mniej widoczne.

Kwas pirogronowy, jako jeden z niewielu produktów stosowanych w kosmetologii, może być użyty w przypadku skór ze zmianami ropnymi oraz siecią rozszerzonych naczyń. Wskazaniami do zabiegu z użyciem kwasu pirogronowego są: trądzik w fazie aktywnej, trądzik różowaty, blizny potrądzikowe, zaczerwienienie skóry u osób z policytemią, kuperozą, łojotokowe zapalenie skóry, keratoza trądzikowa, dyskeratozą, hiperkeratozą, keloidy, hiperpigmentacje pozapalne i potrądzikowe, melazma, chloazma, fotoaging. Problemy takie jak: opryszczka(opryszczka nawrotowa), poważne stany zapalne skóry, atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, zabiegi chirurgiczne na twarzy do dwóch miesięcy wstecz, a także alergie na substancje stosowane w peelingu wykluczają zabieg kwasem pirogronowym.

Kupon na: mini zestaw kosmetyków
Imię i Nazwisko .....
Miejscowość.....
Numer tel.....
Kupony zbieramy do 7 listopada 2017 r. Wypełnione kupony należy przynosić do saloniku pracowego w Rynku, sklepu „Smaczek” i biblioteki. Losowana będzie jedna osoba.

artykuł sponsorowany

Grudniowy bieg dla Amelki

Serdecznie zapraszamy wszystkich dolnośląskich biegaczy do wzięcia udziału w IV Dolnobrzeskim Crossie Mikołajkowym, który odbędzie się 3 grudnia. Start na Stadionie Miejskim

Celem imprezy jest popularyzacja biegania oraz dodatkowo nordic walkingu, jednak tym razem najważniejszym celem biegu będzie zebranie funduszy na wsparcie dla Amelii Żółkiewicz.

Zawody odbędą się na trasie przełajowej w Parku Miejskim (alejki parkowe + bezdroża) na dystansie 5 km. Uczestniczyć będzie można w biegu bądź w marszu nordic walking na dystansie 4 km. Start w zawodach jest całkowicie bezpłatny – wszystkie koszty ponoszą organizatorzy oraz ew. sponsorzy.

Kto może wystartować?

W tym roku wystartować może każdy. Impreza podzielona jest na cztery części.

Pierwszą będzie **Bieg Elfa** (trasa 400 m) bieg dla dzieci – **godzina 10.30**. Każdy rodzic, babcia, dziadek – tak naprawdę cały stadion będzie kibicował małym dzieciom.
10.45 startuje **rozgrzewka przed głównym biegiem**.
11.00 start biegu głównego (5 km).
11.10 start nording walking (4 km).
Godzina 12.10 (nowość w tym roku) **startujemy z zumbą**, która poprowadzi licencjonowany instruktor Zumba Fitness.

Na koniec imprezy będzie wspólne ognisko z kiełbaskami, licytacja na rzecz Amelki oraz losowanie nagród.

O Amelce

Amelia urodziła się 3 maja 2016 r. jako wcześniak z wagą 900 g. Nie oddychała samodzielnie. Dzieci po urodzeniu tulą misie, a ona tuliła rury sprzętu medycznego. Przez 9 miesięcy nieodzownym jej przyjacielem był respirator, który dostarczał jej tlen przez 24 godziny na dobę.

Zbiegiem czasu stan Amelki zaczął się powoli poprawiać – mówią rodzice, Kamilla i Michał Żółkiewiczowie. – Dzięki wielkiej determinacji i wytrwałości udało się nawiązać kontakt z profesorem z Monachium, który zaproponował zaaplikowanie leku, aktualnie jeszcze podawanego Amelce. Po przeszło 13 miesiącach leżenia w szpitalu na neonatologii, a następnie intensywnej terapii dziecięcej, udało nam się wyjść do upragnionego domu.

12 czerwca tego roku Amelka zobaczyła swój pokoik. Bardzo szybko zaadaptowała sie w nowym otoczeniu, zachowując się, jakby od zawsze tu mieszkała.

Aktualnie jesteśmy pod opieką firmy wentylacyjnej, która wyposażyła nas jedynie w respirator i część sprzętu medycznego potrzebnego do codziennego życia. Koszty wszelkich leków oraz konsultacji u specjalistów muszą być jednak pokrywane z naszej kieszeni. Stan Amelki uległ poprawie na tyle, że w dzień oddycha ona samodzielnie, a na noc podłączana jest pod respirator. Aktualnie borykamy się z dysplazją oskrzelowo-płucną i innymi wcześniaczymi problemami.

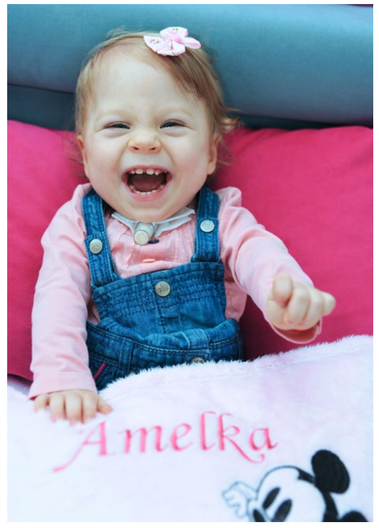
Od urodzenia stan Amelki był bardzo ciężki. Wiele razy żegnaliśmy się z nią, a lekarze ciągle powtarzali, że dalsza walka o życie jest bezcelowa. Jednak nie poddawaliśmy się. Codziennie ściskając malutką rączkę Amelki, walczyliśmy. Ona i my. Dawała nam siłę i wiarę, że kiedyś nasz los się odmieni.

Naszym marzeniem było wziąć ją na ręce, tak normalnie, bez całego okablowania, przytulić, przespacerować się z wózkiem po parku... Modliliśmy się o jej własny oddech, bez respiratora. Wiara czyni cuda. Te marzenia częściowo się spełniły!

Marzymy nadal. Chcielibyśmy, aby Amelka „goniła" swoich rówieśników. Wierzymy, że dzięki rehabilitacji i wielkiej wspólnej pracy nadrobi stracony czas.

Amelka jest podopieczną fundacji „Zdążyć z pomocą". Pieniądze, które zbieramy na konto fundacji, bardzo pomogą nam w zapewnieniu opieki medycznej oraz rehabilitacji na odpowiednim poziomie. Jesteśmy pełni nadziei, że dzięki tym środkom finansowym będziemy mogli w przyszłości uczestniczyć z Amelką w turnusach rehabilitacyjnych, które przyczynią się do lepszego rozwoju psychoruchowego naszej córeczki. Ze względu na niedowagę u Amelki stosujemy obecnie odpowiednio zbilansowaną dietę, która pochłania nasze oszczędności. Amelka ma rurkę tracheostomijną, nie wydobywa właściwie żadnego dźwięku, mamy jednak nadzieję, że dzięki specjalistycznej pomocy usłyszymy kiedyś najcudowniejsze dla nas słowa na świecie: „mama" i „tata".

Red.



Rozpoczęli szkolną przygodę

Pierwszoklasiści ze Szkoły Podstawowej nr 5 są już pełnoprawnymi uczniami szkoły, ze wszystkimi przywilejami i obowiązkami. 13 października 23 dzieci z klasy pierwszej złożyło uroczyste ślubowanie.

W uroczystości ślubowania uczestniczyli przedstawiciele samorządu, rodzice i bliscy, nauczyciele oraz starsi uczniowie. Dyrektor szkoły im. Marii Skłodowskiej-Curie Urszula Chłód przywitała pierwszoklasistów, życząc im sukcesów. Uroczystość w Szkole Podstawowej nr 5 została zorganizowana w przededzień święta wszystkich nauczycieli – Dnia Edukacji Narodowej. Zastępca burmistrza Paweł Pirek złożył nauczycielom serdeczne życzenia.

– Z tej okazji życzę nauczycielom satysfakcji z tej trudnej ciężkiej pracy, bo nie jest to łatwe – uczyć i wychowywać. Te dwa pojęcia w szkole są nierozłączne.

Przed uroczystym pasowaniem dzieci przedstawiły krótki program artystyczny. Po ślubowaniu dyrektor szkoły przystąpiła do pasowania pierwszoklasistów. Uczniowie starszych klas przygotowali dla swoich młodszych koleżanek i kolegów kolorowe upominki. Od tego momentu mali uczniowie oficjalnie rozpoczęli swoją szkolną przygodę.

Sandra Jagieła

GMINA BRZEG DOLNY W LICZBACH

- gmina miejsko-wiejska o powierzchni 94,4 km²
- ludność -15 977*
- 1 miasto, 13 sołectw

98,9% wydatków majątkowych z budżetu gminy przeznaczono na cele inwestycyjne

*dane z 2015 roku

UROKLIWE I NOWOCZESNE

Miasto położone na prawym brzegu Odry, w odległości 30 km od Wrocławia, stolicy Dolnego Śląska. Jest jedną z trzech gmin, tworzących powiat wołowski.
Od 28 października 2013 roku, brzegi Odry w Brzegu Dolnym łączy Most Wolności - 4 Czerwca. Powstająca obwodnica miasta wraz z mostem, stworzą dogodny układ komunikacyjny, który już za dwa lata ma nie tylko rozładować zwiększający się ruch samochodowy w Brzegu Dolnym, ale przede wszystkim skomunikować południową i północną część województwa.

25 LAT ROZWOJU

W ciągu ostatnich 25 lat Brzeg Dolny mocno się zmienił, wypiękniał. To potwierdzają zwłaszcza Ci, którzy wracają tu po długich latach nieobecności.
Powstało wiele inwestycji poprawiających komfort życia mieszkańców: kryta pływalnia, „Orliki", siłownie plenerowe, park linowy, miasteczko ruchu drogowego z minigolfem, hala sportowa, korty tenisowe, a nawet lodowisko i skatepark. To obiekty, które już na stałe wpisały się w krajobraz miasta.

TRZY OSIEDLA

Brzeg Dolny dzieli się na trzy osiedla, gdzie każde ma swój odrębny charakter i urok. Miasto ciągle się rozbudowuje, w dalszym ciągu powstają nowe domy i bloki mieszkalne.
Brzeg Dolny to duże zaplecze handlowe, z którego korzystają również mieszkańcy okolicznych gmin i powiatów. Są tu markety, galeria handlowa, osiedlowe sklepiki i raz w tygodniu największy w okolicy targ.

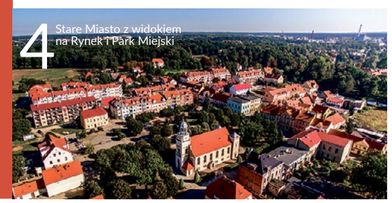
Brzeg Dolny – tu warto przyjechać!

ZAPLECZE PRZEMYSŁOWE

Brzeg Dolny to miasto związane z przemysłem - głównie chemicznym. Duże zakłady rozlokowały się nie tylko w gminie, ale i poza nią, produkują na rynek polski i zagraniczny, ciągle się rozwijają i tworzą nowe miejsca pracy.
Jest to też doskonałe miejsce dla rozwijania małych, lokalnych działalności.

ZIELONE PŁUCA MIASTA

W centrum miasta znajduje się 67-hektarowy park, który jest częścią osiemnastowiecznego założenia pałacowo–parkowego.
W części centralnej parku znajdują się trzy stawy: Owalny, Młyński i Topolowy.
Uroku dodają mostki, pomost i nowoczesne fontanny, które wieczorami rozświetlają wielokolorowym blaskiem.
Park Miejski to również alejki spacerowe, stylowe ławeczki, ścieżki edukacyjne z tablicami informacyjnymi, domki dla owadów, a także ruiny zabytkowego Mauzoleum rodziny Hoymów - dawnych właścicieli miasta.
Park zarówno w okresie letnim, jak i zimowym jest miejscem niezwykle malowniczym i relaksującym, doskonałym dla rowerzystów, biegaczy i spacerowiczów.



Upamiętnili zrzut Cichociemnych

W miejscowości Baniocha koło Góry Kalwarii 10 października harcerze z Brzegu Dolnego wzięli udział w uroczystości upamiętniającej zrzut Cichociemnych Spadochroniarzy Armii Krajowej, która odbyła się w 73. rocznicę operacji lotniczej „Weller 12" na placówkę „Kanapa". W uroczystości wziął udział ostatni żyjący Cichociemny Aleksander Tarnawski.

Podczas uroczystości odbyła się msza święta polowa, podczas której zostały przybliżone sylwetki wszystkich Cichociemnych biorących udział w operacji lotniczej „Weller 12".

– Młodzież ze Szkoły Podstawowej w Baniosze przygotowała patriotyczne przedstawienie. Atrakcją był zrzut zasobnika z lecącego samolotu z okresu II wojny światowej. Aleksander Tarnawski odsłonił pamiątkową tablicę upamiętniającą załogę samolotu oraz Cichociemnych – mówi Piotr Gajewski.

Aleksander Tarnawski w 1944 roku skoczył w nocy na spadochronie właśnie na placówkę „Kanapa". Po uroczystości w Baniosze harcerzy z Brzegu Dolnego spotkał ogromy zaszczyt, ponieważ zostali zaproszeni na obiad z ostatnim Cichociemnym.

– Po raz kolejny mogliśmy się spotkać z panem Aleksandrem i za każdym razem jest to dla nas duże przeżycie. To żywa lekcja historii, w której uczestniczą harcerze z Brzegu Dolnego – cieszy się P. Gajewski.

W nocy 16 na 17 kwietnia 1944 roku z bazy lotniczej w Brindisi wystartował przeznaczony do operacji „Weller 12" samolot bombowy Handley Page Halifax B. Mk VI oznakowany JP-181 „C". Nad podwarszawską Baniochą, nad placówką odbiorczą o kryptonimie „Kanapa", dokonał on zrzutu Cichociemnych wraz z materiałami wojennymi. Handley Page Halifax B. Mk VI był to potężny czterosilnikowy długodystansowy bombowiec, którego załoga liczyła siedem osób. Samolot JP-181 „C" oderwał się od pasa w Brindisi około godziny 19.30. Zabrał na pokład dziewięć zasobników, sześć paczek oraz czterech skoczków Cichociemnych. W skład ekipy skoczków Weller 12 (XLV) wchodzili: ppor. Aleksander Tarnawski ps. „Upłaz", który był dowódcą zrzutu, ppor. Stefan Górski ps. „Brzeg", ppor. Gustaw Heczko ps. „Skorpion" oraz ppor. Marian Kuczyński ps. „Zwrotnica".

mb

RETRANSMISJA BALETU
PIOTRA CZAJKOWSKIEGO
TEATRU BOLSZOJ W MOSKWIE

DZIADEK DO ORZECHÓW

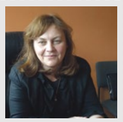
9 i 10 grudnia 2017r.
godz. 17:00

Bilety: 25zł normalny, 20zł ulgowy

Kancelaria Radcy Prawnego
Ilona Skalska-Lipczyńska
ul. 1 Maja 10a
(budynek Banku Zachodniego WBK)
tel. 503-130-009
kancelaria.skalska@gmail.com
Listopad 2017:
Poniedziałki 15.00-18.00
Wtorki 9.00-12.00
Bezpłatna pomoc dla mieszkańców gminy Brzeg Dolny.
Proszę o wcześniejsze potwierdzenie terminu

Radca prawny Ilona Skalska-Lipczyńska
udziela porad prawnych w zakresie:
- prawa rodzinnego i opiekuńczego, w tym spraw alimentacyjnych,
- prawa spadkowego,
- prawa cywilnego,
- prawa konsumenckiego,
- prawa pracy i ubezpieczeń społecznych,
- informacje prawne dla osób, które rozpoczynają działalność gospodarczą, oraz dla właścicieli małych przedsiębiorstw, działających na terenie gminy Brzeg Dolny.

Osoby zainteresowane uzyskaniem porady prawnej powinny w miarę możliwości zabrać ze sobą dokumenty dotyczące tematu, co pozwoli na dokładne zapoznanie się z problemem prawnym.



Godziny pracy Urzędu Miejskiego w Brzegu Dolnym

Poniedziałek	–	7.30-17.00
Wtorek	–	7.30-15.30
Środa	–	7.30-15.30
Czwartek	–	7.30-15.30
Piątek	–	7.30-14.00

Zespół Szkół Zawodowych w Brzegu Dolnym

Święto KEN już za nami

W piątek 13 października społeczność szkolna Zespołu Szkół Zawodowych w Brzegu Dolnym wzięła udział w akademii z okazji Dnia Edukacji i święta patrona szkoły – Komisji Edukacji Narodowej.

W uroczystości uczestniczyli zaproszeni goście: Barbara Rajter ze Starostwa Powiatowego, Józef Szumilas – przewodniczący Komisji Edukacji, Kultury, Sportu i Spraw Społecznych Rady Powiatu oraz emerytowani nauczyciele. Tradycyjnie w tym dniu pierwszoklasiści złożyli ślubowanie na sztandar szkoły. Jako pierwsza głos zabrała dyrektor Małgorzata Staniszewska, która przywitała wszystkich przybyłych. Podziękowała nauczycielom oraz pracownikom administracji i obsługi za codzienne zaangażowanie oraz wręczyła nagrody. Wyróżnieni nauczyciele to: Alicja Grochowska, Joanna Romaniuk, Anna Jagieła, Waldemar Adam Łyczko, Agnieszka Świerkowska-Gembara, Karol Kubiak i Katarzyna Pułecka. Natomiast spośród pracowników administracji i obsługi nagrodę odebrali: Janina Smażeniec, Wanda Lewandowska oraz Beata Passota. Jak co roku przyznana została także nagroda Starosty Powiatu Wołowskiego, którą otrzymała dyrektor Małgorzata Staniszewska. Podczas akademii nagrodzeni zostali również uczniowie, którzy wykazali się wiedzą w konkursie dotyczącym dziejów Komisji Edukacji Narodowej. Za organizację akademii odpowiedzialne były klasy drugie pod czujnym okiem Alicji Grochowskiej. Wiele ciepłych i miłych słów popłynęło w kierunku pedagogów naszej szkoły. Uczniowie wyrazili swoją wdzięczność za codzienny trud pracy nauczyciela. Na zakończenie głos zabrała pani dyrektor, która ogłosiła termin obchodów 70-lecia szkoły – ta ważna uroczystość odbędzie się 20 października 2018 r.

(W)

Odbyło się szkolenie dla lokalnych stowarzyszeń

Przedstawiciele 38 z 49 działających w gminie Brzeg Dolny organizacji pozarządowych wzięli udział w szkoleniu z zakresu sporządzania ofert i sprawozdań z wykonania zadania publicznego. W czasie spotkania możliwe były także indywidualne konsultacje z prowadzącymi.

Szkolenie i warsztaty dla NGO (non-government organizations) zorganizował z upoważnienia burmistrza Roman Adaśko, główny specjalista Urzędu Miejskiego ds. współpracy międzynarodowej i organizacji pozarządowych. Do dzielenia się swoją wiedzą zaproszono Karolinę Furmańską, doradcę w Regionalnym Punkcie Konsultacyjno-Doradczym dla organizacji pozarządowych, działającym przy Wydziale Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi Urzędu Marszałkowskiego, oraz Sławomira Wójcika, głównego specjalistę ds. współpracy z NGO z UMWD. Przeprowadzenie szkolenia dla przewodniczących, skarbników i księgowych stowarzyszeń było konieczne z uwagi na nowe rozporządzenia Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej dotyczące uproszczonych ofert oraz sprawozdań z realizacji zadań publicznych. Istotnym powodem była również konieczność dostosowania statutów stowarzyszeń do aktualnych wymogów prawa.

– Od grudnia tego roku do marca przyszłego zamierzamy razem z Propago i Krystyną Laszkiewicz przeprowadzić robocze spotkania z pracą nad statutami z każdą z organizacji – zapowiada Roman Adaśko. – W czasie szkolenia 18 października nie było to możliwe, było zbyt mało czasu, choć całość trwała cztery godziny – dodaje.

Szkolenie miało miejsce w sali konferencyjnej KHS Rokita.

mw

Nieprzyjęcie mandatu i jego skutki

Policja lub straż miejska wystawiają mandat z chwilą złapania osoby na wykroczeniu lub bezpośrednio po jego popełnieniu. Podczas wystawiania tego dokumentu funkcjonariusz ma obowiązek poinformować o możliwości odmowy jego przyjęcia – jeśli zdecydujemy się na ten krok, musimy jednak liczyć się z nieprzyjemną konsekwencją drogi sądowej.

Postępowanie przygotowawcze w przypadku odmowy przyjęcia mandatu jest bardzo okrojone; organy badają jedynie, czy są podstawy do wystąpienia do sądu z wnioskiem o ukaranie oraz zbierają informacje konieczne do poparcia oskarżenia. Po zakończeniu czynności sprawa trafia do sądu rejonowego. Ten musi zbadać wszystkie okoliczności sprawy – bierze pod uwagę całokształt materiałów dowodowych i wyjaśnienia, a także stopień społecznej szkodliwości czynu.

Odmowa przyjęcia mandatu jest więc korzystna tylko w przypadku, kiedy istnieją poważne wątpliwości co do jego nałożenia. W oczywistych przypadkach nie warto więc się uchylać – Policja zawsze może wystąpić z wnioskiem o ukaranie; tak samo w przypadku odmowy przyjęcia mandatu za nieprzepisową jazdę samochodem, jak i kiedy nikt nie otworzy drzwi funkcjonariuszom podczas interwencji. Przegrana rozprawa rodzi zaś koszty, które wielokrotnie przekraczają wartość dobrowolnie spłacanej grzywny.

Klub Jagielloński realizuje zadanie publiczne współfinansowane ze środków powiatu wołowskiego polegające na prowadzeniu punktu nieodpłatnej pomocy prawnej w Brzegu Dolnym, Rynek 18 – czynny w czwartki i piątki w godzinach 11:00-15:00 oraz w Wołowie, ul. Kościuszki 27 czynny w poniedziałki i środy w godzinach 15:00-19:00 i we wtorki w godzinach 9:00-13:00.

URZĄD MIEJSKI

czynny w pon. w godz. 7.30-17.00
oraz wt.-pt. w godz. 7.30-15.30

Sekretariat
71 319 51 17
fax 71 319 56 83
um@brzegdolny.pl

Burmistrz Stanisław Jastrzębski
71 319 51 17
Przyjmuje mieszkańców w każdy wtorek w godz. 10.00-12.00
oraz 14.00-15.30

Przewodniczący RM Andrzej Lech
71 319 51 17 wew. 254 (Biuro RM)
alech00@poczta.onet.pl
Przyjmuje mieszkańców w każdy wtorek w godz. 14.00-15.30

Biuro Rady Miejskiej
71 319 51 17 wew. 254
brm@brzegdolny.pl

Referat ds. Dowodów Osobistych i Ewidencji Ludności
71 319 51 17 wew. 144
71 319 51 17 wew. 141
71 319 54 64

Referat Podatków Lokalnych
71 319 51 17 wew. 125

Urząd Stanu Cywilnego
71 319 51 17 wew. 137
71 319 79 59

Biuro Bezpieczeństwa
71 319 51 17 wew. 257
71 319 61 39

Wydział Rolnictwa
71 319 51 17 wew. 244

Działalność Gospodarcza
71 319 51 17 wew. 263

Organizacje pozarządowe i współpraca międzynarodowa
71 319 51 17 wew. 259

Referat Promocji i Informacji
71 319 51 17 wew. 400
promocja@brzegdolny.pl

Pozostałe

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
71 319 56 62
www.gops.brzegdolny.pl
gops@brzegdolny.pl

Zakład Gospodarki Komunalnej
ul. Urazka 11
71 319 54 35
zgk@brzegdolny.pl
ul. Ogrodowa
71 319 62 88
71 319 59 23

Usługi Pogrzebowe
71 319 54 35 (godz. 7.00-15.00)
660 543 406 (godz. 15.00-7.00)

Środowiskowy Dom Samopomocy
71 319 90 48
sds@brzegdolny.pl

Kompleks Hotelowo-Sportowy „Rokita"
71 380 80 71
fax 71 380 80 68
www.khs.brzegdolny.pl
khs@brzegdolny.pl
khsbd@wp.pl

Hotel „Rokita"
71 380 80 30
khshotel@wp.pl

Pływalnia Aquasport
71 380 80 49
fax 71 380 80 68
khsbasen@wp.pl

Stadion Miejski
71 319 03 61
71 319 87 90
fax 71 319 62 98
stadionkhs@wp.pl

Przedszkole nr 1
ul. Zwycięstwa 1
71 319 56 60
www.perelka.brzegdolny.pl

Przedszkole nr 2
ul. Odrodzenia 2
71 319 56 59
www.przedszkole4bd.szkolnastrona.pl

Przedszkole nr 3
ul. Przedszkolna
71 319 56 95
www.balbinka.brzegdolny.pl

Szkoła Podstawowa nr 1
71 319 51 06
www.sp1brzegdolny.szkolnastrona.pl

Szkoła Podstawowa nr 5
71 319 58 30
71 319 56 67

Szkoła Podstawowa nr 6
71 319 99 11
www.sp6.brzegdolny.pl

Szkoła Podstawowa w Pogalewie Wielkim
71 319 63 79

Gimnazjum Publiczne nr 1
71 319 51 83
fax 71 319 92 80

Dolnobrzeski Ośrodek Kultury – Kino „Odra"
71 319 52 52
www.dok.brzegdolny.pl
dok@brzegdolny.pl

Galeria Miejska DOK
71 319 55 25

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
ul. Zwycięstwa 3
71 319 55 09
www.biblioteka.brzegdolny.pl

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
Filia nr 3 na os. Warzyń
71 319 01 66

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
Filia nr 1 w Rynku
71 319 00 99

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
Filia nr 2 w Pogalewie Wielkim
71 319 63 79

Komisariat Policji Brzeg Dolny
71 319 50 38
71 380 82 20

Powiatowy Urząd Pracy
Filia Brzeg Dolny
71 319 50 33

Urząd Skarbowy w Wołowie
71 389 24 40
fax 71 389 19 41
www.wolow.us.sisco.info

Gemini-med – opieka nocna i świąteczna
Wołów, ul. Trzebnicka 20/4
71 389 79 90

Przychodnia Brzeg Dolny – rejestracja ogólna
503 848 236
380 53 33

Przychodnia Brzeg Dolny – rejestracja dzieci
71 380 53 95
503 847 170

Punkt Konsultacyjny „MONAR"
71 319 78 83

Pogotowie Gazowe
alarmowy – 992

Pogotowie Energetyczne
71 319 55 55

Ochotnicza Straż Pożarna
71 319 58 49
www.osp.brzegdolny.pl
osp@brzegdolny.pl

Pogotowie Ratunkowe w Wołowie – biuro
71 389 24 30

Stacja PKP
Informacja Kolejowa dla abonentów TP S.A.
19 757
dla abonentów pozostałych operatorów
(42) lub (22) 19 436

Parafie

Rzymskokatolicka parafia pw. Chrystusa Króla
ul. Naborowska 5
695 286 615
brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl
www.christusrex.wbrzegudolnym.pl

Rzymskokatolicka parafia pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski
ul. Zielona 2
71 319 58 00
mbkp.brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl
www.krolowapolski.brzegdolny.pl

Rzymskokatolicka parafia pw. Najświętszej Maryi Panny z Góry Karmel
Rynek 23
71 319 56 89
mbsz.brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl

Apteki

Apteka „Stella"
ul. Słowackiego 4
71 319 86 83

Apteka „Tęczowa"
Al. Jerozolimskie 33
71 319 03 35

Apteka „W Rynku"
Rynek 12/23
71 380 24 13

Apteka „Lawendowa"
ul. Zwycięstwa 9
71 319 09 21

Apteka „Dolnobrzeska"
ul. Kętrzyńskiego 1
71 383 14 03

Apteka „Witaminka"
ul. Zwycięstwa 8
71 319 872 33

Apteka „W Przychodni"
Przychodnia Zdrowia al. Jerozolimskie
71 319 59 13

Poszukujemy kandydatów na rodziny zastępcze

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołowie – Organizator Rodzinnej Pieczy Zastępczej poszukuje kandydatów do pełnienia funkcji: rodziny zastępczej niezawodowej, rodziny zastępczej zawodowej, w tym zawodowej pełniącej funkcję pogotowia rodzinnego, zawodowej specjalistycznej, rodzinnego domu dziecka dla dzieci pozbawionych częściowo lub całkowicie możliwości opieki ze strony rodziców biologicznych z terenu powiatu wołowskiego.

Wychowywanie w rodzinie zastępczej jest ogromną szansą dla każdego dziecka, które w sytuacji braku możliwości zapewnienia mu właściwej opieki i wychowania ze strony rodziców biologicznych, nie ma możliwości zostać adoptowanym, a marzy o posiadaniu własnej kochającej rodziny. Placówki opiekuńczo - wychowawcze nie są w stanie zapewnić dzieciom miłości rodziców, spędzania świąt w rodzinnej atmosferze ani wyjazdów wakacyjnych spędzonych z bliskimi. Dlatego dla tych wszystkich dzieci największą szansę na szczęśliwe dzieciństwo daje rodzina zastępcza – namiastka własnego domu i naprawdę kochające bliskie osoby.

Kandydaci na rodziny zastępcze uczestniczą w bezpłatnym szkoleniu organizowanym przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołowie.

Na każde dziecko umieszczone w rodzinie zastępczej przyznawana jest comiesięczna pomoc pieniężna na jego częściowe utrzymanie. Osoby, które podejmują się zawodowo prowadzeniem rodziny zastępczej lub rodzinnego domu dziecka otrzymują dodatkowo wynagrodzenie za pracę. Rodzinie zastępczej może przysługiwać wsparcie finansowe na wyjazdy wakacyjne dzieci, pomoc w sytuacjach trudnych zdarzeń losowych, dodatki na opiekę nad dziećmi niepełnosprawnymi i inne. Ponadto każdej rodzinie zastępczej zapewniana jest według potrzeb pomoc m.in.: psychologa, pedagoga, pracownika socjalnego czy radcy prawnego.

Wszystkich chętnych do stworzenia rodziny zastępczej, do otwarcia swoich serc i drzwi dla naszych podopiecznych, zachęcamy do kontaktu z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Wołowie, od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.30 do 15.30.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wołowie
Ul. Inwalidów Wojennych 24, 56-100 Wołów
Tel. 71 389 53 00 w. 19

JAKIE WARUNKI NALEŻY SPEŁNIĆ, ABY ZOSTAĆ RODZINĄ ZASTĘPCZĄ?

Pełnienie funkcji rodziny zastępczej może być powierzone małżonkom lub osobie niepozostającej w związku małżeńskim, jeżeli osoby te spełniają następujące warunki:

1. Dają rękojmię należytego wykonywania zadań rodziny zastępczej;
2. Nie są i nie były pozbawione władzy rodzicielskiej, oraz władza rodzicielska nie jest im ograniczona ani zawieszona;
3. Wypełniają obowiązek alimentacyjny – w przypadku, gdy taki obowiązek w stosunku do nich wynika z tytułu egzekucyjnego;
4. Nie są ograniczone w zdolnościach do czynności prawnych;
5. Są zdolne do sprawowania właściwej opieki nad dzieckiem, co zostało potwierdzone zaświadczeniami o braku przeciwwskazań zdrowotnych do pełnienia funkcji rodziny zastępczej lub prowadzenia rodzinnego domu dziecka, wystawionymi przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej;
6. Przebywają na terenie Rzeczpospolitej Polskiej;
7. Zapewniają odpowiednie warunki bytowe i mieszkaniowe umożliwiające dziecku zaspokojenie jego indywidualnych potrzeb, w tym: rozwoju emocjonalnego, fizycznego i społecznego, właściwej edukacji i rozwoju zainteresowań, wypoczynku i organizacji czasu wolnego;
8. Nie były skazane prawomocnym wyrokiem za umyślne przestępstwo lub umyślne przestępstwo skarbowe.

Teoria przywiązania tematem międzynarodowego seminarium naukowego

21-osobowa grupa z Polski i z Niemiec wzięła udział w Międzynarodowym Seminarium Naukowym, zorganizowanym przez Powiatowe Centrum Edukacji i Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie. Tematem seminarium była praca z dzieckiem z wykorzystaniem teorii przywiązania. Kolejny raz współpraca między Powiatem Harburg a Powiatem Wołowskim okazała się sukcesem. Seminarium objęte zostało Honorowym Patronatem Dolnośląskiego Kuratora Oświaty i Starosty Wołowskiego.

Teoria przywiązania wiąże się przede wszystkim z poczuciem bezpieczeństwa, co jest szczególne we wczesnym etapie rozwoju małego dziecka. Przywiązanie uzależnione jest od wielu czynników, jednak ważniejszymi z nich są relacje z głównymi opiekunami, poczucie bliskości, spokoju i przynależności. Dzięki nim kształtuje się w małym człowieku rodzaj bezpiecznej „podstawy", która umożliwia mu poznawanie otaczającego świata oraz nawiązywanie więzi.

Istota teorii przywiązania została przybliżona podczas Międzynarodowego Seminarium Naukowego w Świeradowie Zdroju w dniach 5-8 października 2017. Jak się okazało, więź emocjonalna dziecka z opiekunem (głównie matką) jest elementem stanowiącym matrycę rozwoju dziecka, niezależnie od jego płci, rasy, kraju pochodzenia czy języka. Fundamentem owej więzi jest poszukiwanie bliskości oraz potrzeba bezpieczeństwa.

Uczestnikami warsztatów w ramach prowadzonego seminarium byli pracownicy merytoryczni z poradni wychowawczych z Powiatu Harburg (Dolna Saksonia), oraz z poradni psychologiczno-pedagogicznych w Brzegu Dolnym i Wołowie. Szkolenie zostało poprowadzone w dwóch wersjach językowych. Ekspertami warsztatów były psycholodzy-terapeuci z Ośrodka Psychoterapii „Mały Książę" w Krakowie.

W drugiej części szkolenia miały miejsce warsztaty, a także zostały wyemitowane dwa dokumentalne filmy, prowadzone i nakręcone w ramach terapii. Uczestnicy zgodnie potwierdzili słuszność organizacji szkoleń o charakterze międzynarodowym. Stwarzają fundament wzajemnego dzielenia się doświadczeniem i współpracy. Potrzeba i deklaracja kontynuacji wybrzmiała wyraźnie podczas spotkania podsumowującego seminarium. Każdy z uczestników otrzymał zaświadczenie udziału w seminarium. Każdy też zabrał namiastkę szkolenia ze sobą, wzbogacając tym samym warsztat swojej pracy. Jak się okazuje, nie tylko jako terapeuta, ale także indywidualnie, jako człowiek. Bowiem style przywiązania, a szczególnie wzajemne relacje, mają ogromny wpływ na życie dorosłego już człowieka.

Katarzyna Fęglerska
PCEiPPP w Wołowie

Wiktoria na drugim miejscu, Eryk z nagrodą indywidualną

To już szósta edycja Dolnośląskiego Konkursu Piosenki Polskiej „Piosenka zmieniająca życie" odbyła się 19 października w Lubiążu. Zespół Szkół Zawodowych w Brzegu Dolnym reprezentowali: Wiktoria Kresa oraz zespół w składzie Aleksandra Harwas, Eryk Pieróg oraz Marta Siembida. Wiktoria wystąpiła z autorską piosenką „Wiem" i to wykonanie zostało docenione przez jury przyznaniem drugiego miejsca. Natomiast gość specjalny tegorocznego konkursu Jacek „Mezo" Mejer dostrzegł niezwykły talent Eryka Pieróga i wręczył naszemu uczniowi nagrodę indywidualną za grę na keyboardzie. Serdecznie gratulujemy i życzymy następnych sukcesów na polu muzycznym.

(E.)

„Siano wirowało, słoma unosiła się w powietrzu…"

Wolontariat to wspaniały pomysł na spędzenie wolnego czasu w otoczeniu zwierząt. Jest to również możliwość dania im czegoś od siebie i czerpania radości z niesienia pomocy.

W tym celu część uczniów klas VI i VII SP 1 z p. Karoliną oraz p. Dyrektor wyruszyła do Piskorzyny – do Schroniska dla Koni „Tara". Gdy dojechaliśmy na miejsce, pan Piotr, Klaudia i Sebastian od razu się nami zaopiekowali. Po przywitaniu zostaliśmy oprowadzeni po ogromnym terenie schroniska. Poznaliśmy smutne historie koni, które zostały uratowane przed rzeźnią. W Tarze mieszka wiele zwierząt. Dużo radości sprawiły nam kozy, owce, świnka Piotruś, psy i oczywiście koty. Głównym celem naszego wyjazdu oczywiście była pomoc. Na początku przeszliśmy solidne szkolenie BHP, poprowadzone przez pana Piotra. Następnie każdy z nas zakasał rękawy, wziął widły do ręki i podzieleni na dwie grupy ruszyliśmy w stronę dwóch stajni. Pierwsza grupa taczkami wywoziła odchody koni, a druga wykładała siano i słomę do boksów. Nasi chłopcy zajęli się segregowaniem cięższych przedmiotów. Pracy przy takiej liczbie zwierząt jest ogrom. Dzieci bardzo chętnie pracowały, a uśmiech z ich twarzy nie znikał nawet na chwilę.

Ten dzień zapamiętamy na długo. Była to wspaniała przygoda i przede wszystkim zaskakująca lekcja życia dla nas wszystkich. Jedno jest pewne – jeszcze wrócimy do Tary, aby dalej nieść pomoc potrzebującym zwierzętom. Wszystkim uczniom i rodzicom bardzo dziękujemy za przyniesione dary, które mogliśmy przekazać dla Schroniska.

SP 1

Święto KEN w Szkole Podstawowej nr 1

„W nauczycielu mam przyjaciela" – pod tym hasłem uczniowie klas II i III B wraz z wychowawcami Karoliną Jaworską i Mileną Dąbrowską-Mol, przygotowały uroczysty apel z inscenizacją pt. „Pod parasolem". Uczniowie recytowali dla każdego nauczyciela wierszyk z niemałą dozą humoru. Mali aktorzy otrzymali gromkie brawa i byli dumni ze swojego sukcesu.

Dyrektor, Rada Pedagogiczna i Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1 im. Adama Mickiewicza w Brzegu Dolnym serdecznie dziękują przybyłym Rodzicom, zaproszonym gościom i Przyjaciołom naszej szkoły za udział w uroczystym apelu z okazji święta Komisji Edukacji Narodowej, który odbył się 13 października. Dziękujemy, że zechcieliście z nami celebrować nasze wspólne święto.

SP 1

Kupony „Panorama" nr 20 (62)

Dobre Foto – Anna Birecka, Brzeg Dolny
Zaproszenie na pływalnię – Janina Sygidus, Brzeg Dolny
Mini zestaw kosmetyków z salonu Anna Clarena – Martyna Ktak, Jodłowice
Zaproszenie do kina Odra dla dwóch osób – Joanna Dąbek, Brzeg Dolny
Trening w Fitnesscaji – Jadwiga Skóra, Brzeg Dolny

W losowaniu nagród w każdej kategorii udział bierze TYLKO JEDEN KUPON od danej osoby!

Zdjęcie lub skan wypełnionego kuponu można teraz także przesłać do nas mailem: panorama@brzegdolny.pl lub MMS-em: 882 447 666 w terminie do 7 listopada 2017

ODRA

Zaproszenie do kina „ODRA" dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....
ważny do 07.11.2017

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyn, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

pływalnia AQUASPORT

Zaproszenie na pływalnię „AQUASPORT" dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....
zbieramy do 07.11.2017

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyn, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

Dobre-Foto.pl Jacek Palat
Fotograficzne Laboratorium Internetowe

Darmowe zdjęcia do dowodu osobistego

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....
zbieramy do 07.11.2017

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyn, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

Multi-kulti w Wolimierzu

Grupa turystów wybrała się w październiku z Oddziałem Miejskim PTTK Rokita na wycieczkę w Góry Izerskie i do Wolimierza – wsi, w której idea multi-kulti stała się codziennością.

Wolimierz to niewielka wioska u stóp Gór Izerskich. Od zawsze zamieszkała przez niepokorne duchy, do dziś przyciąga nowych osadników, którzy wnoszą tu świeże pomysły i doświadczenia.

Prawie jedna czwarta mieszkańców to przyjezdni, nie tylko z różnych stron Polski ale i świata, jak np. para Japończyków, Amerykanka, Hindus. Na odbywające się co roku festiwale muzyczne ściągają tłumy z całej Polski, Czech, Niemiec i dalszych stron Europy.

Wszystko to za sprawą grupy niebanalnych osób, które z pasją realizują swoje marzenia tworzenia alternatywnego świata, bez antagonizmów, gdzie promowana jest sztuka, rzemiosło, zdrowe jedzenie, tolerancja i wymiana tradycji. Dzięki temu podupadła pod koniec lat 80. wioska przemieniła się w miejsce magiczne, a miejscowych nie dziwią dredy i kolorowe stroje przybyszów ani egzotyczne potrawy jak np. sushi.

Nocowaliśmy w agroturystyce u pani Edyty, która uzyskała II miejsce w kategorii „Najpiękniejsza Zagroda" na Dolnym Śląsku, zwiedziliśmy pracownię artystyczną „Szklana Kuźnia", gospodarstwo produkujące kozie sery i rozpoznawalną już w Europie Klinikę Lalek mieszczącą się w budynku dawnej stacji kolejowej, gdzie utworzono Międzyplanetarne Królestwo Sztuki. Ze stacji Wolimierz wylewa się wulkan pozytywnej i twórczej energii, społecznej aktywności i kreatywności. Odbywają się tu warsztaty teatralne, muzyczne, energii odnawialnych, prelekcje i pokazy filmów.

Po drodze do Wolimierza zatrzymaliśmy się w Mirsku, miasteczku o ciekawej historii, gdzie znajduje się wieża widokowa powstała w wyniku adaptacji wieży ciśnień, ścieżka dydaktyczno-turystyczna „Geopark – śladami dawnego górnictwa kruszców".

Z Mirska wyruszyliśmy na ok. 9-kilometrowy szlak do Wolimierza, biegnący początkowo wzdłuż Kwisy, a później ze wspaniałym (choć trochę zachmurzonym) widokiem na Góry Izerskie.

Jeśli przyjąć stare powiedzenie, że dla prawdziwego turysty pogoda może być tylko dobra lub bardzo dobra, to trzeba przyznać, że pierwszego dnia mieliśmy bardzo dobrą. Natomiast, jeśli chodzi o drugi dzień, to cóż… z ambitnej 5-godzinnej trasy szlakiem z Ulicka na Smrek i Stóg Izerski do Świeradowa turyści wrócili jakby wyszli prosto z kąpieli w górskim strumieniu.

W autobusie odbyły się kompletne przebieranki, a do domów rozchodzili się w kapciach, z ciagle ociekającymi wodą butami w ręku.

Mimo tych przeciwności aury humory dopisywały, a konkluzja ostateczna konkluzja brzmiała: jak mało człowiekowi do szczęścia potrzeba, wystarczy porządnie zmoknąć, a potem przebrać się w suche ciuchy.

Na szczególne uznanie zasługują dwaj najmłodsi turyści – Maciek i Oskar, którzy przebyli tę mokrą trasę z uśmiechem na ustach.

Elżbieta Węgrzynowska

Wrześniowe spotkanie pod znakiem wspomnień

– Wspominamy nasze czerwcowe spotkanie klubowe, letnie, słoneczne, roześmiane – mówi Aleksandra Chrapkowicz z Dyskusyjnego Klubu Książki „Płomyczki". – Na spotkanie 20 września przygotowywałam się poetycko, jednak życie napisało swój scenariusz.

Lekturą „zadaną" na wrześniowe spotkanie „Płomyczków" była książka „Wojciech Kilar. Takie piękne życie" Barbary Gruszki-Zych. 10 września klubowiczki dowiedziały się o śmierci swojej koleżanki Balbiny. Dla pani Aleksandry ta smutna okoliczność stała się przyczynkiem do napisania wiersza, poświęconego pamięci zmarłej. Także na spotkaniu, poza obowiązkowym omawianiem książki, znaleźć się musiało miejsce na wspomnienia o pani Balbinie. – Były wspominki wesołe i smutne, tak jak wesoło i smutno bywało w jej życiu – wyjaśnia A. Chrapkowicz. – W ostatniej ziemskiej drodze towarzyszyłyśmy jej wszystkie, z naręczem pięknych kwiatów i zniczem, którego światełko ma ją prowadzić prostą drogą do nieba – opowiada. – Wszystko mija, ból też kiedyś ustanie. A życie gna szybko do przodu i nie znosi pustki. Ustaliłyśmy więc termin kolejnego spotkania i lekturę na październik. Będzie wesoło, bo zaplanowaliśmy pieczenie ziemniaków. A gdyby aura nas zawiodła, dla rozgrzania się zatańczymy wokół ogniska…

mw

Balbina – wspomnienie

Serce dyktuje mi tak, nie inaczej
Jaka szkoda i strata:
10 września – do zapamiętania
ta data.

Jeszcze tak ciepło, jeszcze tak zielono,
Jeszcze słoneczko świeci,
A Ciebie Balbinko nie ma już wśród nas,
Nie ma Cię na świecie.

Odeszła od nas koleżanka elegancka, miła
Swoją osobą czasem nam służyła.
Ale jeśli Ją zapamiętamy
– zawsze będzie z nami!

Teraz ważne każde słowo.
Chcę przypomnieć to i owo.
Jak lubiłaś tańczyć, modlić się i śmiać,
po prostu: życie garściami brać!

Były wycieczki
– zwiedziłaś kawał świata,
– była działalność w Klubie Seniora.
Oj Balbinko! To naprawdę nie była ta pora!

Czas zabiera wszystko i dobre i złe,
Nikogo nie omija – ni Ciebie, ni mnie.
I młodych i w starszym wieku,
Więc ciesz się każdą daną nam chwilą człowieku.

A. Chrapkowicz

Wędrowali do św. Jadwigi

I Piesza Pielgrzymka z Brzegu Dolnego do Łososiowic odbyła się 21 października. W kościele filialnym św. Jadwigi pojawił się tego dnia prawdziwy tłum wiernych.

Z kościoła na os. Fabrycznym wyruszyło ok. 120 osób – mówi ks. Tomasz Latawiec, wikariusz parafii NMP Królowej Polski i współorganizator pielgrzymki. – Po drodze dołączały kolejne osoby. Najstarsi mieszkańcy Łososiowic nie pamiętali tak licznej grupy wiernych, młodzieży i dzieci oraz tylu księży naraz w swojej świątyni – dodaje.

W Naborowie na pielgrzymów czekał poczęstunek w postaci ciasta oraz gorącej kawy i herbaty, który przygotowali mieszkańcy miejscowości na czele z ks. Józefem Lubczyńskim z parafii pw. Chrystusa Króla na Warzyniu.

Organizatorzy szacują, że liczba pielgrzymów, którzy przybyli tego dnia do kościoła pw. św. Jadwigi w Łososiowicach, wyniosła ostatecznie ok. 200 osób. Tych, którzy nie mogli przejść pieszo 9 kilometrów trasy, dowiózł autokar zapewniony przez gminę Brzeg Dolny. Mszy św. w Łososiowicach przewodniczył dziekan dekanatu Brzeg Dolny ks. Adam Sobótka, zaś kazanie wygłosił ks. Marian Rapacz, proboszcz z Rościsławic. Po Mszy św. zebrani wzięli udział w radosnym pikniku, który przy pomocy Rady Parafialnej z parafii NMP Królowej Polski zorganizowali mieszkańcy Łososiowic. Odbył się również kiermasz, z którego dochód przeznaczony zostanie na remont dachu kościoła filialnego w tej miejscowości.

I Piesza Pielgrzymka z Brzegu Dolnego do Łososiowic odbyła się w Roku Jadwiżańskim, kiedy obchodzony jest jubileusz 750-lecia kanonizacji św. Jadwigi Śląskiej, tydzień po 38. Pieszej Pielgrzymce Wrocławskiej do św. Jadwigi w Trzebnicy. Organizatorzy składają serdeczne podziękowania wszystkim zaangażowanym w przygotowanie pielgrzymki.

mw

fot. ks. Tomasz Latawiec

Święto Ziemniaka w Starym Dworze

Koło Gospodyń Wiejskich „Jodłóweczki" zaprosiło mieszkańców wsi na Święto Ziemniaka. W niedzielne popołudnie 22 października w świetlicy wiejskiej w Starym Dworze odbył się prawdziwy festiwal ziemniaczanych potraw pod hasłem „Ziemniaki, pyry, kartofle".

Główną atrakcją spotkania był oczywiście ziemniak, przyrządzony na wiele sposobów. O smakołyki zadbały „Jodłóweczki", które przygotowały degustację tradycyjnych klusek śląskich, paluchów ziemniaczanych, ruskich pierogów, kotletów ziemniaczanych oraz pieczeni z ziemniaków z kaszą gryczaną i sosem grzybowym. Tymi smakołykami zajadali się mieszkańcy. Dlaczego warto jeść ziemniaki?

– Z ich dobrodziejstwa możemy korzystać cały rok. Ziemniaki gotowane, pieczone, smażone, w formie puree, frytek, albo chipsów – każdy ma swoją ulubioną potrawę z ziemniaków – mówiła Danuta Michalska z KGW „Jodłóweczki". – To jeden z najbardziej popularnych na naszych stołach produktów. Chociaż uważa się, że ziemniaki są tuczące, to w rzeczywistości mają mało kalorii, za to zawierają wiele bardzo cennych substancji. Obecnie uprawiane są na szeroką skalę i szacuje się, że statystyczny Polak zjada w ciągu roku ponad 100 kg ziemniaków! Taki wynik nie powinien dziwić, jeśli weźmiemy pod uwagę, jak wiele potraw kuchni polskiej bazuje właśnie na tym warzywie.

Ziemniaki w rożnych odsłonach przygotowane z sercem smakowały wszystkim. Święto Ziemniaka było też okazją do integracji społeczności wiejskiej i do świetnej zabawy dla dzieci.

mb

Kaczka mandarynka wróciła po roku

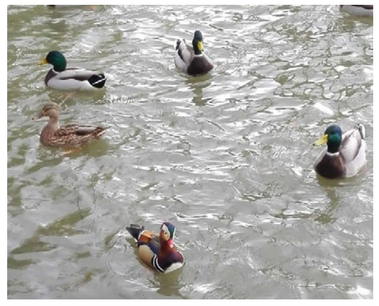
Kaczka mandarynka, która zaleciała na Staw Młyński w listopadzie ubiegłego roku, znów została zauważona w Parku Miejskim. Oczywiście nie ma pewności, że to ten sam osobnik, jednak sądzimy, iż kaczorkowi rok temu tak się u nas spodobało, że postanowił odwiedzić Brzeg Dolny ponownie.

Wielobarwny, piękny kaczor znów wybrał jesień, aby zaprezentować się mieszkańcom Brzegu Dolnego. Trzeba przyznać, że na odwiedziny wybrał bardzo malowniczą porę. Co ciekawe, gatunek ten przywdziewa najpiękniejsze godowe upierzenie właśnie jesienią i zimą. Samiczki nie są tak barwne jak samce. Kto jeszcze nie widział mandarynki, niech spieszy nad Staw Młyński. W końcu nie wiadomo, jak długo zagości ona w naszych stronach.

Przed rokiem przyrodnik Krzysztof Konieczny wyjaśniał nam, że kaczka mandarynka naturalnie występuje we wschodniej Azji. Jej obecność w wielu europejskich miastach jest następstwem ucieczki z niewoli części osobników. Mandarynki spotkać można m.in. w warszawskich Łazienkach.

– Takiej kaczce nie należy pomagać, a przede wszystkim nie wolno jej łapać. Ptaki, które są lotne, pobierają same pokarm, nie wymagają interwencji. Przy okazji niepotrzebnych odłowów można wyrządzić im krzywdę – ostrzegał K. Konieczny w listopadzie ub. roku. Tak jak wtedy, przypominamy również, że karmienie kaczek i łabędzi chlebem nie jest dobrym pomysłem. To, co nam smakuje, u ptaków powodować może choroby przewodu pokarmowego, obrzęk wątroby, a nawet śmierć. Zdecydowanie lepsze od pieczywa są ziarna, płatki owsiane, kasza czy warzywa.

mw



Brzeg Dolny reprezentowany na XIV Dolnośląskim Festiwalu Dyni

XIV już Dolnośląski Festiwal Dyni odbył się w Ogrodzie Botanicznym Uniwersytetu Wrocławskiego 8 października. W tej bardzo popularnej, dorocznej jesiennej imprezie w stolicy Dolnego Śląska wzięła również udział Jolanta Choińska z Brzegu Dolnego, która reprezentowała DOK i przeprowadziła warsztaty rękodzieła.

Dolnośląski Festiwal Dyni promuje kulinarne, zdrowotne i dekoracyjne walory warzyw dyniowatych. W tym roku największą atrakcją była dynia o imieniu Klaudia, ważąca ok 574,5 kg, wyhodowana przez Piotra Danielczyka z Wyr koło Mikołowa na Śląsku. Ponadto festiwal był okazją do zobaczenia najdziwniejszych okazów dyń wyhodowanych przez znanych ogrodników oraz spróbowania potraw z tego warzywa. Częścią imprezy były także plenery plastyczne, wystawy, występy pieśniarsko-taneczne oraz konkursy i zabawy dla najmłodszych. Kiermasz umożliwiał zaopatrzenie się w jadalne i ozdobne egzemplarze dyni, jak również ekologiczną żywność, miody, oleje roślinne, przyprawy i wyroby rękodzielnicze. Pani Jolanta przeprowadziła warsztaty z carvingu i zaprezentowała niezwykłe dzieła wykonane przez siebie tą metodą. Było na co popatrzeć!

mw

fot. Jolanta Choińska

Europejski Tydzień Świadomości Dysleksji

Pracownicy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Brzegu Dolnym w związku z obchodami Europejskiego Tygodnia Świadomości Dysleksji w dniach 9-13 października podejmowali różnorodne formy działań popularyzujące wiedzę na temat dysleksji zarówno w siedzibie poradni, jak i w środowisku lokalnym.

W dniach 9 i 10 października otwarty był w poradni punkt konsultacyjny dla wszystkich rodziców i nauczycieli zainteresowanych problematyką specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu. W tych dniach dyżur pełniły pedagog I. Grabowiecka, psycholog B. Bilewicz-Natkaniec oraz logopeda D. Kasycz-Bejnar. Rodzice uczniów kl. IV-VII mogli po południu skorzystać z propozycji pedagoga i wziąć udział w zajęciach mających na celu wprowadzenie ćwiczeń utrwalających poprawną pisownię do pracy z dzieckiem w domu w formie gier i zabaw pt. „Przyjemne z pożytecznym". Rodzice chcący zbadać wzrok i słuch swoich pociech, mieli okazję wykonać badanie, które przeprowadza logopeda komputerowym testem „Słyszę" i „Widzę".

W dniach od 11-13 października na terenie w szkół w klasach IV prowadzono badania przesiewowe mające na celu rozpoznanie u dzieci specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu, ponieważ wczesne wykrycie tych trudności może zapobiec problemom w nauce, pogłębianiu się deficytów rozwojowych, a przede wszystkim pozwoli podjąć działania zaradcze mające na celu wyeliminowanie lub zmniejszenie tych zaburzeń i trudności. Do badań przesiewowych skierowanych dla uczniów klas IV zgłosiły się Szkoła Podstawowa nr 1 oraz Szkoła Podstawowa nr 5.

Iwona Grabowiecka – pedagog

Szkoła Podstawowa nr 1 w Brzegu Dolnym

Szkoła Podstawowa nr 5 w Brzegu Dolnym

W Szkole Podstawowej nr 1 pedagog I. Grabowiecka przygotowała prezentację dla rodziców uczniów klas I i II pt. „Dziecko ryzyka dysleksji w szkole – diagnoza, objawy i sposoby pomocy". Rodzice uczestniczący w spotkaniu wypełniali Kwestionariusz Skali Ryzyka Dysleksji, którego analiza pozwoli ocenić, czy u dziecka występują symptomy wskazujące na ryzyko wystąpienia zaburzeń dyslektycznych.

W siedzibie placówki korzystający w tym czasie z usług poradni z zainteresowaniem zapoznawali się z zamieszczonymi publikacjami i broszurami na temat dysleksji, które znajdują się w poczekalni. Na stronie PCEiPPP w Wołowie został zamieszczony artykuł pt. „Polecane strony internetowe oraz ćwiczenia do wykorzystania w pracy z uczniem ze specyficznymi trudnościami w czytaniu i pisaniu".

warsztaty teatralne

oferta dla dzieci i młodzieży szkolnej

Agnieszka Mielcarek
Instruktorka

Warsztaty prowadzone profesjonalnie i z pasją. Jako reżyser i animator kultury, wielokrotnie prowadziłam warsztaty dla dzieci i młodzieży.

Moja wiedza i doświadczenie pozwalają mi w tworzeniu autorskich warsztatów, które dostosowuje do wieku i percepcji dziecka. Tworzę spektakle dla dzieci, dzięki czemu wiem jakim językiem z nimi rozmawiać i co jest dla nich ważne. Jako scenograf i plastyk z zamiłowania, prowadzę warsztaty plastyczne, co daj mi ogromną satysfakcję.

Ważne, aby dziecko rozwijało swoją wyobraźnie i nie bało się ekspresji.

Zdrowe jedzenie i wiedza na jego temat jest ogromnie ważna, dzieci od najmłodszych lat powinny posiadać podstawowe umiejętności kulinarne. Gotowanie to sztuka, która może być świetną zabawą, bardzo twórczą i fascynującą.

To wszystko, czego dziecko doświadczy dziś, będzie miało wpływa jego dorosłe życie.

Podstawy z zakresu teatru dramatycznego oraz plastycznego.

działania

- praca z głosem, ciałem, rytmem (dykcja, ruch sceniczny, oddech)
- tworzenie etiud grupowych oraz indywidualnych
- tworzenie postaci
- praca nad interpretacją tekstu
- tworzenie form lalkowych oraz scenografii
- improwizacja
- teatr plastyczny i lalkowy
- podstawy dramy
- podstawy pantominy
- podstawowa wiedza o teatrze - teoria
- zabawy integracyjne

cel

Nauka aktorstwa, świadomość ciała, nauka samodzielności oraz pracy w grupie, rozwijanie pewności siebie, odwagi oraz pamięci, możliwość wyrażana siebie.

Warsztaty teatralne kończą się pokazem.

dla kogo?

wiek	czas trwania	każdy poniedziałek
3 - 5 lat	45 min	16:15
6 - 8 lat	60 min	17:00

kontakt oraz zapisy

Agnieszka Mielcarek
teatr.a.mielcarek@gmial.com
530 191 478

Dolnobrzeski Ośrodek Kultury
dok@brzegdolny.pl
71 319 52 52

Najgorszy człowiek na świecie

TEATR POLSKA 2017

REŻYSERIA: ANNA SMOLAR

TEATR IM. WOJCIECHA BOGUSŁAWSKIEGO W KALISZU

OPIS SPEKTAKLU

Spektakl to wariacja na temat głośnej książki Małgorzaty Halber – pisarki, dziennikarki, rysowniczki. Autorka, opisując swoje osobiste doświadczenia, mierzy się z tabu kobiecego alkoholizmu, przekracza je, skłania do przyjęcia nieoczywistej perspektywy. Halber traktuje bowiem nałóg jako symptom czegoś głębszego, trudnego do rozpoznania i nazwania, prowokującego do namysłu nad tym, w jaki sposób tworzymy więzi z innymi i z samymi sobą. Kameralny spektakl Anny Smolar stawia w punkcie wyjścia kilka pytań – prostych i podstawowych.

Kim jesteśmy dla siebie? My, członkowie rodziny, współpracownicy, sąsiedzi, współobywatele?

My twórcy i widzowie, zebrani w jednej sali? Jak rozmawiamy? Jak słuchamy? Czy pomagamy? Czy pogrążamy? Czy jesteśmy zależni czy niezależni?

OBSADA

Natasza Aleksandrowitch / Izabela Beń / Dawid Lipiński / Marcin Trzęsowski / Izabela Wierzbicka

INNI REALIZATORZY

Adaptacja: Anna Smolar we współpracy z zespołem aktorskim
Kostiumy, scenografia: Anna Met
Opracowanie muzyczne, światła: Rafał Paradowski
Asystent reżyserki: Dawid Lipiński
Inspicjent: Agnieszka Kasprzak
Autor zdjęć: Bartek Warzecha
czas trwania: 75
grupa wiekowa: dorośli
scenografia: Anna Met
choreografia: Anna Smolar we współpracy z zespołem aktorskim
muzyka: Rafał Paradowski
dramaturgia: Anna Smolar we współpracy z zespołem aktorskim
data premiery: 26 listopada 2016
miejsce premiery: Teatr im. Wojciecha Bogusławskiego Kalisz

W BRZEGU DOLNYM:

15 listopada 2017 r. godz. 18.00, Aula Powiatowego Zespołu Szkół ul. Wilcza 10.
Bilety do nabycia w sekretariacie DOK, ul. Kolejowa 29. **Cena – 15 zł**

Po spektaklu odbędą się warsztaty dla publiczności

Półmilionowy gość we wrocławskim Hydropolis!

Wrocławskie centrum wiedzy o wodzie – Hydropolis – gościło niedawno półmilionowego gościa. Jak się okazało nabywcą szczęśliwego biletu został uczeń Szkoły Podstawowej nr 1 w Brzegu Dolnym. Na wycieczkę do stolicy Dolnego Śląska wybrał się ze swoją klasą 2a i z wychowawcą Karoliną Jaworską.

Grupa wycieczkowa zapisała się na zwiedzanie wystawy, ale dzięki szczęśliwemu losowi wrocławskie Hydropolis postanowiło wyróżnić klasę i zaproponowało darmowe zajęcia z nowej oferty edukacyjnej.

Dodatkowo w zwiedzaniu wodnego centrum towarzyszyły dzieciom maskotki – sympatyczny Rekin i charyzmatyczna Ośmiornica. Eksperymenty, wodne efekty i tajemniczy podwodny świat zachwyciły dzieci i opiekunów!

Sandra Jagieła

Dzień Radości w Przedszkolu nr 3

Podróż do krainy radości – pod takim hasłem przedszkolaki z PS nr 3 przeżywały 25 października. Główną atrakcją był przygotowany przez panie teatrzyk pt. „Śmieszna Kaczka Dziwaczka", który dostarczył maluchom wiele radości. Nie zabrakło również zabaw przy muzyce, quizów i zagadek, w których przedszkolaki z entuzjazmem uczestniczyły. Uśmiech na twarzach dzieci daje nauczycielkom motywację do organizowania kolejnych takich wydarzeń.

PS 3

Proboszcz Parafii pw. NMP Królowej Polski na os. Fabrycznym ks. Jacek Włostowski oraz Dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury Danuta Chłód

zapraszają na

mszę św. w intencji Ojczyzny, która odprawiona zostanie 11 listopada o godz. 12.00.

Po mszy świętej w kościele odbędzie się koncert laureatów Powiatowego Przeglądu Piosenki Patriotycznej

Burmistrz Brzegu Dolnego – Stanisław Jastrzębski ma przyjemność zaprosić na spacer po najciekawszych miejscach związanych z historią Brzegu Dolnego.

Działanie pn. „Łączenie mieszkańców" prowadzone jest w ramach zadań ujętych w Lokalnym Programie Rewitalizacji Gminy Brzeg Dolny na lata 2016-2023.

Spacer historyczny skierowany jest do wszystkich mieszkańców Gminy ze szczególnym uwzględnieniem mieszkańców obszarów rewitalizacji wskazanych w Lokalnym Programie Rewitalizacji.

Serdecznie zapraszamy na spacer historyczny
w niedzielę 12 listopada,
rozpoczęcie o godz. 14.00, zbiórka przy Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury.
Udział w spacerze historycznym jest bezpłatny.
Po spotkaniu spacerowicze zostaną zaproszeni na poczęstunek przy kawie.

14:00 – Zbiórka spacerowiczów przy Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury.
14:05-16:30 – Zwiedzanie najciekawszych miejsc Brzegu Dolnego: pałac von Hoyma, ogrody pałacowe, rzeźba Nify i Garonny, gołębnik, stajnia z wozownią, mauzoleum, winiarnia, młyn, synagoga (remiza OSP), Alejka Klasztorna, klasztor św. Jadwigi oraz Karola Boromeusza, historia Anorgany, Rynek wraz z Kościołem p.w. Najświętszej Maryi Panny z Góry Karmel.
16:30-18:00 – Jaki był Brzeg Dolny przed Dyhernfurthem? Przy kawie o historii naszego miasta (prezentacja multimedialna w Sali Kameralnej Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury).

Dolnośląskie Dni Kultury Kresowej w Brzegu Dolnym

„Ale nasza Polska
ma ten zły przymiot do siebie,
że swych rzeczy, które u nas się naydują,
chociaż lepsze pod czas
a niżeli w inszych krajach są,
nie ważymy sobie."

Erazm Syxt Lwowczyk, 1617

XVI Dolnośląskie Dni Kultury Kresowej im. Zygmunta Jana Rumla odbyły się w dniach 6-15 października. Jeden z koncertów pod patronatem burmistrza Stanisława Jastrzębskiego odbył się w Brzegu Dolnym.

Mieszkańcy naszego miasta mieli okazję w sali widowiskowej Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury wysłuchać prelekcji na temat Kresów oraz pieśni w wykonaniu młodzieży z Ukrainy, która zaprezentowała również narodowe tańce.

W DOK można było podziwiać między innymi aktora teatralnego, filmowego i telewizyjnego Stanisława Górkę, który zaśpiewał lwowskie utwory. Barbara Twardosz-Drożdzińska, piosenkarka z Kobrynia, również zaprezentowała lwowski repertuar, który poruszył dolnobrzeską publiczność. Na sobotnim koncercie można było usłyszeć także tenora i solistę Warszawskiej Opery Kameralnej Krzysztofa Machowskiego czy zespół wokalny „Podolskie Świderki". Wystąpił również zespół taneczny „Podolski Świat".

Na zakończenie koncertu burmistrz Stanisław Jastrzębski i dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury Danuta Chłód otrzymali dyplomy uznania za przygotowanie i organizację XVI Dolnośląskich Dni Kultury Kresowej. Wszyscy przybyli goście wraz z burmistrzem zaśpiewali na koniec doskonale wszystkim znaną piosenkę ludową „Hej Sokoły"!

Sandra Jagieła, JI

Gościem podczas koncertu w Brzegu Dolnym był wicemarszałek Województwa Dolnośląskiego dr Tadeusz Samborski

Występy młodzieży wywołały wiele wzruszeń

Artyści zaprezentowali repertuar, który przeniósł widzów na Kresy

Seniorzy świętowali swój dzień

W Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury 19 października odbyły się doroczne obchody Dnia Seniora. W uroczystości wzięli udział członkowie Związku, władze samorządowe oraz przedstawiciele instytucji wspierających oddział. Nie zabrakło zaproszonych gości, czyli seniorów z oddziałów Wołów i Lubiąż.

W imieniu samorządu dolnobrzeskiego życzenia seniorom złożyła dyrektor Danuta Chłód.

– Składam państwu życzenia zdrowia, wielu lat życia wypełnionych radością i satysfakcją. Niech każdy dzień wypełnia ludzka życzliwość, a optymizm życiowy nigdy was nie opuszcza. Jesteście państwo źródłem życiowej mądrości, z której młodsze pokolenie powinno czerpać. Za to wam serdecznie dziękujemy!

Podczas uroczystości wręczono Odznaki Honorowe Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów za długoletnie zaangażowanie z prace związku i wspieranie inicjatyw na rzecz seniorów. Złotą Odznakę Honorową otrzymał Eugeniusz Skorupka, natomiast Wiesława Jochimiak, Urszula Pietrzyk i Ryszard Bubółka zostali nagrodzeni Odznakami Honorowymi.

– Nasz oddział liczy obecnie 400 członków. Dzięki państwa aktywności oraz wsparciu ze strony władz i instytucji lokalnych możemy pomyślnie realizować statutowe zadania – powiedział prezes Jan Śmiechowski.

Z okazji Dnia Seniora członkom oddziału, którzy skończyli 80 lat, wręczono kwiaty i upominki ufundowane przez Gminę Brzeg Dolny. Tegoroczni dostojni jubilaci to: Michał Oleśniewicz, Józef Pietras, Anna Sawa, Teodozy Kasiańczuk, Eugenia Kominek, Bronisława Tworzowska, Natalia i Edward Pociask.

Dla wszystkich wystąpił Chór „Radość" pod kierownictwem Adama Wróblewskiego, który zaprezentował repertuar patriotyczny oraz zespół taneczny „Rytmy Planety". Seniorzy zobaczyli układy taneczne, za które młodzi tancerze zostali nagrodzeni na konkursach w kraju i za granicą. Jak zawsze występ bardzo się podobał, a dzieci otrzymały w podziękowaniu słodycze. Po oficjalnych uroczystościach seniorzy do późnych godzin wieczornych bawili się przy znanych i lubianych przebojach.

Związek Emerytów i Rencistów w Brzegu Dolnym jest jedną z najprężniej działających organizacji pozarządowych w Brzegu Dolnym. Seniorzy prowadzą działania edukacyjne, prozdrowotne, turystyczne, a także bawią się i świętują. Jak podkreślają, jesień życia może być wesoła i pełna optymizmu. Bo przecież teraz już nic nie muszą, za to wszystko mogą!

mb

Młodzi tancerze urzekli bohaterów wieczoru, czyli seniorów

Dla seniorów wystąpił chór „Radość"

Jubilaci, którzy ukończyli 80 lat, zostali obdarowani prezentami

Występ starszej grupy zespołu „Rytmy Planety"

Łączy ich śpiew i muzyka

Bukowice koło Krośnic były gospodarzem spotkania trzech chórów. Podczas muzycznego spotkania wystąpiły chóry „Ballada" z Bukowic, „Jubilat" z Domaniowa oraz „Radość" z Brzegu Dolnego.

Tradycyjnie od kilkunastu lat trzy zaprzyjaźnione chóry spotykają się na muzycznych biesiadach. W sobotę 21 października w Bukowicach koło Krośnic w tamtejszym Domu Kultury chóry przedstawiły swój repertuar, w którym znalazły się znane i lubiane piosenki.

– Organizatorzy przyjęli nas bardzo ciepło i serdecznie – mówi Danuta Chłód, dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury. – Chór „Radość" z Brzegu Dolnego zaprezentował przeboje z lat 20. Każdy chór jest inny. Różni się stylem, repertuarem i interpretacją utworów muzycznych. To, co nas łączy, to spotkanie z drugim człowiekiem, wzajemna sympatia, więź i serdeczność.

Każde spotkanie to okazja do integracji i wymiany doświadczeń. Kolejne spotkanie odbędzie się w styczniu 2018 roku w Domaniowie.

mb

Dyrektor DOK podziękowała gospodarzom z Bukowic za gościnność

Każdy chór zaprezentował swój repertuar

Koncert chórów zakończył się wspólną zabawą

Ziemia Święta

Nie jestem znawcą. Znawcy mają wiedzę o Ziemi Świętej tak wielką, że mogą mówić godzinami. Oni mówią, a pielgrzymi słuchają i starają się zapamiętać. Zapamiętałem tylko trochę.

Tegoroczną pielgrzymkę próbowałem porównać z jednodniowym pobytem w Jerozolimie w 1981 r. Przed tamtą wizytą całkiem inaczej sobie wszystko wyobrażałem. Nie sądziłem, że miejsca opisane w Ewangelii są zabudowane kaplicami, a raczej że je oznaczono jakimiś tablicami. Miejsce narodzenia Jezusa miałem przed oczami jako szopkę. Nauczanie z łodzi kojarzyłem z obrazem Jezusa w łodzi z podniesioną ręką.

Kaplica w Ain Karem została zbudowana dzięki św. Helenie, która miała dowody, że właśnie tam urodził się Jan Chrzciciel. Maryja po zapowiedzi Anioła, że urodzi Mesjasza, poszła odwiedzić swoją krewną Elżbietę.

Elżbieta, natchniona Duchem Świętym, wiedziała, że dziecko Maryi będzie Zbawicielem. Aby ukrócić gadanie sąsiadów o ciąży starszej Elżbiety, udały się obydwie z Maryją do letniego domu Zachariasza, którego jako kapłana świątynnego stać było na taką siedzibę na odludziu. Elżbieta i jej mąż Zachariasz właściwie byli już pogodzeni, że nie doczekają się własnego potomka. Elżbieta zaszła w ciążę sześć miesięcy przed zwiastowaniem Maryi – może po to, aby Marię całkowicie upewnić, że urodzi Ona Zbawiciela?

Patrząc na górzystą okolicę miejsca urodzenia św. Jana, też domu letniego, łatwiej zrozumieć słowa Ewangelii, że Jan żył na pustyni i żywił się miodem oraz szarańczą. Jan mógł przebywać całkiem niedaleko od swojego domu, bo tam, pośród wzgórz, obecność dzikich pszczół i szarańczy była bardzo prawdopodobna. Na typowej, piaszczystej pustyni nie byłoby takiej możliwości.

Chrzest Jana

Obecnie w miejscu, gdzie Jan chrzcił Jezusa, brzeg rzeki Jordan jest przystosowany, by nawet osoby w jesieni życia mogły wejść do wody. Szerokimi stopniami wchodzi się na drewniany pomost o szerokości ok. 70 cm. Gdy tam chodziliśmy, to woda sięgała nam do kostek. Robi wrażenie, gdy pielgrzymi powtarzają za kapłanem słowa, które wypowiadali nasi rodzice i chrzestni podczas chrztu świętego. Nam było dane być w tym samym miejscu, w którym Jezus Chrystus został ochrzczony!

Widzieliśmy, jak wyznawcy prawosławia całkowicie zanurzali się w Jordanie. Wcześniej ubierają na siebie białą szatę.

Cud w Kanie Galilejskiej

Do niektórych pielgrzymów dotarło, jak Maria była natchniona Bogiem – Matka Jezusa na weselu w Kanie powiedziała do Syna: Wina nie mają. – Jeszcze nie nadeszła moja godzina – odparł jej Jezus. – Róbcie to, co On wam każe – zwróciła się Maria do sług. Jezus przemienił wodę w wino, bo Matka mu tak doradziła. Pierwszy cud za namową Matki! Nawet ci pątnicy, którzy nie piją, kupowali wino na pamiątkę, aby uczcić tamto cudowne wydarzenie. A może niektórzy myśleli, że w Kanie Galilejskiej każde wino jest wyjątkowe?

Galilea

Idąc w kierunku kościoła o dziwnym kształcie, mija się co kilkanaście kroków niskie marmurowe tablice z napisami w języku angielskim. Na każdej z nich początek jest taki sam: „Błogosławieni, którzy...". Jak bardzo cały lud słuchający kazania Jezusa na Górze czuł, że Jego słowa trafiają do serc. Jezus mówił do ubogich w duchu, smutnych, pragnących sprawiedliwości, cierpiących prześladowania. Mówił też do miłujących, czystych serc, wprowadzających pokój. Przemawiał tak, że wielka rzesza słuchających nie myślała o głodzie. Ale właśnie wtedy Jezus cudownie rozmnożył pięć bochenków chleba i dwie ryby. Ewangelia podaje, że samych mężczyzn było 5 tys., a z pewnością były też kobiety i dzieci.

Na pamiątkę Ośmiu Błogosławieństw na Górze w XX w. wybudowano ośmiokątny kościół.

Wielu z nas miało inne wyobrażenie o jeziorze Tyberiadzkim. A to jezioro jest olbrzymie! Podczas jednogodzinnego rejsu tak mocno wiało, że czapki zrywało z głów. Możemy sobie wyobrazić, jak apostołowie płynęli łodzią i obawiali się, że łódź zatonie. Wtedy Jezus uspokoił fale...

Góra Tabor

Uważa się za pewne, że właśnie na szczyt tej góry Jezus zaprowadził trzech apostołów. Tam z obłoku usłyszeli: „To jest mój Syn umiłowany, Jego słuchajcie". W kościele w podłodze przy ołtarzu jest otwór, jakby okno, przez które widać skałę, na której na pewno stał Jezus, apostołowie – Piotr, Jakub i Jan. A przecież byli tam też Mojżesz i Eliasz. To święte miejsce, a nam było dane je zobaczyć!

Bazylika Grobu Pańskiego w Jerozolimie

W tym wielkim kościele najczęściej jest wielu chrześcijan. Wszyscy w zadumie czekają, aby zobaczyć szczególnie grób Pański i Golgotę – miejsce, gdzie został ukrzyżowany Jezus Chrystus. Atmosfera w bazylice jest swoista, chociaż obecna bazylika nie jest tą, która stała w tym miejscu pierwotnie. Tę pierwszą w 1009 r. doszczętnie zburzyli muzułmanie. Dla pielgrzymujących chrześcijan bazylika jest tak ważna, jakby na pewno na Golgocie w tym samym miejscu był krzyż, na którym zmarł Pan Jezus. Do Grobu Pańskiego w kolejce staliśmy prawie 2 godziny. Zakonnik prawosławny co chwilę puszczał po trzy osoby. Za drugim razem, w czasie sjesty, udało mi się dostać do Grobu Pańskiego po około 30 minutach. Wtedy miałem sposobność zrobić zdjęcia.

Pątnicy często klękają i całują brązową, marmurową tablicę – na niej balsamowano po zdjęciu z krzyża ciało Pana Jezusa.

Nie sposób opisać wszystkich miejsc. Dobrze jest udokumentowane miejsce narodzenia Marii Panny w Jerozolimie oraz Grota Zwiastowania w Nazarecie, odkopany dom św. Piotra, Grób Łazarza, Droga Krzyżowa, Stella Maris – miejsce modlitwy proroka Eliasza, Karmel, miejsce kuszenia Jezusa, Wieczernik (odtworzony).

Kopuła na Skale jest miejscem najświętszym dla izraelitów i muzułmanów. Żydzi uważają, że na tej skale Abraham zamierzał w ofierze Bogu złożyć swojego syna Izaaka; muzułmanie – że z tej skały Mahomet miał wstąpić do nieba. Mówi się, że w Ziemi Świętej rolnik wyorujący kamień ogląda go, czy jest na nim znak Boga.

Bogobojni powinni wierzyć, że Bóg tak zadziałał, aby prawdziwe miejsca były czczone. Nasz przewodnik opowiadał:„Biskup Muszyński, który pokazywał wiernym miejsce, z którego Jezus wstąpił do nieba, mówił: - Z tego lub z miejsca obok. Wtedy akurat miejscowa kobieta przyniosła chore dziecko, które położyła w miejscu, z którego przypuszczalnie Jezus wstąpił do nieba. Kobieta na swój sposób modliła się. Po 10 minutach wzięła chłopca za rękę. Dziecko wstało i szło! Od tamtego czasu, biskup już nie mówił: gdzieś tutaj, ale tutaj!".

Porównanie pobytu w Izraelu 1981 r. z tegorocznym

Podczas jednodniowego pobytu w Jerozolimie widziałem objuczone osły i muły, których grzbiety wyładowane były cebulą, kanistrami z benzyną, workami ze zbożem lub mąką. W obrębie murów Starego Miasta były ruiny. Koledzy z Holandii mówili mi nazwy tych kaplic, ale nie zapamiętałem. Obecnie wszystko jest odbudowane.

W Betlejem w 1981 r. w bazylice Narodzenia Jezusa było sporo wiernych (tydzień przed Wielkanocą). Jeden mężczyzna mówił po arabsku do ludzi, aby się odsunęli, abym mógł zrobić zdjęcie tej wieloramiennej, srebrnej gwieździe, która oznacza miejsce narodzenia Jezusa. Zdjęcie (przeźrocze) zrobiłem! Obecnie w bazylice Narodzenia Jezusa jest remont. Nie wszędzie można było wejść. Tej specyficznej gwiazdy nie widziałem.

Na pustyni widziałem części czołgu i taśmy minerskie. Wzdłuż Jordanu była dosyć wąska szosa. Obecnie, równolegle do starej jest nowa, szeroka szosa.

Miejscowość Dahab na wybrzeżu zatoki Akaba była bardzo mała. Nie było żadnego regularnego połączenia do Elat. Transport się załatwiało, gdy większa grupa osób chciała przyjechać lub wyjechać z Dahab. Najczęściej tam były tylko namioty tych, którzy uprawiali diving. Obecnie jest to popularny, duży ośrodek do nurkowania. W 1981 r. Dahab była na terenie Izraela, ale było wiadomo, że w ramach negocjacji w Camp David zostanie (z całym Synajem) przekazana Egiptowi.

Opisanego w „Panoramie" nr 54 ks. Romualda poznałem w 1981 r. Zaprosił wtedy mnie i moich dwóch holenderskich kolegów na obiad. Holendrów poznałem na promie. Wyjaśnili mi, że w Izraelu autostop był zakazany. Nie stać mnie było na opłaty za przejazd, alternatywą była wspólna podróż z Holendrami. Razem z nimi, ich samochodem, pojechałem na rafy koralowe. Nie miałem aparatu do nurkowania, ale pływając z rurką do oddychania widziałem wspaniałe kolonie koralowców i różne stworzenia morskie. Ich kolory – wydaje mi się – jeszcze do dzisiaj pamiętam.

Tadeusz Emil Gołębiewicz

Nowy cykl „Panorama w podróży"

Odbyłeś ciekawą podróż?

Podziel się wspomnieniami, zdjęciami, dobrymi radami. Zapraszamy do kontaktu: panorama@brzegdolny.pl | 882 447 666

Banaszkiewicz drugi w Krapkowicach

II Grand Prix Polski Weteranów w tenisie stołowym odbyło się w dniach 21-22 października w Krapkowicach. W kategorii M75 2. miejsce zajął dolnobrzeżanin Ryszard Banaszkiewicz. W finale przegrał on z Henrykiem Glurą z Bydgoszczy 2:3 (10:12, 8:11, 11:7, 11:9, 5:11). Kolejnym sprawdzianem formy będzie dla R. Banaszkiewicza udział w III GP Polski w Białymstoku 11-12 listopada.

Inf.

Anżela Sowa druga w I Wojewódzkim Turnieju Klasyfikacyjnym Żaczek

Bardzo dobrze spisała się Anżelika Sowa, która zajęła 2. miejsce w I Wojewódzkim Turnieju Klasyfikacyjnym Żaczek w tenisie stołowym. Dało jej to awans do I Grand Prix Polski Żaków, które odbędzie się w dniach 3-5 listopada w Lidzbarku Warmińskim.

Turniej może zaliczyć do udanych także Julia Zaguła, która zakończyła go na rewelacyjnym 4. miejscu. W najlepszej ósemce turnieju znaleźli się również Karol Kalisz i Iga Zaczkiewicz – obydwoje zajęli 7. miejsce. Pozostali nasi reprezentanci zajęli następujące miejsca: Agata Andrzejczak – 9., Zuzia Bazylewska i Marika Chrąchol – 13-14, zaś Sebastian Sowa 17.

Inf.

Złoto i brąz Damiana na Mistrzostwach Europy w sumo

67 medali zdobyli reprezentanci Polski w zakończonych w niedzielę w Warszawie Mistrzostwach Europy Młodzików, Kadetów i Juniorów w sumo. W tej imponującej liczbie znalazło się 9 złotych medali, 17 srebrnych i 41 brązowych. To olbrzymi sukces, na który nasi reprezentanci ciężko pracowali.

W kategorii U-18 polska drużyna zdobyła złoty medal. Mistrzowską grupę zawodników reprezentował Gerard Kurniczak, Michał Fabianowski, Jakub Nowakowski oraz Damian Wróbel z klubu MKS Rokita.

Indywidualnie Damian wywalczył brązowy medal. Wygrał z reprezentantami z Węgier, Rosji i Estonii, zaś przegrał z reprezentantem Azerbejdżanu. Jest to jednak olbrzymi sukces młodego zawodnika z Brzegu Dolnego. Trener Józef Szabowski nie kryje dumy ze swojego podopiecznego. – Jestem bardzo zadowolony. Tu nie można mówić o przypadku. O każdy medal się walczy. Wystarczy chwila nieuwagi, by znaleźć się poza podium.

Sandra Jagieła

Brzeg Dolny na 18. PKO Poznań Maratonie

Jedenaścioro dolnobrzeżan wzięło udział w 18. PKO Poznań Maratonie 15 października. Wystartowali z 40-minutowym opóźnieniem, wszyscy myśleli nawet, że maraton zostanie odwołany jak niegdyś półmaraton we Wrocławiu. Mimo dusznej pogody wszyscy nasi maratończycy zameldowali się na mecie, a Witold Gidel, który osiągnął wynik 02:56:00, pobił tego dnia swój życiowy rekord.

Inf.

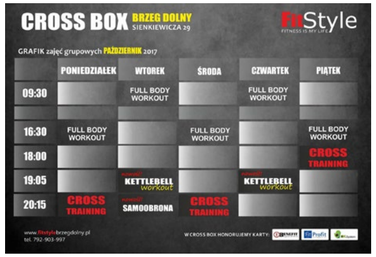
Na zdjęciu od lewej: Witold Gidel, Waldemar Włodarczyk, Halina Gidel, Rafał Woźniak, Sylwester Żuchora, (w przysiadzie) Paweł Lis, Tomasz Zimny, Magdalena Rakowska, Łukasz Rakowski, Ireneusz Olbert, Łukasz Lipiński.

Fitness w Brzegu Dolnym nabiera rozpędu

FitStyle FITNESS IS MY LIFE

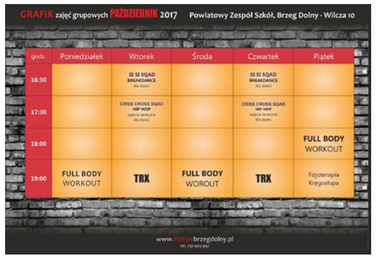
Czy zdarzyło Ci się kiedykolwiek, że chcąc zacząć przygodę ze światem fitness, nie mogłeś znaleźć nic odpowiedniego dla siebie? Zajęcia prowadzone w Twojej okolicy były za mało różnorodne, za ciężkie lub zbyt lekkie? Czy nie zaprzątała Ci głowy myśl o miejscu gdzieś niedaleko, gdzie można poćwiczyć na wolnych ciężarach, pobawić się w małpim gaju oraz zrobić trening siłowy na wysokiej klasy sprzęcie? Jeśli tak, to jesteś odpowiednią osobą, aby zaprezentować Ci nowo otwarty Fitness Club w Brzegu Dolnym. Działający od lutego CrossBox jest miejscem, w którym do dyspozycji klienta jest obszerna sala cross fit, nowoczesna siłownia, małpi gaj, sala indor cycling, a także fantastyczna strefa chillu. Każdy znajdzie tutaj coś dla siebie.

Sala cross fit jest pomieszczeniem, gdzie możemy swobodnie „porzucać sztangą", zrobić trening z użyciem gum, odważników kettlebell, czy „zaprzęgnąć się" w sanki. Dodatkowo obszerna brama daje możliwości trenowania kalenistyki oraz podwieszenia taśm TRX. Znajdziecie tu również sprzęty takie jak skrzynie, stepy, drabinki oraz liny. Czy można chcieć czegoś więcej? Oczywiście! Klimatyzowanej siłowni, która wyposażona jest w najwyższej klasy urządzenia. Znajdujące się w niej maszyny umożliwiają trenowanie wszystkich partii mięśniowych naszego ciała. Ponadto do Twojej dyspozycji są wykwalifikowani instruktorzy, którzy chętnie pomogą postawić Ci pierwsze kroki w treningu siłowym lub rozwinąć posiadane umiejętności. To jeszcze nie koniec! CrossBox jest również idealnym miejscem, aby zrobić porządne cardio. Trzy nowoczesne bieżnie, ergo wiosła oraz specjalna sala indor cycling czekają, by przyspieszyć bicie Twego serca!



Jeżeli jednak wolisz trenować w grupie zachęcamy Cię do zapoznania się z obszernym grafikiem zajęć. W programie znajdują się treningi takie jak:

- Full Body Workout, gdzie wzmacniane są wszystkie mięśnie Twego ciała. Każdy wykonuje ćwiczenia w swoim tempie oraz z dostosowanym do siebie ciężarem (lub bez obciążenia) pod czujnym okiem instruktorów.
- Cross Trening to ćwiczenia o wyższym poziomie zaawansowania. Tu nauczysz się poprawnej zabawy ze sztangą, poprawisz kondycję i wytrzymałość, a także poczujesz prawdziwego ducha walki.
- Zajęcia Kettlebell dadzą Ci rewelacyjne efekty w krótszym czasie niż trening z tradycyjnymi hantlami. Ćwiczenia z odważnikami kulowymi angażują do pracy niemal wszystkie partie mięśni – dzięki temu poprawiają siłę, wytrzymałość, koordynację i pomagają skuteczniej walczyć ze zbędnymi kilogramami.
- A może prócz poprawy sylwetki chciałbyś opanować techniki samoobrony? Zajęcia te umożliwiają wszystkim uczestniczkom w sposób prosty i naturalny opanować podstawowe techniki obrony przed napadem, a także nabyć fundamentalnych nawyków, którymi powinniśmy cechować się podczas ataku. Tu nauczysz się reagować stosownie do poziomu zagrożenia i – w miarę postępów – rozwiązywania konfliktów poprzez fizyczną i słowną samoobronę.
- Jeżeli nadal nie znalazłeś nic dla siebie, spokojnie. FitStyle posiada w swym grafiku zajęcia indoor cyclingowe, które prowadzone są przez jednego z najlepszych instruktorów w Polsce. Indoor cycling to grupowy trening na rowerach stacjonarnych. Dzięki niemu można schudnąć i wyrzeźbić sylwetkę, wzmocnić mięśnie, a także poprawić ogólną wydolność. Jazda na rowerach odbywa się w rytm porywającej muzyki, całą trasę natomiast umilają niesamowite wizualizacje wyświetlane na projektorze.



Czy można spodziewać się czegoś więcej? Na pewno! Klub cały czas prężnie się rozwija i zaskakuje pomysłami. Tylko czekać na kolejne nowości! Jesteś zainteresowany? Zapraszamy!

Trening mięśni dna miednicy

Dlaczego ćwiczenia Kegla nie działają? Na czym polega właściwy trening mięśni dna miednicy, dzięki któremu łatwiejszy będzie poród, szybszy powrót do formy po urodzeniu dziecka i większa satysfakcja seksualna?

Mięśnie Kegla to określenie bardzo modne i chwytliwe, ale nie ma nic wspólnego z treningiem mięśni dna miednicy. Dlaczego? Powodów jest kilka. Po pierwsze mięśnie o takiej nazwie nie istnieją - mięśnie mają nazwy łacińskie! A teraz trochę historii… W 1948 roku doktor Arnold Kegel opublikował wyniki swoich 15-letnich doświadczeń z zastosowaniem ćwiczeń mięśni dna miednicy u pacjentek z nietrzymaniem moczu. Trzeba tu zaznaczyć, że ten amerykański ginekolog opisał tylko jeden z mięśni dna miednicy: mięsień łonowo-guziczny (musculus pubococcygeus), stanowiący część głębokiej warstwy mięśni dna miednicy (mięśnia dźwigacza odbytu). Doktor Kegel stworzył podstawy rehabilitacji mięśni dna miednicy, jednakże dopiero wiele lat później okazało się, że mięśni jest więcej i nie pracują one w oderwaniu od innych części ciała. W prasie, internecie, w szkołach rodzenia i niejednokrotnie w gabinetach ginekologicznych wciąż powielana jest błędna informacja, że ćwiczenia Kegla polegają na zaciskaniu zwieraczy (zewnętrznej warstwy dna miednicy), czy wstrzymywaniu strumienia moczu. Wstrzymywanie moczu na co dzień może doprowadzić do zapalenia pęcherza z cofania się lub zalegania moczu. O niczym takim doktor Kegel nie wspominał w swoich artykułach! W taki sposób wykonywane ćwiczenia są nie tylko nieskuteczne, ale mogą wręcz doprowadzić do pogłębiania dolegliwości. Nic dziwnego, że lekarze ginekolodzy nie wierzą w tak wykonywany trening dna miednicy. Problem z mięśniami dna miednicy jest jeden: nie widać ich! Mięśnie te położone są głębiej niż mięśnie zwieracze. Zaciskanie mięśni pochwy czy odbytu jest po prostu nieskuteczne. Szwajcarce Benicie Cantieni zawdzięczamy wykorzystujący wszystkie zmysły, efektywny i trwały trening mięśni dna miednicy (nie tylko dla kobiet, ale również dla mężczyzn) - CANTIENICA®-Trening Dna Miednicy (1992). Co jest najważniejsze w tej holistycznej metodzie pracy z ciałem? To, że mięśnie dna miednicy nie są tu traktowane oddzielnie, lecz jako fundament wyprostowanego chodu człowieka, wyrównania miednicy i osi nóg, ustawienia klatki piersiowej i głowy oraz naprężenia kręgosłupa (dynamicznego napięcia w osi długiej ciała). W treningu Benity Cantieni następuje sprzężenie mięśni Levator Ani. W wyniku sprzężenia wraz z mięśniami dna miednicy automatycznie trenowane są mięśnie grzbietu, bioder, brzucha i nóg. Sprzężenie to przenosi się na narządy. Warto zatem nauczyć się uruchamiania głęboko leżącej warstwy dna miednicy. Ten zmysłowy (priopriocepty-wny) trening, w którym chodzi o kształtowanie tzw. czucia głębokiego, ma wiele zalet. Jeśli chcesz poznać CANTIENICA®-ćwiczenia dla lepszej pracy pęcherza, kręgosłupa, bioder, kolan, świetnego seksu i uczucia Tigerfeeling – dołącz do osób biorących udział w cotygodniowych cyklicznych zajęciach lub zapisz się na sobotni warsztat! Tel. kom. 575 777 301. Zajęcia prowadzi Anna Chytła – certyfikowany CANTIENICA®-Instruktor.

Inf.

fot. © Anna Chytła STUDIO REKREACJI, 2017

fot. Tirachard - Freepik.com

CANTIENICA®
Trening Dna Miednicy
Program Power
Kupon
bezpłatny udział w 60-min. zajęciach grupowych
Imię i Nazwisko .....

Zwycięstwo w 8. kolejce drugiej drużyny młodzików

Druga drużyna Akademii Piłkarskiej U-13 prowadzona przez trenera Szymona Węglarza ponownie wywalczyła komplet punktów i utrzymuje się w ścisłej czołówce tabeli Terenowej Ligi Młodzików.

Podczas 8. kolejki wygrywamy z drużyną FC Kostomłoty strzelając im trzy gole i tracąc tylko jeden. Wynik otworzyła Aleksandra Saran. Zdecydowana przewaga naszej drużyny w pierwszej części spotkania sprawiła, że mieliśmy wiele okazji do podwyższenia wyniku, jednak albo zawodziła skuteczność albo świetnie bronił bramkarz gości. Po zmianie stron do ataku mocno ruszyła drużyna gości, co zaowocowało zdobyciem przez nich gola i doprowadziło do remisu. Nasi zawodnicy długo nie pozostawali dłużni i zdołali odpowiedzieć trafieniem Kacpra Kawałka. Po tym trafieniu nasza drużyna dostała przysłowiowego wiatru w żagle i chwilę później kolejnego gola zdobyła Aleksandra Saran, która wykorzystała świetne prostopadłe zagranie od Stanisława Kosińskiego.

AP Brzeg Dolny

AP Brzeg Dolny – FC Kostomłoty 3:1 (1:0)

Bramki: Aleksandra Saran (2), Kacper Kawałek.

Skład: Bartosz Chyziński, Mateusz Kidoń, Jakub Sworniowski, Oliwer Kaczmarek, Bartłomiej Moroz, Dominik Tarsalewski, Stanisław Kosiński, Aleksandra Saran, Emil Drabik, Michał Zamojski, Milan Żurakowski, Filip Włodarczyk, Marcin Tkaczyk.

6. Kolejka OLT. Zespół U-15 wciąż zwycięża

6 meczów i 18 punktów na koncie naszych trampkarzy. Podopieczni trenera Michała Kowala w zaległym spotkaniu szóstej kolejki Okręgowej Ligi Trampkarzy pokonali Lotnik Twardogóra 5:2.

Mecz toczył się w szybkim tempie, nasi zawodnicy na początku spotkania przejęli inicjatywę. Cieszy to, jak chłopcy radzili sobie w ataku pozycyjnym i to jak pracowali po stracie piłki. Pochwalić za to spotkanie należy wszystkich – defensywę za pewność i spokój w rozgrywaniu piłki, zaś ofensywę za niesamowitą mobilność i kreatywność. 4 gole zdobył rozgrywający rewelacyjne zawody Filip Kubala, a jednego dołożył Oliver Matusik, co przy dwóch golach gości (jeden po pięknym strzale z rzutu wolnego w samo okienko bramki strzeżonej przez Filipa Gramsa) dało końcowy rezultat 5:2.

AP Brzeg Dolny

AP Brzeg Dolny – Lotnik Twardogóra 5:2 (2:1)

Bramki: Filip Kubala 4, Oliver Matusik.

Skład: Filip Grams, Dawid Tomczak, Aleksander Kolas, Jakub Płóciennik, Maciej Szewczuk, Mateusz Polek, Filip Kubala, Oliver Matusik, Michał Grocholski, Jacek Iskra, Wiktor Fura oraz Dawid Nowak, Gracjan Mikołajczyk, Michał Sakałus, Jakub Jacukiewicz, Fabian Ziemczak, Oliwer Lewandowski.

7. Kolejka OLT. Patologie futbolu

Spotkanie ze Ślęzą było typowym meczem walki lub – omijając frazesy – po prostu „kopaniną", w której obie drużyny wykonały więcej wślizgów i fauli niż dokładnych podań. Ale należy usprawiedliwić zawodników obydwu drużyn. Trzeba przyznań, że tylko narysowane linie i postawione w dobrych miejscach bramki przypominały im, że znajdują się na boisku. AP wygrało ten mecz 7:3.

Piłka skakała jak kamień po asfalcie, buty zakopywały się w błocie, a liście i patyki stwarzały dodatkowe niebezpieczeństwo. Był to nasz siódmy mecz, a po raz czwarty zabrakło na nim arbitra. W meczu ze Śląskiem Wrocław, Baryczem Sułów, MKP Wołów i teraz ze Ślęzą Wrocław arbitrzy po prostu się nie pojawili, choć w obsadzie sędziowskiej na te spotkania się znaleźli.

Zewsząd słychać o potrzebie szkolenia młodych zawodników, narodowym modelu gry, a trenerzy, aby prowadzić zespół uczestniczyć w licznych szkoleniach i konferencjach, po to, by w ostatecznym rozrachunku młodzi zawodnicy, zamiast w meczu, wystąpili w kabarecie. Bo jak inaczej nazwać zagranie ręką na 14. metrze pola karnego, po którym dyktowany jest rzut wolny pośredni? Jak inaczej nazwać sytuację, w której nawet trener gospodarzy tłumaczy arbitrowi, że należy nam się rzut karny, a ten udaje, że nie słyszy? Jak nie nazwać kabaretem faktu, że przy strzelających kościach naszych zawodników, nawet rodzice drużyny Ślęzy tłumaczą starszemu panu z gwizdkiem, żeby zaczął gwizdać, a on udaje, że wszystko dobrze widział? Jak wytłumaczyć zawodnikom, że ta sytuacja była jednorazowa i by o niej jak najszybciej zapomnieli, skoro coś takiego powtarza się średnio co dwa mecze? I w końcu jak to jest, że na spotkania B klasy, C klasy zawsze znajdzie się sędzia, a na spotkania 14-, 15-, i 16-latków już niekoniecznie? To kto w końcu jest tutaj nadzieją, którą trzeba chronić przed wszystkimi patologiami futbolu?

AP Brzeg Dolny

Ślęza Wrocław – AP Brzeg Dolny 3:7 (0:3)

Bramki: Filip Kubala 3, Jacek Iskra 2, Wiktor Fura, Oliver Matusik.

Skład: Jakub Pawlak, Dawid Tomczak, Aleksander Kolas, Jakub Płóciennik, Maciej Szewczuk, Mateusz Polek, Filip Kubala, Oliver Matusik, Michał Grocholski, Jacek Iskra, Wiktor Fura oraz Dawid Nowak, Gracjan Mikołajczyk, Michał Sakałus, Jakub Jacukiewicz, Fabian Ziemczak, Oliwer Lewandowski.

8. Kolejka OLT. Pierwsza porażka zespołu U-15

Pierwsza porażka w ligowych potyczkach Okręgowej Ligi Trampkarzy naszego zespołu U-15. Porażka tym bardziej dotkliwa, że stawką spotkania było pierwsze miejsce i możliwość baraży o Dolnośląską Ligę Trampkarzy.

Dwie bramki dla naszego zespołu zdobył niezawodny Filip Kubala, jednak było to za mało na świetnie grającą tego dnia drużynę FC Wrocław Academy. Jeszcze w pierwszej połowie dominacja gości nie była tak widoczna i na przerwę zespoły schodziły przy wyniku 2:2. W drugiej odsłonie przewaga wrocławskiej ekipy zarysowała się już wyraźniej, co przełożyło się na więcej sytuacji bramkowych i w konsekwencji kolejne 2 gole przyjezdnych. My nie mamy się czego wstydzić, chłopcy dali z siebie wszystko, a dzięki możliwości spotkania z bardziej doświadczoną i ograną ekipą mogli się sporo nauczyć i wyciągnąć pozytywne wnioski na przyszłość.

AP Brzeg Dolny

AP Brzeg Dolny – FC Wrocław Academy 2:4 (2:2)

Bramki: Filip Kubala 2.

Skład: Jakub Pawlak, Aleksander Kolas, Dawid Tomczak, Jakub Płóciennik, Jacek Iskra, Oliwer Lewandowski, Michał Grocholski, Oliver Matusik, Filip Kubala, Mateusz Polek, Wiktor Fura oraz Gracjan Mikołajczyk, Oskar Kowalski, Michał Sakałus, Fabian Ziemczak, Maciej Szewczuk, Filip Grams.

Zespół U-13 nadal niepokonany

Siedem meczy i komplet 21 punktów na koncie zawodników Akademii. Drużyna trenera Jaworskiego rozegrała mecz wyjazdowy w Sycowie. Był to kolejny mecz, gdzie nasi zawodnicy pokazali umiejętności strzeleckie i zdeklasowali rywala wygrywając 0:8, inkasując tym samym kolejne trzy punkty. W kolejnym meczu drużyna Akademii rozegra bardzo ważne spotkanie z AP Oleśnica, która obecnie zajmuje trzecie miejsce w tabeli.

AP Brzeg Dolny

FITnessacja o zdrowiu! Witamina 25(oh)D3

Co się kryje pod tym szyfrem? Kto wie, temu brawo! Kto badał? Podwójne brawo! W tym artykule dowiesz się, dlaczego właśnie teraz jest jeden z dobrych momentów do sprawdzenia poziomu witaminy 25(oh)D3 w Twoim organizmie. Pod koniec wiosny pisaliśmy, jak ważnym aspektem jest poznanie poziomu tej witaminy przed okresem nasłoneczniania. Dziś opiszemy drugi ważny moment pomiaru „słonecznej witaminy".

Poziom witaminy D we krwi wzrasta, gdy naturalnie wystawiamy się na działanie promieni słonecznych, czyli spędzamy czas na dworze. Dzieje się tak, gdyż poprzez przenikanie promieni przez naszą skórę – o ile nie stosujesz cały rok filtrów przeciwsłonecznych – następuje stymulowanie receptorów odpowiedzialnych za wytwarzanie naturalnej witaminy D. Jeśli do tego nie jesteś wielbicielem okularów przeciwsłonecznych, to zwiększasz szanse na wyższy poziom tego wskaźnika w Twoim organizmie. Zatem czy właśnie teraz, po okresie wakacyjnym, nie powinniśmy mieć jej szczytowego poziomu? Polecam sprawdzić…

Zbadaj, chociażby po to, aby:

- dowiedzieć się, czy jej poziom jest odpowiedni. UWAGA! Pomimo słonecznych wakacji poziom może nie być zadowalający. Osobiście uważam, że każdy wynik poniżej 30 ng/ml, wymaga kontroli oraz podwyższenia;
- uchronić się przed infekcjami, które towarzyszą nam jesienią i zimą. Poziom min. 50 ng/ml wymagany jest, aby zapewnić sobie odporność na ten czas;
- zabezpieczyć się przed złym samopoczuciem w długie, szare i jesienne dni.

To tylko dwie z wielu ważnych funkcji witaminy D3 w Twoim organizmie.

GDZIE ZBADAĆ, JAK ZBADAĆ?

Wybierz się do najbliższego punktu poboru krwi czy Twojej przychodni zdrowia, aby w rejestracji wykupić badanie poziomu witaminy 25(oh)d3 w Twoim organizmie. Niestety, jeśli lekarz nie wypisze skierowania, za badanie trzeba zapłacić ok. 60-90 zł. Na wynik oczekuje się zazwyczaj maksymalnie 3 dni. Swój rezultat skonfrontuj ją z normami, aby ocenić, czy poziom wit. D jest zadowalający.

WYNIK JEST ZBYT NISKI?

Jeśli po okresie letnim nie udało Ci się uzyskać poziomu 40-50ng/ml, to daje to do myślenia. Polecam zastanowić się nad suplementacją. Ale, pamiętaj, że taką decyzję należy wcześniej skonsultować z dietetykiem lub lekarzem.

JEŚLI WYNIK JEST NA ODPOWIEDNIM POZIOMIE – BRAWO!

Jeśli byłeś/aś sumienna i zbadałaś jej poziom przed okresem letnim, i poziom również był satysfakcjonujący, możesz być spokojny/a, że zaspokajasz jej źródła z pożywienia, a Twój organizm doskonale ją syntetyzuje przez cały rok!

Na koniec, jako podsumowanie, napiszę kilka faktów i zależności, jakie zauważyłam w pracy z ludźmi po analizie ich badań:

- im większe problemy z tarczycą, tym mniejszy poziom witaminy 25(oh)d3 w organizmie. Począwszy od chorób autoimmunizacyjnych tarczycy, np. choroby Hashimoto, po niedoczynność. Zatem jeśli suplementacja nie daje oczekiwanych rezultatów – skontroluj panel tarczycowy;
- niski poziom witaminy 25(oh)d3 koreluje z niską samooceną, jak i stanami depresyjnymi;
- jeśli planujesz zajście w ciążę, niezbędnym jest na około pół roku przed rozpocząć monitorowanie poziomu tej witaminy w organizmie. Dlaczego aż pół roku? To jest minimalny czas, aby ustabilizować jej poziom wyjściowy do ciąży.

Jeśli posiadasz pytania w temacie zdrowotnym zapraszam na konsultację.

Wspólnie obierzemy drogę do Twojego zdrowia!

Do zobaczenia!

Trener Personalny i Doradca Żywieniowy Aneta Piątek-Zwierzak

503 985 712 | aneta.piatek@fitnessacja.pl

FITnessacja **KUPON** zbieramy do 07.11.2017

Rzeźba Ciała/Core/Abt

Zaproszenie dla jednej osoby, po wcześniejszym umówieniu się (503 985 712).

Imię i Nazwisko.....

Miejscowość.....

Telefon.....

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek", bibliotece na os. Fabrycznym lub w punkcie dorabiania kluczy na targowisku.

Zdjęcie lub skan wypełnionego kuponu można teraz także przesłać do nas mailem: **panorama@brzegdolny.pl lub MMS-em: 882 447 666**

Treningi taekwon-do w nowym sezonie

Taekwon-do Brzeg Dolny zaprasza wszystkich mieszkańców Brzegu Dolnego, Wołowa oraz okolic do wspólnych treningów w nowym sezonie. Już od września sekcja wystartowała z treningami.

Nowy sezon to wiele nowości w klubie. Zmieniono grafik zajęć, rozpoczęto kilka ciekawych projektów. Jednym z nich jest projekt dedykowany dorosłym uczestnikom zajęć. W oparciu o wieloletnie doświadczenie oraz rozwój sztuk walk w połączeniu z elementami samoobrony stworzono autorski program rozwijający potencjał ruchowy osób dorosłych. Powstała grupa, która docelowo ma poprawić koordynację ruchową i przyswoić elementy samoobrony w oparciu o świetne narzędzie wychowawczo-sportowe jakim jest taekwon-do. Dodatkowym elementem jest wprowadzenie technik specjalnych samoobrony z systemu taktyczno-bojowego dla służb mundurowych SAJN.

Twórcą systemu SAJN jest Jan Nycek – instruktor klasy mistrzowskiej, głównie szkolący żołnierzy i funkcjonariuszy jednostek specjalnych. W oparciu o ścisłą współpracę trenerów Eweliny Kuczmy oraz Jarosława Mazurczaka z mistrzem Janem powstała grupa, która rozwija elementy najskuteczniejszej samoobrony.

Nadal dużym zainteresowaniem cieszą się grupy młodsze. Zajęcia dla najmłodszych uczestników (4-7 lat) są kombinacją ćwiczeń ogólnorozwojowych z elementami treningu taekwon-do. Treningi są dostosowane do przygotowania fizycznego dzieci. Program zajęć oparty jest na bazie gier i zabaw oraz ćwiczeń rozwijających potencjał ruchowy, które w połączeniu z elementami sztuki walki stanowią solidne narzędzie wychowawcze. Dzieci ćwiczą podstawowe techniki taekwon-do i uczą się podstaw walki. Wpajane im są zasady taekwon-do, co ma duży wpływ na strefę etyczno-moralną młodych zawodników.

Trening w grupie starszej (8-12 lat) jest etapem przygotowującym do pełnozakresowego treningu taekwon-do. Obciążenia fizyczne są dużo większe niż w młodszej grupie. Wprowadzony zostaje bardziej stanowczy proces dyscyplinowania, opierający się ściśle na zasadach taekwon-do. Podczas treningu dzieci uczą się powyższych zasad, a także próbują przyswoić i zaadaptować je w życiu codziennym. Ponadto zdobywają podstawowe umiejętności samoobrony, ucząc się przy tym przede wszystkim opanowania oraz przewidywania konsekwencji własnych zachowań.

Wszystkich zainteresowanych treningami w klubie Taekwon-do Brzeg Dolny zapraszamy do kontaktu z trenerami pod numerem 509 219 396.

Taekwon-do Brzeg Dolny

Treningi obywają się we wtorki i czwartki w Szkole Podstawowej nr 5 przy ul. Zwycięstwa.

17.30-18.15 Grupa 1 (4-7 lat) Akademia ruchu + elementy taekwon-do

18.15-19.15 Grupa 2 (8-12 lat) Taekwon-do + samoobrona

19.15-20.30 Grupa 3 (dorośli) Taekwon-do + samoobrona SAJN

Typuj z Panoramą! 4. edycja

Liderzy

Sebastian Skorek

miejsce	punkty	skuteczność
1	100	56%
○	+10	○

Grzegorz Miłkowski

miejsce	punkty	skuteczność
2	96	53%
○	+8	▼

Konrad Zimny

miejsce	punkty	skuteczność
3	95	53%
○	+8	▼

Mariusz Perliński

miejsce	punkty	skuteczność
3	95	53%
▼	+7	▼

Zbigniew Szumilas

miejsce	punkty	skuteczność
3	95	53%
▲▲	+11	○

Tomasz Rybotycki

miejsce	punkty	skuteczność
4	93	52%
○	+8	▼

Miejsce	Postęp	Zawodnik	Punkty	Ostatnio zdobyte	Skuteczność
1	○	Sebastian Skorek	100	+10	56%
2	○	Grzegorz Miłkowski	96	+8	53%
3	○	Konrad Zimny	95	+8	53%
3	▼	Mariusz Perliński	95	+7	53%
3	▲▲	Zbigniew Szumilas	95	+11	53%
4	○	Tomasz Rybotycki	93	+8	52%
5	▼	Justyna Gruszecka	92	+7	51%
6	▲	Jarosław Nykiel	91	+9	51%
7	▲	Jan Głowacki	90	+9	50%
7	▼▼▼▼	Michał Zając	90	+0	50%
8	▼▼▼	Andrzej Milewski	89	+5	49%
8	▲	Barbara Perlińska	89	+9	49%
8	▼▼	Kazimierz Krawczuk	89	+6	49%
8	▼	Waldemar Zimny	89	+7	49%
9	▼▼	Sebastian Szumilas	88	+6	49%
10	○	Jarosław Gruszecki	86	+8	48%
10	▼	Sławomir Pawlicki	86	+6	48%
11	▲	Anna Spychała	85	+9	47%
11	▼▼▼	Dominik Zimny	85	+4	47%
12	▲	Kazimierz Pirch	83	+8	46%
12	▼	Paweł Porożko	83	+6	46%
13	○	Tadeusz Borowski	82	+7	46%
14	○	Łukasz Konieczny	80	+7	44%
15	▲	Mirosław Smoczyk	79	+9	44%
15	○	Tadeusz Szczepański	79	+8	44%
16	▼▼	Dariusz Kubis	77	+4	43%
17	○	Dawid Perliński	75	+6	42%
17	▲	Joanna Borowska	75	+7	42%
18	▲	Przemysław Zieliński	72	+6	40%
18	▲▲	Tomasz Borowski	72	+8	40%
19	▲▲▲	Marek Kondratowicz	69	+8	38%
20	○	Zbigniew Spychała	68	+4	38%
20	▲▲▲	Tomasz Stępniewski	68	+9	43%
21	▲▲	Piotr Stępski	64	+5	40%
22	▼	Grzegorz Praczyk	62	+0	34%
23	▲▲	Romuald Talik	59	+4	37%
24	○	Bartłomiej Nykiel	57	+0	32%
25	▲▲	Magdalena Sawaryn	54	+8	45%
26	○	Artur Łuczak	52	+0	29%
27	▲	Mirosław Talik	41	+4	26%
27	▲	Waldemar Mazur	41	+4	41%
28	▲	Ewelina Jóźwik	26	+0	16%
29	▲	Tomasz Golonka	24	+0	13%
30	▲	Damian Jóźwik	20	+8	13%
31	▲	Marian Drobczyński	9	+0	23%

REGULAMIN

Niniejszy regulamin określa warunki na jakich prowadzony jest konkurs pod nazwą „Typuj z Panoramą".

1. Organizatorem Konkursu i fundatorem nagród w Konkursie jest Dolnobrzeski Ośrodek Kultury jako Wydawca „Panoramy Brzegu Dolnego".
2. Konkurs polega na typowaniu wyników 20 meczów wybranych przez redakcję sportową „Panoramy Brzegu Dolnego".
3. Za dobrze wytypowany wynik uczestnik otrzymuje 1 pkt, za błędnie wytypowany 0 pkt.
4. Uczestnicy typują mecze w następujący sposób:
   a) 1 - zwycięstwo gospodarzy, 2 - zwycięstwo gości, X - remis
   b) Wynik spotkania liczy się w regulaminowym czasie gry. Przy dogrywce lub rzutach karnym pod uwagę jest brany wynik po regulaminowym czasie gry.
   c) Przy odwołanym albo przerwanym spotkaniu uczestnicy konkursu nie otrzymują punktów. W takim przypadku każdy z uczestników otrzymuje 0 punktów.
5. Lista zawodników jest otwarta. Liderzy (pierwsza szóstka uczestników) będą wyeksponowani w tabeli wyników. Pozostali uczestnicy zostaną przedstawieni w innej formie graficznej oraz liście uczestników.
6. Konkurs będzie obejmował 10 kolejek. Wyniki będą podawane w najbliższym wydaniu gazety następującym po zakończeniu wszystkich spotkań.
7. Reklamacje można zgłaszać do 5 dni po opublikowaniu wyników drogą email bądź telefonicznie.
8. Wypełnione kupony (wydrukowane, zeskanowane, sfotografowane) należy wysyłać drogą email na adres: sport.panorama@brzegdolny.pl, bądź składać w następujących punktach dystrybucji:
   a) Sklep warzywny w Rynku (Były salonik prasowy)
   b) Sklep Smaczek na osiedlu Fabrycznym
   c) Biblioteka na osiedlu Fabrycznym
   d) Punkt dorabiania kluczy na targowisku (PHU „Dominik)
9. W Konkursie mogą brać udział pracownicy Organizatora oraz innych podmiotów współpracujących z Organizatorem przy organizacji i przeprowadzaniu Konkursu, aczkolwiek przy zdobyciu miejsca 1 nie kwalifikują się do odbioru nagrody. Wówczas nagrody przechodzą na miejsca kolejne.
10. Sponsorem nagród jest Dolnobrzeski Ośrodek Kultury oraz pozyskani sponsorzy. Pula nagród jest na bieżąco aktualizowana.
11. Nagrodzony zostanie tylko zwycięzca całej edycji, za wyjątkiem pkt. 9. Wśród wszystkich uczestników konkursu zostanie wylosowana nagroda pocieszenia.
12. W przypadku zgromadzenia takiej samej liczby punktów w całej edycji przez więcej niż jedną osobę, przeprowadzona zostanie dogrywka. Będzie to dodatkowe 5 meczów do wytypowania.
13. Zwycięzca każdej kolejki otrzyma nagrodę specjalną od redakcji. W przypadku remisu w danej kolejce o zwycięstwie zadecyduje procentowa liczba trafień z dotychczasowych kolejek.

Lp.	Data	Godz.	Kolejka 10	Liga	Dyscyplina
1.	5.11	19:00	Flamurtari vs. Kukesi	Albańska Super Liga	piłka nożna
2.	5.11	19:00	Teuta vs. Laci	Albańska Super Liga	piłka nożna
3.	4.11	01:05	Godoy Cruz vs. Huracan	Argentyńska Super Liga	piłka nożna
4.	5.11	22:05	River Plate vs. Boca Juniors	Argentyńska Super Liga	piłka nożna
5.	6.11	23:00	Atletico GO vs. Sao Paulo	Brazylijska Serie A	piłka nożna
6.	4.11	19:30	Figueirense vs. Brasil de Pelotas	Brazylijska Serie B	piłka nożna
7.	4.11	13:00	Strumska Slava vs. Pomorie	Bułgarska Vtora liga	piłka nożna
8.	5.11	12:00	Litex Lovech vs. Nesebar	Bułgarska Vtora liga	piłka nożna
9.	4.11	13:30	Zeta vs. Iskra	Pierwsza Liga Czarnogórska	piłka nożna
10.	5.11	17:00	Torpedo Kutaisi vs. Samtredia	Gruzińska Erovnuli Liga	piłka nożna

Lp.	Data	Godz.	Kolejka 10	Liga	Dyscyplina
11.	4.11	17:15	Netanya vs. H.Haifa	Izraelska Liga ha'Al	piłka nożna
12.	5.11	12:00	Shirak vs. Banants	Armeńska Premier League	piłka nożna
13.	4.11	13:00	Ventspils vs. Spartaks	Łotewska SynotTip Virsliga	piłka nożna
14.	5.11	13:30	Shkupi vs. Sileks	Macedońska Pierwsza Liga	piłka nożna
15.	5.11	16:00	Hibernians vs. Valletta	Maltańska Premier League	piłka nożna
16.	4.11	13:00	Petrobut vs. Zaria Balti	Mołdawska Liga Narodowa	piłka nożna
17.	4.11	14:00	Warta Poznań vs. Garbarnia Kraków	II Liga Polska	piłka nożna
18.	3.11	18:00	Korona Kielce vs. Śląsk Wrocław	Lotto Ekstraklasa	piłka nożna
19.	3.11	20:30	Arka Gdynia vs. Lechia Gdańsk	Lotto Ekstraklasa	piłka nożna
20.	4.11	20:30	Górnik Zabrze vs. Lech Poznań	Lotto Ekstraklasa	piłka nożna

Typ (kolejka 10) [1 - WYGRANA GOSPODARZY, 2 - WYGRANA GOŚCI, X - REMIS] WYPEŁNIONE KUPONY ZBIERAMY DO CZWARTKU **2 LISTOPADA 2017**

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.

Imię i Nazwisko	Nr telefonu	Adres e-mail

Juniorzy starsi KP liderami tabeli po rundzie jesiennej

Juniorzy starsi KP rozegrali 21 października ostatnie w tej rundzie spotkanie ligowe. Mecz mistrzowski stoczyli na boisku przeciwnika – Baryczy Sułów. Celem było wygranie meczu, zdobycie trzech punktów, uzyskanie pozycji lidera tabeli, a w perspektywie ligowy awans.

– Zawodnicy do tego spotkania wyszli bardzo zmobilizowani. Prowadziliśmy grę, stwarzaliśmy okazje bramkowe, byliśmy zdecydowanie lepszą drużyną – relacjonuje Piotr Jurków, trener dolnobrzeskich juniorów.

Spotkanie zakończyło się wynikiem 1:2. Na konto KP powędrowały zwycięskie punkty.

– Jestem bardzo zadowolony z postawy drużyny. W połowie zrealizowaliśmy plan – jesteśmy liderami tabeli, ale czeka nas dalsza ciężka praca. Dziękuję wszystkim chłopakom za tę rundę i oczekuję więcej – podsumowuje trener.

Drużyna juniorów starszych KP odrodziła się po kilku latach przerwy, dlatego bardzo cieszy taki wynik debiutującego w lidze zespołu. W rundzie jesiennej zawodnicy KP rozegrali 7 spotkań, z czego 6 wygrali, a jedno zakończyli porażką. Na koncie juniorzy starsi mają 18 punktów. Druga w tabeli Polonia Trzebnica – 15.

KP Brzeg Dolny

Turniejowe zmagania bambinosów, żaków i orlików KP

Na Stadionie Olimpijskim we Wrocławiu, pod balonem, rozegrany został Turniej Gold Game Cup. Uczestniczyły w nim bambinosy KP (rocznik 2010) i żaki (rocznik 2008). Podczas zawodów nagrodzono trzech naszych zawodników: Wiktora Nawrota i Oliwiera Czuprynę jako najlepszych zawodników drużyn oraz Ignacego Szumiała jako najlepszego bramkarza.

Nasze żaki zmierzyły się z 9 drużynami: z Brzegu, Oleśnicy, Wrocławia, Grodkowa, Prudnika i Dzierżoniowa. Bambinosy zagrały z pięcioma zespołami z Wrocławia. Z kolei na Stadionie Miejskim w Wołowie odbył się kolejny turniej Dolnośląskiego Związku Piłki Nożnej. KP reprezentowały dwa zespoły orlików i jeden zespół żaków. Nasi zawodnicy rozegrali spotkania z drużynami: Barycz Milicz, Oratorium Środa Śląska, Dolpasz Skokowa, MKS Piast Żmigród, MKP Wołów, Odra Lubiąż, LKS Sokół Wielka Lipa, Viktoria Orzeszków, UKS Girls Soccer Academy Wołów, Tęcza Brzezia Łąka, BONA FIDE Krośnice i UKS Akademia Wińsko. Kolejne turniejowe rozgrywki DZPN zaplanowano na 4 listopada.

KP Brzeg Dolny

PROMOCJA!!!
TWOJE URODZINY
NA PŁYWALNI AQUASPORT
DOTYCZY WSZYSTKICH KLIENTÓW, KTÓRZY W DNIU URODZIN OKAŻĄ PRZY ZAKUPIE BILETU DOKUMENT ZE ZDJĘCIEM I DATĄ URODZENIA
BILET PROMOCYJNY ZA 1 GODZINĘ OD OSOBY
5 zł
pływalnia AQUASPORT

Turniej Zapaśniczy
w Stylu Wolnym o Memoriał
ANTONIEGO ŁAKOMEGO
28 października 2017
godzina 10.00
Hala Sportowa im. A. Grubby
Brzeg Dolny, ul. Wilcza 8

ogłoszenia drobne

NIERUCHOMOŚCI

61.1. Działka budowlana na ul. Jeremiasza k. Obornik Śląskich (woda, prąd). Tel. 607770873.

61.2. Zamienię mieszkanie w Brzegu Dolnym na os. Fabrycznym, 3 pokoje, 45 m², IV piętro, na większe, może być zadłużone lub do remontu lub dom w rozsądnej cenie. Tel. 691231255.

61.3. Kupię garaż w Brzegu Dolnym. Tel. 792386613.

61.4. Kupię kawalerkę w Brzegu Dolnym. Tel. 792386613.

61.5. Sprzedam wyremontowaną kawalerkę o powierzchni 30,27 m² przy ul. Odrodzenia. Tel. 507144228 lub 514930998.

61.6. Do sprzedania działka budowlana w Lipnicy, 1200 m², pod lasem, blisko droga i media. Tel. 781036887.

61.8. Działka budowlana w Brzegu Dolnym, ul. Paderewskiego, 0,09 ha, 90 tys. zł do negocjacji. Tel. 604207660.

61.9. Sprzedam działkę 5 ar, Brzeg Dolny, blisko klasztoru, Rej. II „Odra". Altanka murowana, woda, drzewka, krzewy, kwiaty, trawa. Tel. 71/3197069.

61.11. Sprzedam mieszkanie 78 m². Nowe, bezczynszowe, 3 pokoje, przedpokój, spiżarka, duża łazienka, II p., segment przy Słowackiego, BD. Gotowe do zamieszkania. Tel. 609556609.

61.12. Sprzedam lub wynajmę lokal na dział. Gospodarczą, nowy, 20 m² przy ul. Słowackiego. Tel. 609556609.

62.1. Sprzedam mieszkanie 3-pokojowe 58 m² na IV p. do zamieszkania od razu na Warzyniu. Częściowo umeblowane. Cena 160 tys. Nr telefonu 600448029.

62.2. 6 km od Brzegu Dolnego. Sprzedam pół domu poniemieckiego dwurodzinnego, parterowy. Dom 75 m² z osobnym wejściem, pomieszczeniem gospodarczym, stodołą i działka 19 arów. Dom jest własnościowy z wpisem do księgi wieczystej. Sklep, szkoła, kościół, przystanek autobusowy oraz zakłady pracy na miejscu. Cena 120 tys. zł do negocjacji. Tel. 783101006.

62.3. Działka budowlana w Brzegu Dolnym, ul. Paderewskiego, 0,09 ha, cena 90 tys. zł do negocjacji. Tel. 604207660.

62.4. Sprzedam mieszkanie 48 m², Brzeg Dolny, ul. Wilcza 43, II piętro. 2 pokoje, kuchnia, łazienka, piwnica. Blisko sklepy, apteka, kościół, szkoły, basen. Tel. 513725777 lub 667822253.

62.5. Zamienię mieszkanie 3 pokoje, kuchnia, łazienka, wc, balkon, II piętro, 61 m², na 2 pokoje z kuchnią bądź 1 pokój z kuchnią, do II piętra. Tel. 787132379.

62.6. Sprzedam mieszkanie 63 m² w Brzegu Dolnym, os. Warzyń, III piętro, 4 pokoje, kuchnia, łazienka, piwnica. Blisko sklepy, apteki, kościół, park, KHS. Cena do uzg. Tel. 733179901.

62.7. Sprzedam mieszkanie 1-pokojowe w Brzegu Dolnym 30 m² na os. Fabrycznym przy ul. Warzyńskiej. Cena do uzg. Tel. 696304110 lub 668478812.

62.8. Sprzedam (pilnie) 8-letni dom 200 m², parterowy, duża kuchnia ze spiżarnią, 3 sypialnie + salon, 2 łazienki, garaż, pom. gosp., zadaszony duży taras. Na poddaszu dodatkowo 2 sypialnie i łazienka. CO gazowe lub kominek. Wysokiej jakości materiały budowlane i wykończeniowe. Przytulny dom. Cena 690 tys. zł. Tel. 602707702.

62.9. Sprzedam działkę budowlaną w Grodzanowie 1085 m². Tel. 604 814 986.

63.1. Sprzedam dom w Brzegu Dolnym 300 m² pow. całkowitej, 240 m² pow. użytkowej, działka 1414 m². 5 pokoi, duży salon z jadalnią, 2 kuchnie i 2 łazienki, garaż podpiwniczony, cena do uzg. Tel. 608849646.

63.2. Do sprzedania działka budowlana w Lipnicy, 1200 m², pod lasem, blisko droga i media. Tel. 781036887.

63.3. Wynajmę mieszkanie 2-pokojowe na Starówce. Tel. 604317276.

63.4. Sprzedam mieszkanie 1-pokojowe w Brzegu Dolnym, 24,81 m² na I piętrze, os. Fabryczne przy ul. Wyspiańskiego. Tel. 663712682.

63.5. Sprzedam garaż murowany w Wołowie przy ul. Metalowej. Tel. 664491878.

63.6. Sprzedam mieszkanie 63 m² w Brzegu Dolnym, os. Warzyń. III piętro, 4 pokoje, kuchnia, łazienka, piwnica. Blisko sklepy, apteki, szkoły, park, kościół, KHS. Cna do uzgodnienia. Tel. 733179901.

MOTORYZACJA

61.1. Sprzedam Forda Fiestę w bardzo dobrym stanie technicznym, 1.3 benzyna, rok prod. 1998, krajowy, przebieg 104 tys. Cena 2200 zł. Tel. 530013633.

61.4. Sprzedam akumulator 55 Ah i 74 Ah, gwarancja. Cena 120 zł. Tel. 604317276.

61.5. Sprzedam opony 13x155 i 13/70/175. Tel. 604317276.

61.6. Kupię przyczepę samochodową używaną, zarejestrowaną. Tel. 604317276.

61.7. Sprzedam motorower Komar (zar.) + trochę części. Umowa kupna-sprzedaży. Komar odpala. Drobne ustawienia i kosmetyka i w drogę. Wiadomość nr tel. 574290732.

61.8. Sprzedam wózek na kołach rowerowych „16" wym. dł. 80 cm, szer. 42 cm, gł. 28 cm. Tel. 574290732.

62.1. Sprzedam Renault Scenic, uszkodzony tył. Tel. 505164268.

62.2. Sprzedam traktor SAM, rok prod. 1991, silnik S15, skrzynia 3-biegowa, na podzespołach Żuka i Aro, cena do uzg. Tel. 782831457.

63.1. Sprzedam alufelgi do Golfa IV i pochodnych z oponami zimowymi 195/65R15, 5x100. Felgi proste, oryginalne, opony na jeden sezon. Cena 600zł. Tel. 697806968.

63.2. Sprzedam dojazdówkę do Golfa IV i pochodnych R16, 5x100. Stan dobry, opona raczej do wymiany. Cena 150 zł. Tel. 697806968.

63.3. Sprzedam alufelgi do Peugota 206 z oponami letnimi 175/65R14, 4x108, otwór centrujący 70 mm + pierścnienie na 65 mm. Felgi proste, dwie opony po jednym sezonie, dwie do wymiany. Cena 450 zł. Tel. 697806968.

63.4. Kupię przyczepkę samochodową używaną. Tel. 604317276.

63.5. Sprzedam Opla Vectrę rok 1997, 1800 cm³, kombi, bez korozji, w dobrym stanie. Ważne OC i przegląd, hak. Tel. 604317276.

63.6. Sprzedam felgi stalowe 5 1/2 J do opon R15 , 4 otw. rozstaw 98 mm, w b. dobrym stanie, pasujące m. in. do Fiata Bravo, cena 20 zł/4 szt., odbiór kupującego. Tel. 668109092.

ODDAM

62.1. Oddam w dobre ręce telewizor LG kineskopowy wraz ze stolikiem, kolor srebrny. Odbiór własny. Tel. 781836080.

SPRZEDAM/KUPIĘ

61.1. Kupię kuchenkę gazowo-elektryczną, sprawną. Tel. 604317276.

61.2. Sprzedam nowy przepływowy podgrzewacz wody gazowy Dafi, cena 200 zł, oraz nowy elektryczny podgrzewacz wody 5,5 KW, cena 250 zł. Tel. 604317276.

61.3. Sprzedam 12-częściowy komplet garnków ze stali szlachetnej i sokowirówkę z mikserem i młynkiem do kawy. Tel. 574290732.

61.4. Sprzedam ubrania robocze: siwe 170 cm/88-90cm; brązowe 170cm/84 cm; buty robocze na gumowych spodach nr 28 + koszula robocza 170 cm (42). Tel. 574290732.

61.5. Sprzedam tanio narożnik pokojowy koloru beżowego o wym. 165x225 + 2 poduszki, pufa do narożnika 51x80 cm. Tel. 663553062.

61.6. Sprzedam tanio pralkę automatyczną Amika – sprawna (nowy bęben, wymieniono w lutym 2017). Tel. 600946923.

62.1. Sprzedam króliki, różne rasy, oraz młode do chowu. Tel. 721488945.

62.3. Sprzedam tanio łyżworolki K-2 – mało używane. Rozm. 43. Cena 50 zł. Gratis kask i wszystkie ochraniacze. Tel. 667845007.

62.4. Sprzedam akumulatory 12V od 40Ah do 72Ah, nowe w cenach od 50 do 150 zł. Tel. 783969320.

62.5. Sprzedam 3 szt. ładnych szafek w kol. czarno-szarym: 1)ubraniowa: 85x180, 2) 45x130, 3) 40x45 oraz stolik 45x50. Cena 100 zł. Tel. 889015389.

62.6. Sprzedam 3 szt. konewek stalowych retro, ocynkowane i emaliowane. Tel. 889015389.

62.7. Sprzedam kafle ozdobne z rozbiórki pieca, stan db, 34 sztuki. Polecane na kominek. Cena do uzgodnienia, tel. 663096585.

63.1. Sprzedam albę, cena 50 zł. Tel. 533007155.

63.2. Kupię kuchenkę gazową używaną. Tel. 604317276.

63.3. Sprzedam narożnik, fotel i pufę, kolor leciutki krem, obicie skóropodobne, w b. dobrym stanie. Cena do uzgodnienia. Tel. 733179901.

63.4. Sprzedam zamrażarkę, 4 szuflady, w dobrym stanie, sprawna. Wym.: wys. 106 cm, szer. 55 cm. Cena do uzgodnienia. Tel. 733179901.

ZGUBIONO/ZNALEZIONO

61.1. Na os. Fabrycznym zgubiono klucze do mieszkania. Znalazcę proszę o kontakt, tel. 694550586.

KOREPETYCJE

61.1. Angielski – wszystkie poziomy. Tel. 518516844.

62.1. Pedagog, terapeuta z wieloletnim doświadczeniem udziela korepetycji na poziomie wczesnoszkolnym (problemy w czytaniu, pisaniu, liczeniu) oraz terapii dziecka ze spektrum autyzmu. Kontakt po godz. 16.00. Tel. 608683401.

63.1. Korepetycje z chemii – wszystkie poziomy. Brzeg Dolny, tel. 797394111.

PRACA

61.1. Chętnie posprzątam mieszkanie, Tel. 788532799.

61.2. Wspólnota mieszkaniowa w Brzegu Dolnym poszukuje wykonawcy schodów drewnianych. Tel. 668696789.

INNE

62.1. Poszukuję małego kącika na zimę w zamian za pomoc w domu (sprzątanie, pranie, zakupy). Jestem niepijący, mam 60 lat. Tel. 604673118.

Ogłoszenia prosimy przesyłać na adres reklama.panorama@brzegdolny.pl, MMS-em na numer 882 447 666 lub wrzucić kupon do jednego z naszych punktów

Dodaj ogłoszenie drobne. Wypełnij ten kupon i wrzuć do jednego z naszych punktów: w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym lub w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

.....

.....

treść ogłoszenia z numerem tel.

Rozwiąż i wygraj!

Sponsorem nagrody dla zwycięzcy losowania z nr 20 (62) jest sklep z ekologiczną żywnością w Rynku.
Bon 30 zł na zakupy w sklepie z ekologiczną żywnością w Rynku otrzymuje Magdalena Mil

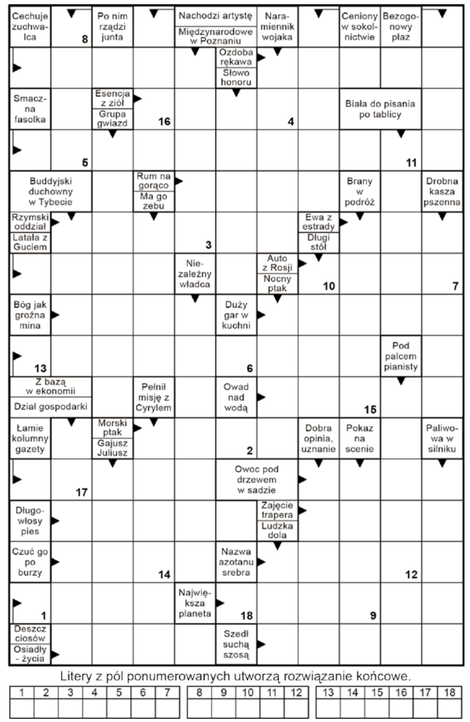
Kupon krzyżówkowy „Panoramy" nr 21 (63)

Imię i Nazwisko.....

Telefon.....

Hasło.....

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"



Horoskop 27.10-09.11.2017

BARAN
Nudziarze i marudzący znajomi nie mają u ciebie szans. Poczujesz wielki przypływ twórczej energii. Wszystko, co nowe i nieznane, okaże się niezmiernie pociągające. To dobry tydzień, aby coś w życiu usprawnić lub zmienić na lepsze. Zbierzesz siły, bez trudu uporasz się z zawodowymi sprawami, a w wolnych chwilach przemeblujesz mieszkanie. Sił ci nie zabraknie, ale nie poświęcaj się dla kogoś, kto nie dotrzymuje swoich obietnic. W miłości będziesz odważny i bezpośredni. Weekend to dobry czas, aby odpocząć.

BYK
Wiele spraw okaże się niewartych nerwów i dyskusji. Filozoficznie podchodzić będziesz do zawodowych spraw i wynikających z nich problemów. To czas wykluwania się dobrych pomysłów, które już niedługo przyniosą ci zadowolenie i uznanie. Weekend sprzyja rozwijaniu zainteresowania malarstwem, literaturą i muzyką. Na wystawie lub na koncercie poczujesz, że twoje życie wreszcie zmierza w dobrym kierunku. Jeśli jesteś samotny, to właśnie tam możesz spotkać kogoś ze swoich marzeń.

BLIŹNIĘTA
Szkolenia, krótkie podróże i niezobowiązujące ploteczki przyniosą ci teraz więcej korzyści, niż sądzisz. Poczujesz się dobrze poinformowany i potrzebny, co wprawi cię w doskonały humor. Pamiętaj też o swoich przyjaciołach, bo w tym tygodniu będziesz osobą, do której zwrócą się ze swoimi problemami. Znajdź czas dla innych i nie wahaj się szczerze mówić o tym, co sądzisz na temat ich kłopotów. W miłości sprzyja ci szczęście. Zapragniesz romantycznych spotkań i spacerów przy świetle księżyca.

RAK
Zbierzesz się na odwagę i powiesz wszystkim, co cię denerwuje i co ci przeszkadza. Postaraj się być obiektywny wobec siebie i nie dyskutuj, jeśli nie masz racji. W wolnym czasie zajmij się sportem. Dzięki temu nawet w najsmutniejszy poranek będziesz energiczny i w dobrym humorze. W miłości sprzyja ci planeta Wenus, ale nie jest to jeszcze czas na nowe podboje. Nie pozwól, aby znajomi roztrząsali publicznie twoje miłosne problemy i oceniali decyzje, jakie podejmujesz.

LEW
Rodzinne sprawy okażą się dla ciebie najważniejsze. Będziesz pomagać, decydować, a nawet rozstrzygać spory, w które zamieszani są twoi krewnych. W innych dziedzinach twojego życia zapowiada się wreszcie więcej spokoju. W pracy bądź sprawiedliwy i życzliwy dla wszystkich, ale nie pozwól się wykorzystywać osobie, która lubi plotki i intrygi. Tydzień sprzyja też udanym zakupom. W miłości wreszcie spokojne chwile. Cisza, spokój i poczucie bezpieczeństwa okażą się dla ciebie najważniejsze.

PANNA
Poczujesz, że potrzebujesz prawdziwych przyjaciół lub wygranej w lotto, aby oderwać się od nudy i rutyny. Na przyjaciół możesz liczyć, co do wygranej planety są niestety sceptyczne. Twój nastrój w tym tygodniu stanie się zmienny, trudno ci będzie ruszyć się z domu. Bądź dla siebie bardziej wyrozumiały. W pracy trzymaj się z daleka od dodatkowych obowiązków i zbyt ambitnych zadań. W weekend organizacja większej imprezy lub przyjęcia nie uda się bez twojej pomocy. Zachowasz zimną krew w każdej sytuacji.

WAGA
Wesołego towarzystwa i okazji do zabawy w tym tygodniu ci nie zabraknie. Gorzej będzie z czasem na domowe obowiązki. Posypią się teraz zaproszenia na ważne imprezy: będziesz reprezentować swoją firmę w większym gronie, pokazywać się wśród VIP-ów, wieść prym na spotkaniach. Odkryjesz, że sprawia ci to wielką przyjemność, a zawarte przy tych okazjach nowe znajomości okażą się sympatyczne i ważne dla twojej kariery. Będziesz przyjaźnie nastawiony do całego świata.

SKORPION
Nadszedł czas na porządki i podsumowania. Zastanów się nad tym, co lub kto przeszkadza ci w osiągnięciu sukcesu i zabierz się za zmiany. W tym tygodniu łatwiej rzucisz nałogi i przestaniesz zadawać się z niemiłymi osobami. Twoim ukrytym sprzymierzeńcem będzie twoja własna intuicja. Najpierw słuchaj siebie, a dopiero potem pytaj o zdanie innych ludzi. W miłości bądź jednak ostrożny, bo partnerowi trudno będzie nadążyć za twoimi zmiennymi zachciankami.

STRZELEC
Czeka cię wiele spraw, z którymi będziesz musiał sam się uporać. Odróżnij to, co jest ważne, od tego, co jeszcze może trochę poczekać. Bądź ostrożny tam, gdzie mowa o pożyczkach i większych pieniądzach. Zbytnia beztroska i zbyt wiele wydatków mogą sprawić, że rodzina wypowie się bardzo krytycznie o twoim postępowaniu. Tydzień sprzyja za to sukcesom w urzędach, przypomnij sobie, co musisz w nich załatwić. W miłości nie obiecuj zbyt wiele, bo twoje zachcianki i uczucia będą bardzo zmienne.

KOZIOROŻEC
Wykorzystaj tydzień, aby umocnić swoją pozycję i przy okazji zdobyć dodatkową gotówkę. Czas sprzyja większym sukcesom, ale zamiast planować i dyskutować, musisz sam zabrać się do dzieła. Wtedy współpracownicy zaczną się ciebie słuchać, przełożeni będą doceniać, a wrogowie nabiorą do ciebie szacunku. W miłości czeka cię niespodzianka. Ktoś zupełnie nowy zawładnie twoją wyobraźnią. Sam będziesz zaskoczony tym, co przyjdzie ci do głowy.

WODNIK
Przygotuj się na niespodziewane wiadomości i mnóstwo nowych propozycji. Ktoś ważny może cię poganiać lub zacznie domagać się, abyś zajął jednoznaczne stanowisko w sprawie, która wcale nie wydaje ci się jasna. Powstrzymaj swoją chęć plotkowania, bo możesz wpaść w zawodowe i miłosne tarapaty. Unikaj słownych konfliktów, bo stracisz w nich więcej, niż warta jest wygrana. Weekend sprzyja odpoczynkowi, także od przyjaciół i znajomych. Potrzebować będziesz chwili tylko dla siebie i ukochanej osoby.

RYBY
W tym tygodniu kluczem do twojego sukcesu będą koncentracja i opanowanie. Szybko okaże się, że wszyscy czegoś od ciebie chcą i jesteś niezbędny, aby wykonać różne zlecenia. Niektóre z tych zadań będą niepotrzebne, a z innych szef wkrótce sam się wycofa. Dlatego podejdź do wydarzeń ze stoickim spokojem i nie martw się na zapas. Pod koniec tygodnia zadbaj o zdrowie. W miłości nie pomyl uczuć z inwestycją. Unikaj dyskusji o polityce lub pieniądzach, bo popsujesz sobie randkę.

Święto NIEPODLEGŁOŚCI

8 listopada 2017r. - godz. 9:00
Powiatowy Przegląd Piosenki Patriotycznej
Szkoły Podstawowe - Sala Widowiskowa DOK

10 listopada 2017r. - godz. 9:00
Powiatowy Przegląd Piosenki Patriotycznej
Gimnazja i Szkoły Średnie - Sala Widowiskowa DOK

11 listopada 2017r. godz. 13:00
Parafia p.w. NMP Królowej Polski (os. Fabryczne)
Koncert Finałowy Laureatów Powiatowego Przeglądu
Pieśni Patriotycznych

Piątek, 27.10.2017

TVP 1

8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Komisariat** – serial
9.10 **Zakochaj się w Polsce (46) Szlak Orlich Gniazd** – magazyn
9.40 **Rodzinny ekspres** – magazyn
10.15 **Północ – Południe, Księga II (7)** – serial
11.10 **Dr Quinn – seria VI (17)** – serial
12.00 **Wiadomości**
12.10 **Agrobiznes**
12.30 **Agropogoda** – magazyn
12.35 **Nowoczesność w rolnictwie**
12.50 **Czołówka. Natura w Jedynce**
12.55 **Dzika Patagonia. Ogień i lód**
14.00 **Elif (122)** – serial
14.55 **Opole 2017 na bis**
15.10 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – magazyn
15.45 **Wiadomości, Pogoda**
16.05 **W sercu miasta (21)** – serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3191)** – telenowela
18.30 **Rodzina wie lepiej** – teleturniej
18.55 **Mam prawo, Sport, Pogoda**
20.25 **The Wall. Wygraj marzenia – /6/** – teleturniej
21.20 **Akta Odessy** – film sensacyjny, Niemcy, Wielka Brytania, rez. Ronald Neame, wyk. Jon Voight, Maxymilian Schell, Maria Shell, Mary Tamm, Derek Jacobi
23.40 **Autostopem po Śmierć** – thriller, Wielka Brytania, Francja, rez. Abner Pastoll, wyk. Andrew Simpson, Josephine de la Baume, Barbara Crampton, Frederic Pierrot, Feodor Atkine
1.25 **James Bond w Jedynce - Szpieg, który mnie kochał** – film sensacyjny, Wielka Brytania, rez. Lewis Gilbert, wyk. Roger Moore, Barbara Bach, Curd Juergens
3.30 **Notacje** – cykl dok.
3.45 **Zakończenie dnia**

TVP 2

6.05 **Rodzinka.pl (167) - Urlop Boskich** – serial komediowy
6.40 **Sztuka codzienności – Świat wina** – serial dok. rez. Janie Oliver
7.00 **M jak miłość (152)**
8.00 **Pytanie na śniadanie**
11.00 **Panorama**
11.15 **Barwy szczęścia (1728)** – serial obyczajowy
11.50 **Postaw na milion** – teleturniej
12.50 **Tylko z Tobą (13)** – serial obyczajowy, Turcja
13.50 **Na sygnale (66) – Za późno** – serial fabularyzowany TVP
14.25 **Początki Reformacji w Polsce** - film dok.
14.55 **Było... nie minęło - extra**
15.30 **Janosik (4) – Porwanie** – serial
16.30 **Koło fortuny (42)** – teleturniej
17.05 **Nadzieja i miłość (41)** – serial obyczajowy, Turcja
18.00 **Panorama**
18.30 **Sport Telegram**
18.40 **Pogoda**
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.30 **Barwy szczęścia (1728)** – serial obyczajowy
20.05 **Barwy szczęścia (1729)** – serial obyczajowy
20.40 **O mnie się nie martw – s. VII (8)** – serial komediowy
21.40 **Rodzinka.pl (217) sezon 11** – serial komediowy
22.10 **Pod wspólnym niebem (7) Uchodźca** – serial komediowy
22.45 **Jeniec. Tak daleko jak nogi poniosą** – dramat, Niemcy, rez. Hardy Martins, wyk. Bernhard Bettermann, Anatoli Kotenyov, Michael Mendi
1.00 **Adrenalina** – film akcji, USA, rez. Mark Neveldine, Brian Taylor, wyk. Jason Statham, Efren Ramirez, Amy Smart
2.40 **Kryzys - Kryzys (2)** – serial
3.35 **Zakończenie dnia**

TVN

5.10 **Uwaga!** – program interwencyjny
5.40 **Mango – Telezakupy**
6.50 **Kuchenne rewolucje** – program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
10.55 **Ukryta prawda**
12.00 **Szkoła** – serial
13.00 **19 +** – serial
13.30 **Szpital** – program obyczajowy
14.30 **Kuchenne rewolucje** – program kulinarno - rozrywkowy
15.30 **Szkoła** – serial
16.30 **19 +** – serial
17.00 **Ukryta prawda**
18.00 **Szpital** – program obyczajowy
19.00 **Fakty, Sport,Pogoda**
19.50 **Uwaga!** – program interwencyjny
20.00 **Godzilla** – film przygodowy, USA, Japonia 2014, rez. Gareth Edwards, wyk. Aaron Taylor - Johnson, Elizabeth Olsen, Bryan Cranston, Ken Watanabe, Juliette Binoche, David Strathairn, Sally Hawkins

22.30 **Wróg numer jeden** – film sensacyjny, USA 2012, rez. Kathryn Bigelow, wyk. Jessica Chastain, Jason Clarke, Joel Edgerton, Jennifer Ehle, Mark Strong, Kyle Chandler, James Gandolfini
1.40 **Kuba Wojewódzki** – talk show
2.40 **Revolution II** – serial
3.40 **Uwaga!** – program interwencyjny
3.55 **Moc Magii**
5.15 **Nic straconego**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.00 **Trudne sprawy**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
11.00 **Dlaczego ja?**
12.00 **Pielęgniarki**
13.00 **Trudne sprawy**
14.00 **Pierwsza miłość**
14.50 **Dlaczego ja?**
15.50 **Wydarzenia, Pogoda**
16.15 **Interwencja**
16.30 **Na ratunek 112**
17.00 **Gliniarze**
18.00 **Pierwsza miłość**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**
20.05 **Wyspa przetrwania**
22.05 **Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki** – film przygodowy, USA, 2008, rez. Steven Spielberg, wyk. Cate Blanchett, Harrison Ford, John Hurt, Karen Allen, Ray Winstone
Indiana i jego towarzysz Mac właśnie wymknęli się z rąk sowieckich agentów i wracają do domu. Wkrótce Indiana Jones dowiaduje się od dziekana swojej macierzystej uczelni, że jego ostatnie wyczyny nie spodobały się przedstawicielom rządu, którzy naciskają na władze uniwersytetu, aby te usunęły profesora Jonesa z uczelni.

0.50 **Czarne złoto** – dramat przygodowy, Francja, 2011, rez. Jean - Jacques Annaud, wyk. Antonio Banderas, Freida Pinto, Mark Strong, Tahar Rahim
3.40 **Tajemnice losu**

TV 4

6.00 **Strach ma wielkie kły**
7.00 **Przygody Kota w butach**
7.30 **Pan Peabody i Sherman Show**
8.00 **Przygody Kota w butach**
8.30 **Kaczor Donald przedstawia**
9.00 **V.I.P.**
10.00 **Esmeralda** – telenowela obyczajowa
11.00 **Detektywi w akcji**
12.00 **Detektywi w akcji**
13.00 **Galileo**
14.00 **Galileo**
15.00 **Dom nie do poznania**
16.00 **Esmeralda** – telenowela obyczajowa
17.00 **V.I.P.**
18.00 **Policjantki i Policjanci** – serial obyczajowy
19.00 **Policjantki i Policjanci** – serial obyczajowy
20.00 **Mecenas Lena Barska**
21.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny**
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny**
23.00 **Kobiety i mafia**
0.00 **Film fabularny**
2.00 **TAK czy NIE**
3.00 **Disco Polo Life**
4.00 **Top 10 lista przebojów**
5.00 **Top 10 lista przebojów**

TVN 7

5.20 **Ukryta prawda**
6.20 **Szpital** – program obyczajowy
7.15 **Sąd rodzinny**
8.15 **Chirurdzy IV** – serial
9.10 **Brzydula** – serial obyczajowy
9.45 **Brzydula** – serial obyczajowy
10.20 **Mango Telezakupy**
11.55 **Ukryta prawda**
12.55 **Sąd rodzinny**
13.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.55 **Szpital** – program obyczajowy
15.55 **Chirurdzy IV** – serial
16.55 **Zaklinaczka duchów** – serial
17.55 **Brzydula** – serial obyczajowy
18.30 **Brzydula** – serial obyczajowy
19.00 **Ukryta prawda**
20.00 **Biały Kieł** – film przygodowy, USA 1991, rez. Randal Kleiser, wyk. Klaus Maria Brandauer, Ethan Hawke, Seymour Cassel, Susan Hogan, James Remar
22.20 **Wredne dziewczyny II** – komedia, USA 2011, rez. Melanie Mayron, wyk. Meaghan Martin, Donn Lamkin, Linden Ashby, Maiara Walsh, Jennifer Stone
0.25 **Zabójcza broń** – serial
1.30 **Masters of Sex** – serial
2.45 **Moc Magii**
4.55 **Druga strona medalu** – talk show
5.25 **Koniec programu**

PULS

6.00 **To moje życie!** – telenowela
7.00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** – serial
9.00 **Kobra – oddział specjalny** – serial
10.00 **Napisała: Morderstwo** – serial
11.00 **Kobra – oddział specjalny** – serial
12.00 **Agenci NCIS: Los Angeles** – serial
13.50 **Zburtowany anioł** – telenowela
15.45 **Lekarze na start** – serial
17.15 **Ale numer!**
17.45 **Lombard: Życie pod zastaw** – serial
19.30 **Gwiazdy lombardu**
20.00 **Plan ucieczki** – thriller, USA 2013, rez. Mikael Hafström, wyk. Arnold Schwarzenegger, Cent 50, Faran Tahir, Jim Caviezel, Sam Neill, Sylvester Stallone, Vinnie Jones
22.20 **Hitman – cena zemsty** – film akcji, USA 1998, rez. Michael Preece, wyk. Chuck Norris, Eddie Cibrian, Joe Spano, Jeff Kober
0.00 **Savages: ponad bezprawiem** – film kryminalny, USA 2012, rez. Oliver Stone, wyk. Aaron Taylor - Johnson, Blake Lively, John Travolta, Salma Hayek, Taylor Kitsch, Toro Del
3.00 **Ale numer!**
3.25 **Biesiada na cztery pory roku**
4.20 **Menu na miarę**
4.50 **Twój Puls**
5.35 **Menu na miarę**

TVP SPORT

8.00 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/16F Werder Brema - TSG Hoffenheim 5 **10.00** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur 11 **12.05** Piłka ręczna mężczyzn - Turniej w Danii. Francja - Polska **13.30** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur **14.30** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur **15.30** Nieśmiertelni **15.50** PN - Barca TV **18.10** PN - Barca TV **19.05** Boks - Mecz towarzyski. Polska - Węgry **20.00** Boks - Mecz towarzyski. Polska - Węgry **21.00** Boks - Mecz towarzyski. Polska - Węgry **22.30** Sportowy Wieczór **23.00** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur 12 **0.00** Hokej na lodzie - NHL 2017 . Las Vegas Golden Knights - Colorado Avalanche 6 **2.45** Zakończenie dnia

PSN

8.10 Koszykówka Euroliga: Maccabi Tel Awiw - Olympiacos Pireus **10.20** Siatkówka PlusLiga: Dafi Społem Kielce - Onico Warszawa **12.30** Magazyn lekkoatletyczny **13.00** Polsat Sport News flash **13.07** Magazyn Cafe Futbol **15.00** Polsat Sport News flash **15.07** Siatkówka PlusLiga: Espadon Szczecin - GKS Katowice **17.00** Polsat Sport News flash **17.07** MOTOGP Motocyklowe MŚ MotoGP - II sesja treningowa **19.00** Polsat Sport News flash **19.07** Piłka nożna Puchar Polski: Chojniczanka 1930 Chojnice - Górnik Zabrze **21.00** Siatkówka PlusLiga: Cerrad Czarni Radom - PGE Skra Bełchatów **23.00** Piłka nożna Nice 1. liga: Podbeskidzie - Zagłębie Sosnowiec **1.10** Boks Polsat Boxing Night

EUROSPORT

7.00 Piłka nożna. MŚ U - 17, Indie Półfinał **8.30** Kolarstwo. Wyścig Six - day **9.30** Piłka nożna. Major League Soccer 1/4F Playoffs **11.00** Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, 1. runda **13.30** Kolarstwo. Wyścig Six - day **15.00** Watts Best of Winter Sports **15.30** Piłka nożna. FIFA Football **16.00** Wyścigi samochodowe. Porsche Supercup, Meksyk Wyścig 1 **17.00** Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, 1. runda **18.15** Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, 1. runda **19.30** Kolarstwo. Wyścig Six - day **23.30** Kolarstwo. Wyścig Six - day **23.50** Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, 1. runda **1.30** Piłka nożna. FIFA Football **2.00** Watts top 10 **2.30** Watts Best of Winter Sports

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **16.30** Panorama Info **16.52** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** Serwis Info **18.00** Panorama **18.27** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.51** Flesz Info Wieczór **19.00** To jest temat - magazyn **19.20** Serwis Info **19.30** Wiadomości **19.57** Gość Wiadomości **20.12** Minęła Żóta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.28** Flesz Info Wieczór **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Flesz Info Wieczór **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Widziane z Polski - magazyn **0.10** Serwis Info **0.22** Pogoda **0.30** Nie da się ukryć - magazyn **0.58** Flesz Info Wieczór

TV TRWAM

14.00 Corrie Ten Boom - nieugięta wiara **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Siódmy sakrament **16.35** Podróż po Południowym Pacyfiku **16.55** Święty na każdy dzień **17.00** Świętość w codzienności - św. Joanna Beretta Molla **17.30** Okiem kamery **18.00** Aniol Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Westerplatte Młodych **18.55** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **19.00** Warto zauważyć... **19.30** Jesteśmy katolikami **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Józef z Egiptu **22.40** Misjonarz **23.35** Zamzan - odyseja misyjna

TVP KULTURA

8.00 Dziennik filozofa - 40 **8.10** Kronos **9.00** Informacje kulturalne **9.20** Kolejność uczuć - film obyczajowy **11.00** Daleko od szosy - serial **12.25** Bekanto w Mragowie **13.25** Rififi po sześćdziesiątce - komedia **14.50** Którędy po sztukę - Waldemar Cwenarski **15.05** Pegaz **16.10** Chopin. Pragnienie miłości - dramat **18.10** Studio Kultura - Rozmowy **18.30** Krąg Kantora - film dok. **19.40** Wideofan **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Sekrety i kłamstwa - dramat **22.55** Męskie granie **23.15** Tygodnik Kulturalny **0.00** Dziennik filozofa - 40 - feleton **0.20** Manu Katche, Richard Bona, Eric Legnini, Stefano di Battista - Live at Jazz in Vienna - koncert

TVP HISTORIA

9.50 W pogardzie i chwale - Wojciech Korfanty **10.50** Wszystkie kolory świata (7) - serial **11.50** Taśmy bezpieki (22) **12.25** Śladami zbrodni i walki 1944 - 1956 (13) **12.55** Podróże z historią (6) - cykl dok. **13.25** Było, nie minęło **14.00** Sensacje XX wieku **15.05** Przewodnik Historyczny Bogusława Wołoszańskiego **15.35** Tajne historie archeologii (3) - serial dok. **16.40** Historia Polski - serial dok. **17.45** Czas honoru (25) - serial **18.45** Z archiwum IPN - IV Zarząd WiN - magazyn **19.20** Sensacje XX wieku **20.25** Niecała nieprawda czyli PRL w DTV (9) - magazyn **20.50** Tajne akcje szpiegowskie (3) - film dok. **21.45** Tajemnica Enigmy (6) - serial **22.35** Szerokie tory. Bajkał - reportaż **23.15** Ośmiornica - s. 5 (9) - serial **0.25** Rzeczpospolita partyzancka - film dok.

Sobota, 28.10.2017

TVP 1

7.00 **Naszaarmia.pl (288)** – magazyn
7.30 **Rok w ogrodzie**
7.50 **Rok w ogrodzie extra**
8.10 **Ostatni zachód słońca** – western, USA, rez. Robert Aldrich, wyk. Rock Hudson, Kirk Douglas, Dorothy Malone, Joseph Cotton
10.10 **Ptaki ciernistych krzewów (5 - 6)** – serial
12.00 **Studio Raban**
12.30 **Fascynujący świat - Jak zbudować planetę (2)** - serial dok.
13.35 **Okrasa łamie przepisy – Róże i pomidory** – magazyn kulinarny
14.15 **Ojciec Mateusz (234)** – serial
15.10 **Zagadka Hotelu Grand (64)** – serial
16.00 **Dziewczyny ze Lwowa (20) – Karta Polaka** – serial
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Pogoda**
17.30 **Rolnik szuka żony seria IV (7)** – reality show
18.30 **Rodzina wie lepiej** – teleturniej
18.55 **Jaka to melodia?**
19.30 **Wiadomości**
20.00 **Sport**
20.05 **Pogoda**
20.15 **Komisarz Alex (125) – Wirtualne życie, prawdziwa śmierć** – serial
21.10 **Hit na sobotę – Dawca pamięci** – film fabularny, USA, rez. Philip Noyce, wyk. Jeff Bridges, Meryl Streep, Brenton Thwaites, Katie Holmes, Alexander Skarsgard
22.55 **Debiutanci** – film obyczajowy, USA, rez. Mike Mills, wyk. Ewan McGregor, Christopher Plummer, Melanie Laurent, Goran Visnjic
0.50 **Akta Odessy** – film sensacyjny, Niemcy, Wielka Brytania, rez. Ronald Neame, wyk. Jon Voight, Maxymilian Schell, Maria Shell, Mary Tamm, Derek Jacobi
3.00 **Zagadka Hotelu Grand (64)** – serial
3.45 **Zakończenie dnia**

TVP 2

5.25 **Zaufaj mi, jestem lekarzem (4)** – serial
6.30 **M jak miłość (1323)** – serial
7.30 **Pytanie na śniadanie**
10.55 **Lajk!**
11.15 **Pod wspólnym niebem (7) Uchodźca** – serial komediowy
11.50 **O mnie się nie martw - s. VII (8)** – serial komediowy
12.50 **Na sygnale (160) – Za wszelką cenę** – serial fabularyzowany TVP
13.20 **Podróże z historią (51) Z życia wyższych sfer** – cykl dok.
14.00 **Familada** – teleturniej
14.40 **Było... nie minęło - extra** – magazyn
15.15 **Rodzinka.pl (217) – Emocjonalne zombie** – serial
15.45 **Pierwsza randka**
16.50 **Na dobre i na złe (682) Bóle przepowiadające** – serial
17.40 **Słowo na niedzielę**
18.00 **Panorama**
18.35 **Sport Telegram**
18.40 **Pogoda**
18.50 **Kulisy – Postaw na milion**
19.05 **Postaw na milion** – teleturniej
20.05 **The Voice of Poland – Nokaut** - widowisko
22.20 **Miasto skarbów (7)** – serial kryminalny TVP
23.20 **Grupa specjalna „Kryzys" (2)** – serial
0.20 **Pamięć absolutna** – film science fiction, USA, rez. Paul Verhoeven, wyk. Arnold Schwarzenegger, Sharon Stone, Ronny Cox, Michael Ironside
2.20 **Jeniec. Tak daleko jak nogi poniosą** – dramat, Niemcy, rez. Hardy Martins, wyk. Bernhard Bettermann, Anatoli Kotenyov, Michael Mendi
4.30 **Zakończenie dnia**

TVN

5.25 **Uwaga!** – program interwencyjny
5.45 **Mango – Telezakupy**
8.00 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.00 **Na Wspólnej Omnibus** – serial obyczajowy
12.50 **Drzewo marzeń**
13.50 **MasterChef** – program rozrywkowy
15.25 **Azja Express**
17.00 **Kuchenne rewolucje** – program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **36,6°C** – magazyn medyczny Drugi sezon programu prezentującego sprawdzone, skuteczne i pewne metody walki z chorobami. Zespół ekspertów oraz konsultantów zapozna widzów z najnowszymi technologiami medycznymi, zdradzi też, jak do nich dotrzeć.
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.45 **Uwaga!** – program interwencyjny
20.00 **Mam talent**

21.55 **Czarownica** – film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2014, rez. Robert Stromberg, wyk. Angelina Jolie, Elle Fanning, Sharlto Copley, Lesley Manville, Imelda Staunton, Juno Temple, Sam Riley
0.00 **Oszukać przeznaczenie V** – horror, USA, Kanada 2011, rez. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Campbell, Miles Fisher, Ellen Wtroe, Tony Todd
2.00 **Uwaga!** – program interwencyjny
2.20 **Moc Magii**
3.40 **Nic straconego**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
7.45 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
9.15 **Przygody Kota w butach**
10.10 **Ewa gotuje**
10.45 **#SUPERMODELKA - PLUS SIZE**
12.15 **The Brain. Genialny Umysł**
13.45 **Wyspa przetrwania**
15.45 **Kabaret na żywo**
17.50 **Chłopaki do wzięcia**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**

20.10 **Pingwiny z Madagaskaru** – film anim., USA, 2014, rez. Eric Darnell, Simon J. Smith
Tym razem doskonale przeszkolone nieloty stają do walki ze zbiewszczym Oktawiuszem Mackiewiczem, który zagraża bezpieczeństwu świata. Skipper, Kowalski, Rico i Szeregowy angażują się w zadanie, od którego zależą losy świata. Muszą stawić czoła szalonej ośmiornicy - doktorowi Oktawiuszowi Mackiewiczowi, który chce przejąć kontrolę nad Ziemią. Aby zwiększyć swoje szanse pingwiny, oddział łączy siły z tajną organizacją Północny Wiatr, którą dowodzi zagadkowy Agent Utajniony.
22.05 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo**
0.05 **Strażnik granicy** – film akcji, USA, 2008, rez. Isaac Florentine, wyk. Jean - Claude Van Damme, Stephen Lord
2.25 **Tajemnice losu**
5.00 **Disco Gramy**

TV 4

6.00 **Koszmarne tatuaże**
6.25 **Koszmarne tatuaże**
6.55 **Przygody Kota w butach**
7.30 **Kaczor Donald przedstawia**
8.05 **Przygody Kota w butach**
8.35 **Królowa śniegu** – film familijny, Niemcy, 2014, rez. Karola Hattop, wyk. Kristo Ferkic, Flora Thiemann, Linda Zilliacus
10.25 **Policjantki i Policjanci**
11.25 **Policjantki i Policjanci**
12.25 **Policjantki i Policjanci**
13.25 **STOP Drogówka**
14.30 **Święci i łotnierze: Ludzie nieważni** – dramat wojenny, USA, 2014, rez. Ryan Little
16.35 **Niewidzialny** – film akcji, USA, 2005, rez. Rob Cohen, wyk. Josh Lucas, Jessica Biel, Jamie Foxx, Richard Roxburgh, Sam Shepard
19.00 **Galileo**
20.00 **Policjantki i Policjanci**
21.00 **Policjantki i Policjanci**
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny**
0.00 **Don Jon** – komedia, USA, 2013, rez. Joseph Gordon - Levitt, wyk. Scarlett Johansson, Joseph Gordon - Levitt, Julianne Moore, Brie Larson
1.55 **9. miesiąc**
3.00 **Disco Polo Life**
4.00 **Top 10 lista przebojów**
5.00 **Top 10 lista przebojów**

TVN 7

5.50 **Ukryta prawda** – program obyczajowy
6.50 **Mango - Telezakupy**
8.55 **Dwóch i pół** – serial
9.25 **Zaklinaczka duchów** – serial
11.20 **Brzydula** – serial obyczajowy
14.45 **Loch Ness** – film przygodowy, USA, Wielka Brytania 1996, rez. John Henderson, wyk. Ted Danson, Joely Richardson, Ian Holm, Harris Yulin, James Frain
16.55 **Opowieści na dobranoc** – komedia, USA 2008, rez. Adam Shankman, wyk. Adam Sandler, Keri Russell, Guy Pearce, Russell Brand, Richard Griffiths, Teresa Palmer, Lucy Lawless, Courteney Cox, Jonathan Pryce
19.00 **Vinci** – komedia, Polska 2004, rez. Juliusz Machulski, wyk. Robert Więckiewicz, Borys Szyc, Jan Machulski, Kamilla Baar, Marcin Dorociński
21.20 **Mama i ja** – komedia, USA 2012, rez. Anne Fletcher, wyk. Barbra Streisand, Seth Rogen, Brett Cullen, Colin Hanks, Adam Scott
23.25 **Ostatni samuraj** – film przygodowy, USA 2003, rez. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise, Ken Watanabe, Timothy Spall, Billy Connolly, Tony Goldwyn, Hiroyuki Sanada, Koyuki, Shichinosuke Nakamura
2.45 **Moc Magii**

PULS

6.00 **Niesamowite!**
6.35 **Taki jest świat**
7.15 **Columbo** – serial
9.00 **Lombard: Życie pod zastaw** – serial
12.50 **Gwiazdy lombardu**
13.25 **Małolaty u taty** – komedia
15.05 **Goście, goście** – komedia, Francja 1993, rez. Jean - Marie Poiré
17.25 **Zaginiony świat: Jurassic Park** – film przygodowy, USA 1997, rez. Steven Spielberg, wyk. Jeff Goldblum, Julianne Moore, Pete Postlethwaite, Richard Attenborough, Vince Vaughn
20.00 **Plan ucieczki** – thriller, USA 2013, rez. Mikael Hafström, wyk. Arnold Schwarzenegger, Cent 50, Faran Tahir, Jim Caviezel, Sam Neill, Sylvester Stallone, Vinnie Jones
22.10 **Arena** – film akcji, USA 2011, rez. Jonah Loop, wyk. Johnny Messner, Katia Winter, Kellan Lutz, Nina Dobrev, Samuel L. Jackson
0.05 **Przyjemniaczek** – komedia kryminalna, Hongkong 1998, rez. Kam - Bo Hung, wyk. Jackie Chan, Miki Lee, Richard Norton
2.05 **Taki jest świat**
3.05 **Ale numer!**
3.35 **Kręcimy z gwiazdami**
4.20 **Menu na miarę**
4.45 **Z archiwum policji**
5.10 **Twój Puls**

TV 1

8.00 Hokej na lodzie - NHL 2017 . Las Vegas Golden Knights - Colorado Avalanche 6 **10.00** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur 1/2F I **12.00** Koszykówka mężczyzn - Niezapomniany Eurobasket - Najlepsze Akcje **12.30** Kolarstwo Saitama Criterium by te Tour de France Japonia **13.30** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur 1/2F 2 **15.20** Tenisowe gwiazdy **16.00** Piłka ręczna mężczyzn - Turniej w Danii. Dania - Polska **18.00** Piłka ręczna mężczyzn - Turniej w Danii. studio **18.50** Piłka ręczna mężczyzn - Turniej w Danii. Norwegia - Francja **20.55** Tenis ziemny - Turniej WTA Finals - Singapur 1/2F 2 **22.30** Sportowa Sobota **23.00** Piłka ręczna mężczyzn - Turniej w Danii. Dania - Polska

TVP 2

5.25 **Zaufaj mi, jestem lekarzem (4)** - serial
6.30 **M jak miłość (1323)** - serial
7.30 **Pytanie na śniadanie**
10.55 **Lajk!**
11.15 **Pod wspólnym niebem (7) Uchodźca** - serial komediowy
11.50 **O mnie się nie martw - s. VII (8)** - serial komediowy
12.50 **Na sygnale (160) - Za wszelką cenę** - serial fabularyzowany TVP
13.20 **Podróże z historią (51) Z życia wyższych sfer** - cykl dok.
14.00 **Familada** - teleturniej
14.40 **Było... nie minęło - extra** - magazyn
15.15 **Rodzinka.pl (217) - Emocjonalne zombie** - serial
15.45 **Pierwsza randka**
16.50 **Na dobre i na złe (682) Bóle przepowiadające** - serial
17.40 **Słowo na niedzielę**
18.00 **Panorama**
18.35 **Sport Telegram**
18.40 **Pogoda**
18.50 **Kulisy - Postaw na milion**
19.05 **Postaw na milion** - teleturniej
20.05 **The Voice of Poland - Nokaut** - widowisko
22.20 **Miasto skarbów (7)** - serial kryminalny TVP
23.20 **Grupa specjalna „Kryzys" (2)** - serial
0.20 **Pamięć absolutna** - film science fiction, USA, rez. Paul Verhoeven, wyk. Arnold Schwarzenegger, Sharon Stone, Ronny Cox, Michael Ironside
2.20 **Jeniec. Tak daleko jak nogi poniosą** - dramat, Niemcy, rez. Hardy Martins, wyk. Bernhard Bettermann, Anatoli Kotenyov, Michael Mendi
4.30 **Zakończenie dnia**

TVN

5.25 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.45 **Mango - Telezakupy**
8.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Na Wspólnej Omnibus** - serial obyczajowy
12.50 **Drzewo marzeń**
13.50 **MasterChef** - program rozrywkowy
15.25 **Azja Express**
17.00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **36,6°C** - magazyn medyczny Drugi sezon programu prezentującego sprawdzone, skuteczne i pewne metody walki z chorobami. Zespół ekspertów oraz konsultantów zapozna widzów z najnowszymi technologiami medycznymi, zdradzi też, jak do nich dotrzeć.
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.45 **Uwaga!** - program interwencyjny
20.00 **Mam talent**

21.55 **Czarownica** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2014, rez. Robert Stromberg, wyk. Angelina Jolie, Elle Fanning, Sharlto Copley, Lesley Manville, Imelda Staunton, Juno Temple, Sam Riley
0.00 **Oszukać przeznaczenie V** - horror, USA, Kanada 2011, rez. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Campbell, Miles Fisher, Ellen Wtroe, Tony Todd
2.00 **Uwaga!** - program interwencyjny
2.20 **Moc Magii**
3.40 **Nic straconego**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
7.45 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
9.15 **Przygody Kota w butach**
10.10 **Ewa gotuje**
10.45 **#SUPERMODELKA - PLUS SIZE**
12.15 **The Brain. Genialny Umysł**
13.45 **Wyspa przetrwania**
15.45 **Kabaret na żywo**
17.50 **Chłopaki do wzięcia**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**

20.10 **Pingwiny z Madagaskaru** - film anim., USA, 2014, rez. Eric Darnell, Simon J. Smith
Tym razem doskonale przeszkolone nieloty stają do walki ze zbiewszczym Oktawiuszem Mackiewiczem, który zagraża bezpieczeństwu świata. Skipper, Kowalski, Rico i Szeregowy angażują się w zadanie, od którego zależą losy świata. Muszą stawić czoła szalonej ośmiornicy - doktorowi Oktawiuszowi Mackiewiczowi, który chce przejąć kontrolę nad Ziemią. Aby zwiększyć swoje szanse pingwiny, oddział łączy siły z tajną organizacją Północny Wiatr, którą dowodzi zagadkowy Agent Utajniony.
22.05 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo**
0.05 **Strażnik granicy** - film akcji, USA, 2008, rez. Isaac Florentine, wyk. Jean - Claude Van Damme, Stephen Lord
2.25 **Tajemnice losu**
5.00 **Disco Gramy**

TV 4

6.00 **Koszmarne tatuaże**
6.25 **Koszmarne tatuaże**
6.55 **Przygody Kota w butach**
7.30 **Kaczor Donald przedstawia**
8.05 **Przygody Kota w butach**
8.35 **Królowa śniegu** - film familijny, Niemcy, 2014, rez. Karola Hattop, wyk. Kristo Ferkic, Flora Thiemann, Linda Zilliacus
10.25 **Policjantki i Policjanci**
11.25 **Policjantki i Policjanci**
12.25 **Policjantki i Policjanci**
13.25 **STOP Drogówka**
14.30 **Święci i łotnierze: Ludzie nieważni** - dramat wojenny, USA, 2014, rez. Ryan Little
16.35 **Niewidzialny** - film akcji, USA, 2005, rez. Rob Cohen, wyk. Josh Lucas, Jessica Biel, Jamie Foxx, Richard Roxburgh, Sam Shepard
19.00 **Galileo**
20.00 **Policjantki i Policjanci**
21.00 **Policjantki i Policjanci**
22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
0.00 **Don Jon** - komedia, USA, 2013, rez. Joseph Gordon - Levitt, wyk. Scarlett Johansson, Joseph Gordon - Levitt, Julianne Moore, Brie Larson
1.55 **9. miesiąc**
3.00 **Disco Polo Life**
4.00 **Top 10 lista przebojów**
5.00 **Top 10 lista przebojów**

TVN 7

5.50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
6.50 **Mango - Telezakupy**
8.55 **Dwóch i pół** - serial
9.25 **Zaklinaczka duchów** - serial
11.20 **Brzydula** - serial obyczajowy
14.45 **Loch Ness** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 1996, rez. John Henderson, wyk. Ted Danson, Joely Richardson, Ian Holm, Harris Yulin, James Frain
16.55 **Opowieści na dobranoc** - komedia, USA 2008, rez. Adam Shankman, wyk. Adam Sandler, Keri Russell, Guy Pearce, Russell Brand, Richard Griffiths, Teresa Palmer, Lucy Lawless, Courteney Cox, Jonathan Pryce
19.00 **Vinci** - komedia, Polska 2004, rez. Juliusz Machulski, wyk. Robert Więckiewicz, Borys Szyc, Jan Machulski, Kamilla Baar, Marcin Dorociński
21.20 **Mama i ja** - komedia, USA 2012, rez. Anne Fletcher, wyk. Barbra Streisand

Niedziela, 29.10.2017

TVP 1
7.00 Transmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.40 Ziarno - Jacy są święci?
9.15 Jak to działa (145) - magazyn
9.45 Biblia - Święty Paweł, cz. 1 - serial
10.40 Zakochaj się w Polsce (46) Szlak Orlich Gniazd - magazyn
11.10 Weterynarze z sercem - /21/
11.40 Sekrety mnichów - rozrywka
11.55 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem
12.55 BBC w ledynce - Oszuści wśród zwierząt. Podstępne zalety - cykl dok.
14.00 Poldark - Wichry losu (4) - serial
15.10 The Wall. Wygraj marzenia - /6/ - teleturniej
16.05 Opole 2017 na bis - koncert
16.25 Sonda 2 - Nuda - program popularnonaukowy
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Komisarz Alex (125) - Wirtualne życie, prawdziwa śmierć - serial
18.40 Jaka to melodia?
19.30 Wiadomości, Sport, Pogoda
20.15 Dziewczyny ze Lwowa (21) - Nowa lokatorka - serial
21.10 Rolnik szuka żony seria IV (8) - reality show
22.10 Zakochana Jedynka - Już za tobą tęsknię - film obyczajowy, USA, Wielka Brytania, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Toni Collette, Drew Barrymore, Dominic Cooper, Jacqueline Bisset
0.10 Dawca pamięci - film fabularny, USA, reż. Phillip Noyce, wyk. Jeff Bridges, Meryl Streep, Brenton Thwaites, Katie Holmes, Alexander Skarsgard
1.50 Jaka to melodia?
2.35 Biblia - Święty Paweł, cz. 1 - serial
3.25 Rodzinny ekspres - magazyn

TVP 2
6.35 M jak miłość (1324) - serial
7.35 Barwy szczęścia (1725 - 1729) - serial obyczajowy
10.15 Ostoja (177) - magazyn
10.50 Zwierzęce superzmysły - Węch (3) - serial dok.
11.55 Maklowicz w podróży - Kanada - Quebeck
12.35 Bake off - Ale cieszki
13.35 Bake off - Ale przepis
14.00 Familiada - teleturniej
14.40 Koło fortuny (43) - teleturniej
15.20 Na dobre i na złe (683) Wszystko pod kontrolą - serial
16.25 The Voice of Poland - Nokaut
18.00 Panorama, Sport, Pogoda
18.50 Pod wspólnym niebem (7) Uchodźca - serial komediowy
19.25 Lajk!
20.05 Pamięć absolutna - film science fiction, USA, reż. Paul Verhoeven, wyk. Arnold Schwarzenegger, Sharon Stone, Ronny Cox, Michael Ironside
22.10 Dwa dni, jedna noc - dramat, Belgia, Francja, Włochy, reż. Jean - Pierre Dardenne, Luc Dardenne, wyk. Marion Cotillard, Fabrizio Rongione, Catherine Salee, Alain Eloy
23.55 Koncert z okazji 500lecia Reformacji - koncert
0.45 Nadzór - dramat, reż. Wiesław Saniewski, wyk. Ewa Błaszczyk, Grażyna Szapołowska, Teresa Swińska, Ewa Szykulska, Gabriela Kownacka, Elżbieta Zajączkowa, Ewa Dałkowska, Justyna Kulczycka, Ewa Ziętek, Alicja Migulanka
2.50 Trzeci - film obyczajowy, reż. Jan Hryniak, wyk. Marek Kondrat, Jacek Poniedziałek, Magdalena Cielecka, Edyta Olszówka, Rafał Królikowski, Jacek Bracik, Paweł Królikowski, Redbad Klynstra, Grażyna Suchocka
4.35 Zakończenie dnia

TVN
5.25 Uwaga! - program interwencyjny
5.45 Mango - Telezakupy
7.55 Nowa Maja w ogrodzie
8.25 Akademia ogrodnika
8.30 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Kobieta na krańcu świata
11.35 Co za tydzień - magazyn
12.10 Diagnoza - serial
13.10 Druga szansa - serial
14.10 Mam talent
16.05 Skok przez kałużę - komedia, USA 2006, reż. Tim Johnson, Karey Kirkpatrick, wyk. Bruce Willis, Garry Shandling, Steve Carrell, Wanda Sykes, William Shatner, Nick Nolte, Thomas Haden Church
17.50 Spotkanie ze smakiem
18.00 Drzewo marzeń
19.00 Fakty. Sport. Pogoda
19.45 Uwaga! - program interwencyjny
20.00 MasterChef - program rozrywkowy

21.35 Non stop - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Francja, Kanada 2014, rez. Jaume Collet - Serra, wyk. Liam Neeson, Julianne Moore, Scott McNairy, Michelle Dockery, Nate Parker
23.50 Godzilla - film przygodowy, USA, Japonia 2014, rez. Gareth Edwards, wyk. Aaron Taylor - Johnson, Elizabeth Olsen, Bryan Cranston, Juliette Binoche, Juliette Binoche, David Strathairn
2.25 Uwaga! - program interwencyjny
2.45 Moc Magii

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
7.30 Jeździcy smoków na końcu świata
9.00 Dinozaur - film anim., USA
10.50 Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki - film przygodowy, USA, 2008
13.35 Pingwiny z Madagaskaru - film anim., USA, 2014
15.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo
17.35 Nasz nowy dom
18.35 Dom pełen zmian
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w państwie
20.00 W rytmie serca
21.05 Kabaret na żywo

23.15 Bez hamulców - thriller sensacyjny, USA, 2012, reż. David Koepp, wyk. Dania Ramirez, Jamie Chung, Joseph Gordon - Levitt, Aasif Mandvi, Michael Shannon
Wilee to pełen brawury kurier rowerowy, który robi wszystko, by kleroi otrzymywali przesyłki na czas. Tym razem nie będzie miał lekko. w pościg za nim rusza psychopatyczny policjant. Wilee należy do elity rowerowych kurierów w Nowym Jorku. Chłopak całymi dniami zmaga się z czasem i na sztywnych kole, rowerze bez przerzutek i hamulców, dostarcza przesyłki niecierpliwym klientom.
1.05 X - Men: Przeszłość, która nadejdzie - film sci - fi, USA, Wielka Brytania, Kanada, 2014, rez. Bryan Singer, wyk. Halle Berry, Nicholas Hoult, Hugh Jackman
3.45 Tajemnice losu

TV 4
6.00 Koszmarne tatuaże
6.55 Przygody Kota w butach
7.30 Kaczor Donald przedstawia
8.05 Przygody Kota w butach
8.30 Garfield Show
8.50 Alex Rider: Misja Stormbreaker - film fantastyczny, Niemcy
10.50 Galileo
11.50 Poszukiwacze Bursztynowej Komnaty - film przygodowy, Niemcy, 2012, reż. Florian Baxmeyer, wyk. Fabian Busch, Sonja Gerhardt, Kai Wiesinger
14.10 Nowe imperium - dramat przygodowy, Bułgaria, Francja, Hiszpania, USA, Włochy, 2006, reż. Giulio Base, wyk. Monica Cruz, Daniele Liotti, Dolph Lundgren
16.40 Czarne dziedzictwo: Przodowieni - thriller, sci - fi, Kanada, USA, 2014, rez. Vic Armstrong, wyk. Nicolas Cage
19.00 Galileo
20.00 xXx - film akcji, USA, 2002, rez. Rob Cohen, wyk. Vin Diesel, Asia Argento, Samuel L. Jackson, Michael Roof
22.35 Mecenas Lena Barska
23.40 Grudge 3: Powrót klątwy - horror, USA, Japonia, 2009, rez. Toby Wilkins, wyk. Matthew Knight, Mike Straub
1.30 STOP Drogówka
2.30 Sekrety sąsiadów
3.00 Disco Polo Life

STOPKLATKA Stopklatka

TVN 7
5.25 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.30 Mango - Telezakupy
8.35 Dwóch i pół - serial
9.10 Zaklinacza duchów - serial
10.10 Zaklinacza duchów - serial
11.10 Zaklinacza duchów - serial
12.10 Brzydula - serial obyczajowy
14.30 Biały Kieł - film przygodowy, USA 1991, rez. Randal Kleiser, wyk. Klaus Maria Brandauer, Ethan Hawke, Seymour Cassel, Susan Hogan, James Remar
16.50 Tajemniczy ogród - film fantasy, USA, Wielka Brytania 1993, rez. Agnieszka Holland, wyk. Maggie Smith, Kate Maberly, Heydon Prowse, Andrew Knott, John Lynch, Irene Jacob
19.00 Zabójcza broń - serial
20.00 Wygraj ze śmiercią - film sensacyjny, USA 1989, rez. Bruce Malmuth, wyk. Steven Seagal, Kelly Le Brock, Bill Sadler, Frederick Coffin, Bonnie Burroughs
22.05 Zabójcza broń - serial
23.05 Zamieć - film sensacyjny, USA, Francja, Kanada 2009, rez. Dominic Sena, wyk. Kate Beckinsale, Gabriel Macht, Tom Skerritt, Columbus Short, Alex O'Loughlin
1.15 Lista klientów - serial
2.20 Moc Magii
4.30 Druga strona medalu - talk show
5.00 Koniec programu

TTV
15.00 Gogglebox. Przed Telewizorem
15.45 Express - informacje 16.00 Pogoda
16.05 Sonda - wieśniaczki II 17.15 Nauka jazdy 17.45 Express - informacje 18.00 Pogoda 18.05 Usterka 19.15 Wojny przekrzykiwania 19.45 Express - informacje 20.00 Pogoda 20.10 Fachowy Doradca 20.15 Świat do Góry Nogami 21.15 Świat bez fikcji 13 21.45 Express - informacje 22.00 Gogglebox. Przed Telewizorem 22.45 DeFacto 23.15 DeFacto 23.45 Betlejewski. Prowokacje

TV6
9.15 Klub przyjaciół Myszki Miki 10.10 Wakacje z belframi - film familijny 12.25 Powodzenia, Charlie: Szerzenie dobra - komedia familijna 14.05 Kacze opowieści 14.35 Kacze opowieści 15.00 Niegrzeczny pies 16.00 Dragons' Den - Jak zostać milionerem 18.00 Anthony Robbins: Bez rezerwacji 19.00 Podwodni łowcy 20.00 Wilatcy mórz 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 22.55 Cuda bez taptemu

Poniedziałek, 30.10.2017

TVP 1
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Okrasa łamie przepisy
9.10 Rok w ogrodzie
9.35 Rok w ogrodzie extra
9.50 ŁAP START UP
10.10 Północ - Południe, Księga II (8) - serial
11.10 Dr Quinn - seria VI (18) - serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn
12.35 To się opłaca - magazyn
12.50 Dzieła Patagonia. Upaś i pyl
14.00 Elif (123) - serial
14.55 Opole 2017 na bis
15.10 Obserwator
15.45 Wiadomości, Pogoda
16.05 W sercu miasta (22) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (1392) - telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej - teleturniej
18.55 Komisariat - serial
19.30 Wiadomości, Sport, Pogoda
20.25 Teatr Telewizji - Gołgota wrocławska, rez. Jan Komasa, wyk. Adam Ferency, Adam Woronowicz, Kinga Preis, Marcin Sztabiński, Marcin Czarnik, Piotr Głowacki, Katarzyna Maciąg, Jakub Kamiński, Tomasz Cymerman
22.05 James Bond w Jedynce - Szpieg, który mnie kochał - film sensacyjny, Wielka Brytania, rez. Lewis Gilbert, wyk. Roger Moore, Barbara Bach, Curd Juergens
0.10 Gol Ekstra - felieton
0.45 Już za tobą tęsknię - film obyczajowy, USA, Wielka Brytania, rez. Catherine Hardwicke, wyk. Toni Colette, Drew Barrymore, Dominic Cooper, Jacqueline Bisset
2.45 Jeszcze nie wieczór - film obyczajowy, Polska, rez. Jacek Bławut, wyk. Jan Nowicki, Nina Andrycz, Sonia Bohosiewicz, Irena Kwiatkowska, Danuta Szaflarska

TVP 2
5.55 Rodzinka.pl (168) - Będzie się działo - serial komediowy
6.30 Metr od Świętości, cz. 2 - film dok.
7.05 M jak miłość (153)
8.00 Pytanie na śniadanie
11.00 Panorama
11.15 Barwy szczęścia (1729) - serial
11.50 Na dobre i na złe (477) - Twardziel - serial
12.55 Tylko z Toba (14) - serial
13.50 Na sygnale (67) - Ratujcie naszą mamę! - serial
14.25 Czarne chmury (5) - Czarna sakwa - serial
15.30 O mnie się nie martw - s. VII (8) - serial komediowy
16.30 Koło fortuny (44) - teleturniej
17.05 Nadzieja i miłość (42) - serial obyczajowy, Turcja
18.00 Panorama
18.30 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Barwy szczęścia (1729) - serial
20.05 Barwy szczęścia (1730) - serial
20.35 Kulisy serialu Barwy szczęścia
20.45 M jak miłość (1325) - serial
21.40 Kulisy serialu „M jak miłość"
21.50 Bake off - Ale ciachol
22.55 Bake off - Ale przepis
23.20 Czy świat oszalał? - Globalne marnotrawstwo - film dok.
0.05 Pod wspólnym niebem (7) Uchodźca - serial komediowy
1.00 Rodzinka.pl (216) - Sie czyta, sie wie - serial
1.35 Rodzinka.pl (217) - Emocjonalne zombie - serial
2.15 Dwa dni, jedna noc - dramat, Belgia, Francja, Włochy, rez. Jean - Pierre Dardenne, Luc Dardenne, wyk. Marion Cotillard, Fabrizio Rongione, Catherine Salee
4.00 Globalne marnotrawstwo - film dok.
5.05 Zakończenie programu

TVN
5.15 Uwaga! - program interwencyjny
5.40 Mango - Telezakupy
6.50 Kobieta na krańcu świata
7.25 Kobieta na krańcu świata
7.50 Spotkanie ze smakiem
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
10.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szkoła - serial
13.00 19 + - serial
13.30 Szpital - program obyczajowy
14.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła - serial
16.30 19 + - serial
17.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.00 Szpital - program obyczajowy
19.00 Fakty. Sport. Pogoda
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku

20.10 MEGA HIT - X - Men: Przeszłość, która nadejdzie - film sci - fi, USA, Wielka Brytania, Kanada, 2014, rez. Bryan Singer, wyk. Halle Berry, Nicholas Hoult, Hugh Jackman, Jennifer Lawrence, James McAvoy, Michael Fassbender
W niedalekiej przyszłości mutanci żyją w ciągłym zagrożeniu. Są skutecznie ścigani przez Sentinele, 5, 5 - metrowe mordercze machiny, które nie tylko wykrywają gen mutacji, ale także przejmują moce i wyglądał swoich ofiar. By przetrwać, mutanci muszą wpłynąć na historię i sprawić, żeby Sentinelenigdy nie powstały.
22.55 Cudzoziemiec - film sensacyjny, USA, Polska, 2003
1.00 Pojutrze - film katastroficzny, USA, 2004, rez. Roland Emmerich
3.45 Tajemnice losu

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 Trudne sprawy
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Pielęgniarki
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich

23.35 Last Minute - komedia, Polska 2013, rez. Patryk Vega, wyk. Wojciech Mecwaldowski, Aldona Janowska, Klaudia Halejcio, Bartłomiej Świderski
1.20 Co za tydzień - magazyn
1.55 The Following - serial sensacyjny, USA
2.50 Uwaga! - program interwencyjny
3.15 Moc Magii
4.35 Nic straconego

TV 4
6.00 Koszmarne tatuaże
6.25 Koszmarne tatuaże
6.55 Przygody Kota w butach
7.30 Kaczor Donald przedstawia
8.05 Przygody Kota w butach
8.30 Kaczor Donald przedstawia
9.00 V.I.P.
10.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
11.00 Detektywi w akcji
12.00 Detektywi w akcji
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Dom nie do poznania
16.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
17.00 Detektywi w akcji
18.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 Śmierć na 1000 sposobów
21.30 Śmierć na 1000 sposobów
22.00 Galileo
23.00 Galileo
0.00 STOP Drogówka
1.00 9. miesiąc
2.00 Interwencja
2.20 Interwencja
2.45 Cafe Futbol 17
4.25 Magazyn Atleci Polsat Sport
4.55 Trans World Sport 2017

STOPKLATKA Stopklatka

TVN 7
5.30 Szpital - program obyczajowy
6.30 W - 11 Wydział Śledczy - program kryminalny
7.15 Sąd rodzinny - program sądowy
8.15 Chirurdzy IV - serial
9.10 Brzydula - serial obyczajowy
9.45 Brzydula - serial obyczajowy
10.45 Brzydula - serial obyczajowa
11.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny - program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital - program obyczajowy
15.55 Chirurdzy IV - serial
16.55 Zaklinacza duchów - serial
17.55 Brzydula - serial obyczajowy
18.30 Brzydula - serial obyczajowy
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Zamieć - film sensacyjny, USA, Francja, Kanada 2009, rez. Dominic Sena, wyk. Kate Beckinsale, Gabriel Macht, Tom Skerritt, Columbus Short, Alex O'Loughlin
21.05 Straszny film 5 - komedia, USA, 2013, rez. Malcolm D. Lee, David Zucker, wyk. Simon Rex, Charlie Sheen, Ashley Tisdale
23.00 Drive - dramat kryminalny, USA, 2011, rez. Nicolas Winding Refn, wyk. Albert Brooks, Carey Mulligan, Bryan Cranston, Ryan Gosling, Christina Hendricks, Oscar Isaac, Ron Perlman
1.00 Sekrety sąsiadów
2.05 Interwencja
2.45 Interwencja
3.00 Disco Polo Life
4.00 Top 10 lista przebojów

STOPKLATKA Stopklatka

TTV
14.35 Damy i wieśniaczki. Ukraina 15.45 Express - informacje 16.00 Dwaga! 16.25 Fachowy 17.10 Detektywi 17.45 Express - informacje 18.05 Pogromcy brudu 18.40 Łuchy i niszcz 19.10 Nauka jazdy 19.45 Express - informacje 20.10 Nauka jazdy Uwadze 21.15 Świat bez fikcji 13 21.45 Express - informacje 22.00 Gogglebox. Przed Telewizorem 22.45 DeFacto 23.15 DeFacto 23.45 Betlejewski. Prowokacje

TVP KULTURA TVP KULTURA
8.00 Dziennik filozofa 8.15 Scena Klasycznna. Młody Chopin 9.05 Eurokultura 9.30 Chłopiec na galopującym koniu - film obyczajowy 11.00 Daleko od szosy - serial 12.25 Skarga - dramat 14.05 Hi way - komedia 15.45 Docent H. - film kr.metr 16.20 Niedziela z... Jolantą Fraszyńską 17.05 Chłopiec na galopującym koniu - film obyczajowy 18.25 Studio Kultura - Rozmowy 18.40 Portrety - Teatre Nash & Turntable Orchestra - film dok. 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Citizen four - film dok. 22.15 Któredy po sztuce 22.20 Zofia i Oskar Hansenowie 22.50 Dziennik filozofa - 41 23.10 Wszystko będzie dobrze - dramat obyczajowy

TVP HISTORIA TVP HISTORIA
10.55 Ginące cywilizacje (48) - cykl dok. 12.05 Planeta dinozaurów (3) - serial 13.10 Dzieje archeologii według Richarda Milesa (3) - serial 14.10 Szerokie tory - reportaż 14.40 Sportowiec mimo wszystko - komedia 16.00 Ex Libris 16.35 Wielka gra - teleturniej 17.30 Ex Libris 18.00 Twarze i maski (5) - serial 19.05 Z archiwum IPN - Orlik 19.35 Ostatnie okrążenie - film 19.40 Polska Szkoła Reportażu 20.50 Tak bardzo bali się legendy o nim - film dok. 21.45 Ziemia przemówiła - film dok. 22.50 Rozmowy kontrolowane - komedia, rez. Sylwester Chęciński, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiatkowska, Alina Janowska, Krzysztof Kowalewski, Marian Opania, Jerzy Turek, Jerzy Borčuzak 0.40 Nim przyszli Sowietsarzy - film dok. 1.45 Zagadkowy władca Peru - film dok.

Wtorek, 31.10.2017

TVP 1
5.05 Dzień Dobry TVP - magazyn
5.50 Okrasa łamie przepisy
6.25 Kawa na ławce - magazyn
7.05 Dzień Dobry TVP - magazyn
9.00 Dzień Dobry TVP - magazyn
10.00 Dzień Dobry TVP - magazyn
11.00 Dzień Dobry TVP - magazyn
12.00 Wiadomości
12.05 Pogoda
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn
12.50 To się opłaca - Przystępowanie do systemów jakości żywności
13.05 Dzieła Patagonia. Na skraju lądu i morza
14.00 Elif (124) - serial
14.55 Opole 2017 na bis
15.10 Obserwator
15.45 Wiadomości, Pogoda
16.05 W sercu miasta (23) - serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (1393) - telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej - teleturniej
18.55 Komisariat - serial
19.30 Wiadomości, Sport, Pogoda
20.15 Dziewczyny ze Lwowa (22) - Lekcja tańca - serial
21.10 Rolnik szuka żony seria IV (9) - reality show
22.10 Zakochana Jedynka - Nie ma miejsca na miłość - film obyczajowy, USA, reż. Nancy Meyers, wyk. Jeff Bridges, Meryl Streep, Steve Martin, Alec Baldwin, Lake Bell, Rachel Ashanti Lanier
0.05 Gol Ekstra - felieton
0.40 Pojutrze - film katastroficzny, USA, 2004, rez. Roland Emmerich, wyk. Dennis Quaid, Jake Gyllenhaal, Emmy Rossum, Dash Mihok, Jay O. Sanders, Sela Ward
Czy świat stoi u progu nowej epoki lodowcowej? To pytanie od lat zadaje sobie klimatolog Jack Hall. Hall przekonany jest, że globalne ocieplenie prędzej czy później doprowadzi do katastrofalnych zmian klimatycznych na naszej planecie. Wyniki badań, które przeprowadził na Antarktydzie, pokazują, że podobna katastrofa miała miejsce już wcześniej, dziesięć tysięcy lat temu.
2.45 Blitz - thriller sensacyjny, Francja, USA, Wielka Brytania, 2011
5.15 Traffic - dramat sensacyjny, USA, 2000, rez. Steven Soderbergh
4.00 Tajemnice losu

TVP 2
5.50 M jak miłość (155) - serial
6.45 Kocia farajna - film anim., Meksyk, USA, rez. Alberto Mar
8.25 Kangurek Joey - film fabularny, Australia, rez. Ian Barry
10.00 Familia - film sensacyjny, USA, rez. Sam Peckinpah, wyk. Kris Kristoferson, Ali MacGraw, Ernest Borgnine, Burt Young
12.25 Pan Wołodyjowski, cz. I - film historyczny, Polska, rez. Jerzy Hoffman, wyk. Magdalena Zawadzka, Tadeusz Lomnicki, Mieczysław Pawlikowski, Hanka Bielicka, Barbara Brylska, Irena Karel, Jan Nowicki, Daniel Olbrychski, Marek Perepeczko, Mariusz Dmochowski
13.45 Wspomnienie
14.00 Familiada - teleturniej
14.40 Pan Wołodyjowski, cz. II - film historyczny
16.10 Księga dżungli 2 - film przygodowy, USA
17.00 Teleexpress
17.20 Pogoda
17.25 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
17.40 Tydzień zwrotny - melodramat
19.15 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.20 Liga Mistrzów - 4 kolejka
22.55 Liga Mistrzów - skróty, Wielka Brytania
0.10 Joe Black - dramat, USA, rez. Martin Brest, wyk. Brad Pitt, Anthony Hopkins, Claire Forlani
3.05 Nazzaarmia.pl (288) - magazyn
3.35 El Principe - dziełnica zła (44) - serial
4.25 Notacje - Grażyna Barszczewska. Wielokrotne życie
4.35 Zakończenie dnia

TVN
5.10 Uwaga! - program interwencyjny
5.40 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
10.55 Legendy swojego królestwa: Strażnicy Ga'Hoole - film przygodowy, USA, Australia 2010
12.55 Księżniczka na lodzie - komedia, USA, Kanada 2005
15.00 Nawiedzony dwór - komedia, USA 2003, rez. Rob Minkoff
16.55 Czarownica - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2014, rez. Robert Stromberg, wyk. Angelina Jolie, Elle Fanning, Sharlto Copley, Lesley Manville, Imelda Staunton, Juno Temple, Sam Riley
19.00 Fakty. Sport, Pogoda
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku

20.15 Na Wspólnej - serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Azja Express
23.00 Non stop - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Francja, Kanada 2014, rez. Jaume Collet - Serra, wyk. Liam Neeson, Julianne Moore, Scott McNairy, Michelle Dockery, Nate Parker, Lupita Nyong'o, Omar Metwally, Linus Roache
1.15 Superwizjer - magazyn reporterów
1.50 Czarne lustro - serial
2.50 Człowiek z magicznym pudełkiem - kulisy produkcji
3.20 Uwaga! - program interwencyjny
3.45 Nic straconego

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
7.45 Scooby - Doo i upiorny strach na wróble - film USA, 2013
8.15 Prezent nocnej furii - film anim.
8.35 Potwory kontra Obcy: Noc żywych marchwi - film anim.
8.50 Potwory kontra Dynie - mutanty z kosmosu - film anim.
9.25 Smerfy: Legenda Smerfnej Doliny - film anim., USA, 2013
9.55 Shrek 3 - D - film anim., USA
10.15 Shrek ma wielkie oczy - film anim., USA, 2010
10.50 Brzdąc w opałach - komedia familijna, USA, 1994
12.55 Zebra z klasą - film familijny, RPA, USA, 2005
15.10 Maska Zorro - film przygodowy
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.35 Shrek ma wielkie oczy - film anim., USA, 2010

20.05 Titanic - melodramat, USA, 1997, rez. James Cameron, wyk. Leonardo DiCapio, Kate Winslet, Billy Zane, Kathy Bates, Frances Fisher
0.10 Wojna polsko - ruska - dramat, Polska, 2009, rez. Xawery Żuławski, wyk. Sonia Bohosiewicz, Borys Szyc, Ewa Kasprzyk, Anna Prus, Roma Gąsiorowska
Głośna, debiutancka książka Doroty Masłowskiej w adaptacji Xawerego Żuławskiego.
2.45 Tajemnice losu
5.00 Disco Eramy

TV 4
6.00 Koszmarne tatuaże
6.55 Przygody Kota w butach
7.30 Kaczor Donald przedstawia
8.05 Garfield Show
8.25 Maleństwo i przyjaciele - film anim., USA, 2004
9.30 Czarodzieje z Waverly Place - film familijny, USA, 2009
11.35 Detektywi w akcji
13.45 Żelazna Dama - dramat biograficzny, Francja, Wielka Brytania, 2011, rez. Phyllida Lloyd, wyk. Jim Broadbent, Richard E. Grant, Streep Meryl
15.55 Nieustraszony - film biograficzny, Chiny, Hongkong, USA, 2006, rez. Ronny Yu, wyk. Jet Li
18.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.05 Straszny film 5 - komedia, USA, 2013, rez. Malcolm D. Lee, David Zucker, wyk. Simon Rex, Charlie Sheen, Ashley Tisdale
23.00 Drive - dramat kryminalny, USA, 2011, rez. Nicolas Winding Refn, wyk. Albert Brooks, Carey Mulligan, Bryan Cranston, Ryan Gosling, Christina Hendricks, Oscar Isaac, Ron Perlman
1.00 Sekrety sąsiadów
2.05 Interwencja
2.45 Interwencja
3.00 Disco Polo Life
4.00 Top 10 lista przebojów

STOPKLATKA Stopklatka

TTV
13.45 Wojny magazynowe 14.45 Usterka 15.45 Express - informacje 16.05 Damy i wieśniaczki. Ukraina 17.15 Kosakowski. Inicjacja 17.45 Express 18.05 Dyspozytor 18.55 Pierwszy raz za granicą... 19.45 Express - informacje 20.05 Dzieciemeni i wieśniacy 21.10 Usterka 21.45 Express - informacje 22.00 Kosakowski. Być jak... 22.40 Gogglebox. Przed Telewizorem 23.40 Królowe życia - serial

TVP KULTURA TVP KULTURA
8.00 Dziennik filozofa - 43 8.05 Szlakiem Kolbergi - Anna Maria Jopek 8.40 Informacje kulturalne 9.00 Wszyscy Święci - film TVP 10.25 To jest twój nowy syn - film obyczajowy 11.00 Daleko od szosy - serial 12.20 Krakowskie impresje Stanisława Markowskiego - Pękna i Miłosierna 12.30 Grona gniewu - dramat 14.55 Któredy po sztukę - Magdalena Abakanowicz 15.15 15 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '77 16.30 Rozmowy istotne - Wanda Chotomska 17.10 Rififi po sześćdziesiątce - komedia 18.40 Studio Kultura - Rozmowy 19.05 Nie wolno przerwać spektaklu - film dok. 20.20 Okruchy dnia - film fabularny 22.35 Sąsiady - dramat

TVP HISTORIA TVP HISTORIA
10.50 Spór o historię - debata 12.25 Zdobywcy Karpat - Zofia i Witold Paryscy - film dok. 12.55 Zdobywcy Karpat - Maciej Sieczka - film dok. 13.20 Było, nie minęło 13.50 Sensacje XX wieku 14.55 Normandia. Ostatni bohaterowie desantu (2) - film dok. 15.50 Drzeć - dramat wojenny 17.55 Czas honoru (28) - serial 18.55 Śladami zbrodni 19.25 Sensacje XX wieku 20.25 Było, nie minęło - Polowa lekcja historii 20.55 Historia świata według Andrew Marra (8) - serial dok. 22.00 Polonia Restituta (1) - serial 23.00 Koncert, jakiego nie będzie... 23.55 Orzeł - dramat wojenny 1.55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat - Namibijskie bezdroża (28) 2.30 Polonia Restituta (1) - serial 3.25 Zakończenie dnia

Środa, 1.11.2017

TVP 1
5.00 Pora umierać - film obyczajowy
6.55 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
7.00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
8.00 Agrobiznes
8.15 Agropogoda - magazyn
8.20 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
8.35 Świadectwo - dokument
10.20 Życie jest muzyką - film obyczajowy, Austria, Niemcy
12.05 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
12.20 PIETA. Prawo do opłakiwania - film dok.
13.20 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
13.40 Szara Sowa - film fabularny, Kanada, Wielka Brytania
15.45 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
16.00 Pejzaż bez Ciebie - Kalina Jędrusik
17.00 Teleexpress
17.20 Pogoda
17.25 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
17.40 Tydzień zwrotny - melodramat
19.15 Wszyscy Święci z wileńskiej Rossy - felieton
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.20 Liga Mistrzów - 4 kolejka
22.55 Liga Mistrzów - skróty, Wielka Brytania
0.10 Joe Black - dramat, USA, rez. Martin Brest, wyk. Brad Pitt, Anthony Hopkins, Claire Forlani
3.05 Nazzaarmia.pl (288) - magazyn
3.35 El Principe - dziełnica zła (44) - serial
4.25 Notacje - Grażyna Barszczewska. Wielokrotne życie
4.35 Zakończenie dnia

TVN
5.10 Uwaga! - program interwencyjny
5.40 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
10.55 Legendy swojego królestwa: Strażnicy Ga'Hoole - film przygodowy, USA, Australia 2010
12.55 Księżniczka na lodzie - komedia, USA, Kanada 2005
15.00 Nawiedzony dwór - komedia, USA 2003, rez. Rob Minkoff
16.55 Czarownica - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2014, rez. Robert Stromberg, wyk. Angelina Jolie, Elle Fanning, Sharlto Copley, Lesley Manville, Imelda Staunton, Juno Temple, Sam Riley
19.00 Fakty. Sport, Pogoda
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku

20.15 Na Wspólnej - serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Azja Express
23.00 Non stop - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Francja, Kanada 2014, rez. Jaume Collet - Serra, wyk. Liam Neeson, Julianne Moore, Scott McNairy, Michelle Dockery, Nate Parker, Lupita Nyong'o, Omar Metwally, Linus Roache
1.15 Superwizjer - magazyn reporterów
1.50 Czarne lustro - serial
2.50 Człowiek z magicznym pudełkiem - kulisy produkcji
3.20 Uwaga! - program interwencyjny
3.45 Nic straconego

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
7.45 Scooby - Doo i upiorny strach na wróble - film USA, 2013
8.15 Prezent nocnej furii - film anim.
8.35 Potwory kontra Obcy: Noc żywych marchwi - film anim.
8.50 Potwory kontra Dynie - mutanty z kosmosu - film anim.
9.25 Smerfy: Legenda Smerfnej Doliny - film anim., USA, 2013
9.55 Shrek 3 - D - film anim., USA
10.15 Shrek ma wielkie oczy - film anim., USA, 2010
10.50 Brzdąc w opałach - komedia familijna, USA, 1994
12.55 Zebra z klasą - film familijny, RPA, USA, 2005
15.10 Maska Zorro - film przygodowy
18.00 Pierwsza miłość
18.50 W

TVP 1

4.45 Telezakupy
5.20 Jaka to melodia?
5.55 Dzień dobry Polsko!
8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Komisariat – serial
9.10 Zakochaj się w Polsce (46) Szlak Orlich Gniazd – magazyn
9.40 Rodzinny ekspres – magazyn
10.15 Północ – Południe, Księga II (10) – serial
11.10 Dr Quinn – seria VI (21) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.30 Agropogoda – magazyn
12.35 Magazyn Rolniczy – Nowoczesne mleczarstwo
12.55 Wszystko o niedźwiedziu – film dok.
14.00 Elif (125) – serial
14.55 Program rozrywkowy
15.10 Obserwator
15.45 Wiadomości
15.55 Pogoda
16.05 W sercu miasta (24) – serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3194) – telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej – teleturniej
18.55 Komisariat – serial
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.25 Ojciec Mateusz (235) – serial
21.20 Sprawa dla reportera
22.20 Warto rozmawiać
23.30 Dybuk. Rzecz o wędrówce dusz – film dok.
0.35 Riviera (10) – serial
1.35 American Crime Story – Sprawa O. J. Simpsona (10) – serial
2.50 Sprawa dla reportera
3.50 Dzwony wojny (1) – serial
4.40 Zakończenie dnia

TVP 2

6.00 Rodzinka.pl (70) – Trzeba dobrze prowadzić" – serial
6.40 Sztuka codzienności – Sztuka ulotna – serial dok.
7.05 M jak miłość (156) – serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.50 Panorama
11.10 Barwy szczęścia (1731) – serial obyczajowy
11.40 Na dobre i na złe - 18 lat! (7) – felieton
11.45 Na dobre i na złe (479) – Gra o zasad – serial
12.50 Tylko z Tobą (15) – serial obyczajowy,Turcja
13.45 Na sygnale (70) – Sława – serial fabularyzowany TVP
14.25 Dzieciństwo zwierząt – film dok.
15.20 Na dobre i na złe - 18 lat! (7) – felieton
15.30 M jak miłość (1326) – serial
16.30 Koło fortuny (146) – teleturniej
17.05 Nadzieja i miłość (45) – serial obyczajowy, Turcja
18.00 Panorama
18.30 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (1731) – serial obyczajowy
20.05 Barwy szczęścia (1732) – serial obyczajowy
20.40 Piernwza randka
21.40 Miasto skarbów (8) – serial kryminalny TVP
22.40 Dla ciebie wszystko – film obyczajowy, USA
0.45 Osaczony – thriller, USA, Niemcy
2.50 Pan Wołodyjowski, cz. II – film historyczny
3.40 Sprawa dla reportera
4.50 Zakończenie dnia

TVN

5.10 Uwaga! – program interwencyjny
5.40 Mango – Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
10.55 Ukryta prawda – program obyczajowy
12.00 Szkoła – serial
13.00 19 + – serial
13.30 Szpital – program obyczajowy
14.30 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła – serial
16.30 19 + – serial
17.00 Ukryta prawda – program obyczajowy
18.00 Szpital – program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.50 Uwaga! – program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.55 Milionerzy
21.30 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
23.20 8 MM / Osiem milimetrów – thriller, USA, Niemcy, 1999, reż. Joel Schumacher, wyk. Nicolas Cage, Joaquin Phoenix, James Gandolfini, Peter Stormare, Anthony Heald
Tom Welles, prywatny detektyw wiodący poczciwy żywot u boku żony Amy i córeczki czeka na „wielką sprawę", która przyniesie mu sławę i pieniądze. Pewnego dnia wdowa po wpływowym milionerze składa mu niezwykłe zlecenie. W sejfie zmarłego męża odnalazła „snuff movie", 8mm taśmę, na której filmowano brutalne morderstwo młodej kobiety.
2.00 Tajemnice losu

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 Trudne sprawy
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Pielęgniarki
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Wyspa przetrwania
22.05 Faceci w czerni – komedia sci - fi, USA, 1997, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Tommy Lee Jones, Will Smith, Linda Fiorentino
Agent NCIS: Los Angeles – serial
Agent NCIS: Los Angeles – serial
Agent NCIS: Los Angeles – serial
Kobra – oddział specjalny – serial
Kobra – oddział specjalny – serial
Kobra – oddział specjalny – serial
Kobra – oddział specjalny – serial
Mango Telezakupy
Mango Telezakupy
Mango Telezakupy

TVP 1

8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Okrasa łamie przepisy
9.10 Rok w ogrodzie
9.35 Rok w ogrodzie extra
9.50 LAP START UP
10.10 Północ – Południe, Księga II (12) – serial
10.10 Dr Quinn – seria VI (22) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda – magazyn
12.40 To się opłaca – magazyn
12.55 Łowcy. Wyścig z czasem – serial
14.00 Elif (127) – serial
14.55 Program rozrywkowy
15.10 Obserwator, odc. 170
15.45 Wiadomości, Pogoda
16.05 W sercu miasta (26) – serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3196) – telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej – teleturniej
18.55 Komisariat – serial
19.30 Wiadomości, Sport, Pogoda
20.25 Teatr Telewizji – Emigranci – spektakl teatralny, rez. Piotr Cyrwus, wyk. Piotr Cyrwus, Szymon Kuśmider
21.55 James Bond w Jedynce – Moonraker – film sensacyjny, Francja, Wielka Brytania, USA, rez. Lewis Gilbert, wyk. Roger Moore, Michael Lonsdale, Bernard Lee
0.05 GOL – felieton
0.35 Julie i Julia – film obyczajowy, USA, rez. Nora Ephron, wyk. Meryl Streep, Amy Adams, Stanley Tucci, Chris Messina, Brian Avers, Dave Annable
2.45 Cesarskie cięcie – komedia, Polska, rez. Stanisław Moszuk, wyk. Alicja Migulanka, Renata Pękul, Roman Kłosowski, Krzysztof Kowalewski, Bożena Dykiel, Mariola Gładkowska, Wojciech Malajkat, Piotr Fronczewski, Dorota Kamińska

TVP 2

7.05 M jak miłość (158) – serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.50 Panorama
11.10 Barwy szczęścia (1533) – serial
11.45 Na dobre i na złe (480) – Trudne decyzje – serial
12.50 Tylko z Toba (18) – serial obyczajowy, Turcja
13.50 Na sygnale (72) – Roszada – serial fabularyzowany TVP
14.25 Czarne chmury (6) – Intryga – serial
15.30 O mnie się nie martw – s. VII (9) – serial komediowy
16.30 Koło fortuny (49) – teleturniej
17.05 Nadzieja i miłość (46) – serial obyczajowy, Turcja
18.00 Panorama
18.30 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.30 Barwy szczęścia (1733) – serial obyczajowy
20.50 M jak miłość (1327) – serial
21.40 Kulisy serialu „M jak miłość"
21.50 Bake off – Ale ciacho!
23.00 Bake off – Ale prepsuje
23.20 Czy Świat oszalał? – Panamskie kwity. przekręt stulecia
0.25 Pod wspólnym niebem (8) – Służebność przechodu – serial komediowy
1.00 Rodzinka.pl (218) – Aniol, nie bobieta – serial komediowy
1.35 Blue Jasmine – komeddramat, USA, rez. Woody Allen, wyk. Cate Blanchett, Alec Baldwin, Sally Hawkins, Bobby Cannavale, Peter Sarsgaard
3.20 Panamskie kwity. przekręt stulecia – film ok.
4.30 Film fabularny
5.55 Zakończenie programu

TVN

5.10 Uwaga! – program interwencyjny
5.40 Mango – Telezakupy
6.50 Kobieta na krańcu świata
7.20 Listy do M. 3 – kulisy filmu
7.50 Spotkanie ze smakiem – inne
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
10.55 Urzyta prawda – program obyczajowy
12.00 Szkoła – serial
13.00 19 + – serial
13.30 Szpital – program obyczajowy
14.30 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła – serial
16.30 19 + – serial
17.00 Urzyta prawda – program obyczajowy
18.00 Szpital – program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.50 Uwaga! – program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Druga szansa – serial
22.30 Ślub od pierwszego wejrzenia
23.35 Jupiter: Intronizacja – film s-f, USA, Australia 2015, rez. Lana Wachowski, Lilly Wachowski, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum, Sean Bean, Eddie Redmayne, Douglas Booth
0.20 Co za kobieta – magazyn
2.45 The Following II – serial
3.40 Moc Magii
5.00 Nic straconego

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 Trudne sprawy
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Pielęgniarki
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich

20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Druga szansa – serial
22.30 Ślub od pierwszego wejrzenia
23.35 Jupiter: Intronizacja – film s-f, USA, Australia 2015, rez. Lana Wachowski, Lilly Wachowski, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum, Sean Bean, Eddie Redmayne, Douglas Booth
0.20 Co za kobieta – magazyn
2.45 The Following II – serial
3.40 Moc Magii
5.00 Nic straconego

TV 4

6.00 Mistrz kuchni: Juniorzy
6.45 Mistrz kuchni: Juniorzy
7.25 Kacze opowieści
7.50 Kaczor Donald przedstawia
8.30 Kaczor Donald przedstawia
9.00 V.I.P.
10.00 Esmeralda – telenowela obyczajowa
11.00 Detektywi w akcji
12.00 Detektywi w akcji
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Dom nie do poznania
16.00 Esmeralda – telenowela obyczajowa
17.00 Detektywi w akcji
18.00 Policjanci i Policjanci – serial obyczajowy
19.00 Policjanci i Policjanci – serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
21.00 Śmierć na 1000 sposobów
21.30 Śmierć na 1000 sposobów
22.00 Galileo
23.00 Galileo
0.00 STOP Drogówka
1.00 9. miesiąc
2.00 Interwencja
2.20 Interwencja
2.45 Cafe Futbol 17
4.25 Magazyn Atleci Polsat Sport 2017
4.55 Trans World Sport 2017

Poniedziałek, 6.11.2017

TVN 7

5.20 Ukryta prawda – program obyczajowy
6.20 Szpital – program obyczajowy
7.15 Sąd rodzinny – program sądowy
8.15 Zaklinacz duchów – serial
9.10 Brzydula – serial obyczajowy
10.20 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda – program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny – program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital – program obyczajowy
15.55 Druga szansa – serial
16.55 Zaklinacza duchów – serial
17.55 Brzydula – serial obyczajowy
19.00 Ukryta prawda – program obyczajowy
20.00 Wyprawa Kon – Tiki – film przygodowy, Wielka Brytania, Norwegia, Dania, Niemcy, Szwecja 2012, rez. Joachim Roenning, Espen Sandberg, wyk. Pal Sverre Hagen, Anders Baasmo Christiansen, Tobias Santelmann
22.30 Lista klientów – serial
23.35 G.I. Joe: Czas Kobry – film sensacyjny, USA, Czechy 2009, rez. Stephen Sommers, wyk. Dennis Quaid, Channing Tatum, Adewale Akinnuoye - Akbaje, Marlon Wayans, Joseph Gordon - Levitt, Rachel Nichols, Sienna Miller
2.00 Moc Magii
4.15 Druga strona medalu – talk show
4.45 Kuchenny programu

PULS

6.00 To moje życie! – telenowela
7.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze – serial
9.00 Kobra – oddział specjalny – serial
10.00 Napisała: Morderstwo – serial
11.00 Kobra – oddział specjalny – serial
11.55 Agenci NCIS: Los Angeles – serial
13.40 Zbuntowany anioł – telenowela
14.35 Królowa Serc – telenowela
15.45 Lekarze na start – serial
17.15 Wojny magazynowe
17.45 Lombard: Życie pod zastaw
19.30 Gwiazdy lombardu
20.00 1408 – horror, USA 2007, rez. Mikael Hafstrom, wyk. John Cusack, Samuel L. Jackson, Tony Shalhoub
22.00 Po prostu walcz 2 – dramat, USA 2011, rez. Michael Jai White, wyk. Michael Jai White, Evan Peters, Alex Meraz
0.05 American Pie: Bractwo Beta – komedia, USA 2007, rez. Andrew Waller, wyk. John White, Steve Talley, Eugene Levy, Christopher McDonald
2.00 Z Nation – serial
3.00 Ale numer!
3.25 Na jedwabnym szlaku
3.55 Na jedwabnym szlaku
4.25 Biesiada na sztery pory roku
4.45 Z archiwum policji
5.10 Twój Puls
5.35 Menu na miarę

TVP SPORT

8.00 Łyżwiarstwo figurowe - GP - Chin - program dowolny par tanecznych 9.45 Kolarstwo torowe - PŚ - Pruszków dz. 1 11.45 Kolarstwo torowe - PŚ - Pruszków dz. 2 12.45 Kolarstwo torowe - PŚ - Pruszków dz. 2 13.45 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 1 14.45 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 1 15.45 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 1 16.45 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 1 17.45 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 2 18.30 Zwarcie 19.15 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski 20.15 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 1 22.30 Sportowy wieczór 22.50 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 1 23.50 Snooker - Champion of Champions 2017 - dz 2 0.50 Zakończenie dnia

PSN

7.00 Tenis Rolex Paris Masters 9.00 Piłka nożna Liga holenderska: PSV Eindhoven - Twente 11.00 Piłka nożna Liga chińska: Guangzhou Evergrande Taobao Football Club - Tianjin Quanjian Football Club 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Piłka nożna Liga holenderska: Ajax Amsterdam - Utrecht 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Piłka nożna Liga Koszykówki: BM Slam Stal Ostrów Wlkp. - TBV Start Lublin 17.00 Polsat Sport News flash 17.07 Magazyn Cafe Futbol 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Tenis Rolex Paris Masters 21.20 Koszykówka Euroliga: Anadolu Efes Stambuł - Unicaja Malaga 23.30 Tenis Rolex Paris Masters 1.30 Magazyn Cafe Futbol 3.30 Siatkówka Lotto Eurovolley Poland 2017

EUROSPORT

8.35 Watts Best of Winter Sports 9.00 Piłka nożna. FIFA Football 9.30 Kolarstwo torowe. PŚ, Pruszków 11.00 Łyżwiarstwo figurowe. Grand Prix, Puchar Chin 13.00 Snooker. International Championship, Chiny Final 15.00 Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, ćwierćfina 16.30 Maraton. Nowy Jork 18.00 Jeździectwo. Mexico Royal Tour, Kalkuta 18.30 Piłka nożna. Australia 19.30 Piłka nożna. FIFA Football 20.05 Snooker. International Championship, Chiny Final 21.30 Piłka nożna. Major League Soccer 22.00 Piłka nożna. FIFA Football 22.30 Magazyn 22.45 Watts 23.05 Superbike. MŚ, Doha, Katar 0.00 Łyżwiarstwo figurowe. Grand Prix, Puchar Chin 1.30 Maraton. Nowy Jork

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.30 Panorama Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Serwis Info 18.00 Panorama 18.27 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.51 Flesz Info Wieczór 19.00 To jest temat - magazyn 19.20 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.57 Gość Wiadomości 20.12 Minęła 20ta 21.00 Nie da się ukryć - magazyn 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.50 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Widzane z Polski - magazyn 0.10 Serwis Info 0.22 Pogoda 0.30 Nie da się ukryć - magazyn 0.58 Flesz Info Wieczór 1.20 Minęła 20ta

TVP KULTURA

8.00 Dziennik filozofa 46 - felieton 8.10 Scena Klasyczna. Młody Chopin 9.00 Eugenie Grandet, 1. odcinek 9.25 Ewa Demarczyk - Pieśni wolności 14.00 Mojżesz - 10 przykazań 14.55 Psalm 46 dla Nepalu 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Tydzień z Ziemi Świętą 16.50 Świadkowie 17.20 Coś wisi w powietrzu 17.30 Okiem kamery 18.00 Aniół Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Każdy miałuch to potrafi 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Owoce posługi misyjnej 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Szukając miłosierdzia 23.35 Pokonać tsunami

TVP HISTORIA

7.00 Piłka nożna Liga rosyjska 9.00 Piłka nożna Liga czeska 11.00 Polska Liga Koszykówki: BM Slam Stal Ostrów Wlkp. - TBV Start Lublin 12.00 Polska Liga Koszykówki: BM Slam Stal Ostrów Wlkp. - TBV Start Lublin 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Magazyn Cafe Futbol 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Piłka nożna Liga holenderska: PSV Eindhoven - Twente 16.00 Piłka nożna. FIFA Football 16.30 Watts 17.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Soelden, Austria 19.30 Łyżwiarstwo figurowe. Grand Prix, Puchar Chin 21.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Soelden, Austria 23.00 Piłka nożna. FIFA Football 23.30 Piłka nożna. FIFA Football 0.00 Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, ćwierćfinał, mecz 2. 1.30 Piłka nożna. Major League Soccer Play - off, ćwierćfinał, mecz 2

TVP 1

8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Komisariat – serial
9.10 Sonda 2 – Ziemia – miejsce do życia
9.35 Jak to działa (145) – magazyn
10.15 Dr Quinn – seria I (2) – serial
11.05 Niebo i piekło, Północ – Południe, Księga III (2) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.30 Agropogoda – magazyn
12.35 Magazyn Rolniczy
12.55 Skrzydlata królowa nieba – film dok.
14.00 Elif (129) – serial
14.55 Program rozrywkowy
15.10 Obserwator, odc. 172
15.45 Wiadomości
16.05 Pogoda
16.10 Kobieta na krańcu świata
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3198) – telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej – teleturniej
18.55 Komisariat – serial
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.25 Wielki test
21.55 Piłsudski Bronisław zesłaniec, etnograf, bohater – film dok.
23.00 Ludzkie dzieci – film science fiction, USA, rez. Alfonso Cuaron, wyk. Clive Owen, Julianne Moore, Michael Caine, Claire - Hope Ashitey
0.55 Naszaarmia.pl (289) – magazyn
1.30 Amo Domino – Biblii ciąg dalszy (1) – serial
2.25 Notacje – Kazimierz Kaczor. Z iskrą na scenie – cykl dok.
2.35 Zakończenie dnia

TVP 2

6.05 Rodzinka.pl (174) – Nie chcę być babcią – serial komediowy
6.40 Pożytecznie.pl – magazyn
7.05 M jak miłość (160) – serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.55 Panorama
11.15 Barwy szczęścia (1735) – serial obyczajowy
11.45 Na dobre i na złe (482) – Anioł stróż – serial
12.50 Tylko z Tobą (19) – serial obyczajowy, Turcja
13.50 Na sygnale (74) – Być kobietą – serial fabularyzowany TVP
14.25 Nasz dziwaczny świat (9) – esej dokumentalny
15.30 M jak miłość (1328) – serial
16.30 Koło fortuny (51) – teleturniej
17.05 Nadzieja i miłość (48) – serial obyczajowy, Turcja
18.00 Panorama
18.30 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (1736) – serial obyczajowy
20.05 Barwy szczęścia (1737) – serial obyczajowy
20.45 O mnie się nie martw – s. VII (9) – serial komedowy
1.25 Świat bez tajemnic – Tajne eksperymenty CIA – film dok.
2.35 Prokurator (10) – serial kryminalny
3.25 Licencja na wychowanie (59 – 60) – serial obyczajowy
4.35 Film fabularny
5.45 Zakończenie dnia

TVN

5.10 Uwaga! – program interwencyjny
5.40 Mango – Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
10.55 Urzyta prawda – program obyczajowy
12.00 Szkoła – serial
13.00 19 + – serial
13.30 Szpital – program obyczajowy
14.30 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła – serial
16.30 19 + – serial
17.00 Urzyta prawda – program obyczajowy
18.00 Szpital – program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.50 Uwaga! – program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Kuchenne rewolucje

22.20 Zoolander – komedia, USA, Australia, 2001, rez. Ben Stiller, wyk. Ben Stiller, Owen Wilson, David Duchovny, Will Ferrell Derek Zoolander, trzykrotny zdobywca tytułu Modela Roku, zostaje zdetronizowany przez Hansela znienawidzonego, młodszego rywala. Derek porzuca Nowy Jork i wraca do rodzinnego miasteczka, gdzie zostaje gorącym kiem. Niestety, praca w kopalni jest pomyłką. Delikatne dłonie nie są przyzwyczajone do ciężkiego kilofa. Co gorsza, nowi koledzy coraz trudniej znoszą jego, dziwne ich zdaniem, poczucie humoru.
0.20 Haker – komedia sensacyjna, Polska, 2002, rez. Janusz Zaorski, wyk. Bogusław Linda, Paweł Delag, Katarzyna Smutniak
2.10 Tajemnice losu

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 Trudne sprawy
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Pielęgniarki
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.40 #SUPERMODELKA – PLUS SIZE

21.30 Azja Express
23.00 Pieniądze to nie wszystko – komedia, Polska 2001, rez. Juliusz Machulski, wyk. Marek Kondrat, Stanisława Celińska, Sylwester Maciejewski, Cezary Kosiński, Hanna Mikuć, Magdalena Wójcik, Andrzej Chyra, Tomasz Sapryk
1.15 Superwizjer – magazyn reporterów
1.50 Scene lustro – serial
3.10 Uwaga! – program interwencyjny
3.35 Moc Magii
4.55 Nic straconego

TV 4

6.00 Mistrz kuchni: Juniorzy
6.45 Mistrz kuchni: Juniorzy
7.25 Kacze opowieści
7.50 Kaczor Donald przedstawia
8.30 Kaczor Donald przedstawia
9.00 V.I.P.
10.00 Esmeralda – telenowela obyczajowa
11.00 Detektywi w akcji
12.00 Detektywi w akcji
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Dom nie do poznania
16.00 Esmeralda – telenowela obyczajowa
17.00 Detektywi w akcji
18.00 Policjanci i Policjanci – serial obyczajowy
19.00 Policjanci i Policjanci – serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
21.00 VI Batalion – dramat wojenny, Australia, USA, 2005, rez. John Dahl, wyk. Benjamin Bratt, Joseph Fiennes, James Franco, Sam Worthington
23.50 Włazy młoch
0.00 Włazy młoch
0.50 Spadkobiercy
1.50 Graffiti
2.00 TAK czy NIE
3.00 Disco Polo Life
4.00 Top 10 lista przebojów
5.00 Top 10 lista przebojów

TVN 7

5.20 Ukryta prawda – program obyczajowy
6.20 Szpital – program obyczajowy
7.15 Sąd rodzinny – program sądowy
8.15 Zaklinacza duchów – serial
9.10 Brzydula – serial obyczajowy
10.20 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda – program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny – program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital – program obyczajowy
15.55 Druga szansa – serial
16.55 Zaklinacza duchów – serial
17.55 Brzydula – serial obyczajowy
19.00 Ukryta prawda – program obyczajowy
20.00 Stripti – film sensacyjny, USA 1996, rez. Andrew Bergman, wyk. Demi Moore, Burt Reynolds, Armand Assante, Ving Rhames, Robert Patrick, Paul Guilfoyle
22.25 The following III – serial
23.30 Sierota – horror, USA, Kanada, Francja, Niemcy 2009, rez. Jaume Collet - Serra, wyk. Vera Farmiga, Peter Sargaard, Isabelle Fuhrmann, CCH Pounder, Jimmy Bennett
2.00 Moc Magii
4.10 Druga strona medalu – talk show
4.40 Druga strona medalu – talk show
5.10 Koniec programu

PULS

6.00 To moje życie! – telenowela
7.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze – serial
9.00 Kobra – oddział specjalny – serial
10.00 Napisała: Morderstwo – serial
11.00 Kobra – oddział specjalny – serial
11.55 Agenci NCIS: Los Angeles – serial
13.40 Zbuntowany anioł – telenowela
14.35 Królowa Serc – telenowela
15.45 Lekarze na start – serial
17.15 Wojny magazynowe
17.45 Lombard: Życie pod zastaw
19.30 Gwiazdy lombardu
20.00 Wtedy w domu, panie Jenkins – komedia, USA 2008, rez. Malcolm Lee, wyk. James Earl Jones, Joy Bryant, Margaret Avery, Marlon Wayans, Michael Clarke Duncan, Mo'Nique, Nicole Parker
22.15 Fajna z niego babka – komedia, USA 2002, rez. Wallace Wolodarsky, wyk. Barry Watson, Michael Rosenbaum, Harland Williams
0.20 American Pie: Bractwo Beta – komedia, USA 2007, rez. Andrew Waller, wyk. John White, Steve Talley, Eugene Levy, Christopher McDonald
2.00 Ale numer!
2.30 Dyżur
3.00 Biesiada na sztery pory roku
3.50 Taki jest świat
4.20 Z archiwum policji
4.50 Twój Puls
5.15 Menu na miarę

Wtorek, 7.11.2017

TVP 1

5.20 Jaka to melodia?
5.55 Dzień dobry Polsko! – magazyn
8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Komisariat – serial
9.10 Weterynarze z sercem – /22/
9.40 Nienasyceni – magazyn
10.15 Dr Quinn – seria I (1) – serial obyczajowy, USA
11.05 Niebo i piekło, Północ - Południe, Księga III (1) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda – magazyn
12.35 To się opłaca - Przetwórstwo i marketing produktów rolnych dla firm – magazyn
12.55 Łowcy. Życie w sąsiedztwie drapieżników – serial dok. obyczajowy, Turcja
14.00 Elif (128) – serial
14.55 Program rozrywkowy
15.10 Obserwator, odc. 171
15.45 Wiadomości
15.55 Pogoda
16.05 W sercu miasta (27) – serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3197) – telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej – teleturniej
18.55 Komisariat – serial
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.15 Pogoda
20.25 S. W. A. T. (1) – serial
21.35 Magazyn Śledczy
22.05 El Principe – dzielnica zła (45) – serial
22.55 Miasto Gniewu – serial
23.40 Anno Domini - Biblii ciąg dalszy (1) – serial
0.35 Spalenie skotom 2 – dramat, Rosja, rez. Nikita Michałkow, wyk. Oleg Menshikov, Ingeborga Illyin, Nadezhda Mikhalkova
3.05 Zakończenie dnia

TVP 2

6.10 Rodzinka.pl (173) - Czysto, czyściej, czyściuteńko - serial
6.40 Cranach. Tendy zreformowanej Europy – reportaż
7.05 M jak miłość (159) - serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.55 Panorama
11.15 Barwy szczęścia (1734) – serial
11.50 Na dobre i na złe (481) - Na krawędzi – serial
12.50 Tylko z Toba (18) – serial
13.50 Na sygnale (73) - Babski team – serial fabularyzowany TVP
14.25 Cuda z odzysku - urządź mieszkanie za darmo (10)
15.30 M jak miłość (1327) – serial
16.30 Koło fortuny (50) – teleturniej
17.05 Nadzieja i miłość (47) – serial obyczajowy, Turcja
18.00 Panorama
18.30 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.30 Barwy szczęścia (1734) – serial obyczajowy
20.05 Barwy szczęścia (1735) – serial obyczajowy
20.50 M jak miłość (1328) – serial
21.40 Kulisy serialu „M jak miłość"
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.00 Świat bez fikcji - Kiedy miałam 6 lat, pokonałam raka – film dok.
0.20 Miasto skarbów (8) – serial kryminalny TVP
1.15 Pierwsza randka
2.15 Hity kabaretu - Drzwi i inne
3.15 Hity Kabaretu Starszego Niepokoju, cz. 1 – program rozrywkowy
3.15 Magazyn Ekspresu Reporterów
4.15 Kiedy miałam 6 lat, pokonałam raka – film dok.
5.30 Zakończenie programu

TVN

5.10 Uwaga! – program interwencyjny
5.40 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
10.55 Urzyta prawda – program obyczajowy
12.00 Szkoła – serial
13.00 19 + – serial
13.30 Szpital – program obyczajowy
14.30 Kuchenne rewolucje – program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła – serial
16.30 19 + – serial
17.00 Urzyta prawda – program obyczajowy
18.00 Szpital – program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.50 Uwaga! – program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Kuchenne rewolucje

22.30 Nie kłam, kochanie – komedia romantyczna, Polska 2008, rez. Piotr Wereśniak, wyk. Piotr Adamczyk, Marta Żmuda - Trzebiatowska, Grażyna Szapołowska, Beata Tyszkiewicz, Magdalena Schejbal, Tomasz Karolak, Sławomir Orzechowski, Tamara Arciuch, Joanna Liszowska
4.05 Labirynt – film sensacyjny, USA 2013, rez. Thomas Villeneuve, wyk. Hugh Jackman, Jake Gyllenhaal, Viola Davis, Maria Bello, Terrence Howard, Melissa Leo, Paul Dano
3.55 Moc Magii

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 Trudne sprawy
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Pielęgniarki
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Nasz nowy dom
21.10 Przyjaciółki
22.15 Zdrady

23.25 Replikant – film sci - fi, USA, 2001, rez. Ringo Lam, wyk. Jean - Claude Van Damme, Michael Rooker, Ian Robson, Catherine Dent Ofiarami obłąkanego seryjnego zbójcy zwanego „Pochodnią" padają matki z małymi dziećmi, martwe ciała podpala. „Pochodnię" od lat bezskutecznie ściga wytrawny glinarz Jake Riley, obsesyjnie pragnący go powstrzymać. Kiedy na miejscu kolejnej zbrodni policja znajduje włos przestępcy, supertajna agencja rządowa klonuje zabójcę w nadziei, że Replikant pomoże ująć mordercę.
1.40 Tajemnice losu
5.00 Disco Gramy

TV 4

6.00 Mistrz kuchni: Juniorzy
6.45 Mistrz kuchni: Juniorzy
7.25 Kacze opowieści
7.50 Kaczor Donald przedstawia
8.30 Kaczor Donald przedstawia
9.00 V.I.P.
10.00 Esmeralda – telenowela obyczajowa
11.00 Detektywi w akcji
12.00 Detektywi w akcji
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Dom nie do poznania
16.00 Esmeralda – telenowela obyczajowa
17.00 Detektywi w akcji
18.00 Policjanci i Policjanci – serial obyczajowy
19.00 Policjanci i Policjanci – serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny
21.00 Zabójcza gra – thriller, USA, 2010, rez. Kurtzman, wyk. Sean Patrick Flanery, Joe Pantoliano, Carmen Serano
23.00 Włazy młoch
23.30 Włazy młoch
0.00 Spadkobiercy
1.00 Sekrety sąsiadów
1.30 Sekrety sąsiadów
2.00 TAK czy NIE
3.00 Disco Polo Life
4.00 Top 10 lista przebojów
5.00 Top 10 lista przebojów

TVN 7

5.20 Ukryta prawda – program obyczajowy
6.20 Szpital – program obyczajowy
7.15 Sąd rodzinny – program sądowy
8.15 Zaklinacza duchów – serial
9.10 Brzydula – serial obyczajowy
10.20 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda – program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny – program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital – program obyczajowy
15.55 Druga szansa – serial
16.55 Zaklinacza duchów – serial
17.55 Brzydula – serial obyczajowy
19.00 Ukryta prawda – program obyczajowy
20.00 Gorąca laska – komedia, USA 2002, rez. Tom Brady, wyk. Rob Schneider, Anna Faris, Matthew Lawrence, Robert Davi, Rachel McAdams
22.15 Oszuści – serial
23.15 Niewierni – serial
0.35 Nie z tego świata – serial
1.35 Kult – film dok. 2014, rez. Rachel Coughlan
2.45 Moc Magii
4.55 Koniec programu

PULS

6.00 To moje życie! – telenowela
7.00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze – serial
9.00 Kobra – oddział specjalny – serial
10.00 Napisała: Morderstwo – serial
11.00 Kobra – oddział specjalny – serial
11.55 Agenci NCIS: Los Angeles – serial
13.40 Zbuntowany anioł – telenowela
14.35 Królowa Serc – telenowela
15.45 Lekarze na start – serial
17.15 Wojny magazynowe
17.45 Lombard: Życie pod zastaw
19.30 Gwiazdy lombardu
20.00 Witaj w domu, panie Jenkins – komedia, USA 2008, rez. Malcolm Lee, wyk. James Earl Jones, Joy Bryant, Margaret Avery, Marlon Wayans, Michael Clarke Duncan, Mo'Nique, Nicole Parker
22.15 Fajna z niego babka – komedia, USA 2002, rez. Wallace Wolodarsky, wyk. Barry Watson, Michael Rosenbaum, Harland Williams
0.20 American Pie: Bractwo Beta – komedia, USA 2007, rez. Andrew Waller, wyk. John White, Steve Talley, Eugene Levy, Christopher McDonald
2.00 Ale numer!
2.30 Dyżur
3.00 Biesiada na sztery pory roku
3.50 Taki jest świat
4.20 Z archiwum policji
4.50 Twój Puls
5.15 Menu na miarę

Czwartek, 9.11.2017

TVP 1

4.45 Telezakupy
5.20 Jaka to melodia?
5.55 Dzień dobry Polsko! - magazyn
8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.35 Komisariat – serial
9.05 Mam prawo - /9/ – serial dok.
9.35 Magazyn Śledczy
10.10 Dr Quinn – seria I (3) – serial
11.00 Niebo i piekło, Północ - Południe, Księga III (3) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.30 Agropogoda – magazyn
12.35 Smaki polskie – Gęś na co dzień i od święta – magazyn kulinarny
12.55 Dzika Kornwalia – film dok.
14.00 Elif (130) – serial
14.55 Program rozrywkowy
15.10 Obserwator, odc. 173
15.45 Wiadomości
15.55 Pogoda
16.05 W sercu miasta (29) – serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3199) - telenowela
18.30 Rodzina wie lepiej - /63/ – teleturniej
18.55 Komisariat – serial
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.25 Dzwony wojny (2) – serial
21.20 Sprawa dla reportera
22.20 Warto rozmawiać
23.30 Przerwana Misja – film dok.
0.35 S. W. A. T. (1) – serial
1.30 El Principe – dzielnica zła (45) – serial
2.30 Sprawa dla reportera
3.25 Dzwony wojny (2) – serial
4.20 Notacje – Barbara Osterloff. Teatr jest najważniejszy, a nie ja – cykl dok.
4.40 Zakończenie dnia

TVP 2

5.55 Rodzinka.pl (175) - Zarządzanie kryzysowe – serial
6.35 Sztuka codzienności – Zobaczmy to jeszcze raz, cz. 1 – serial dok.
7.05 M jak miłość (161) – serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.55 Panorama
11.40 Na dobre i na złe (483) - Margines błędu – serial
12.45 Tylko z Tobą (20) – serial obyczajowy, Turcja
13.40 Na sygnale (75) – Piknik – serial fabularyzowany TVP
14.15 Dzika przyroda Bliskiego i Środkowego Wschodu – Turcja. Życie na krawędzi –

Zajęcia w sekcjach DOK w sezonie 2017/2018

Sekcje dla dorosłych

Aerobik Latino
środa, piątek / godz. 18.30
Filia DOK (gołębnik)
Marzanna Laskowska

Chór „Oremus"
wtorek i piątek / godz. 19.30
sala przy kościele pw. Chrystusa Króla
Małgorzata Aleksander-Tęcza

Chór „Radość"
środa / godz. 11.30
Filia DOK (gołębnik)
Michał Wróblewski

Język angielski
czwartek
16.15 – niepoczątkujący
17.30 – początkujący
18.45 – zaawansowany
Koszt 20 zł mies.
Aula LO
Maria Wabińska

Taniec dla Seniora
poniedziałek / godz. 19.10
Filia DOK ul. Zwycięstwa 1
Irina Karpenko

Warsztaty plastyczne dla dorosłych
poniedziałek / godz. 16.30
pracownia w baszcie DOK
Henryk Lidtke

Zajęcia z rękodzieła
wtorek / godz. 16.00
Filia DOK (gołębnik)
Jolanta Choińska

Sekcje dla dzieci i młodzieży

„Rytmy Planety"
Gr. Maluchy (6-7 lat)
poniedziałek / godz. 16.00-17.00
Gr. Country (10-12 lat)
wtorek / godz. 16.00-17.00
czwartek / godz. 17.00-19.00
Gr. Modelki (9-10 lat)
środa i piątek / godz. 16.00-17.00
Gr. Średnia (13 lat)
poniedziałek i środa / godz. 17.00-19.00
Gr. Starsza (13-16 lat)
wtorek / godz. 17.30
piątek / godz. 17.00-19.15
Filia DOK ul. Zwycięstwa 1
Irina Karpenko

Sekcja Rockowa DOK
piątek / godz. 16.00
DOK
Michał oraz Adam Wróblewscy

Pracownia Teatralna
wtorek i środa / godz. 17.00
DOK
Jarosław Paczkowski

Studio Piosenki DOK
wtorek i czwartek / godz. 16.30
Filia DOK (gołębnik)
Małgorzata Aleksander-Tęcza

Warsztaty teatralne dla dzieci
poniedziałek
dzieci w wieku 3-4 lata godz. 16.15
dzieci w wieku 5-8 lat godz. 17.00
dzieci w wieku 9-13 lat godz. 18.00
Filia DOK (gołębnik)
Agnieszka Mielcarek

Warsztaty FireShow
wtorek / godz. 16.00
Filia DOK (gołębnik)
Gabi Mazurek

Zajęcia gry na pianinie
poniedziałek-czwartek / w godz. 14.00-18.00
Filia DOK ul. Zwycięstwa 1
Małgorzata Wrzesińska
140 zł mies.

Zajęcia gry na gitarze i akordeonie
poniedziałek-piątek / w godz. 14.00-18.00
Filia DOK ul. Zwycięstwa 1
Stanisław Korszlak
140 zł mies.

Warsztaty plastyczne dla dzieci i młodzieży
Filia DOK ul. Zwycięstwa 1
Renata Karpiak
poniedziałek / godz. 16.00 / dla uczniów klas IV-V
wtorek / godz. 16.00 / dla uczniów klas I-III
środa / godz. 16.00 / dla uczniów klas VI-VII
piątek / godz. 16.00 / gimnazja i szk. średnie

Warsztaty filmu animowanego
warsztaty odbywać się będą od marca