BEZPŁATNY DWUTYGODNIK SAMORZĄDOWY

Panorama BRZEGU DOLNEGO

NR 2 (69), ROK 4
CZWARTEK, 01.02.2018
ISSN 2449-5379

WIESŁAW OCHMAN I JEGO PRZYJACIELE

STYCZEŃ W BRZEGU DOLNYM TO PRAWDZIWA UCZTA DLA WSZYSTKICH MIŁOŚNIKÓW MUZYKI KLASYCZNEJ

STR. 20-21

reklama

HANZA

W związku z dynamicznym rozwojem naszej firmy, a także zwiększeniem zamówień od Klienta, firma HANZA poszukuje pracowników na stanowiska:

MONTER | OPERATOR | PRACOWNIK MAGAZYNU

Nie wymagamy doświadczenia, na każdym stanowisku wdrażamy i szkolimy od podstaw.

Oferujemy:
- stabilne zatrudnienie w oparciu o umowę o pracę bezpośrednio z firmą,
- wynagrodzenie zasadnicze + comiesięczna premia,
- premie na święta Bożego Narodzenia i Wielkanoc,
- premie wakacyjne,
- imprezy integracyjne,
- możliwość szkoleń i rozwoju zawodowego.

Osoby zainteresowane zachęcamy:
- do wysłania swojego CV na adres: **rekrutacje@hanza.com** lub
- do kontaktu telefonicznego pod numerem **605 833 855** lub
- do pozostawienia CV w formie papierowej w specjalnej skrzynce na bramie naszej firmy, pod adresem: al. Jerozolimskie 38, Brzeg Dolny (obok sklepu Netto).

reklama

eurobank

odchudzimy Twoje raty!

połącz wszystkie swoje raty w jeden lżejszy kredyt konsolidacyjny

www eurobank.pl
bankowość mobilna
placówki
19 000 połączenie wg stawki operatora

Brzeg Dolny, Warzyń, ul. Przedszkolna 2, tel. 071 319 87 19
Wołów, Rynek 28, tel. 071 389 19 23

Szczegóły oferty, w tym Regulamin udzielania Pożyczek i Kredytów przez Euro Bank S.A., opłaty i prowizje, są dostępne na www.eurobank.pl i w placówkach Euro Banku S.A.
W przypadku umów zawartych u Pośrednika kredytowego, uprawniony jest on na mocy udzielonego mu przez Euro Bank S.A. pełnomocnictwa do zawierania w imieniu na rzecz Banku umów pożyczki na rachunek Bankowy oraz wykonywania czynności faktycznych związanych z wymienionymi umowami.
Stan na dzień 01.08.2015

KWALIFIKACJA WOJSKOWA

Termin kwalifikacji wojskowej dla mieszkańców **Gminy Brzeg Dolny** został wyznaczony w następujących dniach:

9, 12, 13 LUTEGO 2018 R.

Kwalifikacja dotyczy mężczyzn urodzonych 1999 roku oraz 1994-1998, którzy nie posiadają określonej kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej.

Kwalifikacja odbywać się będzie w siedzibie Starostwa Powiatowego w Wołowie, Plac Piastowski 2, pokój nr 18.

Do osób, które podlegają kwalifikacji wojskowej na terenie Gminy Brzeg Dolny wysłane zostaną imienne wezwania ze wskazaniem terminu oraz godziny stawienia się przed Powiatową Komisją Lekarską.

Informacji w sprawie kwalifikacji wojskowej udziela:
Biuro Bezpieczeństwa Urzędu Miejskiego w Brzegu Dolnym
Tel. 71 319 51 17 wew. 257 lub 602 75 25 25

Podstawa prawna:

1. Ustawa z dnia 21 listopada 1967 r. o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej (Dz.U.2017.1430)
2. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 23 listopada 2009 r. w sprawie kwalifikacji wojskowej (Dz.U.2017.1980)
3. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Ministra Obrony Narodowej z dnia 30 listopada 2017 r. w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej w 2018 r. (Dz.U.2017.2254)

Obwieszczenie Wojewody Dolnośląskiego z dnia 15 stycznia 2018 r. w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej na terenie województwa dolnośląskiego – str. 28

reklama

BEATA ZDROWIE I URODA - BEATA LEŻYŃSKA

ZAJĘCIA DLA DZIECI

Uczestnicy tworzą własne mydło wybierając zapach, kolor, kształt. Poznają historię produkcji, rodzaje i właściwości mydła. Pamiątka z warsztatu: mydełko glicerynowe

KOSMETYKI NATURALNE

Kosmetyki uzdrowiskowe, naturalne z Polskich Uzdrowisk

KONTAKT

tel. 609 011 913
ul. Korczaka 2
Brzeg Dolny

www.beatazdrowieuroda.nets.pl

Plebiscyt Sportowy
Brzeg Dolny 2017

SPORTOWY BRZEG DOLNY 2017

Bal Sportowca
i rozstrzygnięcie Plebiscytu

10 lutego 2018
godz. 20.00

Bilety 90 zł/os. można kupić
w restauracji Grappa.
Liczba miejsc ograniczona. Zapraszamy!

UWAGA! POSZUKIWANY ŚWIADEK WYPADKU

Rodzina poszkodowanego poszukuje świadków wypadku drogowego, który wydarzył się 14 stycznia w Brzegu Dolnym ok. godz. 6.20 w pobliżu skrzyżowania Al. Jerozolimskie z ul. Ossolińskiego. Samochód osobowy potrącił rowerzystę. Osoby, będące świadkami wypadku lub mające wiedzę na ten temat proszone są o kontakt pod nr tel. 71 317 29 71 lub 509 176 806.

Z głębokim żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

ś.p. Ireny Kędzierskiej

długoletniego pedagoga i wychowawcy młodzieży w Brzegu Dolnym.

Rodzinie składamy najszczersze wyrazy współczucia.

Stanisław Jastrzębski
Burmistrz Brzegu Dolnego

Andrzej Lech
Przewodniczący RM

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.
Druk: Agora SA
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:** Justyna Bazylak, **korekta:** Angelika Furgacz, **sport:** Jarosław Iskra.
Zespół redakcyjny: Małgorzata Bołdyn, Marta Wabiszczewicz-Krawczuk, Jarosław Iskra, Beata Kowal, Piotr Perliński, Dominik Kaczmarek, Natalia Kacprzak.
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.

SŁUŻBA ZDROWIA – rozwój czy stagnacja?

Jaki będzie nowy rok w zakresie ochrony zdrowia? Czy spółkę Powiatowe Centrum Medyczne czeka rozwój czy stagnacja? Czy w szpitalu w Brzegu Dolnym powstanie nowa sala operacyjna i oddział pediatryczny? Z burmistrzem Stanisławem Jastrzębskim rozmawiamy na temat ochrony zdrowia w Powiecie Wołowskim.

W styczniu odbyło się posiedzenie wspólników oraz Rady Nadzorczej spółki Powiatowe Centrum Medyczne, czy są ustalenia, które pozwalają patrzeć w przyszłość z optymizmem?

Rzeczywiście na styczniowym posiedzeniu wspólników, w którym uczestniczył zastępca burmistrza Wołowa Jacek Włosek oraz wicestarosta Władysław Boczar, a ze strony Brzegu Dolnego, nasz przedstawiciel Dominik Stefanko, doszło do pewnego przełomu i panowie zrozumieli jaka jest różnica miedzy właścicielem a najemcą. Do tej pory w spółce było tak, że w Wołowie robimy wszystko, a ty Brzegu Dolny rób sobie sam, bo jesteś właścicielem budynku, a PCM tylko najemcą. Niestety, to tak nie działa. Strona wołowska nie słuchała argumentów. Zadaniem gminy nie jest wybudowanie nowej sali operacyjnej lub stworzenie oddziału pediatrycznego w budynku, który wynajmuje Powiatowemu Centrum Medycznemu. To zadanie podmiotu, który świadczy usługi w zakresie ochrony zdrowia. Ponieważ sprawa jest poważna i dotyczy bezpieczeństwa zdrowotnego mieszkańców, deklaruję, że pomożemy we wszystkich inwestycjach w naszym szpitalu, co więcej, nie wykluczam przekazania dodatkowych pieniędzy. Dementuję z całą stanowczością nieprawdziwe doniesienia medialne, że w Brzegu Dolnym nie ma pediatrii, bo gmina nie przygotowała pomieszczeń. Gmina nie leczy pacjentów. To spółka PCM i pani prezes Ilona Zmarlak jest odpowiedzialna za przygotowanie oddziału. Co więcej, bez naszej zgody jako właściciela obiektu może przeprowadzać remonty o wartości do 500 tys. zł. Taki zapis jest w umowie najmu i pani prezes zna treść tej umowy.

Jakie inwestycje i remonty przeprowadziła gmina Brzeg Dolny w obiekcie szpitala, którego jest właścicielem?

Gmina Brzeg Dolny spełnia obowiązki właścicielskie. Budynek szpitala został kupiony 3 lata temu. Tylko w poprzednim roku przeprowadziliśmy remont sieci wodno-kanalizacyjnej, remont dachu, a obecnie kończy się wymiana okien. Dodatkowo zakupiliśmy nowy agregat prądotwórczy, chociaż nie należało to do obowiązku właściciela.

Stary był jednak wysłużony. Łącznie 3 mln zł wydaliśmy na remonty i to nie koniec. Teraz zostanie uporządkowany teren wokół szpitala, jest już projekt wymiany instalacji elektrycznej, którą jako właściciel wykonamy. Czekamy na ruch zarządu, czyli Pani prezes w zakresie sali operacyjnej i pediatrii. To kluczowe inwestycje, ale bez działań zarządu i woli starosty, trudno będzie je przeprowadzić. Za bezpieczeństwo zdrowotne mieszkańców powiatu odpowiada starosta, dlatego oczekuję konkretnych decyzji w sprawie budowy lub remontu sali operacyjnej i otworzenia pediatrii.

Mieszkańcy skarżą się, że trudno dostać się do specjalisty. Co należy zrobić, by ta sytuacja uległa zmianie?

Na służbę zdrowia należy popatrzeć szerzej. Usługi medyczne na terenie Brzegu Dolnego świadczą również inne podmioty. Zależy mi na tym, żeby oferta medyczna była szeroka, bez względu na to, kto ją świadczy. Dla mieszkańca jest obojętne czy rejestruje się w przychodni prywatnej, czy publicznej. Ważne jest jak szybko zostanie przyjęty i otrzyma pomoc. To samo dotyczy dostępu do specjalistów.

W Brzegu Dolnym mamy trzy przychodnie zdrowia. Jest konkurencja i to jest korzystne dla rynku medycznego. Oczywiście problemy podstawowej, szpitalnej i specjalistycznej opieki zdrowotnej są podobne w całym kraju. Służba zdrowia jest słabo opłacana, jest mało lekarzy na rynku, są kolejki do specjalistów i na zabiegi. Nie zwalania to jednak prezes spółki Powiatowe Centrum Medyczne z działań na rzecz rozwoju. Potencjał przychodni zdrowia nie jest wykorzystany, podobnie szpitala. Zarząd nic nie robi w kierunku zatrudnienia nowych specjalistów, uruchomienia dodatkowych świadczeń odpłatnych, a są ku temu warunki. Zdaniem Pani prezes nie opłaca się nawet prowadzenie komercyjnej rehabilitacji, chociaż gmina Brzeg Dolny zakupiła sprzęt, pokrywała koszty zatrudnienia personelu, a mieszkańcy płacili za usługi. Chciałbym, żeby było jasne, że to prezes PCM zdecydowała o zamknięciu rehabilitacji w przychodni w Brzegu Dolnym.

Konkurencja na rynku jest duża i przychodnie walczą o pacjenta.

Oceniam, że Powiatowe Centrum Medyczne nie walczy o pacjenta, chociaż jest największym graczem na rynku usług medycznych w powiecie. Proszę spróbować dowiedzieć się czegoś ze strony internetowej spółki lub znaleźć profil w mediach społecznościowych. Dzisiaj sprawna komunikacja z pacjentem to podstawa, a PCM zatrzymał się w czasie i cały czas boryka się z nierozwiązanym problemem dodzwonienia się do rejestracji w przychodni. Tak jak powiedziałem wcześniej jest potencjał, ale brakuje wizji i pomysłu na rozwój. Tymczasem otwieramy się coraz bardziej w kierunku Wrocławia, gdzie jest bardzo dużo przedsiębiorstw. To jest ogromny rynek jeśli chodzi o badania pracownicze, ale nie wydaje mi się, żeby PCM walczył o takiego pacjenta. Tymczasem, podmioty gospodarcze, które prowadzą działalność w zakresie ochrony zdrowia w naszym mieście nie są bierne. Aplikują o środki unijne. W zeszłym roku z tych pieniędzy wyremontowano siedzibę DSCM na ul. Wilczej. Nie mam wątpliwości, że gdyby nasza spółka PCM złożyła ofertę na przystosowanie szpitala w Brzegu Dolnym pod pediatrię, to spółka mogłaby liczyć na te środki. Tym bardziej, że nie ma pediatrii w powiecie wołowskim, górowskim czy średzkim. Gdyby tak się stało, mielibyśmy ten temat już za sobą.

Jaka przyszłość czeka Powiatowe Centrum Medyczne?

Uważam, że rok 2018 zaczął się dobrze, ponieważ spółka otrzymała prawie 1 mln zł za nadwykonania, poza tym udziałowcy już zapowiedzieli dokapitalizowanie. Inną sprawą są działania zarządu i cele jakie stawia sobie Pani prezes. Zapadła już decyzja o utworzeniu pediatrii, ale mam wątpliwości co do woli politycznej władz powiatu i gminy Wołów w sprawie sali operacyjnej. Prowadzeniem przychodni i szpitali powinni zajmować się specjaliści w branży, a nie wójtowie, burmistrzowie i starości. Samorządy powinny tworzyć możliwość rozwoju służby zdrowia ograniczając swój interwencjonizm. Na pewno musi powstać nowoczesna sala operacyjna, ale myśląc o niej nie powinniśmy ograniczać się w myśleniu do obecnej chirurgii i położnictwa. Sala powinna oferować także usługi komercyjne w zakresie np. chirurgii plastycznej. Może we współpracy z PCC warto utworzyć 3-4 łóżka reanimacyjne ze szczególnym nastawieniem na zatrucia chemiczne, poparzenia. Jest wiele obszarów rozwoju. Liczę na porozumienie ponad podziałami, bo zdrowie mieszkańców jest wartością nadrzędną.

mb

reklama

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

SKLEPY BĘDĄ ZAMKNIĘTE W NIEDZIELE

Nowa ustawa wprowadzona przez Sejm i podpisana przez Prezydenta już od marca ogranicza liczbę niedziel, w których można będzie prowadzić handel. Pierwsza taka niedziela już 11 marca. Zobacz kiedy nie zrobisz zakupów.

11 marca	13 maja	22 lipca	14 października
18 marca	20 maja (Zielone Świątki)	12 sierpnia	21 października
1 kwietnia (Wielkanoc)	10 czerwca	19 sierpnia	11 listopada (Święto Niepodległości)
8 kwietnia	17 czerwca	9 września	18 listopada
15 kwietnia	8 lipca	16 września	9 grudnia
22 kwietnia	15 lipca	23 września	

reklama

Vita Polymers Poland, będąca oddziałem Grupy Vita – światowego lidera produkcji i przetwórstwa tworzyw polimerowych – poszukuje do swojego Zakładu Produkcji Pianki PUR, zlokalizowanego w Brzegu Dolnym, kandydata na stanowisko:

Pracownika Magazynów Pianek

Miejsce pracy: Brzeg Dolny

Zakres obowiązków:

- obsługa magazynów wyrobów gotowych,
- przygotowywanie kompletacji i załadunków zamówień,
- prowadzenie dokumentacji magazynowej,
- bieżąca konserwacja maszyn i wykonywanie drobnych napraw.

Wymagania zawodowe:

- duża samodzielność i zdolność uczenia się,
- uprawnienia do obsługi wózka widłowego,
- dobry stan zdrowia,
- umiejętności pracy w zespole,
- doświadczenie zawodowe w przedsiębiorstwie produkcyjnym.

CV prosimy przesyłać na adres:
Vita Polymers Poland Sp z o.o., ul. Sienkiewicza 31, 33; 56-120 Brzeg Dolny
lub
adres mail: **dskora@vitafoam.pl**

Prosimy o dopisanie następującej klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, ze zm.)"

PZS w rankingu miesięcznika Perspektywy

Po raz kolejny miesięcznik Perspektywy, w XX jubileuszowej już edycji, przedstawił ranking najlepszych szkół średnich w kraju.

Wśród wyróżnionych placówek kształcących młodzież na poziomie ponadgimnazjalnym na Dolnym Śląsku, 27 miejsce przypadło Powiatowemu Zespołowi Szkół w Brzegu Dolnym, zyskując miano „Brązowej Szkoły 2017".

Główne kryteria wyboru, na jakich opierał się ranking, dotyczyły sukcesów szkoły w olimpiadach, wyników matury z przedmiotów obowiązkowych oraz wyników matury z przedmiotów dodatkowych.

Zdobycie miejsca w Rankingu Szkół Ponadgimnazjalnych Perspektywy stanowi dla szkoły gratyfikację. Świadczy o dobrej atmosferze tworzonej przez kadrę oraz uczniów. Jest to informacja szczególnie ważna dla młodzieży stającej przed wyborem dalszej edukacji w szkołach ponadgimnazjalnych oraz ich rodziców.

JB

19	254	II LO im. Stanisława Wyspiańskiego	Legnica	212	190	45.95	
20	282	LO Sióstr Urszulanek Unii Rzymskiej	Wrocław	125	296	44.88	
21	322	I LO im. Jędrzeja Śniadeckiego	Dzierżoniów	288	204	43.26	
22	357	I LO im. Władysława Broniewskiego	Bolesławiec	286	285	42.49	
23	374	I LO z Oddz. Dwujęz. im. Bolesława Chrobrego	Kłodzko	403	500+	41.69	
24	376	II Liceum Ogólnokształcące im. Cypriana K. Norwida	Jelenia Góra	444	358	41.68	
25	382	Liceum Plast. - ZSPlast. im. St. Kopystyńskiego	Wrocław	-	-	41.46	
26	401	Prywatne Salezjańskie LO im. św. Dominika Savio	Wrocław	342	381	41.08	
27	420	Liceum Ogólnokształcące im. J. M. Ossolińskiego	Brzeg Dolny	267	500+	40.77	
28	438	LO nr I im. Jana III Sobieskiego	Oława	278	387	40.47	
29	440	III LO im. Władysława Jagiełły	Ząbkowice Śl.	486	500+	40.46	

GOPS Brzeg Dolny

u nas znajdziesz pomoc

Uzależnienie – jak je rozpoznać?

Uzależnienie to silne pragnienie zażywania określonych środków, czy substancji, bądź wykonywania jakiejś czynności. Znacznie utrudnia prawidłowe funkcjonowanie fizyczne, psychiczne i społeczne i przynosi wiele szkód. Rozwija się powoli i stopniowo, a symptomy często mylone są z przyjemnością. Uzależniony nie zdaje sobie sprawy lub za wszelką cenę stara się ukrywać fakt, że traci kontrolę nad swoim życiem.

Uzależnienie od alkoholu

To nieprawidłowy wzorzec picia, który prowadzi do pogorszenia zdrowia fizycznego oraz wywołuje zaburzenia psychiczne. O uzależnieniu świadczą objawy, minimum trzy z wymienionych, które obserwujemy w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy:

- zmiana tolerancji – występuje zmniejszenie efektu działania przy piciu dotychczasowych dawek, co sprawia, że potrzeba większej ilości alkoholu dla wywołania pożądanego efektu,
- silne pragnienie, poczucie przymusu picia,
- utrata kontroli – picie w ilościach większych i dłużej niż zakładano przez rozpoczęciem picia, nieudane postanowienia przerwania, ograniczenia lub kontrolowania picia, upijanie się, niepamięć sytuacji związanych z piciem, picie w samotności, pojawia się niepokój i drażliwość w sytuacji niemożności napicia się,
- fizyczne objawy występujące po zaprzestaniu lub ograniczeniu alkoholu – drżenie mięśniowe, nudności lub wymioty, podniecenie psychomotoryczne, omamy lub złudzenia wzrokowe, dotykowe, słuchowe, napady drgawkowe, lęk, niepokój, drażliwość,
- leczenie objawów abstynencyjnych alkoholem - „klinowanie",
- zredukowanie aktywności społecznej, zawodowej, rekreacyjnej z powodu picia – szukanie okazji do picia, zwiększona ilość czasu poświęcona na zdobywanie alkoholu lub na jego picie, picie alkoholu niepokoi osoby z otoczenia, które sugerują ograniczenie lub odstawienie alkoholu,
- picie alkoholu mimo, że charakter i rozmiary szkód są znane – w sytuacjach niedozwolonych, np. ciąża, prowadzenie samochodu, picie w pracy, choroba, łączenie alkoholu z lekami.

Uzależnienie rozwija się powoli i niezauważalnie. Większość ludzi pije towarzysko, a więc okazyjnie umiarkowane ilości alkoholu, czego efektem jest poprawa nastroju. I większość osób swoje doświadczenia z alkoholem ogranicza do takiego wzorca picia. Część osób przekracza jednak tę barierę i uczy się łagodzić swoje napięcia za pomocą alkoholu. Jeżeli z czasem efekt działania alkoholu przekształca się w poszukiwanie alkoholu, gdy pojawia się chęć zmiany nastroju, to oznacza, że osoba weszła w koleją fazę rozwoju uzależnienia. W fazie ostrzegawczej alkohol przestaje być trunkiem, staje się substancją psychoaktywną, a picie staje się potrzebą. Pijący szuka okazji do picia, a gdy ich brakuje – pije w samotności. Prowadzi to do utraty kontroli, która jest charakterystyczna dla krytycznej fazy uzależnienia. Stopniowej destrukcji ulega życie zawodowe i rodzinne, pogarsza się stan zdrowia. W tym czasie wypicie jednej dawki alkoholu powoduje utratę kontroli nad jego ilością. Picie alkoholu wywołuje negatywną ocenę otoczenia i wywołuje złość u pijącego, który aby zredukować negatywne uczucia sięga do wyuczonego już mechanizmu redukcji napięć – a więc po alkohol, co z kolei jest przyczyną dalszych negatywnych reakcji środowiska, itd. Z czasem nietrzeźwość staje się stałym elementem życia, a to oznacza fazę chroniczną uzależnienia, w której dochodzi do całkowitej degradacji zawodowej, społecznej, rodzinnej. Często dochodzi również do skrajnego wyczerpania organizmu. W tej fazie osoba pijąca musi podjąć najważniejszą decyzję – pić dalej, do śmierci, czy wytrzeźwieć.

Podjęcia decyzji nie ułatwiają mechanizmy obronne – zdolności, dzięki którym nasze „ja" broni się przed utratą siły, szacunku i wartości. Pomaga w tym świat iluzji, zaprzeczeń i racjonalizacji, w którym żyje osoba pijąca. To mur, który oddziela od pełnego bólu i negatywnych emocji świata problemów alkoholowych. Mechanizmy obronne blokują negatywne uczucia i jednocześnie odgradzają od nich osobę uzależnioną i nie pozwalają na ujście nagromadzonych uczuć winy i wstydu. Wynikiem tego jest złość i nienawiść na otoczenie, najczęściej przekierowywane na członków swojej rodziny, co z kolei prowadzi do przejęcia poczucia winy i rozwoju współuzależnienia.

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

Dziękujemy panie Janku!

Jan Śmiechowski przez 15 lat pełnił funkcję przewodniczącego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Brzegu Dolnym. 11 stycznia podczas ostatniego posiedzenia zarządu poprzedniej kadencji pożegnano ustępującego przewodniczącego.

Życzenia i podziękowania ustępującemu przewodniczącemu przekazali przedstawiciele samorządu i instytucji, z którymi współpracuje Związek Emerytów

– Dziękujemy za trudną, ale owocną pracę, oraz za wielkie serce, mądrość życiową i wiarę w człowieka oraz zrozumienie jego potrzeb. Pracując 15 lat w naszym związku wprowadził pan wiele dobrych form pracy w zakresie integracji i poszanowania wśród naszych seniorów – powiedziała Urszula Pietrzyk, która w zarządzie związku pełni funkcję skarbnika.

Jan Śmiechowski podziękował wszystkim emerytom za współpracę. Słowa podziękowania skierował również do władz miasta i instytucji, które na co dzień współpracowały z zarządem. Jak podkreślił, takie efekty działalności są możliwe tylko w atmosferze zgody i wzajemnego zrozumienia.

Związek Emerytów ma powody do dumy. Jest to jedna z najliczniejszych organizacji pozarządowych w gminie Brzeg Dolny. Związek skupia 350 członków. Seniorzy aktywnie wypoczywają, integrują się, spędzają wspólnie czas. Związek prowadzi też działania edukacyjne oraz prozdrowotne. Sprawozdanie z działalności zarządu i związku, które przedstawił Ryszard Bubółka, jest imponujące.

– Tak duża aktywność nie byłaby możliwa, gdyby nie działania zarządu za co dziękuję. Zarząd jednak musi mieć lidera i liderem był Jan Śmiechowski – powiedział zastępca burmistrza Paweł Pirek, który w imieniu samorządu dolnobrzeskiego złożył ustępującemu prezesowi i zarządowi podziękowania za pracę na rzecz seniorów.

Obecni na spotkaniu byli również wiceprzewodniczący Rady Miejskiej Eugeniusz Skorupka, dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury Danuta Chłód, prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej Artur Michałek i dyrektor Kompleksu Hotelowo-Sportowego Rokita Janusz Malik.

Jan Śmiechowski zapowiedział, że nie będzie kandydował do władz związku na kolejną kadencję. Mimo tego, że Pan Jan jest od kilkunastu lat na emeryturze, to dopiero teraz przejdzie na zasłużony odpoczynek. Jak zapowiedział – będzie służył pomocą i radą.

Prezesowi Janowi Śmiechowskiemu składamy serdecznie podziękowania za wzorową współpracę i życzymy dużo zdrowia!

mb

Pamiątkowe zdjęcie ustępującego Zarządu Związku Emerytów

Słowa uznania od współpracowników przeczytała Janina Kozulska

Związek emerytów ma nowy Zarząd

Ryszard Bubółka został przewodniczącym nowego Zarządu Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Brzegu Dolnym. Wybory na pięcioletnią kadencję odbyły się 25 stycznia.

Przed głosowaniem delegaci wysłuchali sprawozdania ustępującego Zarządu, a także sprawozdania finansowego i Komisji Rewizyjnej. Absolutorium zostało udzielone jednogłośnie 19 głosami za. Zebranie poprowadził Eugeniusz Skorupka. W tajnym głosowaniu delegaci wybrali dziewięcioosobowy skład Zarządu, do którego weszli: Wiesława Bączek, Ryszard Bubółka, Wiesława Jochimiak, Janina Kozulska, Irena Maculewicz, Danuta Markiewicz, Urszula Pietrzyk, Leszek Skalniak i Józef Tokarz. Do prezydium Zarządu zostali wybrani: Ryszard Bubółka – przewodniczący, Danuta Markiewicz - I wiceprzewodnicząca, Wiesława Bączek – II wiceprzewodnicząca, Urszula Pietrzyk – skarbnik, Irena Maculewicz – sekretarz.

W zebraniu uczestniczyły przedstawicielki Zarządu Okręgu Wrocławskiego – przewodnicząca Michalina Witczak i sekretarz Teresa Sawicka.

– Oddział w Brzegu Dolnym jest jednym z nielicznych, który podjął wysiłek pozyskiwania środków finansowych z różnych źródeł – powiedziała Michalina Witczak, oceniając wysoko pracę poprzedniego Zarządu Związku Emerytów. Michalina Witczak złożyła również podziękowania Janowi Śmiechowskiemu, który przez 15 lat pełnił funkcje przewodniczącego w Brzegu Dolnym.

Na zebraniu obecny był również zastępca burmistrza Brzegu Dolnego Paweł Pirek, który bardzo wysoko ocenił pracę poprzedniego Zarządu na rzecz seniorów oraz współpracę z samorządem lokalnym.

mb

Ryszard Bubółka przewodniczący Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Brzegu Dolnym jest od 12 lat na emeryturze. Pracował w Zakładach Chemicznych PCC „Rokita" w różnych wydziałach, ale pracę zawodową zaczynał i kończył w dmuchalni szkła. Jest wdowcem, ma dwóch synów i dorosłą wnuczkę, która jest studentką. Do Związku Emerytów należy od 2004 roku.

– Związek się rozwija przybywa spotkań, wyjazdów i imprez. Przed nami zwiększenie działalności socjalnej skierowanej do osób samotnych i chorych – mówi Ryszard Bubółka. My chcemy te osoby wyciągnąć z domów na spotkania integracyjne. Mamy też takie formy pomocy jak zapomogi i paczki. Do tego są powołane zespoły, których zadaniem jest zorganizowanie takiej pomocy. Akceptacją cieszą się nasze propozycje dotyczące działalności kulturalnej i edukacyjnej. Będziemy kontynuować spotkania z naszymi przyjaciółmi emerytami z Lubiąża i Wołowa. Nowy Zarząd to nowi ludzie. Z poprzedniego składu zostałem ja oraz Urszula Pietrzyk. Teraz będziemy musieli ustalić zasady działalności i przydzielić obowiązki. Uważam, że Jan Śmiechowski, poprzedni przewodniczący, ustabilizował i wypromował Związek. Nowych członków możemy przyciągnąć tylko swoją szeroką działalnością.

Noś odblaski – świeć przykładem

Funkcjonariusze Komisariatu Policji w Brzegu Dolnym spotkali się z dziećmi z Przedszkola nr 3 w Brzegu Dolnym. Podczas spotkania policjanci wyposażyli najmłodszych w kamizelki odblaskowe, dzięki którym będą mogli bezpiecznie poruszać się po terenie miasta oraz odblaski. Kamizelki zostały zakupione przez firmę Berendsen Textile Service Sp. z.o.o., natomiast odblaski ufundowała Gmina Brzeg Dolny.

Jako jednostka Policji staramy się, aby młodzi uczestnicy spotkań zapamiętali każde z nich z jak najlepszej strony oraz wynieśli cenną wiedzę na temat szeroko pojętych zasad bezpieczeństwa – mówią policjanci z dolnobrzeskiego komisariatu.

Tak też było w tym przypadku. Policjanci Komisariatu Policji w Brzegu Dolnym spotkali się z dziećmi z Przedszkola samorządowego nr 3, aby opowiedzieć o zasadach bezpieczeństwa, szczególnie w ruchu drogowym. Funkcjonariusze przekazali również przedszkolakom kamizelki odblaskowe. Gadżety zostały zakupione przez jedno z przedsiębiorstw z terenu miasta Brzeg Dolny.

Jednocześnie, informujemy, że chętne do działań na rzecz bezpieczeństwa lokalnych mieszkańców osoby lub przedsiębiorstwa mogą uzyskać informację na temat sposobu przekazania czy ufundowania gadżetów kontaktując się z funkcjonariuszem odpowiedzialnym za prewencję kryminalną w KPP w Wołowie – st. sierż. Marzeną Pawlik pod nr tel. 71 380 52 37.

Gmina Brzeg Dolny w trosce o bezpieczeństwo swoich młodszych mieszkańców zadbała o elementy odblaskowe, które trafią do wszystkich szkół podstawowych. Kolorowe odblaski, które z pewnością spodobają się dzieciom, zaprojektowali policjanci, a sfinansowała gmina Brzeg Dolny.

JI

Księgarnia w przewodniku „Rezerwaty Książek"

Dolnobrzeska Księgarnia znalazła się w prestiżowym przewodniku po księgarniach stacjonarnych. W „Rezerwatach książek" czytelnik znajdzie miejsca, gdzie nie tylko można kupić dobrą książkę, ale również spotkać ciekawych ludzi i wziąć udział w dyskusji.

W dobie rozwoju księgarni internetowych i upowszechniania elektronicznych czytników, nadal istnieją w naszych miastach niezależne księgarnie funkcjonujące stacjonarnie.

Utworzenia mapy takich miejsc podjęli się autorzy Anna Karczewska i Marcin Raczkiewicz. W przewodniku „Rezerwaty Książek" nie mogło zabraknąć dolnobrzeskiej księgarni Stanisławy Skrzyńskiej na osiedlu Fabrycznym. Na stronie autorki przewodnika czytamy: „To miejsca spotkań, inspiracji i rozmów. Często pierwsze miejsca zetknięcia się z literaturą". Te słowa znakomicie odzwierciedlają atmosferę dolnobrzeskiej księgarni, prowadzonej z pasją i zaangażowaniem.

Serdecznie gratulujemy paniom prowadzącym księgarnie znalezienia się w gronie docenionych miejsc. Zachęcamy wszystkich do wspierania i odwiedzenia księgarni pani Stanisławy Skrzyńskiej, tych którzy kochają książki, ale również tych dolnobrzeżan dla których świat książek jest nadal nieodkryty.

JB

Noworoczne spotkanie Pierwszych Osadników Ziemi Dolnobrzeskiej

Uroczystym, noworocznym spotkaniem członkowie Stowarzyszenia Pierwszych Osadników Ziemi Dolnobrzeskiej zainaugurowali kolejny rok swojej działalności.

Prezes stowarzyszenia Janusz Malik złożył zebranym życzenia noworoczne i przedstawił zaproszonych gości. Wśród nich byli: burmistrz Stanisław Jastrzębski, zastępca burmistrza Paweł Pirek, przewodniczący rady miejskiej Andrzej Lech, wiceprzewodniczący Eugeniusz Skorupka, dyrektor Wydziału Edukacji i Nauki w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Dolnośląskiego Jerzy Więcławski.

W trakcie spotkania, które odbyło się 4 stycznia zostały też wręczone nagrody laureatom konkursu pod nazwą „Życie moich dziadków i pradziadków w Brzegu Dolnym na starej fotografii w latach 1945-1960". Nagrody otrzymali: Patrycja Kilian, Dariusz Kociołek, Karolina Kółeczko i Weronika Woźniak – uczniowie Szkoły Podstawowej nr 5 oraz Kacper Gawda, Alicja Jarocha i Jowita Rękal z Zespołu Szkół Zawodowych. Nagrody ufundowali sponsorzy: firmy Walmar i Modeco, którym tą drogą składamy serdeczne podziękowania.

Jan Głowacki

Integracyjne spotkanie noworoczne seniorów

30 stycznia w Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury odbyło się integracyjne spotkanie noworoczne seniorów.

W wydarzeniu uczestniczyło 80 osób. Życzenia noworoczne przybyłym gościom złożyli przewodniczący Oddziału Rejonowego, PZERiI Ryszard Bubółka oraz dyrektor DOK Danuta Chłód. W spotkaniu uczestniczył również Radny Powiatu Wołowskiego Marek Cukrowski.

Po części oficjalnej przewodniczący zaprosił wszystkich uczestników na poczęstunek. W imprezowy nastrój wprowadził zgromadzonych zespół taneczny „Fart". Dla seniorów było to radosne spotkanie towarzyskie, wspaniała zabawa, która dostarczyła wielu przeżyć i emocji. Przy wspólnych rozmowach i tańcach seniorzy bardzo miło spędzili wieczór. W znakomitych nastrojach opuścili późnym wieczorem budynek DOK.

Dziękujemy samorządowcom za przewóz seniorów oraz panu Markowi Cukrowskiemu za słodkości.

Urszula Pietrzyk

Spotkanie noworoczne w Godzięcinie

W świetlicy wiejskiej w Godzięcinie odbyło się spotkanie noworoczne z mieszkańcami sołectwa i władzami miasta. Podsumowano, jakże owocny, dobry 2017 rok oraz omówiono plany na kolejne lata.

Gospodarze spotkania sołtys Dorota Jaśkowska oraz wiceprzewodniczący Rady Miejskiej Mirosław Dawidowicz powitali licznie zgromadzonych gości i złożyli wszystkim najserdeczniejsze życzenia noworoczne. Na spotkaniu obecni byli Burmistrz Brzegu Dolnego Paweł Pirek, wiceprzewodniczący Rady Miejskiej Eugeniusz Skorupka, kierownik Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej Beata Sokolska, dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury Danuta Chłód, prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej Artur Michałek oraz ksiądz Grzegorz Skałecki. Włodarze podziękowali za zaangażowanie i godne reprezentowanie Gminy na zewnątrz. Przypomnijmy, że Godzięcin został wybrany jedną z najpiękniejszych wsi Dolnego Śląska minionego roku. Podczas uroczystości obchodzono również Dzień Babci i Dziadka, dla których program artystyczny przygotowały dzieci ze Szkoły Podstawowej w Godzięcinie. Niespodzianką był występ góralskiego zespołu Hajduk, który przyjechał do zaprzyjaźnionego Godzięcina aż ze Szczyrku. Warto dodać, że poczęstunek był przygotowanych przez samych mieszkańców. Było pysznie, wesoło i miło. Jak to w Godzięcinie!

rpo

artykuł sponsorowany

ZAPRASZAM NA ZAJĘCIA ROZWOJOWE DLA KOBIET Z ELEMENTAMI CHOREOTERAPII TANIEC-RUCH-ZMIANA

Choreoterapia - terapia tańcem, jest techniką należącą do szerokiego nurtu arteterapii czyli terapii poprzez sztukę. Choreoterapia to złożona, twórcza i fascynująca metoda integracji ciała, emocji, umysłu i ducha.

Terapia tańcem wykorzystuje taniec i ruch ekspresyjny przy muzyce. Pobudza energię, którą ma każdy człowiek. Podstawowe elementy tańca – ruch i rytm stają się drogą do uzyskania harmonii ciała i umysłu, ułatwiają poznanie siebie i swoich emocji, a także porozumiewanie się z innymi ludźmi.

Dlaczego choreoterapia?

- ogólnie - rozwija świadomość,
- pozwala na odkrywanie własnego ciała, jego ograniczeń,
- zwiększa akceptację siebie,
- uwalnia nagromadzone w ciele napięcia i stłumione emocje,
- wyzwala radość, uczucie lekkości,
- uwalnia od stresu,
- odkrywa potencjał, talenty i ukryte zasoby,
- sprzyja poprawie relacji z ludźmi, buduje umiejętność odnajdowania się w grupie.

Dla kogo?

Dla wszystkich Pań, które pragną lepiej poznać siebie i swoje możliwości. Które poszukują wyciszenia, nowych doświadczeń, chcą rozwijać się wewnętrznie. Dla Pań, które w kobiecym kręgu chcą spotykać się ze swoją kobiecą energią.
Jeśli chcesz odpocząć, zrzucić ciężar dnia codziennego, poczuć radość i pozytywną energię, odnaleźć siłę, to zapraszam na spotkanie, to miejsce dla Ciebie.
Nie trzeba mieć doświadczenia tanecznego, jeśli uważasz, że nie umiesz się ruszać i tańczyć - przyjdź, a zobaczysz jak bardzo się mylisz :-). Wystarczy wygodny strój i obuwie (a najlepiej na boso), woda oraz ciekawość i pozytywne nastawienie – wszystko inne przyjdzie w tańcu.

Spotykamy się w czwartki, od 18:30 do 20:00
Miejsce – Filia DOK, ul. Kolejowa 27B (gołębnik),
cena – 20 zł
Więcej informacji na stronie TANIEC RUCH ZMIANA na FB
lub pod numerem 606 932 092.

Zapraszam, Katarzyna Engel-Chomin

artykuł sponsorowany

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

Zabieg pedicure leczniczego

Pedicure leczniczy to sposób na usunięcie takich dolegliwości, jak wrastające paznokcie, odciski, modzele czy pękające pięty.

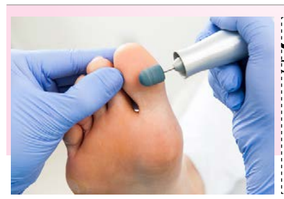
Przed rozpoczęciem każdego zabiegu pedicure, należy dokładnie obejrzeć stopy klientki, ocenić stan skóry i paznokci pod kątem ewentualnych zmian chorobowych. Jeśli stopy nie wymagają leczenia, przystępujemy do pierwszego etapu zabiegu – oczyszczającej kąpieli. Powinna trwać od 3 do maksymalnie 10 minut, najlepiej z dodatkiem soli lub specjalnego płynu zmiękczającego zrogowaciały naskórek, modzele, nagniotki, jak również działającego dezynfekująco. Po relaksującej kąpieli, osuszeniu i dezynfekcji stóp klientki należy opracować zrogowaciały naskórek, później paznokcie. Przy bardzo suchej skórze, często spotykaną dolegliwością klientek są pękające pięty powstałe na skutek noszenia niewłaściwego obuwia, nadwagi, złej pielęgnacji lub nabytych chorób, np. cukrzycy. Przy usuwaniu pęknięć pamiętamy o bardzo ważnej zasadzie, a mianowicie, aby naskórek usuwać wyłącznie w kierunku równoległym do pęknięć najlepiej narzędziem rotacyjnym, czyli frezarką z delikatnym frezem diamentowym (lub delikatną tarką).

Kolejną dolegliwością na którą skarżą się nasze klientki są odciski i modzele.

Odciski są to miejsca nadmiernego zrogowacenia naskórka, wyraźnie odgraniczone z mniej lub bardziej twardym trzpieniem, wrastającym w głąb tkanek miękkich, powodującym uciążliwy ból. Powstają w wyniku nadmiernego dwustronnego ucisku spowodowanego z góry przez obuwie, a od dołu przez kości stopy. Z tego też powodu odciski spotykamy często w miejscach deformacji palca lub stopy oraz przy noszeniu nieodpowiedniego obuwia.

W przypadku odcisków usuwamy wierzchnią warstwę zrogowaciałego naskórka gruboziarnistym frezem diamentowym, a do wygładzenia drobnoziarnistego.

Do usunięcia samego trzpienia, frezu próżniowego lub różyczkowego. Modzele charakteryzują się płaskim zrogowaceniem skóry, o zabarwieniu żółtobrunatnym i nie posiadają trzpienia, powstają tak jak odciski w wyniku nadmiernego ucisku. Tutaj również najbardziej bezpieczną metodą będzie zastosowanie frezarki. Kolejnym etapem zabiegu pedikiuru leczniczego, jest właściwe nadanie kształtu płytce paznokciowej, aby zapobiec jej wrastaniu. Paznokcie stóp obcinamy zawsze równolegle do łożyska (kwadrat), nigdy nie zaokrąglamy kątów paznokcia, jedynie lekko łagodzimy boki, aby nie wbijały się w wał paznokciowy. W przypadku stwierdzenia wrastania za pomocą specjalistycznych narzędzi musimy usunąć paznokieć, który nadmiernie wbija się w wał paznokciowy.Zabieg pedicure leczniczego należy powtarzać. Kosmetyczka powinna sama uzgodnić ilość zabiegów w zależności od dolegliwości pacjenta.



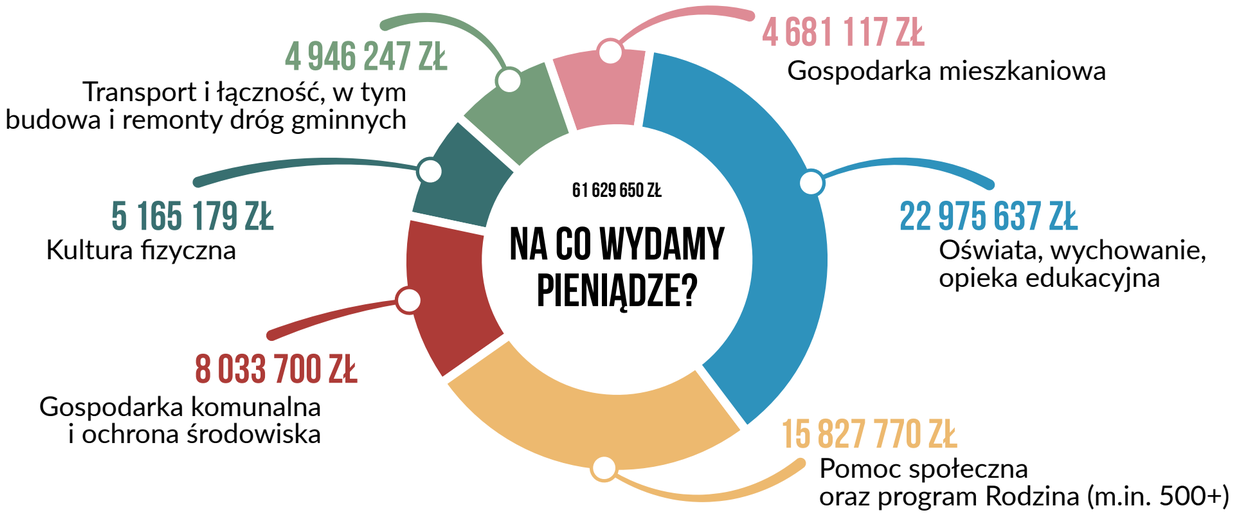
Kupon na: mini zestaw kosmetyków

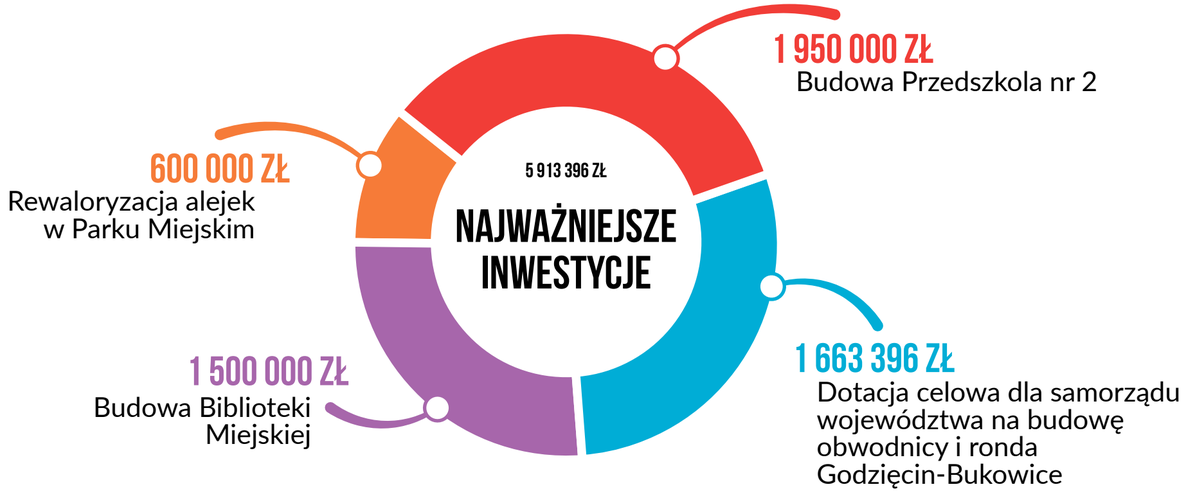
Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Numer tel.....

Kupony zbieramy do 12 lutego 2018 r. Wypełnione kupony należy przynosić do saloniku pracowego w Rynku, sklepu „Smaczek" i biblioteki. Losowana będzie jedna osoba.

BUDŻET GMINY BRZEG DOLNY 2018

Dochody budżetowe 75 315 836 zł





reklama

PRACUJ W GRUPIE PCC !

TWOJE KORZYŚCI:

- Umowa o pracę
- Dofinansowanie dalszej nauki (studia wyższe, podyplomowe)
- Systemy premiowe
- Szkolenia zawodowe (finansowanie wszelkich uprawnień)
- Pakiet socjalny (karta MultiSport, dofinansowanie do wczasów, pikniki rodzinne dla pracowników oraz ich rodzin, premie świąteczne)
- Konkursy z nagrodami

Do naszych spółek w Brzegu Dolnym poszukujemy pracowników na stanowiska:

- OPERATOR PRODUKCJI
- LABORANT
- KONFEKCJONER
- MONTER/IZOLER
- SPAWACZ/ŚLUSARZ
- REFERENT
- MAGAZYNIER
- PROWADZĄCY POJAZDY KOLEJOWE
- TECHNIK UTRZYMANIA RUCHU
- PRACOWNIK BUDOWLANY
- KIEROWCA C+E
- MONTER RUSZTOWAŃ

Zapoznaj się z naszymi ofertami pracy na stronie **www.kariera.pcc.eu**
Aplikuj przez portal lub zostaw swoje CV w recepcji PCC Rokita.

www.kariera.pcc.eu
tel. 71 794 26 06

PCC

CWB Partner Sp. z o.o. jest agencją zatrudnienia - nr wpisu do rejestru 7182.

Parafialny Bal Karnawałowy To już tradycja!

150 osób bawiło się 27 stycznia w auli Powiatowego Zespołu Szkół na 10. balu parafii pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski. Był to bal charytatywny, z którego dochód został przeznaczony na pokrycie kosztów remontu oraz zakup klimatyzacji w kościele na os. Fabrycznym.

Bal parafialny zakończył czas karnawału i jak co roku cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem mieszkańców. Rada Parafialna wraz z ks. proboszczem Jackiem Włostowskim i ks. wikariuszem Tomaszem Latawcem przygotowali nie tylko szampańską zabawę przy muzyce zespołu „Pajaroma", ale również licytacje, z których dochód został przeznaczony na rzecz kościoła. Bal parafialny jest już tradycją. To największa zabawa karnawałowa w Brzegu Dolnym. Jak co roku na balu sprzedawane były losy, a główną wygraną był notebook. Nowy komputer trafił do parafianki, która wraz z grupą młodzieży zbiera pieniądze na wyjazd na Światowe Dni Młodzieży do Panamy. Dużo emocji wzbudziły licytacje. Wszystkie przedmioty znalazły nabywców. Okazałym tortem i winem mszalnym poczęstowani zostali wszyscy obecni na balu. Atrakcją był również wspólny taniec „Makarena", w którym prym wiedli księża Jacek Włostowski i Tomasz Latawiec. Bal trwał do białego rana. To był wspaniały wieczór, a organizatorzy zapewniają, że kolejny bal parafialny będzie równie udany. Organizatorzy pokazali, że warto podjąć wysiłek przygotowania balu, gdyż jest on okazją do integracji mieszkańców. Już za rok kolejne karnawałowe spotkanie i świetna zabawa.

mb

Ptakoliczenie w dolnobrzeskim Parku Miejskim

Gile, bogatki, kowaliki i dzięcioły pośród kropel deszczu i szarości dnia, gdzieś tam wysoko, dały się zauważyć. Co innego krzyżówki – na te jak zawsze można liczyć. W sobotni poranek dzięki Fundacji EduSilesia odbył się spacer ornitologiczny w ramach Zimowego Ptakoliczenia, czyli akcji organizowanej już po raz czternasty w całej Polsce przez Ogólnopolskie Towarzystwo Ochrony Ptaków. W czasie spaceru miłośnicy ptaków mogli zaobserwować, które z nich żyją w naszym parku, można było sporo się dowiedzieć, ale również zdobyć ciekawe nagrody, odpowiadając na różne pytania.

To była świetna okazja, by lepiej poznać ptaki i nauczyć się je liczyć pod okiem profesjonalistów.

JI

Kancelaria Radcy Prawnego
Ilona Skalska-Lipczyńska
ul. 1 Maja 10a
(budynek Banku Zachodniego WBK)
tel. 503-130-009
kancelaria.skalska@gmail.com
Luty 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

Ferie w Bibliotece 2018

Ferie zimowe to szczególny okres dla uczniów – bez względu na wiek, czekają na nie wszyscy! Odpoczynek od nauki zawsze wywołuje szczery uśmiech. Biblioteka Miejska zaprosiła dzieci na ciekawe zajęcia, a także na spotkanie z pisarką Krystyną Śmigielską.

Ferie zimowe dla większości rodziców to nie lada wyzwanie organizacyjne. By odpoczynek zimowy nie ograniczał się wyłącznie do oglądania telewizji i grania w gry komputerowe, w organizację efektywnego spędzenia wolnego czasu włączyła się Biblioteka Publiczna oraz należące do niej filie.

Ferie w oddziale dla dzieci i młodzieży rozpoczęły się od zabaw przy kolorowankach, efekty których można obejrzeć na wystawie. Chętni mogli wziąć udział także w turnieju gier planszowych, rozwiązywaniu krzyżówek, rebusów i zagadek.

Spotkanie z Krystyną Śmigielską

18 i 19 stycznia gościliśmy w naszej bibliotece pisarkę panią Krystynę Śmigielską, która poprowadziła warsztaty literacko-teatralne „Teatr z niczego". Dzieci bardzo aktywnie brały udział w zajęciach. Wspólnie stworzyły scenariusz i znakomicie odegrały scenkę teatralną zatytułowaną „Tajemnica zaginionej książki". Na kolejnych zajęciach plastyczno-literackich poznały bohatera wiersza J. Tuwima „Okulary" pana Hilarego. Uczestnicy wykonali rysunek „z wklejką" z postacią bohatera, do którego miały dorysować wyposażenie pokoju - czyli miejsce akcji. Dzieci także otrzymały szablony okularów, których oprawki mogły ozdobić wg. własnego upodobania. Na ostatnim spotkaniu uczestnicy zajęć tworzyli pingwinki na patyczkach, natomiast podczas Warsztatów Zdolnych Rączek ćwiczyli motorykę dłoni tworząc kwiatki z krepiny i bibuły, a także rozwiązywały krzyżówki i wykreślanki.

Dla kochanych dziadków

W czasie ferii zimowych do siebie zapraszała również filia biblioteczna na Warzyniu. Podczas zajęć pt. „Coś dla babci, coś dla dziadka" poszły w ruch nożyczki, kleje ozdobne, dziurkacze, kolorowe papiery i powstały laurki, które ucieszyły niejedną babcię i dziadka. Na kolejnych spotkaniach dzieci z kolorowych papierów wycinały i sklejały ptaszki, kwiaty, myszki, pawie i inne cuda. Nie zabrakło także kolaży, tematem których była zima, a efektem - ciekawe i kolorowe prace.

Gry planszowe – dobra zabawa

Filia biblioteczna w Starym Brzegu swoją ofertę zajęć rozpoczęła pod hasłem „Gry planszowe na każdą pogodę". Dzieci bawiły się w najnowszą edycję polskiej gry planszowej opartej na popularnym na całym świecie teleturnieju „Milionerzy" oraz w gry Uno i Lotto, a także mogły sprawdzić jak działa wirtualna rzeczywistość filmów i gier nakręconych w 360 stopniach dzięki goglom VR. Podczas zajęć plastycznych „Papierowe cuda z origami" kilkanaście osób rozwijało wyobraźnię przestrzenną tworząc przestrzenne figury z pojedynczych kwadratowych kartek papieru. Nie zabrakło zdobienia cekinami laurek dla babć i dziadków z okazji ich święta. Wielkim zainteresowaniem cieszyły się zajęcia poświęcone kryptografii. W zabawach bibliotekarka stosowała algorytm z kluczem. Szyfrowanie pobudza nie tylko dziecięcą wyobraźnię, ale także wzmacnia zdolności kreatywnego myślenia. Podczas ostatnich zajęć pt „Zimowe wybryki w krainie plastyki" dekorowano plasteliną drewniane gwiazdki. Nie zabrakło również tańców do współczesnych utworów i słodkiego poczęstunku.

Wszystko co dobre szybko się kończy - a w szczególności ferie - czas odpoczynku od obowiązków szkolnych. Jednak najważniejsze są miłe wspomnienia, a tych z pewnością uczestnikom ferii zimowych w naszej bibliotece nie brakowało.

Bibliotekarki

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
71 380 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

Ferie już za nami

W trakcie ferii na młodych mieszkańców Brzegu Dolnego czekało wiele atrakcji. W organizację wypoczynku zimowego dla dzieci zaangażowały się wszystkie instytucje zajmujące się oświatą, kulturą i sportem. Dolnobrzeski Ośrodek Kultury przygotował warsztaty, zajęcia plastyczne i wokalne. Były seanse w kinie, a także spotkanie z podróżnikiem. Dużym zainteresowaniem cieszyły się zajęcia przygotowane przez KHS Rokita na lodowisku.

Dla bardziej wprawionych przygotowano konkursy i rywalizacje, a dzieci, które nie miały okazji wcześniej jeździć na łyżwach, mogły spróbować po raz pierwszy swoich sił w tym sporcie. Lodowisko zostało udostępnione dla dzieci w czasie ferii nieodpłatnie. Również dla miłośników sportów wodnych czekały gry i zabawy zorganizowane na pływalni Aquasport.

Ofertę ciekawego spędzania czasu wolnego przedstawił również Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej. W okresie ferii zimowych działały świetlice w Rynku w Brzegu Dolnym, w Pogalewie Wielkim i Godzięcinie, gdzie lokalna młodzież i dzieci kreatywnie spędzały czas ferii zimowych.

Szereg atrakcji przygotował również Dolnobrzeski Ośrodek Kultury, w trakcie których najmłodsi brali udział m.in. w zajęciach plastycznych, warsztatach tworzenia z masy solnej, warsztatach mydlarskich oraz wokalnych. Dużym powodzeniem cieszyły się projekcje filmów w kinie. W trakcie ferii, DOK odwiedzili również ciekawi goście. Uczestnicy wzięli udział w spotkaniu z podróżnikiem, który opowiedział o podróżach po Gruzji i Armenii.

O najmłodszych w tym czasie nie zapomniały również dolnobrzeskie biblioteki. W czasie trwania ferii najmłodsi spędzali wolny czas na zajęciach plastycznych, literackich czy logiczno-rozrywkowych. Wspólnie rozwiązywano rebusy, krzyżówki, zagadki, dzieci grały w gry planszowe oraz uczestniczyły w gimnastyce głowy i języka.

JB

Żerków, Radecz i Bukowice wspólnie kolędują

W świetlicy w Żerkowie, na noworocznym kolędowaniu, spotkali się mieszkańcy trzech miejscowości: Żerków, Radecz i Bukowice. Goście oraz licznie przybyli gospodarze zasiedli przy elegancko przygotowanych świątecznych stołach.

Gospodarzem spotkania był sołtys Marian Kołodziejczyk

Gospodarzem spotkania, które odbyło się 27 stycznia, był sołtys Marian Kołodziejczyk, który powitał przybyłych gości oraz wszystkich zgromadzonych na noworocznym spotkaniu. Wieczór uświetnił występ dzieci, które z zaangażowaniem śpiewały kolędy prezentując swoje umiejętności wokalno-muzyczne. Młodzi wykonawcy wystąpili w strojach nawiązujących do postaci z szopki betlejemskiej, co w połączeniu z przygotowaną scenografią i śpiewem tworzyło świąteczny, podniosły nastrój.

W tej atmosferze przybyli złożyli sobie życzenia, symbolicznie łamiąc się opłatkiem. Usłyszeć można było wiele serdecznych i życzliwych słów jakie mieszkańcy sąsiadujących ze sobą miejscowości, składali sobie nawzajem. Życzenia popłynęły również ze strony samorządu dolnobrzeskiego, który reprezentowali burmistrz Brzegu Dolnego Stanisław Jastrzębski wraz z małżonką, dyrektor DOK Danuta Chłód, radny Piotr Czarny oraz życzenia księdza Mariana Rapacza z parafii w Radeczu.

Gospodarze dołożyli starań, by każdy mógł wziąć udział we wspólnym kolędowaniu, stąd na stołach pojawiły się przygotowane teksty kolęd. Taki mały gest pokazał jak wielkie zaangażowanie i wiele starań dołożyli organizatorzy. Biorący udział w noworocznym spotkaniu ugoszczeni zostali znakomitymi daniami przygotowanymi przez mieszkanki. Stoły obfitowały w potrawy i przekąski. W atmosferze serdeczności i radości ze wspólnego świętowania, słychać było gwar rozmów. Tego wieczoru nie zabrakło łez wzruszeń. Bukietem kwiatów uhonorowano najstarszą mieszkankę Żerkowa, panią Agnieszkę Stępień. Był to także wyraz wdzięczności za zasługi i pracę jaką pani Agnieszka wniosła do lokalnej społeczności, będąc m.in. twórczynią pierwszego koła gospodyń wiejskich w tej miejscowości. Nie obyło się bez zaśpiewania gromkich życzeń. Odczytano również treść dyplomu honorującego działalność w radzie parafialnej, jaki został przygotowany dla pana Edwarda Rywackiego. Nie zapomniano o księdzu Marianie Rapaczu, który niedawno obchodził urodziny. Parafianie wyrazili swoją wdzięczność i pamięć wierszem oraz bukietem pięknych kwiatów. Spośród wszystkich słów uznania jakie padły tego dnia nie zabrakło podziękowań dla pań przygotowujących biesiadę, sołtysów, oraz wszystkich którzy włożyli wkład w organizację sobotniego spotkania. Świąteczna atmosfera oraz serdeczność, która panowała tego wieczoru w świetlicy jest najlepszym świadectwem, ile troski i zaangażowania wkładają mieszkańcy w budowanie lokalnej społeczności.

JB

Przedstawienie w wykonaniu dzieci wprowadziło uczestników w świąteczny nastrój

Licznie zgromadzeni mieszkańcy podzielili się opłatkiem

Kupony „Panorama" nr 1 (68)

Dobre Foto – Nicole Waigner, Brzeg Dolny
Zaproszenie na pływalnię – Wioletta Garbowska, Brzeg Dolny
Mini zestaw kosmetyków z salonu Anna Clarena – Bożena Szańska, Brzeg Dolny
Zaproszenie do kina Odra dla dwóch osób – Joanna Suska, 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 12 lutego 2018

ODRA

Zaproszenie do kina „ODRA" dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....

zbieramy do 12.02.2018

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 12.02.2018

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 12.02.2018

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"

Przedsiębiorco,

założ Profil Zaufany (eGO)

Zrób to już dziś. To bezpłatne i proste!

DZIĘKI NIEMU PODPISZESZ JPK_VAT

Jeśli prowadzisz **jednoosobową** działalność gospodarczą lub zatrudniasz **do 10 osób**, Twoje obroty nie przekraczają **2 mln euro rocznie** i jesteś **podatnikiem VAT** to od 2018 r. również Ty - najpóźniej do **26 lutego** - musisz przesłać Jednolity Plik Kontrolny (JPK_VAT) do systemu Ministerstwa Finansów. JPK_VAT przesyła się wyłącznie elektronicznie.
Z Profilem Zaufanym na pewno Ci się uda.

Profil Zaufany możesz założyć na dwa sposoby:

1.Przez internet za pośrednictwem bankowości elektronicznej

W tej opcji Profil Zaufany możesz założyć i potwierdzić w pełni online, 24h/7 dni w tygodniu. Warunek? Musisz mieć konto w tych bankach: PKO Bank Polski SA, Bank Zachodni WBK, Bank Pekao, mBank, ING Bank Śląski, Millennium Bank lub konto na platformie Envelo.

Za pomocą Twojego konta bankowego szybko i bezpiecznie założysz i potwierdzisz Profil Zaufany. Chodzi o to, że Twoje dane w banku są wiarygodne (zostały uwierzytelnione podczas zakładania konta). Dlatego nie musisz już potwierdzać ich osobiście w urzędzie.

KROK #1
Wypełnij formularz o założenie Profilu Zaufanego w systemie bankowości elektronicznej.

KROK #2
Operację potwierdź bankowym kodem autoryzacyjnym. Na adres mailowy otrzymasz potwierdzenie założenia Profilu Zaufanego.

2.Przez internet potwierdzając go w Punkcie Potwierdzającym

KROK #1
Wejdź na stronę www.pz.gov.pl

KROK #2
Wybierz możliwość założenia Profilu Zaufanego z potwierdzeniem w Punkcie Potwierdzającym.

KROK #3
Wypełnij w internecie wniosek o założenie Profilu Zaufanego.

KROK #4
Odwiedź Punkt Potwierdzający. Masz na to 14 dni od złożenia wniosku.

W całej Polsce funkcjonuje prawie 1500 Punktów Potwierdzających Profil Zaufany. To m.in.: urzędy skarbowe, inspektoraty ZUS, banki, urzędy miejskie i wojewódzkie. Na stronie **www.pz.gov.pl** sprawdź, gdzie znajduje się najbliższy Punkt Potwierdzający.

profil zaufany www.pz.gov.pl. Ministerstwo Cyfryzacji

WYCHOWYWAĆ TO KOCHAĆ I WYMAGAĆ!

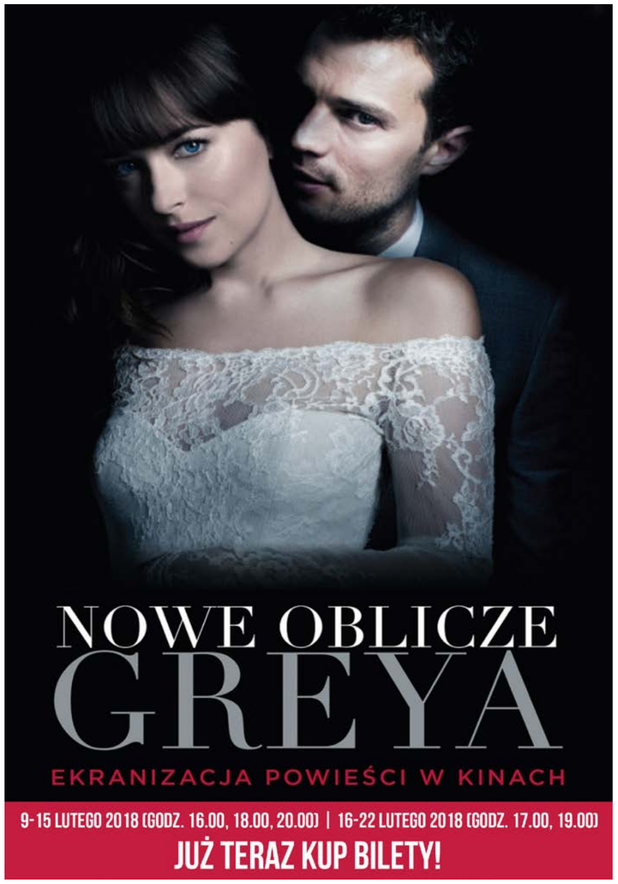
Szkoła dla rodziców i wychowawców w Powiatowym Centrum Edukacji i Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie
PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA W BRZEGU DOLNYM

W Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Brzegu Dolnym trwa rekrutacja do XIX edycji programu edukacyjno-profilaktyczno-wychowawczego pt. „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców". Cykl 10-ciu zajęć warsztatowych, realizowany będzie z grupą chętnych rodziców w każde poniedziałkowe popołudnie począwszy od **19 lutego 2018 r. do 10 maja 2018 r. g. 16.30,** prowadzić będzie: **Krystyna Adaśko** – edukator programu, pedagog PPP w Brzegu Dolnym, dyrektor Powiatowego Centrum Edukacji i Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie.

TEMATYKA SPOTKAŃ Z RODZICAMI DOTYCZYĆ BĘDZIE RELACJI RODZIC-DZIECKO:

1. Wyznaczanie granic – wyrażania oczekiwań i ograniczeń w taki sposób, aby były one przez dziecko respektowane, a więc konsekwentnie i z szacunkiem dla dziecka;
2. Rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć, w tym tzw. trudnych, w duchu poszanowania godności osobistej człowieka;
3. Aktywnego, wspierającego słuchania;
4. Motywowania dziecka do współdziałania, wdrażania do obowiązków szkolnych
5. i domowych;
6. Modyfikowania niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka bez stosowania jakichkolwiek form przemocy;
7. Uwalniania dzieci od grania narzuconych ról w domu i w szkole;
8. Wspierania procesu usamodzielniania się dziecka;
9. Budowania realnego poczucia własnej wartości poprzez dostrzeganie zarówno mocnych stron i wysiłków dziecka, jak i jego trudności oraz ograniczeń;
10. Konstruktywnego rozwiązywania konfliktów;
11. Konstruktywnej pochwały i zachęty.

Aktualnie w Powiatowym Centrum Edukacji i Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie trwają zapisy na zajęcia szkoły dla rodziców i wychowawców. W Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Brzegu Dolnym zajęcia będą prowadzone dla rodziców z terenu Gminy Brzeg Dolny, a w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie zapraszamy rodziców z terenu Gminy Wołów i Wińsko. Zapraszamy serdecznie także chętnych nauczycieli, wychowawców do grupy przeznaczonej dla pedagogów w Powiatowym Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli w Wołowie.
Więcej informacji o programie „Szkoła dla rodziców i wychowawców" znajdują się na stronie Powiatowego Centrum Edukacji i Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Wołowie www.wolowpce.pl oraz na stronie Ośrodka Rozwoju Edukacji w Warszawie www.ore.edu.pl.



STUDIUJ W WOŁOWIE

STUDIA PODYPLOMOWE

Rekrutacja na rok akademicki 2017/2018

Zapraszamy na studia :

WYŻSZEJ SZKOŁY NAUK PEDAGOGICZNYCH W WARSZAWIE

REKRUTACJA NA SEMESTR LETNI – DO 16 LUTEGO
REKRUTACJA NA SEMESTR ZIMOWY– DO 31 PAŹDZIERNIKA

Studia podyplomowe przeznaczone dla osób posiadających tytuł licencjat lub magister.

50% zniżki na drugi kierunek
20% zniżki dla absolwentów

W ofercie m.in.:

- Zarządzanie oświatą
- Edukacja i rehabilitacja osób z niepełnosprawnością intelektualna (oligofrenopedagogika)
- Przygotowanie pedagogiczne
- Edukacja wczesnoszkolna i przedszkolna
- Pedagogika resocjalizacyjna z socjoterapią
- Pedagogika lecznicza
- Wczesne wspomaganie rozwoju dziecka
- Terapia pedagogiczna
- Terapia zajęciowa z arteterapią
- Doradztwo zawodowe
- Pedagogika specjalna - rewalidacja
- Pedagogika opiekuńczo-wychowawcza
- Edukacja dla bezpieczeństwa z dydaktyką pierwszej pomocy
- Mediacje i negocjacje
- Coaching w edukacji
- Autyzm - edukacja i rewalidacja osób ze spektrum autyzmu
- Wychowanie do życia w rodzinie
- Andragogika
- Przedmiotowe (technika, plastyka, matematyka, geografia)

Studia realizowane przez

Powiatowe Centrum Edukacji w Wołowie

we współpracy z

Instytutem Studiów Podyplomowych Wyższej Nauk Pedagogicznych w Warszawie

Kontakt:

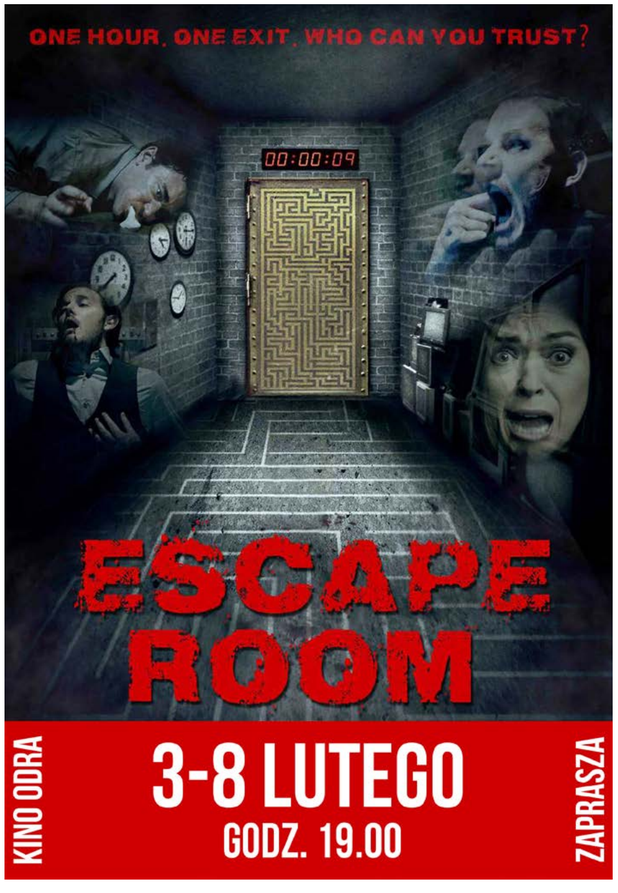
PCE i PPP w Wołowie
Ul. Tadeusza Kościuszki 27
56-100 Wołów
Tel. 71/389-21-00
e-mail: studia@wolopce.pl
www.wolowpce.pl

Informacja telefoniczna: 71/ 389-21 00 Zapisy trwają! Wpisowe tylko 100 zł

Angielski z Panoramą

Valentine's Day – Walentynki

rose	róża
beloved	ukochany
sweetheart	kochanie
gifts	prezenty
to fall in love with someone	zakochać się w kimś
secret admirer	skryty wielbiciel
ask sb out	zaprosić kogo na randkę
love at first sight	miłość od pierwszego wejrzenia
to date sb	spotykać się z kimś
out of sight, out of mind	co z oczu, to z serca
dinner for two	kolacja dla dwojga



Muzycznie w nowym roku

Kończyce w gminie Domaniów były gospodarzem noworocznego spotkania trzech chórów: „Ballada" z Bukowic, „Jubilat" z Domaniowa oraz chóru „Radość" z Brzegu Dolnego. Spotkanie które odbyło się 13 stycznia było muzycznym wejściem w nowy rok zaprzyjaźnionych miłośników śpiewu.

Spotkanie noworoczne trzech zaprzyjaźnionych chórów było okazją do zaprezentowania nowego repertuaru i kolęd. Wspólne śpiewanie ma już kilkunastoletnią tradycję. Chór „Radość" zaśpiewał m.in. utwór „Takie tango". Ta piosenka jest nową propozycją naszych chórzystów.

– Spotkania trzech chórów są bardzo ważne. To okazja do zaprezentowania efektów pracy nad repertuarem, gdyż każdy chór prezentuje najlepsze utwory. Jak zawsze byliśmy wspaniale przyjęci przez gospodarzy – mówi Danuta Chłód – dyrektor DOK. Spotkanie w Kończycach było pierwszym w tym roku i mam nadzieję, że ta współpraca będzie się rozwijała.

Wizyta w Kończycach była też okazją do integracji, wspólnego muzykowania i biesiady.

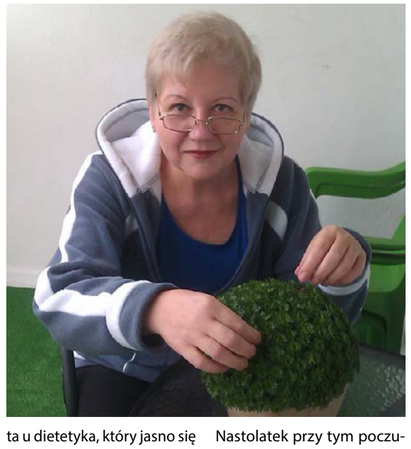
mb

PSYCHOLOGIA

Trudny okres nastolatka

Kiedy dziecko wchodzi w okres pokwitania w jego organizmie zachodzą gwałtowne zmiany hormonalne. Mówimy o tzw. burzy hormonów. Wiemy jak obecnie wyglądają huragany w Polsce, więc łatwo uruchomimy naszą wyobraźnię, do wytworzenia analogii. Młody człowiek w znaczący sposób analizuje swój wygląd zewnętrzny. Postrzega rzeczy, które dla osoby dorosłej są mało istotne. Ale, czy na pewno? Zapraszamy na pierwszy artykuł Sary Romskiej z cyklu „Trudny okres nastolatka".

Jeśli nastolatek ma dola z powodu trądzikowej buzi, to czy dorośli są szczęśliwi z powodu niedoskonałości cery? Oczywiście, że nie, ale inaczej na taki problem reagują. Dorosły jest bardziej cierpliwy i wie, że ma kilka możliwości szukania rozwiązania. Analizuje i wybiera dla niego najwłaściwszy. Dla nastolatka problem staje się dramatem. Jest niecierpliwy, pragnie, by pryszcze zniknęły po pierwszym zastosowaniu lekarstwa. Boi się drwin ze strony kolegów, ma obawy co do akceptacji rówieśników. Często jest niezadowolony ze swojego wyglądu. W lustrze widzi chudzielca, albo grubaska, którego nie polubią dziewczyny, czy na odwrót. Zadają sobie mnóstwo pytań poszukując odpowiedzi i własnej tożsamości. Kiedy rodzic mówi, że wygląda dobrze pojawia się negacja i irytacja. Krótkie stwierdzenie nie jest w stanie przekonać młodego człowieka, że tak jest istotnie. Wymaga poświęcania mu czasu i większej uwagi. Zdawkowe stwierdzenie bardziej go rozzłości, aniżeli uspokoi. Każde dziecko jest inne i wymaga indywidualnego traktowania. To rodzice winni dobrze znać swoje dziecko, by analizowany przez nie problem nie stał się jego udręką. Jeśli stwierdzi, że jest za grube i zacznie poszukiwać rozwiązania problemu na własną rękę to może skończyć się nieciekawie. Znajdzie w internecie możliwość zakupu pasożytów, preparatów na odchudzanie, albo zbliży się do anoreksji, czy bulimii. Baczna obserwacja dziecka zwróci naszą uwagę na jego problemy. Być może jedna rozmowa z naszej strony nie wystarczy. Przykładowym rozwiązaniem jest wizyta u dietetyka, który jasno się wypowie co do obaw dziecka i zasugeruje dietę, która pomoże i uspokoi bez wyniszczania młodego organizmu, a przy okazji uleczy pryszcze.



Nastolatek przy tym poczuje się dla nas ważny i poczuje że poważnie traktujemy jego problemy. Nabierze przy tym zaufania do zwierzania się ze swoich innych problemów. Opinia rodziców niejednokrotnie może być dla niego nieprzekonująca i z tego tytułu warto skorzystać z porady psychologa. Osoba z zewnątrz, do tego odpowiednio przygotowana może znacząco pomóc w niwelowaniu nastoletnich rozterek. A przy okazji dorośli dostaną właściwą wskazówkę jak pogłębiać więzi rodzinne i bardziej rozumieć zachowanie naszych dzieci. Nie jest to proste, ani łatwe wyzwanie. W mojej książce „Dzieci psychiatryka historie z ich życia" można doszukać się naświetlenia problemów związanych z zerwaniem więzi rodzinnych, czy utratą zaufania oraz dalszych konsekwencji. Ciąg dalszy już za dwa tygodnie – 15 lutego.

Sara Romska

Oremus wchodzi w nowy rok z sukcesami

Styczniowe kolędowanie chór Oremus rozpoczął 13 stycznia na Przeglądzie Kolęd i Pastorałek w Wińsku. Tegoroczny przegląd miał charakter koncertu, a występ chóru uhonorowano pamiątkową statuetką.

Dzień później, 14 stycznia chór Oremus zaprezentował się na Przeglądzie Kolęd i Pastorałek w Cieszkowie, gdzie grupa wyśpiewała znakomite 2. miejsce w kategorii chórów starszych. Zespół wykonał w sumie trzy utwory na 4 głosy, w tym jeden utwór na głos, skrzypce i gitarę,

W noworocznym śpiewaniu w Wińsku i Cieszkowie udział wziął również chór Oremusy, czyli starsza grupa wokalna. Zespół jako jedyny wykonał utwory 3 głosowe. Występy zostały nagrodzone statuetką w Wińsku oraz pamiątkowym dyplomem w Cieszkowie.

Sukcesami może pochwalić się również młodsza grupa wokalna, chór Oremuski. Ich występów nie mogło zabraknąć w Wińsku i Cieszkowie. Zespół zdobył 1 miejsce w Cieszkowie, w kategorii chóry młodsze, zaś występ w Wińsku uhonorowano pamiątkową statuetką.

Oprócz sukcesów grupowych, wysokie miejsca i wyróżnienia zdobyły solistyki chóru Oremuski. Zuzanna Tęcza zdobyła 2 miejsce w kategorii solistów, zaś Michalina Wiosna otrzymała wyróżnienie w tej samej kategorii. Ponadto w Cieszkowie, solistkę Maję Bolek oraz duet Natalia Dziedzic i Julia Staroń wyróżniono pamiątkowymi dyplomami.

Chór Oremuski śpiewanie rozpoczął wcześniej, gdyż 9 stycznia zespół wziął udział w Opolskim Konkursie „Jestem Polakiem i kocham swój kraj". Zespół zaśpiewał kolędę na 2 głosy „Przylecieli Aniołkowie" zdobywając tym samym zaszczytną „Gwiazdę Betlejemską". Ponadto solistka Zuzanna Tęcza oraz duet Natalia Dziedzic i Julia Staroń zdobyły wyróżnienia. Występ zaprezentowany przez Maję Bolek i Michalinę Wiosnę uhonorowany został pamiątkowym dyplomem. Zespół Oremuski wykonał trzy utwory, w tym jeden na 2 głosy oraz dwa utwory na skrzypce, gitarę i dzwonki.

Wszystkim bardzo serdecznie gratulujemy!

Dialog o losie i duszy

W Galerii Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury czynna jest wystawa biograficzna poświęcona Stanisławowi Vincenzowi pt. „Dialog o losie i duszy" zorganizowana przez Instytut Filologii Polskiej Uniwersytetu Wrocławskiego i Oddział IPN we Wrocławiu. Stanisław Vincenz to pochodzący z Huculszczyzny autor wielu dzieł literackich, z których najważniejszy jest cykl „Na wysokiej połoninie".

Urodzony w 1888 roku w Słobodzie Rungurskiej Stanisław Vincenz był aktywnym twórcą kultury i działaczem publicznym. W 1945 roku wyjechał do Francji. Żył i tworzył na emigracji. Przyjaźnił się m.in. z Czesławem Miłoszem. Przedmiotem wystawy otwartej 17 stycznia w Galerii DOK są fotografie włoskiego etnologa Lidia Ciprianiego z 1933 roku, które ukazują dawną Huculszczyznę, z którą związany był S. Vincenz.

– Wystawa pokazuje pisarza emigracyjnego, który zawsze pamiętał o miejscu, z którego pochodził – mówił dr Jan A. Choroszy, scenarzysta wystawy.

Od 2015 roku wystawa jest pokazywana w różnych miastach. Brzeg Dolny jest 42. miejscem w Polsce, gdzie można poznać twórczość S. Vincenza.

– Myślę, że ta wystawa ocala dużą część naszej pamięci o przeszłości oraz o świecie, który jest bardzo ważny dla wielu polskich rodzin, także w Brzegu Dolnym. Rozmawiałem z Radkiem Bajdą i wiem, że osiedliło się tu bardzo wielu ludzi z dawnego województwa stanisławowskiego. To dla nich również jest ta wystawa – mówi dr J. A. Choroszy.

W ramach repatriacji po II wojnie światowej, z województwa stanisławowskiego do Brzegu Dolnego przyjechali osiedleńcy. Dla nich ta wystawa ma charakter wspomnień, dzięki niej mogą wrócić pamięcią do własnych korzeni.

– Widać tutaj nie tylko ogromny nakład pracy, który został włożony w przygotowanie tej wystawy, ale i serce – powiedziała Danuta Chłód, dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury, która zapowiedziała również kolejne spotkanie z tą tematyką. W lutym w kinie „Odra" pokazany zostanie film o huculszczyźnie oraz bohaterze wystawy Stanisławie Vinzencie. Doktor Jan A. Choroszy wygłosi wówczas wykład popularnonaukowy na temat życia i twórczości pisarza.

Wystawę w Galerii DOK przy ul. Zwycięstwa można oglądać do 16 lutego, od poniedziałku do piątku w godzinach od 17. 00 do 18.00.

mb, Radosław Kozioł

Od 2015 roku wystawa jest pokazywana w różnych miastach. Brzeg Dolny jest 42. miejscem w Polsce, gdzie można poznać twórczość Stanisława Vincenza.

Wystawę w Galerii DOK przy ul. Zwycięstwa można oglądać do 16 lutego, od poniedziałku do piątku w godzinach od 17.00 do 18.00.

Wiesław Ochman i Jego przyjaciele

Szanowni Mieszkańcy

Dziękuję za liczny udział w Galowym Koncercie Noworocznym z udziałem znakomitego tenora Wiesława Ochmana. Wyrazy sympatii, które otrzymałam po koncercie są dowodem Państwa akceptacji dla działalności Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury. Dziękuję wszystkim, którzy wspierają nasze działania i współpracują z nami przy organizacji wydarzeń artystycznych. Było nam miło gościć tak wielu mieszkańców sąsiednich gmin. Mam nadzieję, że ten styczniowy wieczór spędziliście Państwo w wyjątkowej atmosferze. Galowy Koncert Noworoczny jest wizytówką Brzegu Dolnego. Zapewniam, że rok 2018 będzie pełen wydarzeń kulturalnych, na które już dzisiaj serdecznie zapraszam. Do zobaczenia w Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury!

Danuta Chłód – dyrektor DOK

Już od ośmiu lat w Brzegu Dolnym, miesiąc styczeń to prawdziwa uczta dla wszystkich miłośników muzyki klasycznej. Galowy Koncert Noworoczny, na którym zagrała Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Sudeckiej, po raz kolejny był wyjątkowym wydarzeniem muzycznym. Gwiazdą wieczoru był znakomity tenor Wiesław Ochman.

To był wyjątkowy wieczór, pełen przeżyć muzycznych. 20 stycznia, około 1500 osób zgromadzonych w hali widowiskowo-sportowej im. Andrzeja Grubby, wysłuchało utwory zagrane przez orkiestrę pod batutą Bartosza Żurakowskiego. Tak duża frekwencja świadczy o tym, że każdego roku jest to wyczekiwane wydarzenie muzyczne, które na stałe wpisało się w kalendarz imprez organizowanych przez Dolnobrzeski Ośrodek Kultury. To muzyczne spotkanie było również okazją do złożenia życzeń noworocznych wszystkim mieszkańcom, przez burmistrza Stanisława Jastrzębskiego i dyrektor DOK Danutę Chłód.

Galowy Koncert Noworoczny, na którym można było usłyszeć najpiękniejsze pieśni, duety operetkowe oraz znane utwory w wykonaniu Wiesława Ochmana, oraz solistek opery śląskiej Aleksandry Stokłosy (sopran) i Renaty Dobosz (mezzosopran), ukazał magię muzyki operowej. Wiesław Ochman, światowej sławy tenor, który śpiewał na deskach m.in.: Teatru Bolszoj, La Scala, Opery Paryskiej czy Metropolitan Opera, był również gospodarzem i prowadzącym noworoczną galę.

– Koncert noworoczny powinien mieć taką cechę, która powoduje, że człowiek wychodzi niezwykle zadowolony, szczęśliwy, przepojony melodiami – powiedział Wiesław Ochman.

Tak też było. Oprawa muzyczna koncertu obfitowała w najpiękniejsze melodie, m.in. utwory Johanna Straussa, Roberta Stolza , operetkowe pieśni takie jak„Pieśń o Wiliji", „Tangolita", „Pokochaj mnie", „Czardasz Sylwii" czy utwór z filmu „Pieśń nocy", w oryginale zaśpiewany przez Mieczysława Fogga. Niespodzianką dla dolnobrzeskiej publiczności było zaprezentowanie przez artystów specjalnie przygotowanego repertuaru, gdzie w słowach pieśni zawarto nazwę naszego miasta – Brzeg Dolny.

Artyści oczarowali publiczność, czego potwierdzeniem były długie owacje na stojąco.

Sandra Jagieła, mb

Plebiscyt Sportowy
Brzeg Dolny 2017

SPORTOWY BRZEG DOLNY 2017

Zagłosuj!
Wyślij SMS z kodem zawodnika
lub organizacji (np. TYP.OR.7)
pod numer 71480. Cena za SMS to 1,23 zł z VAT

Głosowanie trwa
do 6 lutego 2018

NADZIEJA

Aleksandra Wiśniewska TYP.NA.1

14 lat, tenis stołowy. Jest podstawową zawodniczką drużyny MKS Rokita Brzeg Dolny, występującej w I lidze kobiet. Ma na swoim koncie wiele znaczących sukcesów na arenie Dolnego Śląska. Do najważniejszych w roku 2017 można zaliczyć 3. miejsce na Mistrzostwach Polski młodziczek w Krośnie,1. miejsce w grze indywidualnej, 1. miejsce w grze podwójnej na Mistrzostwach Dolnego Śląska młodziczek w Brzegu Dolnym i 4. miejsce na Drużynowych Mistrzostwach Dolnego Śląska w Brzegu Dolnym. Pomimo bardzo młodego wieku jest już członkinią kadry Dolnego Śląska młodziczek.

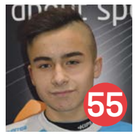
Mieszko Słodowy TYP.NA.2

9 lat, zawodnik Dolnobrzeskiego Klubu Karate Kyokushin.
Osiągnięcia: Turniej Karate Kyokushin „SARI CUP" w Żorach – 3. miejsce w kategorii kata chłopców 8-9 lat; Turniej o Puchar Solny dla dzieci i młodzieży w karate kyokushin – 3. miejsce w kategorii kata chłopców 8-9 lat; XV Otwarty Turniej Powiatu Grodziskiego – 1. miejsce w kategorii kata dzieci do lat 9; I Ogólnopolskie Mistrzostwa Kyokushin i WKF „karate kid" – 3. miejsce w kategorii kata chłopców 8-9 lat i 3. miejsce w kategorii kumie bez kontaktu chłopców 8-9 lat; II Otwarty Turniej Karate Kyokushin o Puchar burmistrza Nowego Tomyśla – 1. miejsce w kategorii kata dzieci do lat 9.

Arkadiusz Daniel TYP.NA.3

13 lat, lekkoatletyka i zapasy (MKS Rokita).
Osiągnięcia: Międzywojewódzkie Mistrzostwa w Zapasach Styl Wolny Gogolin – 2. miejsce w kat. 59 kg; Międzywojewódzkie Mistrzostwa w Zapasach Styl Klasyczny Namysłów – 3. miejsce w kat. 59 kg; Mistrzostwa Polski Młodzików w Zapasach Styl Wolny, Brzeg Dolny – 7. miejsce; Finał Dolnośląski w Czwórboju LA Wrocław – 1. miejsce; Turniej LA „Lekkoatletyka dla każdego" w biegu na 60 m – 2. miejsce.

Filip Kubala TYP.NA.4



14 lat, piłka nożna. Wyróżniający się zawodnik drużyny trampkarzy Akademii Piłkarskiej Brzeg Dolny, posiada wiele cech predysponujących do gry w piłkę nożną na najwyższym poziomie.
W sezonie 2016/2017 z drużyną trampkarzy AP Brzeg Dolny, w której jest kapitanem, awansował do I Ligi Okręgowej DZPN we Wrocławiu. W rundzie jesiennej jego drużyna zajęła pierwsze miejsce w tabeli.
W turnieju GOLD GAME CUP 2017 we Wrocławiu z drużyną zajął 2. miejsce w kategorii U-14 i zdobył tytuł Strzelca Turnieju. W tym roku został powołany do reprezentacji Dolnego Śląska w kat. U-14.

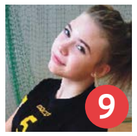
Norbert Kobylarz TYP.NA.5

9 lat, zapasy, MKS Rokita. **Osiągnięcia:** Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy – Memoriał Wołoszyna, Gogolin – 1. miejsce; Turniej Zapaśniczy o Memoriał Antoniego Łakomego, Brzeg Dolny – 2. miejsce; Turniej Zapaśniczy o Puchar Burmistrza Kudowy Zdrój – 1. miejsce.

Mateusz Bandura TYP.NA.6

12 lat, taekwon-do. Międzynarodowy Puchar Polski w Dzierżoniowie – walki 1. miejsce, układy 1. miejsce, techniki specjalne 3. miejsce. Mistrzostwa Polski w Warszawie – walki 3. miejsce, układy 1. miejsce. Międzynarodowe Mistrzostwa Moraw w Czechach – walki 1. miejsce. Mistrzostwa Polski Zachodniej w Strzelcach Krajeńskich – układy 1. miejsce.

Jagoda Florek TYP.NA.7



13 lat, piłka siatkowa, MKS Rokita. Piłkę siatkową uprawia od 4 lat, uznawana jest za jedną z lepszych zawodniczek na pozycji środkowej. Uczestniczka rozgrywek w Dolnośląskiej Lidze Młodziczek oraz Kadetek. Zdobywczyni indywidualnych nagród MVP w Ogólnopolskich Turniejach Piłki Siatkowej.

Julia Budzik TYP.NA.8

13 lat, piłka siatkowa, MKS Rokita. Piłkę siatkową uprawia od 4 lat, uznawana jest za jedną z lepszych zawodniczek na pozycji lewo-skrzydłowa atakująca. Uczestniczka rozgrywek w Dolnośląskiej Lidze Młodziczek oraz Kadetek. Zdobywczyni indywidualnych nagród MVP w Ogólnopolskich Turniejach Piłki Siatkowej.

Oliwier Szarek TYP.NA.9

8 lat, piłka nożna. Niezwykle utalentowany zawodnik, który piłkę nożną trenuje od 5. roku życia. Bramkostrzelny, szybki, o świetnej koordynacji, a także umiejętności rozpoznawania i rozumienia sytuacji na boisku. Poza treningami i meczami uwielbia... piłkę nożną, na temat której ma ogromną wiedzę.
Wybrane osiągnięcia w 2017 roku: 2. miejsce w halowym turnieju piłki nożnej ŻAK CUP 2017; 3. miejsce w Zimowym Turnieju Piłkarskim MCS Wrocław; 29 zdobytych bramek w 15 meczach turniejowych DZPN najlepszy zawodnik drużyny podczas Turnieju GOLD GAME-CUP.

Sara Czech TYP.NA.10

11 lat, zawodniczka zdolna, ambitna, rokuje nadzieję na przyszłość. W 2017 roku brała udział w wielu turniejach, plasując się na 1. miejscu: Turniej o Memoriał Antoniego Łakomego w Zapasach Styl Wolny, Brzeg Dolny – 1. miejsce; VI Memoriał Henryka Wołoszyna w Zapasach Styl Wolny, Górażdże – 1. miejsce; Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy, Dzierżoniów – 1. miejsce; Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy, Milicz – 1. miejsce; Ogólnopolski Turniej Zapaśniczy Cieszków – 1. miejsce; Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy, Bielawa – 1. miejsce; Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy, Kudowa Zdrój – 1. miejsce.

Bartosz Geisler TYP.NA.11

0

10 lat, ambitny młody pływak. Trenuje od roku w sekcji robiąc duże postępy. Aktywny podczas zajęć i dążący do podnoszenia swoich umiejętności pływackich w krótkim czasie. Uczestnik ogólnopolskich zawodów w sprincie w Brzegu Dolnym, karkonoskich zawodów pływackich w sprincie oraz ogólnopolskich zawodów w Ostrzeszowie. Zawodnik szybko koryguje błędy w stylach i dąży do osiągnięcia jak najwyższych pozycji. Zawodnik z potencjałem zwycięzcy.

Wiktoria Rak TYP.NA.12

12 lat, zawodniczka z dużymi możliwościami i potencjałem, ambitna i sumienna na treningu. Osiąga bardzo dobre wyniki w stylu grzbietowym, ale dobrze się czuje w stylu dowolnym i motylkowym. Osiąga wysokie wyniki na zawodach w swoim roczniku stając na podium: Ostrzeszów, Osiecznica, Ogólnopolskie Zawody w Brzegu Dolnym, finał karkonoskich zawodów w sprincie i wiele innych. Zdobyła wiele medali na prestiżowych zawodach w Poznaniu czy Nowej Rudzie. Najlepsza zawodniczka rocznika 2005 w sekcji. Rywalizuje z najlepszymi w tym wieku zawodniczkami Dolnego Śląska, uzyskując wysokie wyniki. Bardzo dobrze sobie radzi na basenach zarówno 25 m, jak i 50 m.

SPORTOWIEC

Damian Wróbel TYP.SP.1

17 lat, zapasy i sumo (MKS Rokita). Członek Kadry Narodowej Juniorów w Sumo. Za rok 2017 zdobył pierwszą klasę w zapasach styl wolny. **Osiągnięcia:** 1. miejsce w kat. 100 kg na Międzynarodowych Mistrzostwach Polski Kadetów w Zapasach Styl Wolny, Brzeg Dolny; 2. miejsce w kat. +100 kg w Pucharze Polski Juniorów w Sumo, Brzeg Dolny; 1. miejsce w kat. +100 kg na Mistrzostwach Polski Juniorów w Sumo; 3. miejsce w kat. +100 kg oraz w drużynie 1. miejsce na Mistrzostwach Europy Juniorów w Sumo, Warszawa.

Maciej Kurtycz TYP.SP.2

16 lat, młody, utalentowany zawodnik sekcji szachowej MKS Rokita. **Osiągnięcia:** 1. miejsce w Otwartych Mistrzostwach Okręgu Podwrocławskiego w Szachach szybkich; 3. miejsce w Mistrzostwach Dolnego Śląska Juniorów. Zawodnik gra na pierwszej szachownicy w IV Lidze Szachowej. Reprezentował Brzeg Dolny w Międzynarodowym Memoriale Akiby Rubinsteina w Polanicy Zdrój.

Elżbieta Kwiatkowska TYP.SP.3

15 lat, jest podstawową zawodniczką drużyny MKS Rokita Brzeg Dolny występującej w I lidze kobiet. Pomimo młodego wieku ma już na swoim koncie wiele znaczących sukcesów na arenie międzynarodowej i ogólnopolskiej. Do najważniejszych sukcesów można zaliczyć: 3. miejsce – Slovak Cadet Open, Bratysława; 9. miejsce na Mistrzostwach Europy kadetek, Guimaraes (Portugalia); 1. miejsce na Indywidualnych Mistrzostwach Polski kadetek, Drzonków; 1. miejsce na Drużynowych Mistrzostwach Polski kadetek, Drzonków; 3. miejsce na Mistrzostwach Polski kadetów w grze mieszanej, Drzonków; 1. miejsce na Indywidualnych Mistrzostwach Dolnego Śląska kadetek, Brzeg Dolny; 1. miejsce na Mistrzostwach Dolnego Śląska kadetek w grze podwójnej i 1. miejsce w grze mieszanej, Brzeg Dolny; 1. miejsce na Drużynowych Mistrzostwach Dolnego Śląska kadetek, Brzeg Dolny.
Od dwóch lat jest członkinią kadry narodowej kadetek.

SPORTOWY BRZEG DOLNY 2017

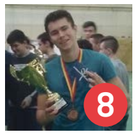
Milena Chrabąszcz TYP.SP.4

16 lat, jest podstawową zawodniczką drużyny MKS Rokita Brzeg Dolny występującej w I lidze kobiet. Pomimo młodego wieku ma już na swoim koncie wiele znaczących sukcesów na arenie ogólnopolskiej i wojewódzkiej. Jest członkinią kadry narodowej Polski juniorek. Do najważniejszych można zaliczyć: 1. miejsce – Drużynowa Mistrzyni Polski kadetek podczas Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży, Drzonków; 3. miejsce – Mistrzostwa Polski kadetek w grze pojedynczej podczas OOM, Drzonków; 5.-8. miejsce – Mistrzostwa Polski, gra podwójna kadetek, Drzonków; 8. miejsce w ogólnopolskim rankingu końcowym PZTS kadetek za sezon 2016/2017; 1. miejsce – Mistrzostwa Dolnego Śląska, gra podwójna kadetek, Brzeg Dolny oraz 3. miejsce w grze pojedynczej kadetek i 3. miejsce w grze mieszanej kadetów; 1. miejsce – Drużynowe Mistrzostwa Dolnego Śląska kadetek, Brzeg Dolny; 2. miejsce – Dolnośląska Gimnazjada w tenisie stołowym dziewcząt, Brzeg Dolny; 3. miejsce – Mistrzostwa Dolnego Śląska, gra podwójna seniorek, Brzeg Dolny; 3. miejsce – III Wojewódzki Turniej Kwalifikacyjny juniorek, Brzeg Dolny.

Joanna Filipiak TYP.SP.5

16 lat, piłka siatkowa MKS Rokita. Piłkę siatkową uprawia od 7 lat, gra w Dolnośląskiej Lidze Kadetek na pozycji prawo-skrzydłowej przyjmującej. Motywuje inne zawodniczki zespołu do jak najlepszej gry. Wielokrotnie uznawana za najlepszą zawodniczkę dolnośląskich i ogólnopolskich rozgrywek w piłkę siatkową. Wraz z zespołem zajęła 1. miejsce w Ogólnopolskim Turnieju we Wrocławiu oraz w Turnieju o Puchar Firmy Modeco w Brzegu Dolnym.

Michał Racki TYP.SP.6



17 lat, piłka nożna. Od ponad 6 lat reprezentuje barwy KP Brzeg Dolny. Zawodnik wszechstronnie utalentowany – może grać na każdej pozycji. Świetna technika, waleczność, ambicja, silna psychika, a także cechy przywódcze sprawiają, że jest nie tylko filarem drużyny Juniorów Starszych KP, ale i kapitanem zespołu. Michał ma ogromny potencjał techniczny, intelektualny, psychiczny i mentalny, by zrobić zawodową karierę piłkarską. Razem z drużyną zwyciężył w Lidze Terenowej Juniorów Młodszych i wywalczył awans do Ligi Okręgowej, zajął 1. miejsce w tabeli po rundzie jesiennej Ligi Terenowej Juniorów Starszych, 1. miejsce w Zimowym Turnieju Piłkarskim MCS Wrocław, 10. miejsce na Międzynarodowym Turnieju Piłkarskim Wrocław Trophy.

Marek Romański TYP.SP.7

15 lat, taekwon-do. Międzynarodowy Puchar Polski w Dzierżoniowie – walki light contact 2. miejsce, walki semi contact 3. miejsce, układy 1. miejsce, techniki specjalne 2. miejsce. Mistrzostwa Polski w Warszawie – walki 2. miejsce, układy 1. miejsce. Międzynarodowe Mistrzostwa Moraw w Czechach – walki 1. miejsce. Mistrzostwa Polski Zachodniej w Strzelcach Krajeńskich – układy 3. miejsce, techniki specjalne 1. miejsce, walki light contact 2. miejsce, walki semi contact 2. miejsce. Powołany do szerokiego składu reprezentacji Polski na rok 2018.

Witold Gidel TYP.SP.8

55 lat, biegacz maratończyk niezrzeszony. Od kilku lat najbardziej utytułowany biegacz Brzegu Dolnego. Regularnie zajmuje miejsca na podium w swojej kategorii wiekowej, często też wyprzedza młodszych zawodników. W 2017 roku wielokrotnie startował i poprawiał swoje rekordy życiowe na różnych dystansach, w tym dwukrotnie w maratonie. Wiosną na Orlen Warsaw Marathon uzyskał czas 2:57:27, a jesienią w największym polskim maratonie – Poznań Maraton – rewelacyjny czas 2:56:00 dał mu pierwsze miejsce w kategorii wiekowej M55. Mimo upływu lat chce biegać jeszcze szybciej.

Adrian Kobusiński TYP.SP.9

kolarstwo górskie (MTB), triathlon. Od trzech lat ściga się na trasach Bike Maratonu MTB na dystansie mini od 20-30 km. Kilkukrotnie stanął na podium zdobywając medalowe miejsce w swojej kategorii wiekowej. Dwa lata temu rozpoczął pierwsze starty w cyklu imprez triatlonowych. W 2017 roku wystartował w Ironman 70.3 Triathlon Gdynia, pokonując po raz pierwszy dystans 1,9 km pływania, 90 km jazdy na rowerze i 21 km biegu z czasem 5:24 min. Kolejnym jego wyzwaniem sprzed 4 miesięcy był udział w pierwszym w Polsce triathlonie crossowym XTERRA POLAND. Po 3,5 godz. został oficjalnym finisherem dystansu 1500 m pływania, 40 km jazdy rowerem po górach i 10 km biegu ze wspinaniem. W sezon 2018 planuje podnieść sobie poprzeczkę jeszcze wyżej.

Ireneusz Kociołek TYP.SP.10

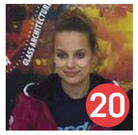
27 lat, sporty wytrzymałościowe, klub Iroman.pl.
Osiągnięcia: 2017 – Mistrz Polski M20 w triathlonie IT (dystans Sprint).
Ukończył 15 maratonów, kilkadziesiąt ultramaratonów i kilkanaście triathlonów. O 4 lat staje na mecie Triathlonu Karkonoskiego, ekstremalnego triathlonu kończącego się na Śnieżce. W 2016 r. zajął 9. miejsce w Hardej Suce – jednym z najtrudniejszych triathlonów na świecie (wynik 24 godziny 13 minut).

TRENER

Bogusław Bolanowski TYP.TR.1

absolwent Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Posiadacz stopnia 4 Dan w Karate Kyokushin, trener II klasy Karate Kyokushin, sędzia krajowy i międzynarodowy Karate Kyokushin. Instruktor posługiwania się pałką typu tonfa, samoobrony Keisatsu-jitsu (1 Kyu), strzelectwa oraz sędzia strzelectwa sportowego, gimnastyki sportowej, piłki nożnej, ręcznej, siatkowej, koszykowej, pływania, lekkoatletyki, aerobiku.

Anita Walencka TYP.TR.2



27 lat, trenerka grupy średniozaawansowanej w sekcji tenisa stołowego MKS Rokita Brzeg Dolny. Bardzo ambitna i oddana swojej pracy. Jej podopieczne zaliczają się aktualnie do ścisłej czołówki Dolnego Śląska w najmłodszych kategoriach wiekowych.
W minionym sezonie 2016/2017 jej podopieczne zdobyły brązowy medal Mistrzostw Polski młodziczek, dwa brązowe medale Mistrzostw Dolnego Śląska. Uczestniczka wielu szkoleń organizowanych dla trenerów tenisa stołowego.

Marek Chrabąszcz TYP.TR.3

48 lat, trener klasy mistrzowskiej tenisa stołowego w sekcji MKS Rokita. W minionym sezonie 2016/2017 jego podopieczni zdobyli 5 medali Mistrzostw Polski, w tym m.in. Drużynowe Mistrzostwo Polski kadetek, Indywidualne Mistrzostwo Polski kadetek – Elżbiety Kwiatkowskiej oraz brązowy medal Mistrzostw Polski kadetek – Mileny Chrabąszcz. Ponadto jego podopieczni zdobyli 10 medali Mistrzostw Dolnego Śląska. Wciąż podnosi swoje kompetencje i kwalifikacje zawodowe. Uczestnik szeregu szkoleń dla trenerów tenisa stołowego prowadzonych przez polskich i zagranicznych trenerów, m. in. „FUNdamenty – od Marzenia do Mistrzostwa", „Trening mentalny w sporcie", Konferencja „Imperium tenisa stołowego".

Krzysztof Jaworski TYP.TR.4

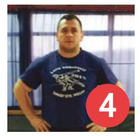
38 lat, trener grupy młodzików i skrzatów w Akademii Piłkarskiej Brzeg Dolny, posiada Licencję UEFA C. Uczestnik konferencji szkoleniowych z zakresu piłki nożnej dziecięcej i młodzieżowej organizowanych przez DZPN Wrocław. W sezonie 2016/2017 prowadzona przez niego drużyna młodzików AP Brzeg Dolny zajęła 1. miejsce w Lidze Terenowej i awansowała do Ligi Okręgowej. W sezonie 2017/2018 jego drużyna zajęła 1. miejsce w Lidze Okręgowej i awansowała do finału baraży o Ligę Dolnośląską gdzie po przegranej z drużyną Śląska Wrocław zajęła 2. miejsce na 36 drużyn.

Piotr Zaczkiewicz TYP.TR.5

13

51 lat, piłka siatkowa MKS Rokita. Wieloletni szkoleniowiec, instruktor piłki siatkowej, wychowawca wielu utalentowanych zawodniczek tej dyscypliny sportowej, które obecnie biorą udział w rozgrywkach Dolnośląskiej Ligi Kadetek oraz Młodziczek. W wielu turniejach rangi dolnośląskiej oraz ogólnopolskiej zawodniczki Miejskiego Klubu Sportowego Rokita osiągały tytuły MVP na poszczególnych pozycjach. Trener zaangażowany, oddany w pracy nad wychowywaniem dolnobrzeskich talentów siatkarskich.

Adrian Czech TYP.TR.6



35 lat, medalista Mistrzostw Polski i Europy, od roku 2012 trener sekcji zapaśniczej i sumo. Założyciel najmłodszych grup zapaśniczych. Upór i determinacja w działaniu doprowadzają do licznych sukcesów jego podopiecznych. Jego zawodnicy zajmują czołowe miejsca na turniejach: Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy w Miliczu – drużynowo 1. miejsce; Ogólnopolski Turniej Zapaśniczy w Cieszkowie – drużynowo 1. miejsce; Mistrzostwa Polski Młodzików w Zapasach w Brzegu Dolnym – drużynowo 5. miejsce; Międzynarodowy Turniej Zapaśniczy w Dzierżoniowie – drużynowo 1. miejsce. Mistrz Polski służb mundurowych w jujitsu (2017).

Piotr Jurków TYP.TR.7

45 lat, trener z 10-letnim doświadczeniem, od samego początku swojej pracy związany z KP Brzeg Dolny. Posiada licencję PZPN B, UEFA B. Juniorom Młodszym i Starszym daje w kość, ale też dyscyplinuje i zapewnia bardzo dobrą atmosferę w drużynach. Żaki przez zabawę i naukę wprowadza w świat piłki nożnej opartej na zdrowej, uczciwej rywalizacji. Wybrane osiągnięcia w sezonie 2016/17: Juniorów Młodszych wprowadził do Ligi Okręgowej DZPN, z Juniorami Starszymi wywalczył pierwsze miejsce w tabeli po rundzie jesiennej Ligi Terenowej DZPN; 1. miejsce z Juniorami Starszymi w dolnośląskim Zimowym Turnieju Piłkarskim MCS Wrocław; 3. miejsce z Juniorami Młodszymi na Międzynarodowym Turnieju Piłkarskim Wrocław Trophy; 3. miejsce z Juniorami Młodszymi w Dolnośląskim Zimowym Turnieju Piłkarskim MCS Wrocław; 3. miejsce z Żakami w dolnośląskim Zimowym Turnieju Piłkarskim MCS Wrocław; 8. miejsce z Juniorami na Międzynarodowym Turnieju Piłkarskim HAGELAND CUP w Belgii.

Kamil Uchnast TYP.TR.8

27 lat, Taekwon-do ITF. Styczeń – Międzynarodowy Kurs Instruktorski Taekwon-do ITF, Łódź. Grudzień – Międzynarodowy Kurs Taekwondix, Taekwon-do ITF, Wrocław. Sześciu jego wychowanków powołanych zostało do reprezentacji Polski Taekwon-do ITF z grupy wiekowej juniora i seniora. Autor procedur rozgrywania układów oraz technik specjalnych podczas rywalizacji sportowej Taekwon-do ITF. Powołany na trenera reprezentacji Polski Taekwon-do ITF.

Daniel Staroń TYP.TR.9

22 lata, student studiów licencjackich na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, kierunek menadżerski. Były zawodnik sekcji pływania. Uzyskał kwalifikacje instruktora pływania na kursie TSM Triangle Swimming Method. Kreatywny w doborze nowych metod

nauczania i doskonalenia pływania. Ma bardzo dobry kontakt z zawodnikami. Wprowadza nowe formy doskonalące pływanie. Jest wymagający, ale również wrażliwy, aktywnie współpracuje z innymi trenerami oraz rodzicami.

Martyna Dubienka TYP.TR.10

29 lat, absolwentka AWF Wrocław, od 6 lat pracuje jako trener pływania. Obecnie trenuje grupy pływackie zrzeszone w Stowarzyszeniu Popularyzacji Sportów Wodnych „WODNIK" w Brzegu Dolnym, gdzie pod opieką ma dzieci w wieku 7-10 lat. W 2017 r. zdobyła uprawnienia żeglarza jachtowego i zamierza w dalszym ciągu rozwijać się w tym kierunku.

Karolina Porowska TYP.TR.11

23 lata, studentka studiów magisterskich na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, uzyskała licencjat na kierunku wychowanie fizyczne. Posiada kwalifikacje instruktora pływania oraz kurs instruktorski TSM Triangle Swimming Method. Kreatywna, wprowadzająca nowoczesne metody treningowe. Ma bardzo dobre podejście do zawodników. Wymagająca, ale jednocześnie twórcza. Otwarta na zmiany i wymianę doświadczeń z innymi trenerami, bardzo integrująca zawodników i rodziców.

ORGANIZACJA

MKS Rokita Brzeg Dolny TYP.OR.1

Klub z 70-letnią tradycją. Powstał w 1946 roku, pierwotnie pod nazwą Zakładowy Klub Sportowy, a w latach 90. został przekształcony w Miejski Klub Sportowy Rokita. To wielosekcyjny klub, w strukturach którego działa aż 7 sekcji: zapasy, tenis stołowy, brydż sportowy, piłka siatkowa, pływanie, szachy i sumo. Jest największym klubem sportowym w Gminie Brzeg Dolny, aktualnie zrzesza około 350 zawodników i zawodniczek. Wychował wielu Mistrzów Dolnego Śląska, Polski i Europy.

Fitnessacja TYP.OR.2

istnieje na rynku fitness i wyznacza jego kierunki i trendy w Brzegu Dolnym już od ponad 8 lat.
Fitnessacja oferuje:
1. Trening Personalny w Centrum Fitnessacja – Studio Treningu Personalnego. W miejscu tym każdy uczestnik treningu traktowany jest indywidualnie, co daje trenerom możliwość personalnego podejścia do podopiecznego i realizacji dokładnie założonych celów treningowych oraz zdrowotnych. Świadczymy usługi z zakresu treningu specjalistycznego, funkcjonalnego, zdrowotnego. Studio powstało ponad 2 lata temu i cieszy się powodzeniem wśród klientów Fitnessacji. Przystosowane jest do treningu ogólnorozwojowego m. in. z przyrządami takimi jak taśmy TRX, bramą Hestrez czy odważnikami kettlebells.
2. Edukację żywieniową – trenerzy Fitnessacji stawiają na holistyczne podejście do człowieka. Świadczymy usługi z zakresu dietetyki, dietetyki sportowej i klinicznej, jak i suplementacji zdrowotnej. Nie ma tu miejsca na pomyłkę czy pominięcie aspektów zdrowotnych. Styl żywienia, podobnie jak trening, dobierane są indywidualnie i co więcej na podstawie dokładnych badań laboratoryjnych. Oferujemy styl żywienia ukierunkowany m. in. na redukcję masy ciała, budowanie masy mięśniowej, diety lecznicze: zapobieganie i leczenie otyłości z insulinoopornością i chorobami tarczycy.
3. Zajęcia grupowe fitness i rowerowe. Fitnessacja oferuje szeroką paletę zajęć fitness charakteryzujących się poprawą motoryczności człowieka: od wzmacniana gorsetu mięśniowego po pracę nad kondycją i wytrzymałością. Oferujemy zarówno proste formy fitness jakimi są ABT/CORE/SHAPE/PILATES/ZUMBA po formy nowoczesne i bardziej zaawansowane: Trening Dnia, Rzeźba Ciała. Bazujemy zarówno na sprawdzonych środkach treningowych, jak i na nowoczesnych trendach w nurcie fitness. Dodatkowym atutem naszej organizacji są dobrze rozwinięte zajęcia Indoor Cyclingu.
Oferta zbudowana z powyższych trzech członów daje możliwość indywidualnego dopasowania do każdego, co zdecydowanie wyróżnia nas na rynku fitness. Nowoczesne studio treningowe, dwie sale ćwiczeniowe do zajęć grupowych i oferta żywieniowa uzupełniająca cykle treningowe daje nam możliwość odnoszenia sukcesów widocznych u naszych podopiecznych. Dodatkowym atutem Organizacji jest dobrze wykształcona i wykwalifikowana kadra trenerska, obdarzająca opieką uczestników zajęć i przekazująca im swoją wiedzę i doświadczenie.
Stawiamy na ciągły rozwój i wykształcenie. Z chęcią wspieramy akcje charytatywne na terenie Brzegu Dolnego i okolic, od festynów w okolicznych wioskach, po akcje takie jak Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, Święto Radości, Bieg Mikołajkowy i wiele innych.
Nasze sukcesy: organizacja maratonów fitness na większą skalę; otwarcie własnego studia do Treningu Personalnego; spektakularne sukcesy w redukcji masy ciała u podopiecznych; udział i godne reprezentowanie Brzegu Dolnego i Fitnessacji przez naszych podopiecznych i trenerów w zawodach MTB, biegach długodystansowych i imprezach survivalowych na terenie całej Polski.

Akademia Piłkarska Brzeg Dolny TYP.OR.3

Akademia Piłkarska Brzeg Dolny powstała z myślą o najmłodszych adeptach piłki nożnej. Celem Akademii jest popularyzacja piłki nożnej oraz zachęcenie dzieci do aktywnego spędzania czasu wśród rówieśników, dla których piłka nożna to przede wszystkim dobra zabawa. Zadaniem Akademii jest przygotowanie możliwie jak największej grupy utalentowanych zawodników (w przedziale wiekowym 4-15 lat) do uczestnictwa i rywalizacji w turniejach piłkarskich i rozgrywkach ligowych PZPN. Akademia działa od trzech lat, prowadzi szkolenie w 11 grupach treningowych, w których uczestniczy około 180 zawodników (trampkarzy, młodzików OLM i młodzików OLT, orlików, żaków I, żaków II, pięć grup skrzatów). Od września 2016 roku Akademia realizuje Ogólnopolski Program Akademii Przedszkolaka. Treningi piłkarskie w Akademii prowadzone są przez sześciu trenerów. Drużyny Akademii Piłkarskiej Brzeg Dolny w 2017 roku brały udział w rozgrywkach ligowych i wielu turniejach sportowych, w których zajmowały czołowe miejsca w klasyfikacjach końcowych. Do najważniejszych sukcesów sportowych Akademii w 2017 roku zaliczamy: 1. miejsce w Lidze Terenowej Młodzików; 2. miejsce w Lidze Okręgowej Młodzików; 1. miejsce w Lidze Terenowej Trampkarzy; 2. miejsce w Lidze Okręgowej Trampkarzy i awans do I Ligi Okręgowej Trampkarzy; 2. miejsce w turnieju GOLD GAME CUP 2017 Wrocław w kat. U-14; 4. miejsce w turnieju SILESIAN CUP 2017 Świdnica w kat. U-12.

KP Brzeg Dolny TYP.OR.4

To stowarzyszenie odpowiedzialne społecznie – stwarza możliwość nabywania umiejętności piłkarskich i rozwoju nie tylko poprzez pracę, naukę i zabawę, ale też nieodpłatne zapewnienie strojów, sprzętu piłkarskiego oraz udział w wydarzeniach piłkarskich. Klub skupia ok. 140 zawodników w sekcjach dziecięcych, młodzieżowych i seniorskiej. Do największych sukcesów sezonu 2016/17 zaliczamy odbudowanie drużyn Juniorów. Największym wyzwaniem jest dla nas stabilizacja pierwszej drużyny. Piłka to pasja i zespół. KP to zespół powstały z pasji.

Avasatare TYP.OR.5

Zawodnicy trenują w 7 grupach w Wołowie i Brzegu Dolnym, najmłodsi adepci mają 4 lata, najstarsi prawie 50. Liczba adeptów – 100. Szkolimy Taekwon-do na europejskim poziomie. Nasz klub znany jest z „produkcji" wszechstronnych młodych zawodników, z których najlepsi mają możliwość reprezentowania kraju na międzynarodowych zawodach. Wysoki poziom szkolenia umożliwia uwolnienie potencjału sportowego z zawodników. Równie ważny jak sport jest dla nas rozwój młodych ludzi w oparciu o najważniejsze wartości w życiu: szacunek, wiarę we własne możliwości, zaufanie, wolność. Naszą ideą jest budowa klubu sportowego z prawdziwego zdarzenia. Dzięki temu celowi zjednoczony zespół trenerski inspiruje nie tylko naszych uczniów, ale także trenerów, nawet z innych dyscyplin sportowych. Dzięki ograniczonym ilościowo grupom każde dziecko może liczyć na indywidualne podejście oraz uwagę i zaangażowanie trenerów. W Avasatare chcemy tworzyć nowe, lepsze standardy. Chcemy być wzorem dla innych klubów. Każdy z instruktorów ciągle doskonali się indywidualnie jako adept Taekwon-do i trener. Chcemy, żeby sztuka walki i sport łączyły się w Avasatare z wychowaniem i budowaniem społeczności.
Zaangażowanie w inicjatywy charytatywne i społeczne w 2017 roku: Pokaz taekwondo podczas Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy w Brzegu Dolnym i Obornikach Śląskich; pokaz taekwondo podczas dni miasta Brzegu Dolnego; pokaz taekwondo podczas Dolnobrzeskiego Święta Radości; udział w charytatywnym biegu Dolnobrzeski Cross Mikołajkowy; organizacja zimowego turnieju taekwondo dla dzieci – Avasatare Winter Cup. Do naszych sukcesów zaliczamy: Polish Open 2017 – w wyniku rywalizacji 490 zawodników z 29 klubów nasz klub zajął 4. miejsce w klasyfikacji generalnej Mistrzostw: 12 złotych medali, 9 srebrnych medali, 14 brązowych medali. Czech Open 2017 – Międzynarodowe Mistrzostwa Czech, 9 krajów, ponad 500 zawodników: 3 brązowe medale. Mistrzostwa Polski Taekwondo ITF – 4. miejsce w klasyfikacji generalnej mistrzostw: 11 złotych medali, 3 srebrne medale. Moravia Open – Międzynarodowe Mistrzostwa Moraw, 350 zawodników z 7 krajów: 2 złote medale, 2 brązowe medale. Mistrzostwa Polski Zachodniej: 12 złotych medali, 10 srebrnych medali, 12 brązowych medali.

FitStyle TYP.OR.6

Organizacja Fitness oferująca swoim klientom zajęcia grupowe, indywidualne, nowoczesną siłownie, doradztwo dietetyczne, wsparcie fizjoterapeutów. Dodatkowo FitStyle tworzy ofertę zajęć tanecznych dla dzieci, co roku występując dla WOŚP i wspierając różne akcje charytatywne w Brzegu Dolnym i okolicach. Od 5 lat działania FitStyle skierowane są również dla kobiet w ciąży z programem „Aktywna Ciąża" i zajęciami „Mama i dziecko". FitStyle jest również organizatorem jednego z największych w Polsce Maratonów Indoor Cycling, w której biorą udział uczestnicy z całej Polski. Kolejną dumą i niesamowitym osiągnięciem klubu jest zrzeszenie ponad 50-osobowej drużyny FITSTYLE TEAM ścigającej się na trasach zawodów MTB (kolarstwa górskiego). Działania Kadry FitStyle to promocja aktywności fizycznej, sportu i rekreacji.

Ludowe Zespoły Sportowe (LZS) TYP.OR.7

Zrzeszenie Ludowych Zespołów Sportowych popularyzujące sport w środowisku wiejskim. W gminie Brzeg Dolny zrzeszenie działa w Godzięcinie i w Starym Dworze. Wchodzące w skład LZS drużyny piłkarskie Olimpia Godzięcin i Odra Stary Dwór biorą udział w rozgrywkach klasy B.

SPORTOWY BRZEG DOLNY 2017

RUNMAGEDDON FitStyle RunTeam

Pewnie nie każdy wie, że postanowiliśmy wystartować w cyklu imprez pod nazwą Runmageddon. Tak! Zgadza się! Będziemy taplać się w błocie, wspinać na kilku metrowe ściany i przenosić ciężkie opony. Jeśli tylko masz ochotę do Nas dołączyć to nie wahaj się – czekamy na Ciebie! Jako oficjalny partner Runmageddon – SIŁA I CHARAKTER, prowadzimy również zajęcia ukierunkowane na przygotowanie do tego typu biegu. Startujemy już 7 kwietnia. Czasu coraz mniej, także zapraszamy na wspólne treningi, popracujemy nad Twoją siłą, sprawnością i wytrzymałością. (każdy wtorek i czwartek godz. 19.00)

Taki bieg może być świetną zabawą, ale też możliwością by pokonać swoje słabości i sprawdzić się na różnych płaszczyznach. Na odcinku kilku kilometrów będziemy mieli do pokonania kilkadziesiąt przeszkód. Jesteście ciekawi co czeka nas na torze? Oto kilka z nich:

- wspinanie się po linie,
- przechodzenie przez linową sieć,
- przechodzenie przez ścianki,
- chodzenie po równoważni, pod którą znajduje się woda lub błoto,
- kąpiel w lodowatej wodzie,
- czołganie się pod drutem kolczastym.

Brzmi groźnie, ale bez obaw! Biegniemy drużynowo po to by się wspierać i nawzajem pomagać. Najważniejsza jest dobra zabawa, takich rzeczy nie zapomina się do końca życia. Niech to będzie nasza wspólna przygoda.

Zapraszamy FitStyle Team

Bartosz Kuska zwycięża w turnieju noworocznym

W sobotę 13 stycznia 2018 roku w Kompleksie Hotelowo-Sportowym „Rokita" odbył się Turniej Noworoczny, w którym udział wzięli juniorzy sekcji szachowej MKS Rokita Brzeg Dolny oraz ich rodzice. Celem zawodów było umożliwienie młodym adeptom szachów zdobycia doświadczenia w grze turniejowej w atmosferze sportowej rywalizacji.

W zawodach wzięło udział 12 uczestników. Rozegrano 7 rund tempem 10 minut na partię. Zawodnicy klasyfikowani byli w dwóch kategoriach : kategoria kobiet oraz kategoria open.

W turnieju czołowe miejsca zajęli:

W kategorii kobiet:
1. Amelia Tlatlik
2. Lena Smolarek
3. Anita Dudek

W kategorii open:
1. Bartosz Kuska
2. Kacper Szpyra
3. Paweł Ostrowski

Inf.

II Feryjny Wyścig po szachowe kategorie

Pod koniec stycznia zawodnicy MKS Rokita wzięli udział w szachowym turnieju we Wrocławiu, organizowanego przez Wrocławski Klub Szachowy Hetman.

Turniej rozegrano systemem kołowym w tempie 30 minut na partie, rozegrano 7 rund. Turniej wygrał Jakub Pochwała z naszego klubu zdobywając komplet punktów i tym samym wypełnił normę na IV kategorie szachową.

Gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów.

KK

Pierwsze Turnieje

W niedzielę 28.01.2018 roku drużyna Skrzatów prowadzona przez trenera K. Jaworskiego wystąpiła w swoim pierwszym turnieju piłkarskim.

Turniej był rozgrywany w Żmigrodzie dla zawodników z rocznika 2011 i młodszych. W tym turnieju nie było punktacji ani końcowej kwalifikacji, dzieci miały się dobrze bawić i nabierać doświadczenia. Drużyna Akademii rozegrała 8 spotkań, 4 z nich wygrywając i 4 przegrywając. Niestety kilka drużyn nie przeczytało uważnie regulaminu i przyjechało z zawodnikami z rocznika 2010. Rok różnicy w tak młodym wieku przekłada się na umiejętności oraz siłę fizyczną zawodnika co było zdecydowanie widać na boisku. Panowie Trenerzy, nie wygrywajmy za wszelką cenę, w tym wieku jest to tylko zabawa! Liczy się doświadczenie i umiejętności, które dzieci zdobywają występując w turniejach. Drużyny, z którymi mieliśmy okazję rozegrać swoje pierwsze mecze to: Piast Żmigród, Bumerang Wrocław, Młoda Polonia Wrocław, AP Rejsa, AP Oleśnica, Gol Wołów oraz Polonia Trzebnica.

Skład drużyny: Rola Wojciech, Kosiński Antoni, Kordzikowski Filip, Kalemba Adam, Olcha Milan, Muszyński Alan i Hryszkiewicz Gracjan.

AP Brzeg Dolny

1% dla Akademii to 100% spełnionych marzeń dla zawodników

Akademia Piłkarska Brzeg Dolny powstała w 2015r. Zajmujemy się szkoleniem dzieci w wieku od 3 do 14 lat. Dzięki dynamicznemu rozwojowi oraz doświadczonej kadrze trenerskiej zaufało nam już prawie 200 rodziców, oddając nam swoje pociechy na trening. Akademia zajmuje się szkoleniem dzieci od 3 lat i w tak krótkim czasie udało się osiągnąć wiele sukcesów. Uczestniczyliśmy w wielu turniejach, w różnych grupach wiekowych, większość z nich kończyliśmy na podium. Do najważniejszych osiągnięć Akademii możemy zaliczyć wygraną w turnieju Międzynarodowym – Wrocław Trophy, w kategorii „Orlik" oraz wygraną w Aglomeracji Wrocławskiej na rok 2016, dzięki tej wygranej dzieci udały się na darmowy obóz piłkarski, którego fundatorem i patronatem był DZPN.

AP Brzeg Dolny

Awans do pierwszej Ligi Okręgowej Trampkarzy oraz Młodzików

Obecnie Akademia uczestniczy w rozgrywkach ligowych Trampkarzy i Młodzików. Szkolimy dzieci w Orlikach, Żakach i Skrzatach. W roku 2018 planujemy zwiększyć ilość treningów, wprowadzić trening motoryczny, powiązany z lekkoatletyką. Chcemy szkolić kadrę trenerską umożliwiając im uczestniczenie w szkoleniach i stażach renomowanych drużyn ekstraklasy. Potrzebujemy także zakupić większą ilość sprzętu i strojów treningowych na mecze ligowe oraz turnieje, tym samym mieć możliwość uczestniczenia w większej liczbie turniejów. Dzięki waszej pomocy na pewno nam się to uda, także nie wahajcie się i przekażcie swój 1% na Akademię Piłkarską Brzeg Dolny. Bo 1% dla Akademii to 100% spełnionych marzeń dla zawodników.

AP Brzeg Dolny

Przygotowania do rundy wiosennej

Akademia Piłkarska wznowiła treningi swoich wszystkich drużyn, 8 stycznia – po przerwie świątecznej. Drużyny Młodzików i Trampkarzy rozegrały już swoje pierwsze mecze kontrolne z Trzebnicą i Parasolem Wrocław. Zawodnicy z grup Orlików i Żaków mają już zaplanowany szereg turniejów. Już niedługo będą musieli zastąpić swoich starszych kolegów z drużyn.

AP Brzeg Dolny

Pierwsze miejsce trampkarzy

Zawodnicy Akademii Piłkarskiej z rocznika 2003 (oraz młodsi) wzięli udział w turnieju organizowanym przez Młodzieżowe Centrum Sportu we Wrocławiu.

Do zawodów przystąpiło 6 zespołów – Forza Wrocław I i II, Energetyk Siechnice, AP Orlik Łagiewniki, Ślęza Wrocław (dziewczęta).

AP Brzeg Dolny

Wyniki		
AP BRZEG DOLNY	5:3	Ślęza Wrocław
AP BRZEG DOLNY	8:1	Energetyk Siechnice
AP BRZEG DOLNY	3:0	Forza Wrocław I
AP BRZEG DOLNY	4:3	AP Orlik Łagiewniki
AP BRZEG DOLNY	0:3	Forza Wrocław II

Skład drużyny: Maciej Szewczuk, Filip Kubala, Oliver Matusik, Mateusz Polek, Konrad Głuch, Dawid Tomczak, Jakub Płóciennik.

Klasyfikacja końcowa:		
1.	AP BRZEG DOLNY	12 punktów
2.	AP Orlik Łagiewniki	10 punktów
3.	Forza Wrocław II	10 punktów
4.	Forza Wrocław I	7 punktów
5.	Ślęza Wrocław (dziewczęta)	1 punkt
6.	Energetyk Siechnice	1 punkt

Kolejne marzenie stało się faktem!

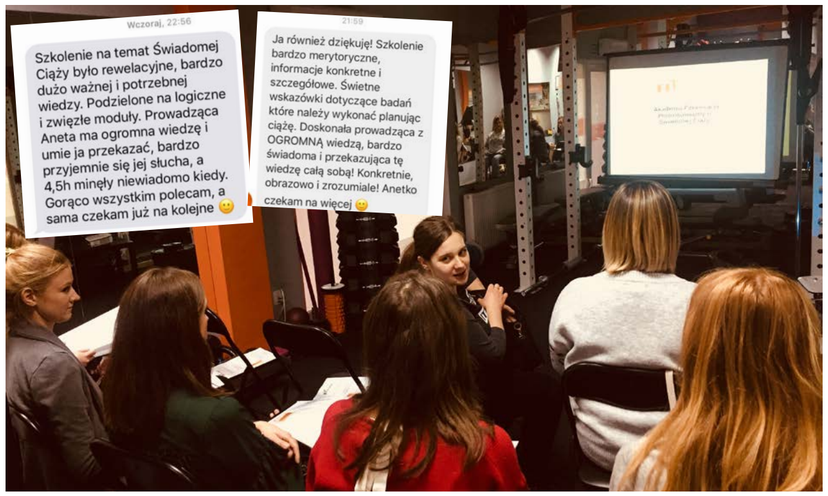
Akademia Fitnessacja przeszkoliła dziewięcioro pierwszych Absolwentów!

Dnia 26 stycznia 2018 roku w Centrum Fitnessacja – Studio Treningu Personalnego odbyło się szkolenie z cyklu „Porozmawiajmy o… Świadomej Ciąży". Szkolenie to jest autorską pracą Trenera Personalnego Anety Piątek-Zwierzak, która dzięki wieloletniemu doświadczeniu w pracy z kobietami w ciąży i po ciąży zebrała i umiejętnie przedstawiła wartościową wiedzę teoretyczną i praktyczną dedykowaną do każdej kobiety. Uczestniczki wydarzenia miały niepowtarzalną okazję zdobyć wiedzę z zakresu przygotowania organizmu do wymagającego stanu jakim jest ciąża, poznać fizjologię przebiegu ciąży i zmiany adaptacyjne zachodzące w organizmie kobiety w trakcie ciąży, jak i zaczerpnąć porady na temat absolutnego SOS po porodzie.

Jak się okazało szkolenie zawierało wiele pikantnych szczegółów jak i treści, które często są niestety pomijane podczas wizyt u lekarzy specjalistów. Zatem wizja szkolenia, aby pobudzić świadomość w ciąży i przed ciążą stała się zrealizowaną misją! Jakie czynniki pośrednie mogą mieć wpływ na powodzenie ciąży? Co możesz zrobić przed ciążą, aby wesprzeć Twój organizm w przygotowaniu do ciąży? Jak odżywiać się w ciąży? Na jakie badania i suplementy przed ciążą i w ciąży należy zwrócić szczególną uwagę? Jak to zrobić, aby w ciąży czuć się wyjątkowo i wspaniale? Na te, i wiele innych pytań znajdziesz odpowiedź podczas tego szkolenia! Kolejne edycje „Porozmawiajmy o… Świadomej Ciąży" już niebawem.

Ponadto Akademia Fitnessacja szykuje dla Państwa szkolenia z różnych dziedzin zdrowego stylu życia. Dokładną tematykę poznacie już niebawem! Zachęcamy do śledzenia naszych poczynań, aby być w nowościach na bieżąco.

Jeśli jesteś zainteresowana/zainteresowany skontaktuj się z nami! Z pewnością sukcesywnie będziemy wysyłać do Ciebie newsletter z terminami i miejscem szkoleń.



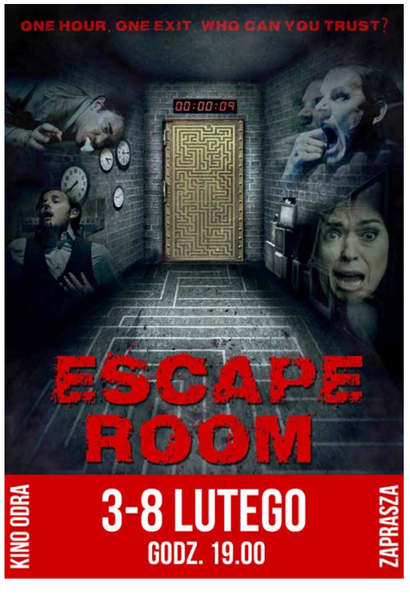
FITnessacja KUPON zbieramy do 12.02.2018
Rzeźba Ciała/Core/Abt
Zaproszenie dla jednej osoby, po wcześniejszym umówieniu się (503 985 712).
Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....
Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek", bibliotece na os. Fabrycznym 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**

Do zobaczenia na szkoleniach!

Trener Personalny Aneta Piątek-Zwierzak
www.fitnessacja.pl
503 985 712
aneta.piatek@fitnessacja.pl

DOLNOŚLĄSKA LIGA SIATKÓWKI MŁODZICZEK
godz. 10.00 MKS ROKITA BRZEG DOLNY - UKPS I LUBIN
godz. 11.15 UKPS I LUBIN - MMKS KŁODZKO
godz. 12.30 MKS ROKITA BRZEG DOLNY - MMKS KŁODZKO
11.02.2018 (NIEDZIELA), HALA SPORTOWA LO, ul. Wilcza 10
Wstęp wolny, zapraszamy!!!

DOLNOŚLĄSKA LIGA KADETEK W PIŁCE SIATKOWEJ
MKS ROKITA BRZEG DOLNY
CHEŁMIEC WODOCIĄGI WAŁBRZYCH
3.02.2018 (SOBOTA)
godz. 11.00
Hala Sportowa LO
Brzeg Dolny, ul. Wilcza 10
Wstęp wolny! Zapraszamy!!!



OBWIESZCZENIE WOJEWODY DOLNOŚLĄSKIEGO

z dnia 15 stycznia 2018 r. w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej na terenie województwa dolnośląskiego w 2018 roku

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 listopada 1967 roku o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej (Dz. U. z 2017 r., poz. 1430 z późn. zm.) w związku z § 3 rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 23 listopada 2009 roku w sprawie kwalifikacji wojskowej (Dz. U. z 2017 r., poz.1980) oraz rozporządzeniem Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 30 listopada 2017 roku w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej w 2018 roku (Dz. U. z 2017 r., poz. 2254) podaję do wiadomości, co następuje:

1. W okresie od dnia 30 stycznia do dnia 28 kwietnia 2018 roku przeprowadzona zostanie na terenie województwa dolnośląskiego kwalifikacja wojskowa.
2. Do stawienia się do kwalifikacji wojskowej wzywa się:
   2.1. mężczyzn urodzonych w 1999 roku;
   2.2. mężczyzn urodzonych w latach 1994-1998, którzy nie posiadają określonej kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej;
   2.3. osoby urodzone w latach 1997-1998, które:
      a) zostały uznane przez powiatowe komisje lekarskie za czasowo niezdolne do czynnej służby wojskowej ze względu na stan zdrowia, jeżeli okres tej niezdolności upływa przed zakończeniem kwalifikacji wojskowej;
      b) zostały uznane przez powiatowe komisje lekarskie za czasowo niezdolne do czynnej służby wojskowej ze względu na stan zdrowia, jeżeli okres tej niezdolności upływa po zakończeniu kwalifikacji wojskowej i złożyły, w trybie art. 28 ust. 4 i 4„b" ustawy z dnia 21 listopada 1967 r. o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej, wniosek o zmianę kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej przed zakończeniem kwalifikacji wojskowej;

2.4. kobiety urodzone w latach 1994-1999, posiadające kwalifikacje przydatne do czynnej służby wojskowej oraz kobiety pobierające naukę w celu uzyskania tych kwalifikacji, które w roku szkolnym lub akademickim 2017/2018 kończą naukę w szkołach lub uczelniach medycznych i weterynaryjnych oraz na kierunkach psychologicznych albo będące studentkami lub absolwentkami tych szkół lub kierunków, o których mowa w § 2 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 28 kwietnia 2017 roku w sprawie wskazania grup kobiet poddawanych obowiązkowi stawienia się do kwalifikacji wojskowej (Dz. U. z 2017 r., poz. 944);

2.5. osoby, które ukończyły 18 lat i zgłosiły się ochotniczo do pełnienia służby wojskowej do końca roku kalendarzowego, w którym kończą dwadzieścia cztery lata życia, jeżeli nie posiadają określonej kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej.

3. Osoby podlegające obowiązkowi stawienia się do kwalifikacji wojskowej zameldowane na pobyt stały lub pobyt czasowy trwający ponad trzy miesiące na terenie powiatu wołowskiego winny obowiązek ten spełnić w terminie od 06.02.2018 r. do 15.02.2018 r. w siedzibie Powiatowej Komisji Lekarskiej w Starostwie Powiatowym w Wołowie, Plac Piastowski 2.

4. Osoba stawiająca się do kwalifikacji wojskowej przedstawia:
   4.1. wójtowi lub burmistrzowi (prezydentowi miasta):
      a) dowód osobisty lub inny dokument pozwalający na ustalenie tożsamości;
      b) dokument potwierdzający przyczyny nie stawienia się do kwalifikacji wojskowej, jeżeli stawienie się do kwalifikacji wojskowej w terminie określonym w wezwaniu nie było możliwe;
   4.2. powiatowej komisji lekarskiej - posiadaną dokumentację medyczną, w tym wyniki badań specjalistycznych, przeprowadzonych w okresie dwunastu miesięcy przed dniem stawienia się do kwalifikacji wojskowej;
   4.3. wojskowemu komendantowi uzupełnień:
      a) aktualną fotografię o wymiarach 3x4 cm (bez nakrycia głowy) – nie dotyczy w przypadku posiadania wojskowego dokumentu osobistego;
      b) dokumenty potwierdzające poziom wykształcenia lub pobieranie nauki oraz posiadane kwalifikacje zawodowe;
      c) wojskowy dokument osobisty w przypadku jego posiadania.

5. Osoby podlegające stawieniu się do kwalifikacji wojskowej, które w okresie od dnia ogłoszenia kwalifikacji wojskowej do dnia jej rozpoczęcia zmieniły miejsce pobytu stałego lub pobytu czasowego trwającego ponad trzy miesiące, zgłaszają się do wójta lub burmistrza (prezydenta miasta) właściwego ze względu na ich nowe miejsce pobytu stałego lub pobytu czasowego trwającego ponad trzy miesiące. Wójt lub burmistrz (prezydent miasta) wyznacza im miejsce i termin stawienia się do kwalifikacji wojskowej.
   Osoby podlegające stawieniu się do kwalifikacji wojskowej, które po rozpoczęciu kwalifikacji wojskowej na danym terenie zamierzają zmienić miejsce pobytu stałego lub pobytu czasowego trwającego ponad trzy miesiące, stawiają się do kwalifikacji wojskowej przed opuszczeniem miejsca dotychczasowego pobytu.

6. W razie nie stawienia się osoby do kwalifikacji wojskowej bez uzasadnionej przyczyny, wójt lub burmistrz (prezydent miasta) z urzędu albo na wniosek przewodniczącego powiatowej komisji lekarskiej lub wojskowego komendanta uzupełnień, na podstawie art. 32 ust. 10 ustawy z dnia 21 listopada 1967 roku o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej, nakłada na osobę podlegającą kwalifikacji wojskowej grzywnę w celu przymuszenia albo zarządza przymusowe doprowadzenie przez Policję do kwalifikacji wojskowej, w trybie przepisów o postępowaniu egzekucyjnym w administracji. Osoby, które nie stawią się do kwalifikacji wojskowej przed wójtem lub burmistrzem (prezydentem miasta), przed właściwą komisją lekarską lub przed wojskowym komendantem uzupełnień w określonym terminie i miejscu, nie stawią się do wojskowej pracowni psychologicznej, albo nie przedstawią dokumentów, których przedstawienie zostało nakazane, oraz nie zgłoszą się w określonym terminie i miejscu na wezwanie właściwych organów w sprawach dotyczących powszechnego obowiązku obrony lub odmówią poddania się badaniom lekarskim, na podstawie art. 224 pkt. l i 3 wskazanej ustawy o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej, podlegają grzywnie albo karze ograniczenia wolności.

7. Osoby wymienione w pkt. 2.3 lit. „b" oraz w pkt. 2.5 w niniejszym obwieszczeniu, zamierzające stawić się do kwalifikacji wojskowej składają właściwemu Wojskowemu Komendantowi Uzupełnień wnioski o ustalenie lub zmianę kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej.

Wojewoda Dolnośląski, Paweł Hreniak

WNIOSKI O DOPŁATY OBOWIĄZKOWO PRZEZ INTERNET

Od 2018 roku wszystkie wnioski o przyznanie płatności bezpośrednich oraz płatności obszarowych z PROW muszą zostać złożone w formie elektronicznej za pośrednictwem formularza geoprzestrzennego udostępnionego na stronie internetowej ARiMR. Powyższe wynika wprost z przepisów wspólnotowych i dotyczy wszystkich państw członkowskich UE. Tym rolnikom, którzy nie korzystają z internetu, Agencja oraz współpracujące z nią instytucje będą udzielały pomocy.

ARiMR, tak jak dotychczas, będzie przesyłać rolnikom wstępnie wypełniony wniosek tzw. wniosek spersonalizowany wraz z załącznikami wersji papierowej (do 2020 roku). Należy jednak traktować go jedynie informacyjnie. Złożenie wniosku w formie papierowej będzie możliwe jedynie dla tych rolników, którzy nie są w stanie złożyć wniosku w wersji elektronicznej i jednocześnie nie mogą skorzystać z pomocy technicznej zapewnionej przez biuro powiatowe ARiMR.

Nowa aplikacja e-wniosku

Aby ułatwić rolnikom złożenie wniosków przez internet, Agencja przygotowała nową aplikację eWniosekPlus. Jest ona przejrzystsza, prostsza i bardziej intuicyjna niż poprzednia.

Przez cały proces wypełniania wniosku rolnik jest prowadzony za pomocą kreatora. Wypełnianie wniosku rozpoczyna się od wyrysowania upraw na działkach referencyjnych spersonalizowanych na podstawie wniosku o przyznanie płatności na rok 2017 lub na dodanych nowych działkach referencyjnych (ewidencyjnych). Po wyrysowaniu uprawy rolnik zaznacza płatność, o którą ubiega się do danej uprawy. Może dodać niezbędne załączniki, a pozostałe dane we wniosku wypełniane są automatycznie przez aplikację. Aplikacja porównuje dane deklarowane przez rolnika z danymi referencyjnymi m.in. w zakresie maksymalnego kwalifikowanego obszaru (MKO), jak również przeprowadza kontrolę krzyżową między danymi deklarowanymi przez innych rolników oraz inne sprawdzenia w zakresie kompletności wniosków.

Aplikacja również na bieżąco wylicza powierzchnie gruntów ornych, procent uprawy głównej oraz dwóch upraw głównych. W zakresie sprawdzenia wymogów zazielenienia dostępny jest kompleksowy przegląd zawierający informacje na temat zwolnienia z wymogu dywersyfikacji upraw, zwolnienia z wymogu utrzymania obszarów proekologicznych (EFA), spełnienia wymogu dywersyfikacji upraw, spełnienia wymogu utrzymania EFA, powierzchni, nazwy i procentu upraw głównych, danych dotyczących elementów EFA oraz trwałych użytków zielonych wrażliwych pod względem środowiskowym.

Program ma tę zaletę, że nie tylko wychwyci pomyłki, ale również na bieżąco będzie informował o popełnionych błędach czy brakach. Prawidłowo wypełniony e-wniosek zaoszczędzi rolnikowi czasu na składanie dodatkowych wyjaśnień, dokonywanie korekt, co w konsekwencji przyspieszy obsługę wniosku oraz da szansę na wcześniejsza wypłatę płatności.

Główne korzyści wynikające z wypełniania oraz złożenia wniosku o przyznanie płatności na rok 2018 poprzez aplikację eWniosekPlus to:

- brak konieczności uzupełniania danych alfanumerycznych w zakresie płatności obszarowych, wszystkie dane generowane są automatycznie na podstawie narysowanych granic upraw i wybranych płatności,
- brak konieczności wielokrotnego rysowania tych samych powierzchni w ramach działek rolnych głównych i porządnych, działki rolne generowane są automatycznie na podstawie narysowanych granic upraw i wybranych płatności,
- dostęp do aktualnych danych referencyjnych, które prezentowane są w ramach przeglądu danych dla działek referencyjnych oraz wykorzystywane podczas kontroli wstępnych,
- możliwość złożenia wniosku bez konieczności modyfikowania danych, w przypadku, gdy powierzchnie deklarowane do płatności oraz ich położenie nie uległy zmianie w stosunku do poprzedniego roku (dostępne w ramach uproszczonego trybu wypełniania wniosku),
- wyświetlane na bieżąco w trakcie wypełniania wniosku wskazówki w zakresie uzupełniania pól, dołączania wymaganych załączników,
- wyświetlane na bieżąco w trakcie wypełniania wniosku komunikaty o stwierdzonych brakach lub błędach we wniosku o przyznanie płatności (ich poprawienie lub uzupełnienie przed zatwierdzeniem i wysłaniem wniosku do biura powiatowego ARiMR pozwoli na uniknięcie zmniejszeń kwot płatności ze względu na stwierdzone nieprawidłowości),
- wyświetlany na bieżąco przegląd w zakresie danych do płatności za zazielenienie,
- możliwość złożenia wniosku oraz mobilny dostęp do konta przy użyciu tabletu lub smartfonu.

Jak skorzystać z aplikacji eWniosekPlus

Od 12 lutego 2018 roku wszyscy rolnicy za pośrednictwem strony internetowej ARiMR www.arimr.gov.pl będą mogli zapoznać się z wersją demonstracyjną aplikacji eWniosekPlus i sprawdzić, jak ten program działa i jak z niego korzystać.

Pełna wersja nowej aplikacji zostanie udostępniona na stronie internetowej Agencji 15 marca 2018 roku, czyli w dniu rozpoczęcia tegorocznej kampanii przyjmowana wniosków o przyznanie płatności.

Krok pierwszy to zalogowanie się do systemu informatycznego ARiMR.

Rolnicy, którzy posiadają już konto w aplikacji e-Wniosek, mogą zalogować się na istniejące konto. W przypadku, gdy rolnik nie posiada konta w aplikacji e-Wniosek, powinien je utworzyć na stronie www.arimr.gov.pl w zakładce eWniosekPlus. Do założenia konta wystarczy podać trzy dane weryfikacyjne:

- numer identyfikacyjny producenta – „numer gospodarstwa",
- kwotę ostatniego przelewu otrzymanego z ARiMR, zrealizowanego w roku 2017 (w przypadku gdy rolnik w danym dniu otrzymał więcej niż jeden przelew należy wprowadzić kwotę z największego przelewu, w przypadku braku otrzymania przelewu od ARiMR w roku 2017 należy wprowadzić wartość 0),
- 8 ostatnich cyfr numeru rachunku bankowego wskazanego we wniosku o wpis do ewidencji producentów, ewidencji gospodarstw rolnych oraz ewidencji wniosków o przyznanie płatności.

Zalecane jest również wskazanie adresu e-mail – pole nieobowiązkowe.

Po poprawnej weryfikacji system automatycznie założy konto oraz pozwoli na wprowadzenie indywidualnego hasła celem zapewnienia możliwości ponownego logowania do systemu. ARiMR zaleca utworzenie konta przed rozpoczęciem naboru wniosków w 2018 roku.

Krok drugi to wypełnienie wniosku o przyznanie płatności na rok 2018 z wykorzystaniem podpowiedzi wyświetlanych na bieżąco i dołączenie wymaganych dokumentów. Aplikacja automatycznie sprawdzi, czy wszystkie pola obowiązkowe we wniosku zostały wypełnione i czy wniosek został wypełniony poprawnie.

Krok trzeci to wysłanie wniosku i pobranie potwierdzenia.

Szkolenia i pomoc

Rolnicy, by wypełnić obowiązek ubiegania się o dopłaty za pośrednictwem e-wniosku, nie zostaną pozostawieni sami sobie.

Od 16 lutego br., po udostępnieniu wersji DEMO aplikacji eWniosekPlus, ARiMR przeprowadzi cykl szkoleń praktycznych mających na celu przygotowanie pracowników ARIMR, rolników, doradców (zatrudnionych zarówno w ODR-ach, jak i tych prywatnych), pracowników Izb Rolniczych do korzystania z aplikacji eWniosekPlus. Szkolenia będą się odbywać kaskadowo, tzn. pracownicy centrali ARiMR przeprowadzą szkolenia dla pracowników Centralnego Ośrodka Doradztwa Rolniczego oraz pracowników Oddziałów Regionalnych ARiMR, którzy następnie będą szkolić pracowników ośrodków doradztwa rolniczego oraz pracowników biur powiatowych, natomiast pracownicy ODR oraz biur powiatowych będą prowadzić szkolenia dla rolników.

Rolnicy, którzy nie mają dostępu do internetu, by złożyć wniosek, będą mogli skorzystać ze stanowisk komputerowych biur powiatowych Agencji oraz pomocy jej pracowników.

Po udostępnieniu pełnej wersji aplikacji na stronie internetowej od 15 marca 2018 roku. ARiMR uruchomi punkty pomocy technicznej w biurach powiatowych, gdzie rolnik będzie mógł skorzystać z pomocy technicznej przy wypełnianiu wniosku w aplikacji eWniosekPlus. Planuje się również zorganizowanie dni otwartych w biurach powiatowych, w trakcie których rolnik będzie mógł skorzystać z pomocy pracowników BP.

Dodatkowo na stronie internetowej ARiMR udostępnione będą filmy instruktażowe oraz wszelkiego rodzaju instrukcje obejmujące swoim zakresem całość procesu składania wniosku – począwszy od założenia konta w aplikacji eWniosekPlus po wysłanie kompletnego wniosku do ARiMR przez internet.

Po pomoc rolnicy będą mogli także udać się do ODR-ów oraz Izb Rolniczych.

Przygotowana jest także szeroka kampania informacyjna poprzez spoty telewizyjne, audycje radiowe, spoty informacyjno-promocyjne, artykuły w prasie ogólnopolskiej, regionalnej, branżowej oraz na portalach o tematyce rolniczej, udział w imprezach o charakterze targowo-wystawienniczym i ulotki. Planowany jest również udział ekspertów ARiMR w programach telewizyjnych, radiowych, podczas których rolnicy będą informowani o zasadach składania wniosku on-line.

Oświadczenie zamiast e-wniosku

W roku 2018 zamiast wniosku o przyznanie płatności rolnicy mogą złożyć pisemne oświadczenie, w którym potwierdzą brak zmian w porównaniu do wniosku z poprzedniego roku.

Oświadczenie może być składane przez rolników, którzy we wniosku o przyznanie płatności na rok 2017 deklarowali powierzchnię gruntów ornych mniejszą niż 10 ha oraz:

- ubiegali się o co najmniej jedną z płatności:
  - jednolitą płatność obszarową, płatność za zazielenienie, płatność dodatkową, płatność związaną do powierzchni uprawy chmielu, płatność do owiec, płatność do kóz, płatność niezwiązaną do tytoniu,
  - płatności dla obszarów z ograniczeniami naturalnymi lub innymi szczególnymi ograniczeniami (płatność ONW), (PROW 2014-2020),
  - wypłatę pomocy na zalesianie (PROW 2007-2013),
  - premię pielęgnacyjną i premię zalesieniową (PROW 2014-2020),
- nie ubiegali się o:
  - płatności dla młodych rolników, płatności do powierzchni upraw roślin strączkowych na ziarno, płatności do upraw roślin pastewnych, płatności do powierzchni uprawy buraków cukrowych, płatności do powierzchni uprawy ziemniaków skrobiowych, płatności do powierzchni uprawy truskawek, płatności do powierzchni uprawy pomidorów, płatności do powierzchni uprawy lnu, płatności do powierzchni uprawy konopi włóknistych, płatności do bydła, płatności do krów,
  - płatności rolno-środowiskowo-klimatyczne (PROW 2014-2020),
  - płatności ekologiczne (PROW 2014-2020),
  - płatności rolnośrodowiskowe (PROW 2007-2013),
- potwierdzają brak zmian w odniesieniu do wniosku o przyznanie płatności złożonego w 2017 roku,
- chcą ubiegać się w 2018 roku o te same płatności co we wniosku o przyznanie płatności w 2017 roku.

Oświadczenie będzie można składać w terminie od 15 lutego do 14 marca 2018 roku na formularzu udostępnionym na stronie internetowej ARiMR, w biurach powiatowych i oddziałach regionalnych Agencji.

Skuteczne złożenie oświadczenia będzie równoznaczne ze złożeniem wniosku o przyznanie płatności na rok 2018 i ubieganie się przez rolnika o płatności, o które ubiegał się w 2017 roku.

W przypadku, gdy po złożeniu oświadczenia w gospodarstwie wystąpią zmiany w zakresie wnioskowania lub działek referencyjnych (ewidencyjnych) lub działek rolnych, rolnik będzie musiał złożyć zmianę do wniosku w terminie do 31 maja 2018 roku.

Szacuje się, iż od 300 tys. do nawet 500 tys. rolników może złożyć oświadczenie zamiast wniosku.

Biuro Prasowe ARiMR

ogłoszenia drobne

NIERUCHOMOŚCI

67.1. Sprzedam mieszkanie 35 m² w Brzegu Dolnym, ul. Wyspiańskiego, III p., dwa pokoje, kuchnia, łazienka, piwnica. Stan b. dobry. Tel. 698692279.

67.2. 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.

67.3. 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.

67.4. Sprzedam mieszkanie 38 m² przy ul. Tęczowej, 105 tys. zł lub zamienię na mniejsze mieszkanie na parterze lub I piętrze. Tel. 660292475.

68.1. Kupię garaż w Brzegu Dolnym. tel. 694726634.

68.2. Kupię mieszkanie, może być do remontu, w Brzegu Dolnym. Tel. 694726634.

68.3. Szukam mieszkania pod wynajem na terenie Brzegu Dolnego. Tel. 609721072.

68.4. Kupię garaż na ul. Rajdowej. Tel. 609238002.

68.5. Kupię dom w Brzegu Dolnym, tel. 661214549.

68.6. Sprzedam działkę budowlano-usługową 1359 m², uzbrojoną oraz działkę 3800 m² nieuzbrojoną, w Żerkówku. Tel. 723507389.

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

69.2. Sprzedam mieszkanie do remontu w Naborowie, o pow. 68 m², 3-pokojowe z garażem i piwnicą. Cena 75.000 zł do negocjacji. Tel. 697583287 lub 724560295

69.3. Zamienię mieszkanie 1-pokojowe o pow. 38 m², wysoki parter, środkowe, nowy blok przy ul. Odrodzenia w Brzegu Dolnym, na mieszkanie 3-pokojowe do II piętra, lub sprzedam. Tel. 604292710.

69.4. Sprzedam mieszkanie rozkładowe w Brzegu Dolnym, 48 m2, umeblowane, dostępne od zaraz. Tel. 606210439.

69.5. Sprzedam działkę budowlaną w pełni uzbrojoną 15ar wraz ze stodołą murowaną z cegły 300m2 8m wysoka, idealna pod cele magazynowe. Nieruchomość znajduje w miejscowości Głoska, 6km od Brzegu Dolnego. Cena 99 tys. Tel. 535556222.

69.6. Wynajmę dwa pomieszczenia w budynku jednorodzinnym w Brzegu Dolnym ok.38 m² na działalność biurową, dodatkowo bezpłatne wyposażenie (biurka, fotele, szafki), również dostęp do internetu i toalety, dodatkowa informacja pod numerem. Tel. 606967724

69.7. Sprzedam mieszkanie w Brzegu Dolnym na os. Warzyń, parter, pow. 46 m2, blok ocieplony, nowe okna PCV. Tel. 696246871

69.8. Sprzedam mieszkanie w Pełczynie, o pow. 72 m², II piętro, 3-pokojowe, kuchnia, łazienka, WC, balkon, budynek gospodarczy 15 m² zaadoptowany na garaż. Cena do negocjacji. Tel. 696293764 lub 74 8661444 po godzinie 20.00

69.9. Na sprzedaż ziemia w miejscowości Grodzanów, niecałe 2 ha. Atrakcyjna lokalizacja. Kontakt: 697729542.

69.10. Sprzedam mieszkanie po remoncie o pow. 42 m², III piętro, 2-pokoje, kuchnia, łazienka, balkon, os. Fabryczne. Tel. 792040836 lub 794282122

69.11. Noclegi dla firm Tel. 604317276

69.12. Sprzedam mieszkanie w Stęszowie koło Wołowa o pow. 58 m², 2-pokojowe w bloku po PGR, I piętro, garaż, działka. Tel. 604317276

MOTORYZACJA

68.1. Sprzedam Seat Cordoba 1.6 sedan 2000 r., przebieg 140 tys. km, sprawny techn., przegląd + OC + wymiana oleju i filtrów 06-2018. Tel. 794149809.

68.2. Odkupię stare motory: WSK, MZ, SIMSON, ROMET i inne. Tel. 694726634.

69.1. Sprzedam opony 2 szt. 65/70/13, cena 50 zł za szt. oraz radio samochodowe Pionier. Tel. 512829639.

69.2. Kupię stare motocykle, części WSK, MZ, Romet, Junak, Shl, Simson itp. Tel. 725158021.

69.3. Sprzedam samochód Mazda 5, kolor seledynowy, 2005, benzyna 1.9, bezwypadkowy, po konserwacji. Tel. 601638476.

69.4. Kupię samochód do 800 zł. Tel. 604317276

SPRZEDAM/KUPIĘ

67.1. Sprzedam wersalkę 2-osobową, nowa, poszycie ciemne z jasnoszarym. Tanio, cena do uzgodnienia. Tel. 605271948.

67.2. Sprzedam meble pokojowe w b. dobrym stanie, kolor ciemny brąz, wys. 190 cm, szer. 52 cm, dł. 370 cm. Cena do uzgodnienia. Sprzedam ławo-stół w dobrym stanie oraz zamrażarkę 4 szuflady w dobrym stanie, sprawna, wym. wys. 106 cm, szer. 55 cm. Cena do uzgodnienia. Tel. 699459092.

68.1. Mam do sprzedania przepiękną, elegancką jednoczęściową suknię ślubną – rybkę na szczupłą osobę. Sukienka szyta na miarę w salonie. B. wygodna, z podpinanym trenem podkreśla kobiecą sylwetkę. Uszyta z koronki z delikatnymi, mieniącymi się kwiatowymi aplikacjami z koralikami i kryształkami Swarovskiego. Do sukienki dodam długi welon. Do przymierzenia w Brzegu Dolnym. Rozmiar 36, wzrost 165 plus 7 cm na obcas, wymiary około: talia 65, biust 76, wszyte 2 push-upy, biodra 84 cm. SUKIENKA W STANIE IDEALNYM. Cena 700 zł, do negocjacji. Tel. 788404409.

68.2. Bardzo ładne meble stylowe z odnowioną tapicerką: sofa, 2 fotele, stolik – cena 6 tys. zł, karnisz z mosiądzu dł. 4 metry – 400 zł, lustro 85 x 65 cm – 650 zł. Tel. 713195402.

68.3. Sprzedam akumulator Bosch – 12 V, 45 Ah, 300 A z 19.09.2016, wąskie zaciski. Cena do uzgodnienia. Dołożę radio samochodowe. Tel. 787132379.

69.1. Sprzedam 3 nowe materace sprężynowe 65x95, cena za sztukę 100zł. Tel. 608849646

69.2. Kupię w dobrym stanie używaną pralkę, w rozsądnej cenie, Tel. 660770290.

69.3. Sprzedam nowe, męskie mokasyny Gucci Italia rozmiar 10,5, cena 550 zł Tel. 608849646.

69.5. Sprzedam maszynę do szycia (walizkową) , mało używaną. Cena do uzgodnienia. Tel. 699459092

69.6. Sprzedam ławostół w dobrym stanie dł.1,35m, szer. 56cm, wys. 59cm (istnieje możliwość rozsunięcia na długość i podniesienia na wysokość). Kolor ciemny. Tel. 699459092

69.7. Sprzedam wózek dziecięcy 3w1 + dużą ilość ubranek do 1-roku. Tel. 793546508

INNE

67.1. Znaleziono rower. Inf. pod nr tel. 608801670.

68.1. Przyjmę dobrą lodówkę do kuchni – nie stać mnie na naprawę. Tel. 71 3197199.

68.2. Przyjmę mały telewizor z dekoderem. Tel. 71 3197199.

KOREPETYCJE

68.1. Korepetycje z chemii, wszystkie poziomy. Brzeg Dolny, tel. 797394111.

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 1 (68) jest sklep z ekologiczną żywnością w Rynku.
Bon 30 zł na zakupy w sklepie z ekologiczną żywnością w Rynku otrzymuje Joanna Dąbek

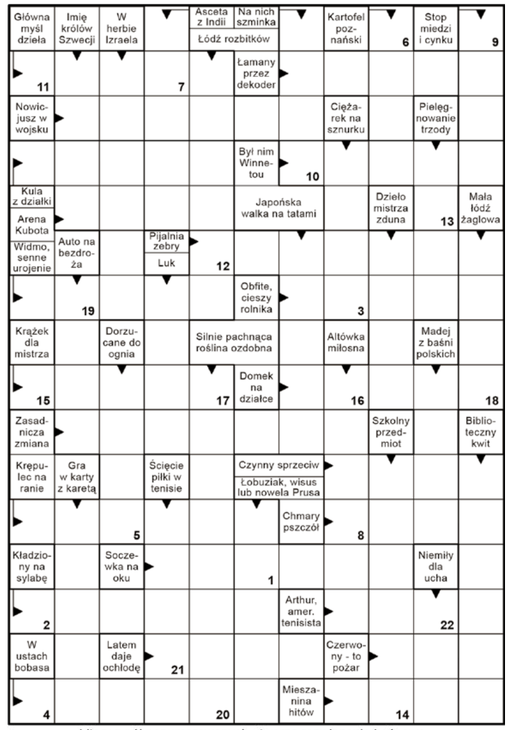
Kupon krzyżówkowy „Panoramy" nr 2 (69)

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 01-14.02.2018

BARAN
Nie masz ostatnio dobrego okresu. Stałe wzajemne pretensje znacznie utrudniają porozumienie z partnerem. Postaraj się łagodzić te spory, bo jeśli chcesz z nim być, to czeka was teraz wiele ważnych, wspólnych decyzji. Ale jeśli szukasz pretekstu, żeby się uwolnić, to jest ten czas. To również najlepszy moment na zakopanie topora wojennego i na zakończenie starego sporu finansowego.

BYK
Zbyt szybko ogarniają cię wątpliwości. Zbyt szybko wyrokujesz o czyimś charakterze. Zostaw to czasowi, ciesz się tym, co niesie każdy dzień. Pracujesz na zbyt wysokich obrotach, tak nie można. Możesz mieć problemy z sercem i żołądkiem. Wkrótce jednak zapomnisz o zmęczeniu i zniechęceniu ostatnich dni, bo osiągniesz sukces na taką miarę, że on cię niemal uskrzydli.

BLIŹNIĘTA
Naprawdę wierzysz w to, że masz aż takie talenty pedagogiczne i zmienisz partnera na swoją modłę? Jego irytujące zachowania to, niestety, stare nawyki. Albo to zaakceptujesz, albo zmień partnera, lub oczekiwania w stosunku do życia. Nadchodzi czas, kiedy znowu zaczniesz bardzo skutecznie oszczędzać. Przez zupełny przypadek uratujesz sporą sumę pieniędzy, którą można było stracić przez chwilę nieuwagi.

RAK
Mimo że przeżywacie wzloty i upadki, to te przeszkody tylko podsycają wasze uczucie. Szczęście, które rodzi się w takiej burzy, daje spokój i życie barwne jak tęcza. W końcu teraz masz szansę podpisać ważny dla ciebie dokument i dzięki temu przestaniesz obawiać o dalszy przebieg twojej kariery. Masz teraz dobrą passę.

LEW
Chyba twój partner przesadza, stawiając ci tak duże wymagania. Oczekuje od ciebie perfekcjonizmu we wszystkim, co robisz, a jemu samemu daleko do ideału. Nie rób nic na siłę, nie staraj mu się przypodobać za wszelką cenę. To błędne działanie. W tym tygodniu uważaj na swój portfel. Zamykaj starannie wszystkie drzwi i zamki szuflad, chroń notatki w komputerze.

PANNA
Nareszcie znajdziesz czas na dawno odkładane spotkania z krewnymi i przyjaciółmi. Twój partner, który od dawna próbował wyciągnąć cię z domu, będzie po prostu zachwycony. A ty odzyskasz radość życia i łatwiej wyrzucisz z pamięci złe wspomnienia. Masz teraz szansę kupić coś niezwykle cennego na bardzo atrakcyjnych warunkach.

WAGA
Od dawna idealizowałeś obiekt swoich uczuć, więc nie dziw się, że konfrontacja z rzeczywistością wypadła tak blado. Nie rób sobie wyrzutów, po prostu zmień albo sposób myślenia, albo partnera. Musisz oceniać wszystko bardziej realistycznie. Możesz teraz liczyć na wsparcie kogoś bardzo wpływowego. Zastanów się, jak najlepiej skorzystać z proponowanych rozwiązań.

SKORPION
Ten tydzień to dla ciebie czas radości i beztroski. Każdy dzień to nowa radość. Z boku będziesz sprawiać wrażenie kogoś, kto praktycznie unosi się nad ziemią. To prawda, że miłość uskrzydla. Ale nie bądź zupełnie bezkrytyczny. W pracy zabłyśniesz elokwencją, talentem organizacyjnym, umiejętnością negocjacji. Korzystaj z tej dobrej passy.

STRZELEC
Ku zdziwieniu najbliższych, emocje, o których dotychczas tak trudno było ci mówić, teraz przedstawisz im z lekkością i swadą. Dzięki temu i twój partner w końcu jasno pojmie, co tak naprawdę cię dręczy. Jeżeli ostatnio szukałeś dodatkowych pieniędzy, to znajdziesz w tych dniach nowe, bardzo atrakcyjne źródło dochodów. Wykorzystaj to i bądź wdzięczny losowi.

KOZIOROŻEC
Nie narzekaj, że ostatnio zbyt wiele spadło na twoje barki. Jeśli postanowiłeś godzić życie rodzinne z zawodowym, to nie możesz teraz narzekać i oczekiwać współczucia. Musisz być konsekwentny, to w przyszłości da ci więcej czasu i satysfakcji. Nie masz teraz zbyt radosnego nastroju, a wszystkiemu winne jest twoje przepracowanie.

WODNIK
Jesteś bardzo niekonsekwentny. Z jednej strony stawiasz bliskiemu człowiekowi wygórowane wymagania, oczekujesz spełnienia twoich próśb, a z drugiej strony o ważnych sprawach chcesz decydować sam. Jeśli chcesz odnieść sukces, to trzymaj się konkretów. Zanim coś zaplanujesz i zechcesz zrealizować, sprawdź najpierw w praktyce wszystkie zasłyszane rady.

RYBY
Jeśli jesteś samotny, to daj się namówić znajomym na wspólny wypad na trochę szaloną imprezę. A tam na miejscu rozglądaj się uważnie, bo wpadniesz komuś w oko. Teraz masz obniżoną odporność fizyczną, koniecznie odłóż na bok używki. Nie bądź taki niezachwiany w swoich poglądach na problemy, które ostatnio pojawiły się u ciebie w firmie.

Jutro nie umiera nigdy

TVP 1, sobota 3.02, godz. 20.15

Zamożny Elliot Carver (Jonathan Pryce) jest ogarnięty żądzą władzy i bogactwa. Pod jego kontrolą są systemy satelitarne umożliwiające dostęp do wszystkich odbiorników radiowych i telewizyjnych na Ziemi. Ma kontakty z terrorystami i handlarzami bronią. Jego pragnieniem jest wywołanie światowego konfliktu. Do akcji wkracza agent James Bond (Pierce Brosnan). Musi on zapobiec wybuchowi wojny. Ma na to zaledwie 48 godzin. Z siedziby Carvera w Hamburgu agent wykrada specjalny dekoder. Milioner chciał go użyć do wystrzelenia rakiety nuklearnej w kierunku Chin w ramach rzekomego odwetu Brytyjczyków za zatopioną fregatę. W Niemczech Bond poznaje agentkę Chińskich Sił Bezpieczeństwa Zewnętrznego, Wai Lin (Michelle Yeoh). Szybko zostają wspólnikami. Bond kontaktuje się z byłą kochanką, Paris (Teri Hatcher), która jest teraz żoną Carvera. Ma nadzieję, że z jej pomocą łatwiej dotrze do demonicznego bogacza. Ten jednak odkrywa zdradę żony i postanawia się zemścić...

Charlie St. Cloud

TVN, sobota 3.02, godz. 22.15

Charlie St. Cloud jest świetnym żeglarzem. On i jego młodszy brat Sam są wychowywani przez samotną matkę. Zżyci ze sobą chłopcy osiągają sukcesy w wyścigach żaglówek. Pewnego wieczoru dochodzi do tragedii. Sam ginie na miejscu w wypadku samochodowym. Charlie zostaje uratowany przez zdeterminowanego ratownika medycznego. Bycie na granicy światów odciska jednak piętno w umyśle Charliego. Na pogrzebie dostrzega on ducha brata. Obaj składają sobie przyrzeczenie. Mają spotykać się wieczorami na cmentarzu. Mijają lata. Charlie zatrudnia się na cmentarzu w roli dozorcy aby móc być bliżej Sama. Widuje go każdego wieczoru. Dostrzega również duchy innych zmarłych. Pewnego dnia do miasteczka przyjeżdża koleżanka Charliego ze szkoły, Tess. Łączy ich wspólna pasja żeglarska. W młodym mężczyźnie budzą się uczucia sprzed lat.

Hobbit: Niezwykła podróż

TVN, niedziela 4.02, godz. 20.00

Bilbo Baggins (Martin Freeman) to hobbit kochający ponad wszystko spokój domowego zacisza. Niespodziewana wizyta czarodzieja Gandalfa (Ian McKellen) całkowicie odmienia jednak jego życie. Gandalf zjawia się z kompanią krasnoludów, dowodzoną przez Thorina Dębową Tarczę (Richard Armitage). Przybysze snują plany odbicia skarbu ich przodków z Samotnej Góry, której strzeże przerażający smok Smaug. Pomimo sprzeciwu hobbita, Gandalf uznaje, że będzie on idealnym uzupełnieniem kompanii. Gdy ruszają w drogę, Bilbo wciąż walczy z wątpliwościami i strachem, krasnoludy zaś nie do końca ufają nowemu towarzyszowi wędrówki. Wkrótce całą drużynę czeka zmierzenie się ze śmiertelnymi niebezpieczeństwami, muszą bowiem przemierzyć ziemie zabójczych orków i goblinów.

Wymarzona dziewczyna

TVP 1, niedziela 4.02, godz. 21.10

Zamożna Kimberly Howard traci cały swój majątek. Przyzwyczajona do życia w luksusie musi stawić czoło nowej rzeczywistości. Rozpoczyna gorączkowe poszukiwania pracy. Wkrótce zatrudnia się w sklepie ze sprzętem sportowym. Szybko odnajduje się w nowej roli. Z łatwością nawiązuje kontakt z klientami i świetnie im doradza. Starania Kimberly docenia szef Michael Goodley, któremu dziewczyna bardzo się podoba. Niebawem zauroczenie pracownicą przeradza się w silniejsze uczucie.

Mama Tina

TVP 2, niedziela 4.02, godz. 22.35

Niezwykła historia kobiety, która poświęciła życie na ratowanie dzieci. Urodzona w Dublinie Christina Noble (Deirdre O'Kane), śladem Hioba, od najmłodszych lat doświadczała kolejnych krzywd od losu. Wieloletnia lawina nieszczęść z przymieraniem głodem, sierocińcem, gwałtem i odebranym siłą dzieckiem na czele, nie złamały jej, lecz dodały sił. Wiedziona powracającym przez lata snem o wietnamskich dzieciach uciekających przed wojennym napalmem i żarliwą wiarą w Boga, z którym pozostaje w ciągłym kontakcie, postanowiła wyruszyć do Azji, by tam odnaleźć przeznaczenie, niosąc pomoc najmłodszym.

© www.telepress24.com Eztelepress24@gmail.com

TV Panorama Brzegu Dolnego PROGRAM
BEZPŁATNY DWUTYGODNIK SAMORZĄDOWY

Program telewizyjny 1.02 - 14.02.2018

Oczy Julii

TVP 1, środa 7.02, godz. 23.15

Julia Levin wraz z mężem Isaakiem wybiera się do Bellevue w odwiedziny do swojej siostry bliźniaczki, która z powodu przewlekłego schorzenia jest prawie niewidoma. Ku swemu przerażeniu, kobieta znajduje w piwnicy domu powieszone ciało Sary. Policja twierdzi, że było to samobójstwo. Julia nie wierzy jednak w tę wersję wydarzeń. Mimo przestróg męża, którego łączyła ze zmarłą bliska więź, postanawia na własną rękę wyjaśnić okoliczności śmierci siostry. Dowiaduje się, że Sara w ostatnim czasie spotykała się z jakimś mężczyzną, ale nie udaje się ustalić jego rysopisu. Wkrótce Julia orientuje się, że wokół niej dzieją się rzeczy, których nikt inny nie dostrzega.

Ścigana

Polsat, niedziela 11.02, godz. 23.00

Piękna Mallory Kane pracuje jako tajna agentka dla amerykańskich służb specjalnych. Wymaga to od niej największego poświęcenia, gdyż będąc niezastąpioną, oficjalnie nie istnieje. Rzucana do najodleglejszych zakątków Ziemi, wykonuje misje niewykonalne, nie pozostawiając po sobie śladów. Mellory może świętować zwieńczoną sukcesem akcję w Barcelonie, gdzie jej zadaniem było odbicie ważnego zakładnika. Odpoczynek nie jest jej jednak dany, gdyż przełożony, Kenneth, od razu zleca jej kolejne zadanie. Tym razem ma ono być niczym zwykła wycieczka do Dublina. Mellory ma zamienić strój komandosa na elegancką wieczorową suknię i odegrać rolę partnerki innego agenta...

Miłość w przejściu podziemnym

TVP 1, wtorek 13.02, godz. 0.35

Bogdan (Wojciech Malajkat) był kiedyś muzykiem w orkiestrze w Krakowie, później dziennikarzem w cenionym piśmie muzycznym. Obecnie posługuje się pseudonimem Mozart i wiedzie życie kloszarda na warszawskim Dworcu Centralnym. Zarabia na życie grą na akordeonie i jest bardzo szczęśliwy. Z pobłażaniem patrzy na tych, którzy stale gdzieś biegną, czymś się denerwują. Pewnego dnia ktoś podrzuca mu różową kopertę z listem i 50 tys. złotych. Anonimowa ofiarodawczyni wspomina ich miłosny związek sprzed lat. Obwinia się za sytuację, w której znalazł się Bogdan i chce mu to wynagrodzić. Mężczyzna jedzie do Krakowa, aby wyjaśnić tę sprawę. Odwiedza trzy kobiety, które podejrzewa o niezwykły gest .

TVP 1

8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Magazyn śledczy
9.20 Blondynka (71) - serial
10.10 Dr Quinn - seria III (15), USA
11.05 Zagadka Hotelu Grand (32) - serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn
12.40 Magazyn Rolniczy
13.00 Wyjątkowe maluchy w świecie zwierząt. Wojownicy z Australii - esej dok.
14.00 Elif (186) - serial
15.15 Obserwator, odc. 215
15.45 Wiadomości
15.55 Pogoda
16.05 Komisarz Alex (57) - Zabójczy gaz - serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3253) - telenowela
18.30 Korona królów - telenowela historyczna TVP
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.25 Ojciec Mateusz (195) - Medium - serial
21.20 Sprawa dla reportera
22.20 Warto rozmawiać
23.25 Pola Negri. Życie Gwiazdy - film dok.
0.35 S. W. A. T. - Jednostka specjalna. (10) - serial
1.30 Uwięzione (5) - serial
2.30 Tajemnica twierdzy szyfrów (5) - serial
3.30 Sprawa dla reportera
4.25 Notacje - Władysław Filar. Zostawiliśmy wszystko na Wołyniu - cykl dok.
4.40 Zakończenie dnia

TVP 2

7.05 M jak miłość (218) - serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.55 Panorama
11.05 Program rozrywkowy
11.10 Barwy szczęścia (1793) - serial
11.45 Na dobre i na złe (531) - Pocałunek na dobranoc - serial
12.45 Tylko z Tobą (76) - serial obyczajowy, Turcja
13.45 Na sygnale (132) - Cała prawda - serial fabularyzowany
14.20 O mnie się nie martw - s. VII (1) - serial komediowy
15.25 Na dobre i na złe (693) - serial
16.30 Koło fortuny (132) - teleturniej
17.10 Meandry uczuć (40) - serial
18.00 Panorama
18.35 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.35 Barwy szczęścia (1793) - serial obyczajowy
20.05 Barwy szczęścia (1794) - serial obyczajowy
20.40 Kabaret. Wszystkiego zabawnego (1) - Mikołaj - program rozrywkowy
21.05 The Good Doctor (8) - serial obyczajowy, USA
22.00 Dzień ojca - komedia, USA, reż. Ivan Reitman, wyk. Robin Williams, Nastassja Kinski, Billy Crystal, Charlie Hofheimer
23.45 Urodzeni romantycy - komedia, Wielka Brytania, reż. David Kane, wyk. Craig Ferguson, Ian Hart, Jane Horrocks, Adrian Lester, Catherine McCormack, Jimi Mistry
1.30 Marley i ja - komedia, USA, reż. David Frankel, wyk. Owen Wilson, Jennifer Aniston, Eric Dane, Alan Arkin, Kathleen Turner
3.35 Art Noc
4.30 Zakończenie dnia

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 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szkoła - serial
13.00 19 + - serial
14.00 Szpital - program obyczajowy
15.00 Kuchenne rewolucje
16.00 Szkoła - serial
17.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.00 Szpital - program obyczajowy
19.00 Fakty. Sport, Pogoda
19.45 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Kuchenne rewolucje

22.35 Testosteron - komedia, Polska 2007, reż. Andrzej Saramonowicz, Tomasz Konecki, wyk. Piotr Adamczyk, Borys Szyc, Maciej Stuhr, Krzysztof Stelmaszyk, Cezary Kosiński, Tomasz Karolak, Tomasz Kot
1.00 Podatek od miłości - kulisy filmu
1.25 Książę w Nowym Jorku - film komedia, USA 1988, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy, Arsenio Hall, James Earl Jones, John Amos, Madge Sinclair, Shari Headley, Paul Bates, Eriq La Salle, Samuel L. Jackson, Don Ameche
3.50 Moc Magii
5.05 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

20.05 Diabeł ubiera się u Prady - komediodramat, USA, 2006, reż. David Frankel, wyk. Meryl Streep, Anne Hathaway, Adrian Grenier, Emily Blunt, Simon Baker Andy Sachs, młoda dziewczyna z małego miasteczka, która niedawno ukończyła college, poszukuje w Nowym Jorku posady dziennikarki. Nieoczekiwanie zdobywa posadę asystentki u Mirandy Priestly, wpływowej redaktor naczelnej miesięcznika „Runway", jednego z najbardziej prestiżowych pism zajmujących się modą. Szybko przekonuje się, że Miranda to klasycznych szef „z piekła rodem".
22.35 Zła kobieta - komedia, USA, 2011, reż. Jake Kasdan
0.20 Fighter - dramat, USA, 2010, reż. David O. Russell
3.00 Tajemnice losu

TV 4

6.00 Kacper: Szkoła postrachu
6.35 Kacper: Szkoła postrachu
7.05 Co nowego u Scooby'ego?
7.35 Co nowego u Scooby'ego?
8.00 Dom nie do poznania
9.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
10.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
11.00 Drużyna A
12.00 Policjantki i Policjanci
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Detektywi w akcji
16.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
17.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
18.00 Drużyna A
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 Gladiator - film sensacyjny, USA, 1992, reż. Rowdy Herrington, wyk. Cuba Gooding Jr, Brian Dennehy, Robert Loggia, James Marshall
23.10 CSI: Kryminalne zagadki Miami
0.10 Spadkobiercy - program rozrywkowy
1.10 Sekrety sąsiadów
2.45 Interwencja
3.00 Disco Polo Life
4.00 Top 10 lista przebojów
5.00 Top 10 lista przebojów

Czwartek, 1.02.2018

TVN 7

5.20 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.15 Szpital - program obyczajowy
7.15 Sąd rodzinny - program sądowy
8.10 Zaklinaczka duchów - serial
9.10 Kryminalni - serial kryminalny
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 Gotowe na wszystko III - serial
16.55 Zaklinaczka duchów - serial
17.55 Kryminalni - serial kryminalny
19.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20.00 Niewiarygodny Burt Wonderstone - komedia, USA 2011, reż. Don Scardino, wyk. Steve Carell, Steve Buscemi, Olivia Wilde, Jim Carrey, James Gandolfini, Alan Arkin
22.10 Z archiwum X - serial
23.10 Kongo - film przygodowy, USA 1995, reż. Frank Marshall, wyk. Laura Linney, Dylan Walsh, Ernie Hudson, Tim Curry, Grant Heslov
1.30 Moc Magii
3.40 Druga strona medalu - talk show
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 Lombard: Życie pod zastaw - serial
8.00 Gwiazdy Polskiego Kabaretu
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 Niedoręczony list - serial
14.45 Królowa Serc - telenowela
15.45 Gliniarz i prokurator - serial
16.45 13 Posterunek 2 - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Czyściciel - komedia, USA 2007, reż. Les Mayfield, wyk. Cedric the Entertainer, Lucy Liu, Nicollette Sheridan, Callum Rennie, Will Patton, DeRay Davis
21.50 Agent XXL: Rodzinny interes - komedia, USA 2011, reż. John Whitesell, wyk. Brandon Jackson, Jessica Lucas, Martin Lawrence, Michelle Ang, Portia Doubleday, Tony Curran
0.00 Ostatni dom po lewej - horror, USA 2009, reż. Dennis Iliadis, wyk. Aaron Paul, Garret Dillahunt, Josh Coxx, Michael Bowen, Monica Potter, Riki Lindhome, Spencer Clark
2.00 Allo Allo! - serial
3.00 Ale numer!
3.40 Biesiada na cztery pory roku
4.55 Taki jest świat

Stopklatka

7.50 MiłośćKropka.pl 8.50 Szpital nadziei - serial 9.50 Niania - serial 11.15 Nie daj się ugryźć - serial 12.25 Katastrofy w przestworzach - serial 13.20 Pułapki umysłu - serial 13.50 Umrzeszz ze śmiechu 14.15 Poirot: Niedziela na wsi - film kryminalny 16.25 Niania - serial 18.00 Katastrofy w przestworzach - serial 19.00 Komisarz Rex - serial 20.00 Red Lights - thriller 22.30 W klatce - thriller

TTV

12.45 Detektywi. Na zlecenie 13.25 Kartoteka 14.25 Zamiana żon. Ukraina 15.45 Exprès 16.05 Uwaga! 16.25 Usterka 16.55 Pilna Usterka 17.10 Cała prawda o jedzeniu 17.45 Express 18.00 Detektywi. Na zlecenie 18.45 Kartoteka 10 19.45 Express 20.05 Kossakowski. Być jak... 20.55 Ostre cięcie 21.45 Express 22.00 Defacto 22.30 Dżentelmeni i wieśniacy 23.30 Wojny magazynowe

TV6

7.00 Dom nie do poznania 8.00 Nieśmiertelny 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Galileo 11.00 Rodzina zastępcza 12.00 Całkiem nowe lata miodowe 13.40 Mistrz kuchni: Juniorzy 14.15 Disco Polo Life 15.15 Czarodziejki 16.15 Strażnik Teksasu 17.15 Hawaje 5 - 0 18.15 Całkiem nowe lata miodowe 20.00 Willatcy młoch 21.00 Okręt - film wojenny, Niemcy, 1997 23.00 Kruk 4 - film fantasy, USA, 2005

TVP SPORT

8.00 Skoki narciarskie - PŚ 8.30 Skoki narciarskie - PŚ 9.00 Skoki narciarskie - PŚ 9.30 Piłka ręczna - ME mężczyzn 10.00 Piłka ręczna - ME mężczyzn 10.20 Piłka ręczna mężczyzn 11.00 set 1, gem 1 - 3 tenis - Turniej WTA 12.00 set 1, gem 1 - 3 tenis - Turniej WTA 13.00 set 1, gem 1 - 3 tenis - Turniej WTA 14.00 set 1, gem 1 - 3 tenis - Turniej WTA 15.00 set 1, gem 1 - 3 tenis - Turniej WTA 16.00 PN - Barca 17.10 Transmisja sportowa 18.00 Transmisja sportowa 18.35 Transmisja sportowa 19.00 Transmisja sportowa 20.00 Transmisja sportowa 21.00 retransmisja 22.30 Sportowy Wieczór 23.05 Wydarzenie dnia - retransmisja 0.50 Zakończenie dnia

PSN

7.00 Piłka nożna Liga holenderska: Feyenoord - ADO Den Haag 9.00 Liga Mistrzów w siatkówce: Fenerbahce SK Stambuł - Cucine Lube Civitanova 11.00 Liga Mistrzów w siatkówce: VfB Friedrichshafen - PAOK Thessaloniki 13.07 Koszykówka Energa Basket Liga: Rosa Radom - Anwil Włocławek 15.07 7. strefa - magazyn siatkarski 17.00 Polsat Sport News flash 17.07 Magazyn FIS narciarski 17.55 Liga Mistrzów w siatkówce: Ford Store Levoranta Sastamala - Halkbank Ankara 20.30 Magazyn FIS snowboardowy 21.00 Liga Mistrzów w siatkówce: Sir Colussi Sicoma Perugia - Knak Roeselare 23.00 Liga Mistrzów w siatkówce 1.30 Sportowe podsumowanie roku 2017

EUROSPORT

4.00 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji 5.00 Snooker. German Masters, Berlin 6.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Sztokholm 7.30 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania 8.30 Igrzyska Olimpijskie 9.10 Igrzyska Olimpijskie 10.00 Snooker. German Masters 13.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Sztokholm 13.45 Igrzyska Olimpijskie 14.30 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji 16.30 Formuła E. FIA Championship, Santiago 17.00 Biegi narciarskie. PŚ, Seefeld 17.25 Igrzyska Olimpijskie 17.35 Kombinacja Norweska. PŚ, Seefeld 18.00 Skoki narciarskie. PŚ, Zakopane 19.05 Snooker. German Masters, Berlin 22.55 Igrzyska Olimpijskie 23.35 Skoki narciarskie. PŚ, Zakopane

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.00 Panorama Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Serwis Info 18.00 Panorama 18.30 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.54 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 Widziane 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

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Po stronie prawdy 13.20 Misericordia. Głos Boga 14.05 Franciszek. Papież z Nowego Świata 14.55 Święty na każdy dzień 15.00 Muzeum Diecezjalne w Tarnowie 15.40 Kabwe 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Z wędką nad wodę 16.35 Przegląd Tygodnika Rodzin Katolickich „Źródło" 16.40 Św. Józef - patron na trzecie tysiąclecie 16.55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" 17.00 Modlitwa w intencji rodzin i obrony życia poczętego 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Super Księga I 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Głos Polski 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Józef z Egiptu 22.40 Orłem Być... 23.00 Katedra w głębinach

TVP KULTURA

8.05 Zakładka - 5 - magazyn 8.35 Informacje kulturalne 8.55 Wenecja - dramat 11.00 Przygody pana Michała - serial 12.20 Rififi po sześćdziesiątce - komedia 13.50 Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy - film TVP 14.55 Marc - Antoine Charpentier - koncert 16.30 Nienasycenі 4 - magazyn 17.00 Mur - film obyczajowy 18.35 Cartier, mała czerwone pudełeczko - film dok. 19.40 Videofan 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Pewnego razu w Anatoli - dramat 23.05 Tygodnik Kulturalny 23.50 Dziennik filozofa 0.10 Wieczór z Lou Reedem - koncert 1.25 Adela jeszcze nie jadła kolacji - komedia kryminalna

TVP HISTORIA

10.20 Nowe Ateny (71) - program publicystyczny 11.10 Flesz historii (375) 11.30 Pewnego razu na Zachodzie (10) - cykl dok. 11.50 W cieniu prezydenta 12.50 Było, nie minęło 13.20 Sensacje XX wieku 14.30 Encyklopedia II wojny światowej 15.05 Źródła naszej cywilizacji (5) - serial 16.05 Historia Polski - Zamach na Kutschera 16.35 Współpracowałem z TW Ewa - Max 17.05 Taśmy bezpieki - Wywiad naukowo - techniczny, cz. 2 17.40 Stara baśń. Kiedy słońce było Bogiem (2) - serial 18.55 Sensacje XX wieku 19.55 Było, nie minęło 20.30 Generałowie Hitlera (5) Paulus. renegat - serial dok. 21.25 Szpiedzy w Warszawie (2) - serial 22.20 Spór o historię - debata 23.00 Szpiedzy - Czekając na agenta - film dok. 23.35 Szpiedzy - Kryptonim gracz - film dok.

Piątek, 2.02.2018

TVP 1

5.20 Jaka to melodia?
5.55 Dzień dobry Polsko!
8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Rodzinny ekspres - magazyn
9.20 Ojciec Mateusz (195) - Medium - serial
10.15 Dr Quinn - seria III (16) - serial
11.10 Zagadka Hotelu Grand (33) - serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn
12.40 Magazyn Rolniczy
12.55 Wyjątkowe maluchy w świecie zwierząt. Mali twardziele
14.00 Serial fabularny
14.55 Program rozrywkowy
15.15 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie - magazyn
15.45 Wiadomości
15.55 Pogoda
16.05 Komisarz Alex (58) - Morderca zabawka - serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3254) - telenowela
18.30 Nieznane serce (4) - film obyczajowy, Niemcy
19.30 Wiadomości, Sport, Pogoda
20.25 The Wall. Wygraj marzenia - teleturniej
21.20 Weekendowy Hit Jedynki - Na ostrzu szpady - film kostiumowy, Francja, Włochy, Niemcy, 1997, reż. Philippe de Broca
23.40 Tragiczna pomyłka - film fabularny, USA, 2016, reż. Fred Olen Ray
1.15 Inteligent w armii - komedia, USA, 1994, reż. Penny Marshall
3.25 Notacje - Zbigniew Bujarski. Dwie miłości - cykl dok.
3.40 Zakończenie dnia

TVP 2

7.05 M jak miłość (219) - serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.45 Panorama
11.00 Program rozrywkowy
11.05 Barwy szczęścia (1794) - serial
11.35 Na dobre i na złe (532) - Bez echu - serial
12.40 Tylko z Tobą (77) - serial obyczajowy, Turcja
13.35 Na sygnale (133) - Proszę pani, był wypadek... - serial fabularyzowany TVP
14.10 Coś dla Ciebie - magazyn
14.35 Rodzinka.pl (214) - Muszę rozgrzać Achillesa - serial komediowy
15.15 Tygrysy Europy (11) - Jan - serial komediowy
16.30 Koło fortuny (133) - teleturniej
17.10 Meandry uczuć (41) - serial
18.00 Panorama
18.35 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.35 Barwy szczęścia (1795) - serial obyczajowy
20.05 Barwy szczęścia (1795) - serial obyczajowy
20.40 Marley i ja - komedia, USA, reż. David Frankel, wyk. Owen Wilson, Jennifer Aniston, Eric Dane, Alan Arkin, Kathleen Turner
22.45 Jak by to sprzedać? - film obyczajowy, USA, reż. Neal Brennan, wyk. Jeremy Piven, Ving Rhames, David Koechner
0.25 The Good Doctor (8) - serial obyczajowy, USA
1.20 Akwarium, czyli samotność szpiega (2) - Trening - serial
2.25 Rani (4) Kochanka - serial kostiumowy, Francja
3.20 Koło fortuny - teleturniej
3.55 Koło fortuny - teleturniej
4.35 DISCOPOLAND - program rozrywkowy
5.15 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
14.00 Szpital - program obyczajowy
15.00 Kuchenne rewolucje
16.00 Szkoła - serial
17.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.00 Szpital - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.45 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny

20.00 Harry Potter i Zakon Feniksa - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2007, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Imelda Staunton, Michael Gambon, Robbie Coltrane, Maggie Smith, Ralph Fiennes, Alan Rickman, Gary Oldman, David Thewlis, Brendan Gleeson, Robert Hardy, Jason Isaacs, Bonnie Wright, Emma Thompson
22.55 G.I. Joe: Odwet - film sensacyjny, USA 2013, reż. Jon M. Chu, wyk. Dwayne Johnson, Jonathan Pryce, Byung - hun Lee, Elodie Yung, Ray Stevenson
1.15 Życie bez wstydu - reality show
2.15 MasterChef - program rozrywkowy
3.45 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 Nie ma mocnych - komedia, Polska, 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Halina Buyno - Łoza, Andrzej Wasilewicz, Anna Dymna, Władysław Hańcza, Wacław Kowalski
22.10 Legion - film fantasy, USA, 2009, reż. Scott Stewart, wyk. Paul Bettany, Lucas Black, Dennis Quaid, Tyrese Gibson, Adrianne Palicki Świat ogarnia chaos - zbliża się biblijna Apokalipsa. Przez Ziemię przetacza się armia wojowniczych aniołów zdecydowana na całkowite zniszczenie. Ostateczna rozgrywka będzie miała miejsce w przydrożnej kafejce na Pustyni Mojave. Do walki stanie właściciel lokalu, Bob Hanson, do którego przyłączy się jeden ze zbuntowanych aniołów.
0.35 Czarne złoto - dramat przygodowy, Francja, 2011

TV 4

6.00 Kacper: Szkoła postrachu
6.35 Kacper: Szkoła postrachu
7.05 Co nowego u Scooby'ego?
7.35 Co nowego u Scooby'ego?
8.00 Dom nie do poznania
9.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
10.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
11.00 Drużyna A
12.00 Policjantki i Policjanci
13.00 Galileo
14.00 Galileo
15.00 Detektywi w akcji
16.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
17.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
18.00 Drużyna A
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Mecenas Lena Barska
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
22.05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
23.05 Na linii ognia - thriller sensacyjny, USA, 1993, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Clint Eastwood, Gary Cole, John Malkovich, Dylan McDermott, Rene Russo
1.55 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 Zaklinaczka duchów - serial
9.10 Kryminalni - serial kryminalny
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 Gotowe na wszystko III - serial
16.55 Zaklinaczka duchów - serial
17.55 Kryminalni - serial kryminalny
19.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20.00 Wyspa Nim - film przygodowy, USA 2008, reż. Mark Levin, Jennifer Flackett, wyk. Abigail Breslin, Jodie Foster, Gerard Butler, Michael Carman, Mark Brady
22.05 Honey - film obyczajowy, USA 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isaiah Williams, Joy Bryant
0.05 Zabójcza broń - serial
1.10 Nie z tego świata - serial
2.10 Moc Magii
3.20 Druga strona medalu - talk show
4.50 Druga strona medalu - talk show
5.20 Druga strona medalu - talk show
5.45 Koniec programu

PULS

6.00 To moje życie! - telenowela
7.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
8.00 Gliniarz i prokurator - 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 Niedoręczony list - serial
14.45 Królowa Serc - telenowela
15.50 Gliniarz i prokurator - serial
16.50 13 Posterunek 2 - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Zabójczy cel - film sensacyjny, Kanada, USA 2008, reż. Jeff King, wyk. Steven Seagal, Holly Elissa, Karyn Michelle Baltzer, Philip Granger
21.55 13 Dzielnica - film akcji, Francja 2004, reż. Pierre Morel, wyk. Bibi Naceri, Cyril Raffaelli, Dany Verissimo - Petit, David Belle, Tony D'Amario
23.25 Centurion - film przygodowy, Wielka Brytania 2010, reż. Neil Marshall, wyk. Michael Fassbender, Dominic West, Olga Kurylenko
1.25 Allo Allo! - serial
2.45 Ale numer!
3.10 Dyżur
3.30 Na jedwabnym szlaku
4.45 Menu na miarę
5.10 Z archiwum policji
5.35 Menu na miarę

Stopklatka

6.30 MiłośćKropka.pl 7.30 Stawka większa niż życie cz. 7 - 8 - serial 9.50 Niania -

TVP 1

4.20 **Galeria (105)** - serial
4.45 **Klan (3250)** - telenowela
5.05 **Klan (3251)** - telenowela
5.35 **Jaka to melodia?**
6.05 **Sprawa dla reportera**
7.00 **Naszaarmia.pl (300)** - magazyn
7.30 **Rok w ogrodzie**
7.50 **Rok w ogrodzie extra**
8.15 **Kulisy paryskiego luksusu**
9.45 **Korona królów (18 – 21)** - telenowela
12.00 **Studio Raban**
12.35 **Fascynujący świat** - Oczy szeroko otwarte, USA
13.25 **Okrasa łamie przepisy**
14.05 **Dama w czarnym welonie (9)** - serial
15.05 **Skoki Narciarskie - PŚ - Willingen - konkurs indywidualny**
16.00 **Skoki Narciarskie - PŚ - Willingen - konkurs indywidualny** - w przerwie **Telexpress**
18.55 **Jaka to melodia?**
19.30 **Wiadomości**
20.00 **Sport**
20.05 **Pogoda**
20.15 **Hit na sobotę - Jutro nie umiera nigdy** - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, rez. Roger Spottiswoode, wyk. Pierce Brosnan, Jonathan Pryce, Michelle Yeoh, Teri Hatcher
22.20 **Inteligent w armii** - komedia, USA, rez. Penny Marshall, wyk. Danny De Vito, Gregory Hines, Stacey Dash
0.35 **Na ostrzu szpady** - film kostiumowy, Francja, Włochy, Niemcy, rez. Philippe Broca, wyk. Daniel Auteuil, Fabrice Luchini, Vincent Perez, Marie Gilain, Philippe Noiret
2.50 **Dama w czarnym welonie (9)** - serial
3.50 **Zakończenie dnia**

TVP 2

6.05 **Stworzenia światła** - film dok.
7.05 **M jak miłość (1346)** - serial
8.00 **Pytanie na śniadanie**
10.50 **Lajk!**
11.15 **Ostoja (180)** - magazyn
11.50 **Barwy szczęścia (1791)** - serial obyczajowy
12.20 **Barwy szczęścia (1792)** - serial obyczajowy
12.50 **Barwy szczęścia (1793)** - serial obyczajowy
13.20 **Było... nie minęło - extra** - magazyn
14.00 **Familiada** - teleturniej
14.40 **Koło fortuny (134)** - teleturniej
15.15 **Rodzinka.pl (215) - Niech sobie kociak mruczy** - serial komediowy
15.45 **Pierwsza randka**
16.50 **Na dobre i na złe (692) - Ślepy upór** - serial
17.45 **Słowo na niedzielę**
18.00 **Panorama**
18.30 **Sport Telegram**
18.40 **Pogoda**
18.55 **Kulisy - Postaw na milion**
19.05 **Postaw na milion** - teleturniej
20.05 **The Voice Kids - Bitwa** - widowisko muzyczne
22.10 **Sztuka zbrodni (4) - Śmierć uwodziciela, cz. 2** - serial
23.15 **Rani (4) - Kochanka** - serial kostiumowy, Francja
0.20 **Twierdza** - film akcji, USA, rez. Michael Bay, wyk. Sean Connery, Nicholas Cage, Ed Harris
2.45 **Jak by to sprzedać?** - film obyczajowy, USA, rez. Neal Brennan, wyk. Jeremy Piven, Ving Rhames, David Koechner
4.25 **Sztuka zbrodni (4) - Śmierć uwodziciela, cz. 2** - serial
5.20 **Zakończenie dnia**

TVN

5.15 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.35 **Mango - Telezakupy**
7.50 **Spotkanie ze smakiem**
8.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Na Wspólnej Omnibus** - serial obyczajowy
12.50 **Domowe rewolucje**
13.50 **Azja Express**
15.20 **Happy Feet Tupot małych stóp** - komedia, USA 2006, rez. George Miller, Warren Coleman, Judy Morris, wyk. Elijah Wood, Robin Williams, Nicole Kidman, Brittany Murphy, Hugh Jackman
17.30 **Kobieta na krańcu świata**
18.00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.40 **Raport smogowy**
19.45 **Uwaga!** - program interwencyjny

20.00 **Czego pragną dziewczyny** - komedia, USA 2003, rez. Dennie Gordon, wyk. Amanda Bynes, Colin Firth, Kelly Preston, Eileen Atkins, Anna Chancellor, Jonathan Pryce, Oliver James, Sylvia Syms
22.10 **Sztuka zbrodni (4) - Śmierć uwodziciela, cz. 2** - serial
23.15 **Charlie St. Cloud** - film obyczajowy, USA 2010, rez. Burr Steers, wyk. Kim Basinger, Zac Efron, Charlie Tahan, Amanda Crew, Ray Liotta
0.30 **Jonah Hex** - western, USA 2010, rez. Jimmy Hayward, wyk. Josh Brolin, John Malkovich, Megan Fox, Michael Fassbender, Will Arnett
2.05 **Kuba Wojewódzki** - talk show
3.10 **Uwaga!** - program interwencyjny
3.30 **Moc Magii**
4.50 **Nic straconego**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
7.35 **MY3**
8.05 **Jeździcy smoków**
9.35 **Przygody Kota w butach**
10.05 **Ewa gotuje**
10.35 **Ewolucja** - komedia sci - fi, USA, 2001, rez. Ivan Reitman
12.45 **Nie ma mocnych** - komedia, Polska, 1974, rez. Sylwester Chęciński
14.50 **XXIII Festiwal kabaretów w Koszalinie - Bananowa Republika, Polska, 2017**
18.20 **Chłopaki do wzięcia**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**
20.05 **Samoloty** - film anim.

22.00 **Ja, szpieg** - komedia przygodowa, USA, 2002, rez. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Owen Wilson, Famke Janssen, Malcolm McDowell, Gary Cole
Niebezpieczny handlarz bronią wykrada supernowoczesny, eksperymentalny samolot szpiegowski, który ma zamiar przekazać w ręce międzynarodowego terrorysty. Z misją odzyskania samolotu rząd Stanów Zjednoczonych wysyła zapatrzonego w siebie boksera i niezawodnego agenta do zadań specjalnych. Uzbrojeni w super nowoczesną broń niedobrani partnerzy muszą ocalić świat - o ile uda im się znaleźć wspólny język.
0.05 **Strzelec wyborowy** - thriller sensacyjny, USA, 2005, rez. Marcus Adams, wyk. Wesley Snipes
2.25 **Tajemnice losu**

TVP SPORT

8.25 Biegi narciarskie - Ski Classics - Toblach - Cortina, Włochy, 50km **11.20** Hokej na lodzie - NHL 2017 . Columbus Blue Jackets - San Jose Sharks 35 **12.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/2F **16.00** Gwiazdy Tenisa (22), Australia **16.35** Kolarstwo - Cyclo - Cross - MŚ, Valkenburg - Elita kobiet **17.35** Magazyn Piłkarski FIFA - Rosja 2018 - magazyn **18.05** Sport w filmie dok.m - „George Best - własnymi słowami" - cykl dok. **19.35** Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/2F **1 20.35** Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/2F **2 22.00** Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Millrose Games, Nowy Jork **22.30** Sportowa sobota

PSN

7.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
8.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
9.00 Liga Mistrzów w siatkówce **11.00** Futsal Mistrzostwa Europy 2018 **13.00** Polsat Sport News flash **13.07** Futsal Mistrzostwa Europy 2018 **15.00** Polsat Sport News flash **15.07** Koszykówka Euroliga: Olympiacos Pireus - Fenerbahce Dogus Stambuł **17.00** Polsat Sport News flash **17.07** Piłka nożna Puchar Włoch: Atalanta - Juventus **19.00** Polsat Sport News flash **19.07** Magazyn FIS narciarski **19.40** Piłka nożna Liga holenderska: PSV Eindhoven - PEC Zwolle **21.50** Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio **0.00** Futsal Mistrzostwa Europy 2018 **2.00** Siatkówka Puchar Polski: I półfinał

EUROSPORT

9.25 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **9.30** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **10.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen **11.30** Kombinacja Norweska. PŚ, Hakuba **12.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen **13.30** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **14.30** Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji **16.00** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **17.45** Sporty zimowe. Kierunek Pjongczang **18.10** Igrzyska Olimpijskie: 10 najlepszych momentów **19.00** Formuła E. FIA Championship, Santiago **21.15** Snooker. Germans Masters, Berlin **23.35** Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **23.40** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **0.25** Igrzyska Olimpijskie: Ones to Watch **0.30** Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 5.

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **16.00** Panorama Info **16.50** Pogoda **17.00** Serwis Info weekend **17.06** Teleexpress **17.10** Teleexpress Extra **17.27** Serwis Info weekend **17.32** Studio Wschód - magazyn **18.00** Panorama **18.31** Młodzież kontra - widowisko publicystyczne **19.19** Serwis Info weekend **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 **21.49** Bez retuszu - magazyn **23.00** INFO Wieczór **23.30** Magazyn Śledczy **0.00** Serwis Info weekend **0.20** Woroniczca **17 1.20** Woroniczca plus **2.05** Nie da się ukryć - magazyn **2.33** Flesz Info Wieczór **2.53** Minęła 20ta **3.55** Wiadomości **4.22** Gość Wiadomości **4.50** Filmy Dokumentalne TVP INFO

TVP TRWAM

12.20 Warto zauważyć... **12.50** Kościół w potrzebie **13.20** Siódmy sakrament **13.45** Ocalić od zapomnienia **13.55** Święty na każdy dzień **14.00** Józef z Egiptu **14.40** Kaplica Pamięci **15.30** Wierze w Boga **15.45** Spotkania z ekologią **16.00** Informacje dnia **16.10** Próba wiary - Matka Teresa z Kalkuty **17.00** Z Parlamentu Europejskiego **17.30** Okiem kamery **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **19.30** Katechieza ks. bp. Antoniego Długosza **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myślący Ojczyzną **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Raca **23.30** Moje leczenie wodą

TVP KULTURA

8.00 Wszystkie stworzenia duże i małe - serial **9.00** Scena Klasyczna - koncert **9.55** Trzeci punkt widzenia **10.35** Syberiada polska - dramat **13.00** Co mówią lekarze - film kr.metr. **13.35** Siedmiu wspaniałych - western **16.05** Karnawał Zwierząt - widowisko artystyczne **17.05** Pomniki Historii - Warszawa Tratt Królewski **17.15** Niedziela z... Małgorzatą Kożuchowską Wojna, moja miłość - spektakl teatralny **19.35** Niedziela z... Małgorzatą Kożuchowską - Człowiek we fraku **20.40** Kormorik - dramat **22.30** Scena Klasyczna - koncert **23.20** Trzeci punkt widzenia **23.55** Piotr Anderszewski - Podróżujący fortepian - film dok.

TVP HISTORIA

10.05 Okrasa łamie przepisy **10.40** Ziemia - Podwodny świat - cykl dok. **11.40** Najwspanialsi w królestwie zwierząt. Antylopy - serial dok. **12.45** Egipt, cz. 2 Kłątwa Tutanchamona - serial **13.50** Szerokie tory - reportaż **14.20** Na Sybir **16.20** Wielka Gra (59) - teleturniej **17.15** Ich Wielkie Chwile (5) - serial **18.45** Wiadomości (5) - serial **18.45** Nieznana historia Wielkiej Armady (2) - serial **19.55** Było, nie minęło **20.30** U Pana Boga za piecem - komedia, Polska, rez. Jacek Bromski, wyk. Ira Łaczina, Jan Wieczorkowski, Krzysztof Dziemba **22.15** Wciekła zła (2) Stalin. Tyran ze Stali - cykl dok. **23.20** Moja historia - 20 lat później - film TVP **0.45** Starożytni Rzymianie - Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu 1 - serial dok. **1.55** Wciekła zła (2) Stalin. Tyran ze Stali - cykl dok. **2.55** Zakończenie dnia

TVN 7

5.50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
6.50 **Mango - Telezakupy**
8.55 **Dwóch i pół** - serial
9.25 **Gotowe na wszystko II** - serial
11.25 **Gotowe na wszystko III** - serial
12.25 **Kryminalni** - serial kryminalny
14.40 **Miasto cienia** - film przygodowy, USA 2008, rez. Gil Kenan, wyk. Saoirse Ronan, Harry Treadaway, Bill Murray, Martin Landau
16.40 **Uwolnić orkę** - film przygodowy, USA, Francja 1993, rez. Simon Wincer, wyk. Jason James Richter Jayne Atkinson, August Schellenberg, Michael Madsen
19.00 **Księżniczka na lodzie** - komedia, USA, Kanada 2005, rez. Tim Fywell, wyk. Michelle Trachtenberg, Kim Cattrall, Joan Cusack, Hayden Panettiere, Trevor Blumas
21.10 **Przypadkowy mąż** - komedia, USA, Irlandia 2008, rez. Griffin Dunne, wyk. Uma Thurman, Jeffrey Dean Morgan, Colin Firth, Sam Shepard, Lindsay Sloane
23.00 **Suma wszystkich strachów** - film sensacyjny, USA, Niemcy 2002, rez. Phil Alden Robinson, wyk. Ben Affleck, Morgan Freeman, James Cromwell, Ken Jenkins, Liev Schreiber
1.40 **Moc Magii**
3.50 **Druga strona medalu** - talk show
5.45 **Koniec programu**

PULS

6.00 **Skorpion** - serial
7.00 **Taki jest świat**
7.50 **Tajemnice medyczne** - serial
9.55 **Lombard: Życie pod zastaw** - serial
13.50 **Agent XXL: Rodzinny interes** - komedia, USA 2011, rez. John Whitesell, wyk. Brandon Jackson, Jessica Lucas, Martin Lawrence, Michelle Ang, Portia Doubleday, Tony Curran
15.55 **Czyściciel** - komedia, USA 2007, rez. Les Mayfield, wyk. Cedric the Entertainer, Lucy Liu, Nicollette Sheridan, Callum Rennie, Will Patton, DeRay Davis
17.45 **Góra Dantego** - film katastroficzny, USA 1997, rez. Roger Donaldson, wyk. Jeremy Foley, Linda Hamilton, Pierce Brosnan, Renee Smith
20.00 **13 dzielnica - Ultimatum** - film akcji, Francja 2009
22.00 **Arena** - thriller, USA 2011, rez. Jonah Loop, wyk. Johnny Messner, Katia Winter, Kellan Lutz, Nina Dobrev, Samuel L. Jackson
0.00 **Kult** - thriller, Kanada, USA, Niemcy 2006, rez. Neil LaBute, wyk. Nicolas Cage, Ellen Burstyn, Leelee Sobieski
2.00 **Taki jest świat**
2.50 **Allo Allo!** - serial
4.00 **Ale numer!**
4.35 **Na jedwabnym szlaku**

STOPKLATK Stopklatka

6.00 Prywatna historia kina **6.30** Komisarz Rex - serial **8.30** Stawka większa niż życie cz. 9 - 10 - serial **10.55** Poirot: Niedziela ma wsi - film kryminalny **12.55** Nania - serial **14.30** Czyja to kochanka? - komedia, USA 2002, rez. Kevin Rodney Sullivan **15.00** Jest Dance - Tylko taniec! - melodramat **18.00** Poirot: Kurtyna - film kryminalny **20.00** Myśl jak facet - komedia romantyczna **22.40** Powrót do domu - dramat **0.40** Desperaci - film sensacyjny

TTV

12.35 Wojny magazynowe **13.55** Wakacyjne koszmary Gordona Ramsaya **15.00** Ostre cięcie **15.45** Express **16.05** Damy i wieśniaczki. Ukraina **17.15** Kulisy świątowych show **17.45** Express **18.00** Zamiana zon. Ukraina **19.15** Megakuchnie **19.45** Express **20.00** Nauka jazdy **20.30** Usterka **21.00** Dzientelmeni i wieśniacy **22.00** Kossakowski. Szósty zmysł. Ukraina **22.30** Gogglebox. Przed telewizorem

TV6

8.05 Galileo **9.15** Kacze opowieści **10.10** Kacper i przyjaciele **11.10** Garfield Show **11.30** Tom i Jerry: Magiczna fasola - film anim. **12.35** Boska przygoda Sharpay - komedia familijna **14.25** Lab Fasola **15.00** Bedwodni łowcy **16.00** Święci i zołnierze: Credo spadochroniarza - dramat wojenny **18.00** Przygody Merlina **20.00** Włatcy móch **21.00** Okręt - film wojenny **23.35** Wieczór panieńki na Karaibach

TVP SPORT

8.00 Tenis ziemny - Turniej WTA - Taipei - FINAŁ **10.00** Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny **11.55** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Podsumowanie **13.05** Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/8F Bayern Monachium - Borussia Dortmund **15.15** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski **16.15** piłka nożna - Bayern T**V 17.05** piłka nożna - Bayern TV **18.15** Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . SC Paderborn 07 - Bayern Monachium **1 20.35** Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Bayer 04 Leverkusen - SV Werder Bremen **2 23.00** Sportowy Wieczór **23.30** Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . SC Paderborn 07 - Bayern München **1 1.20** Zakończenie dnia

PSN

7.00 Liga Siatkówki Kobiet **8.00** Liga Siatkówki Kobiet **9.00** Koszykówka Energa Basket Liga: TBV Start Lublin - Asseco Gdynia **16.00** Koszykówka Energa Basket Liga: TBV Start Lublin - Asseco Gdynia **19.00** Siatkówka PlusLiga **13.00** Polsat Sport News flash **13.07** Koszykówka Euroliga: Olympiacos Pireus - Fenerbahce Dogus Stambuł **15.00** Polsat Sport News flash **15.07** Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio **17.00** Polsat Sport News flash **17.07** Siatkówka PlusLiga **18.00** Siatkówka PlusLiga **19.00** Polsat Sport News flash **19.07** Piłka nożna Puchar Włoch: Atalanta - Juventus **19.00** Polsat Sport News flash **19.07** 7. strefa - magazyn siatkarski **21.20** Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio **22.00** Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio **23.30** Gala Tygodnika „Piłka Nożna" **23.30** Siatkówka PlusLiga **1.30** Siatkówka Puchar Polski: finał

EUROSPORT

8.30 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **10.30** Kombinacja Norweska. PŚ, Hakuba **11.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen **12.00** Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **13.30** Igrzyska Olimpijskie: Reprezentanci **14.30** Igrzyska Olimpijskie: Hashtag Olimpics **16.30** Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **18.30** Sporty zimowe. Kierunek Pjongczang **19.00** Snooker. German Masters **23.00** Sporty zimowe. Kierunek Pjongczang **23.30** Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **23.35** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **0.25** Igrzyska Olimpijskie: Ones to Watch **0.30** Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 5.

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **16.00** Panorama Info **16.50** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** PROGRAM PUBLICYSTYCZNY **18.00** Panorama **18.31** Studio Zachód - magazyn **19.19** Serwis Info weekend **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 **21.49** Bez retuszu - magazyn **23.00** INFO Wieczór **23.30** Magazyn Śledczy **0.00** Serwis Info weekend **0.20** Woroniczca **17 1.20** Woroniczca plus **2.05** Nie da się ukryć - magazyn **2.33** Flesz Info Wieczór **2.53** Minęła 20ta **3.55** Wiadomości **4.22** Gość Wiadomości **4.50** Filmy Dokumentalne TVP INFO

TVP TRWAM

12.00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12.20** Wieś - to też Polska **13.30** Papież Polak do Rodaków - 16.06.1999 Droliczym **13.55** Za Wenecją - Wyspy Laguny **14.30** Moja Mongolia **14.55** Święty na każdy dzień **15.00** Franciszek Ksawery **16.00** Informacje dnia **16.10** Koncert życzeń **17.00** Tam, gdzie Bóg płacze **17.30** Okiem kamery **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **19.30** Katechieza ks. bp. Antoniego Długosza **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myślący Ojczyzną **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Droga **23.30** Moje leczenie wodą

TVP KULTURA

8.00 Scena Klasyczna - koncert **8.55** Mur - film obyczajowy **10.30** Za burtą - film TVP **11.00** Przygody pana Michała - serial **11.45** Dom - serial **13.20** Łagodna - dramat **15.10** Niedziela z... Małgorzatą Kożuchowską **16.05** Dyrygent - dramat **18.00** Portrety - Blur - No Distance Left to Run **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Dziedzictwo Shakespeare'a - film dok. **21.15** Kronos - magazyn **22.00** Któreś po sztukę - Zdzisław Nitka **22.45** Dziennik - Portrety. Lech Majewski **22.25** Dziennik filozofa **22.40** Kino nocne - M - Morderca - dramat **0.35** Informacje kulturalne **0.55** Panorama kina polskiego - Komornik - dramat **2.40** Kronos - magazyn

TVP HISTORIA

10.10 Amerykańska broń (5) - serial **11.00** Niecała nieprawda czyli PRL w DTV **11.35** Aria dla atlety - film fabularny, **13.20** Sensacje XX wieku **14.15** Encyklopedia II wojny światowej - Japonia **14.45** Spór o historię - debata **15.25** Sztab Generalny WP **15.50** Historia świata według Andrew Marra (5) - serial **16.55** Ex Libris **17.20** Flesz historii (376) **17.45** Królowa Bona (1) - serial **18.50** Sensacje XX wieku **19.55** Było, nie minęło **20.30** Najdziwniejsza broń na świecie - Największe hydroplany (5) - serial dok. **21.05** Historia Polski - Skazani na siebie - film dok. **16.45** Do świata pracy Gdańsk 1987 - cykl dok. **17.20** Polska i świat z historią w tle - Cztery sezony **17.45** Królowa Bona (2) - serial **18.50** Sensacje XX wieku **19.55** Nowe Ateny (72) - program publicystyczny **20.50** Było, nie minęło **21.25** Miasto z morza (1) - serial **22.25** Na krawędzi wojny (6) - serial dok. **23.25** Aria dla atlety - film fabularny **1.15** Wojciech Cejrowski - boso

TVN 7

5.50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
6.50 **Mango - Telezakupy**
8.55 **Gotowe na wszystko III** - serial
10.55 **Kryminalni** - serial kryminalny
14.10 **Zaklinacza duchów** - serial
15.10 **Wyspa Nim** - film przygodowy, USA 2008, rez. Mark Levin, Jennifer Flackett, wyk. Abigail Breslin, Jodie Foster, Gerard Butler, Michael Carman, Mark Brady
17.20 **Nowy Jork, nowa miłość** - komedia, USA 2004, rez. Dennie Gordon, wyk. Ashley Olsen, Mary - Kate Olsen, Eugene Levy, Andy Richter
19.00 **Zabójcza broń** - serial
20.00 **Potwornie na Czerwony Październik** - film sensacyjny, USA 1990, rez. John McTiernan, wyk. Sean Connery, Alec Baldwin, Scott Glenn, Sam Neill, James Earl Jones, Joss Ackland, Richard Jordan, Peter Firth, Tim Curry, Courtney B. Vance, Stellan Skarsgard, Jeffrey Jones, Timothy Carhart
22.50 **Zabójcza broń** - serial
23.50 **Ninja Zabójca** - film sensacyjny, USA, Niemcy 2009, rez. James McTeigue, wyk. Rain, Naomie Harris, Ben Miles, Rick Yune
1.55 **Moc Magii**
4.05 **Druga strona medalu** - talk show
5.05 **Koniec programu**

PULS

6.00 **Skorpion** - serial
6.55 **Allo Allo!** - serial
9.35 **Przygody Merlina** - serial
11.30 **Przygody Huckleberrina** - film familijny, USA 1993
13.40 **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Braciszek i siostrzyczka** - film familijny
14.50 **Najpiękniejsze baśnie: Mała Syrenka** - film familijny
16.05 **Fanfan Tulipan** - film przygodowy, Francja 2003, rez. Gérard Krawczyk, wyk. Didier Bourdon, Michel Muller, Penélope Cruz, Vincent Perez
18.15 **Bibliotekarz II: Tajemnice kopalni króla Salomona** - film przygodowy, USA 2006, rez. Jonathan Frakes, wyk. Noah Wyle, Gabrielle Anwar, Bob Newhart, Olympia Dukakis
20.00 **Van Helsing** - film przygodowy, USA 2004, rez. Stephen Sommers, wyk. David Wenham, Hugh Jackman, Kate Beckinsale, Richard Roxburgh, Shuler Hensley
22.40 **Podziemny krąg** - thriller, USA 1999, rez. David Fincher, wyk. Brad Pitt, Edward Norton, Helena Bonham Carter
1.20 **Wikingowie** - serial
2.15 **Allo Allo!** - serial
3.40 **Taki jest świat**
4.20 **Na jedwabnym szlaku**
5.00 **Z archiwum policji**

STOPKLATK Stopklatka

6.00 Na planie **6.30** Prywatna historia kina **7.00** Komisarz Rex - serial **9.00** Poirot: Kurtyna - film kryminalny **11.00** Tak to się teraz robi - komedia **13.05** Myśl jak facet - komedia romantyczna **15.40** Wyspa zbłąkanych dusz - film przygodowy **17.50** Komedia małżeńska - komedia obyczajowa **19.50** Sto kultowych filmów **20.00** Obcy - 8. pasażer Nostromo - thriller science fiction **22.35** Sigrani - film sens.

TTV

14.00 Najgroźniejsze miejsca do życia - serial **15.00** Gogglebox. Przed telewizorem **15.45** Express **16.05** Dzientelmeni i wieśniacy **17.10** Nauka jazdy **17.45** Express **18.05** Usterka **19.15** Wojny przewoźników **19.45** Express - informacje **20.05** Defacto **20.35** Defacto **21.15** Kosakowski. Być jak... **22.00** Serial **22.30** Tabu Polska **23.30** Damy i wieśniaczki. Ukraina **0.35** Betlejewski. Prowokacje

TV6

6.00 Taaaka ryba **7.00** Benny Hill **7.35** Galileo **8.45** Kacper i przyjaciele **9.45** Boska przygoda Sharpay - komedia familijna **11.35** Mythica: Żelazna korona - film fantasy **13.35** Policjantki i Policjanci **17.40** Mythica: Pogromca bogów - film fantasy **20.05** Włatcy móch **20.35** Włatcy móch **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.05** Demon: Historia prawdziwa - horror **1.00** Koszmarne tatuaże

TVP SPORT

8.00 Hokej na lodzie - NHL 2017 . New Jersy Devils - Pittsburgh Penguins 36 **8.40** Hokej na lodzie - NHL 2017 **10.05** Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Millrose Games, Nowy Jork **12.05** Tenis ziemny - Turniej WTA - Taipei - FINAŁ **14.00** Gwiazdy Tenisa (22), Australia **14.35** Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - FINAŁ **16.35** Magazyn Piłkarski FIFA - Rosja 2018 - magazyn **17.10** Kolarstwo - Cyclo - Cross - MŚ, Valkenburg - Elita mężczyzn **18.30** Piłka ręczna mężczyzn - Podsumowanie fazy finałowej **20.15** Tenis ziemny - Turniej WTA - Taipei - FINAŁ **22.00** Sportowa niedziela **22.40** Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - FINAŁ **0.25** Zakończenie dnia

PSN

7.00 Liga Mistrzów w siatkówce **8.00** Liga Mistrzów w siatkówce **9.00** Koszykówka Euroliga: Olympiacos Pireus - Fenerbahce Dogus Stambuł **11.00** Futsal Mistrzostwa Europy 2018 **12.00** Futsal Mistrzostwa Europy 2018 **13.00** Polsat Sport News flash **13.07** Piłka nożna Puchar Włoch: Atalanta - Juventus **15.00** Polsat Sport News flash **15.07** Futsal Mistrzostwa Europy 2018 **17.00** Polsat Sport News flash **17.07** Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio **19.00** Polsat Sport News flash **19.07** Piłka nożna Liga holenderska: PSV Eindhoven - PEC Zwolle **21.20** Koszykówka Energa Basket Liga: TBV Start Lublin - Asseco Gdynia **23.30** Piłka nożna Liga holenderska **1.30** Siatkówka Puchar Polski: II półfinał

EUROSPORT

8.30 Sporty zimowe. Kierunek Pjongczang **9.00** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **12.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen **14.00** Kombinacja Norweska. PŚ, Hakuba **15.00** Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, **16.30** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **17.30** Igrzyska Olimpijskie: Hashtag Olimpics **17.35** Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **18.30** Sporty zimowe. Kierunek Pjongczang **19.00** Snooker. German Masters **23.00** Sporty zimowe. Kierunek Pjongczang **23.30** Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession **23.35** Skoki narciarskie. PŚ, Willingen **0.25** Igrzyska Olimpijskie: Ones to Watch **0.30** Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 5.

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **16.00** Panorama Info **16.50** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.27** Serwis Info weekend **17.32** Studio Wschód - magazyn **18.00** Panorama **18.31** Młodzież kontra - widowisko publicystyczne **19.19** Serwis Info weekend **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 **21.49** Bez retuszu - magazyn **23.00** INFO Wieczór **23.30** Magazyn Śledczy **0.00** Serwis Info weekend **0.20** Woroniczca **17 1.20** Woroniczca plus **2.05** Nie da się ukryć - magazyn **2.33** Flesz Info Wieczór **2.53** Minęła 20ta **3.55** Wiadomości **4.22** Gość Wiadomości **4.50** Filmy Dokumentalne TVP INFO

TVP TRWAM

12.00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12.20** Wieś - to też Polska **13.30** Papież Polak do Rodaków - 16.06.1999 Droliczym **13.55** Za Wenecją - Wyspy Laguny **14.30** Moja Mongolia **14.55** Święty na każdy dzień **15.00** Franciszek Ksawery **16.00** Informacje dnia **16.10** Koncert życzeń **17.00** Tam, gdzie Bóg płacze **17.30** Okiem kamery **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **19.30** Katechieza ks. bp. Antoniego Długosza **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myślący Ojczyzną **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Droga **23.30** Moje leczenie wodą

TVP KULTURA

8.00 Scena Klasyczna - koncert **8.55** Mur - film obyczajowy **10.30** Za burtą - film TVP **11.00** Przygody pana Michała - serial **11.45** Dom - serial **13.20** Łagodna - dramat **15.10** Niedziela z... Małgorzatą Kożuchowską **16.05** Dyrygent - dramat **18.00** Portrety - Blur - No Distance Left to Run **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Dziedzictwo Shakespeare'a - film dok. **21.15** Kronos - magazyn **22.00** Któreś po sztukę - Zdzisław Nitka **22.45** Dziennik - Portrety. Lech Majewski **22.25** Dziennik filozofa **22.40** Kino nocne - M - Morderca - dramat **0.35** Informacje kulturalne **0.55** Panorama kina polskiego - Komornik - dramat **2.40** Kronos - magazyn

TVP HISTORIA

10.10 Amerykańska broń (5) - serial **11.00** Niecała nieprawda czyli PRL w DTV **11.35** Aria dla atlety - film fabularny, **13.20** Sensacje XX wieku **14.15** Encyklopedia II wojny światowej - Japonia **14.45** Spór o historię - debata **15.25** Sztab Generalny WP **15.50** Historia świata według Andrew Marra (5) - serial **16.55** Ex Libris **17.20** Flesz historii (376) **17.45** Królowa Bona (1) - serial **18.50** Sensacje XX wieku **19.55** Było, nie minęło **20.30** Najdziwniejsza broń na świecie - Największe hydroplany (5) - serial dok. **21.05** Historia Polski - Skazani na siebie - film dok. **16.45** Do świata pracy Gdańsk 1987 - cykl dok. **17.20** Polska i świat z historią w tle - Cztery sezony **17.45** Królowa Bona (2) - serial **18.50** Sensacje XX wieku **19.55** Nowe Ateny (72) - program publicystyczny **20.50** Było, nie minęło **21.25** Miasto z morza (1) - serial **22.25** Na krawędzi wojny (6) - serial dok. **23.25** Aria dla atlety - film fabularny **1.15** Wojciech Cejrowski - boso

TVP 1

8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **LAP START UP**
9.20 **Ja

TVP 1

5.20 **Jaka to melodia?**
5.55 Dzień dobry Polsko!
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Jak to działa (152) – magazyn
9.20 Statyści (3) – serial
10.15 Dr Quinn – seria III (19) – serial
11.05 Zagadka Hotelu Grand (36) – serial
12.00 Wiadomości
12.10 Agrobiznes
12.35 Agropogoda – magazyn
12.40 Magazyn Rolniczy
12.55 24 godziny na sawannie afrykańskiej – serial dok.
14.00 Serial fabularny
14.55 Program rozrywkowy
15.10 Obserwator
15.45 Wiadomości, Pogoda
16.05 Komisarz Alex (61) – Bestia – serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3257) – telenowela
18.30 Korona królów (24) – telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.10 Pogoda
20.25 Wielki Test o Igrzyskach Olimpijskich
22.00 Senator – film dok.
23.15 Oczy Julii – thriller, Hiszpania, rez. Guillem Morales, wyk. Belen Rueda, Lluis Homar, Pablo Derqui, Francesc Orella
1.15 Naszaarmia.pl (300) – magazyn
1.40 Gwardia (1) – serial, Ukraina, rez. Olexiy Shaparev, wyk. Oleksij Gorbunow, Achtem Seitablajew, Dmitro Stupka, Konstantin Szaforeńko, Mano Jantabilidze, Wiktoria Tonenowa
2.35 Mały maratończyk – film dok.
3.45 Notacje – Zdzisław Izmajłowicz. Kto nie pracuje ten nie je
4.00 Zakończenie dnia

TVP SPORT

8.00 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . SC Paderborn 07 - Bayern München 1
10.05 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Bayer 04 Leverkusen - SV Werder Bremen
12.10 Piłka nożna Bayern 13.05 Piłka nożna Bayern 14.10 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs drużynowy 15.35 piłka nożna - Barca TV 16.45 piłka nożna - Barca TV 18.15 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Eintracht Frankfurt - 1. FSV Mainz 05 3 20.35 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 22.10 Piłkarski FIFA - Rosja 2018 - magazyn 15.55 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F - podsumowanie 16.55 Piłkarski FIFA - Rosja 2018 - magazyn 16.55 Siatkówka Liga Mistrzyń: VakifBank Stambuł - Dinamo Moskwa 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Gala Tygodnika „Piłka Nożna" GALA 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio 17.07 Magazyn KOTV Classics 18.25 Piłka nożna Liga holenderska: PSV Eindhoven - Excelsior 20.40 Piłka nożna Liga holenderska: Roda JC - Ajax Amsterdam 22.50 Polsat Sport News flash 15.07 Siatkówka Liga Mistrzyń: Galatasaray - Dinamo Moskwa 23.00 Polsat Sport News flash 19.07 Gala Tygodnika „Piłka Nożna" 21.20 Futsal Mistrzostwa Europy 2018: II ćwierćfinał 9.00 Siatkówka Liga Mistrzyń: Imoco Volley Conegliano - Fenerbahce SK Stambuł 11.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018: III ćwierćfinał - 1. FSV Mainz 05 9.00 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Eintracht Frankfurt - 1. FSV Mainz 05 10.05 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 12.10 PN 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Piłka nożna Liga holenderska: Roda JC - Ajax Amsterdam 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Siatkówka Liga Mistrzyń: Agel Prostejov - Igor Gorgonzola Novara 16.55 Siatkówka Liga Mistrzyń: VakifBank Stambuł - Dinamo Moskwa 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Gala Tygodnika „Piłka Nożna" 21.20 Futsal Mistrzostwa Europy 2018: II ćwierćfinał 9.00 Siatkówka Liga Mistrzyń: Imoco Volley Conegliano - Fenerbahce SK Stambuł 11.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018: III ćwierćfinał - 1. FSV Mainz 05 3 12.00 Zakończenie dnia

PSN

7.00 Koszykówka Energa Basket Liga: TBV Start Lublin - Asseco Gdynia 9.00 7. strefa - magazyn siatkarski 11.00 Piłkarska nożna Puchar Włoch: Atalanta - Juventus 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Gala Tygodnika „Piłka Nożna" GALA 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Piłka nożna Puchar Włoch: Milan - Lazio 17.00 AAA - VfL Wolfsburg 4 12.10 PN 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Piłka nożna Liga holenderska: Roda JC - Ajax Amsterdam 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Siatkówka Liga Mistrzyń: Agel Prostejov - Igor Gorgonzola Novara 16.55 Siatkówka Liga Mistrzyń: VakifBank Stambuł - Dinamo Moskwa 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Gala Tygodnika „Piłka Nożna" 21.20 Futsal Mistrzostwa Europy 2018: II ćwierćfinał 9.00 Siatkówka Liga Mistrzyń: Imoco Volley Conegliano - Fenerbahce SK Stambuł 11.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018: III ćwierćfinał - 1. FSV Mainz 05 3 1.20 Zakończenie dnia

TVP 2

6.00 Rodzinka.pl (11) – Nienormalne normalna rodzina – serial
6.35 Pożytecznі.pl – magazyn
7.05 M jak miłość (222) – serial
8.00 Pytanie na śniadanie
10.55 Panorama
11.15 Barwy szczęścia (1797) – serial
11.45 Na dobre i na złe (535) – Trening – serial
12.50 Tylko z Tobą (79) – serial
13.45 Na sygnale (136) – Kwestia zasad – serial fabularyzowany
14.25 O mnie się nie martw - s. VII (4) – serial komediowy
15.25 Kulisy serialu
15.30 M jak miłość (1349) – serial
16.30 Kolo fortuny (138) – teleturniej
17.10 Meandry uczuć (44) – serial
18.00 Panorama
18.35 Sport Telegram
18.45 Pogoda
18.55 Rodzinka.pl (18) – Zwierzątko domowe – serial komediowy
19.35 Barwy szczęścia (1797) – serial
20.05 Barwy szczęścia (1798) – serial
20.45 Na dobre i na złe (694) – serial
21.45 Na sygnale (177) – Moja krew – serial fabularyzowany TVP
22.25 Kino relaks – Zaskoczeni przez miłość – film obyczajowy, USA, rez. Robert Iscove, wyk. Patti Allan, Hilarie Burton, Paul Campbell, Aaron Craven
0.00 Akwarium, czyli samotność szpiega (3) – Turystyka alpejska – serial
1.05 Akwarium, czyli samotność szpiega (4) – Zdrada – serial
2.10 Świat bez tajemnic – Ikona – film dok.
3.05 Kryminalne zagadki Las Vegas – s. XIV (6) – serial sensacyjny
3.55 Paradoks (13) Paradoks – serial
4.50 Licencja na wychowanie (84) – Na górze róże, na dole... – serial obyczajowy
5.25 Zakończenie dnia

EUROSPORT

8.30 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession 9.30 Skoki narciarskie. Turniej Czterech Skoczni Best of 10.25 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession 10.30 Formuła E. FIA Championship, Santiago 11.30 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession 13.30 Skoki narciarskie. Kamil Stoch - moja historia 13.55 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession 17.00 Igrzyska Olimpijskie: Kobiety na igrzyskach 20.35 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession Michael Greis 20.40 Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession 21.00 Kolarstwo. Tour of Dubai Etap 2. 23.00 Formuła E. FIA Championship, Santiago 0.00 Kolarstwo. Tour of Dubai Etap 2. Igrzyska Olimpijskie: Olympic Confession Michael Greis

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.00 Panorama Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Serwis Info 18.00 Panorama 18.30 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.54 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 21.49 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 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

TV TRWAM

10.00 Audiencja Generalna 11.00 Świat na wyciągnięcie ręki 11.25 Myśląc Ojczyzna 11.40 Prosto o gospodarze 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Gietrzwałd czyli - Orędzie na trudne czasy 13.30 180 lat na zdrowie 13.45 Yohan - werdykt dzieci 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Na zdrowie 16.30 Handicap - Zakopane 17.00 Po stronie prawdy 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Super Księga 1 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 Modlitwa o pokój 23.40 W Solankowej Dolinie

TVP KULTURA

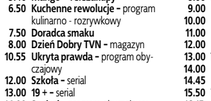
8.05 Białoruski klimat 8.35 Informacje kulturalne 8.55 Próba ćśnienia - dramat psychologiczny 10.20 Jak to jest być mową matką - film kr.metr. 11.00 Dom - A jeszcze wczoraj było wesele - serial 12.40 Dom - Ponad 200 - zwartków - serial 14.35 Matka swojej matki - dramat 16.10 Dezerterzy - Olaf Derglasoff - rozmowa 16.45 Grający z talerza - film obyczajowy 18.45 Portrety - Zwykłe zaburzenie - film dok. 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Wstęp do filmu - Lampart 20.25 Wieczór kinowa - Lampart - film kostiumowy 23.35 Dziennik filozofa 23.50 Kobieta samotna - dramat 1.50 Informacje kulturalne 2.15 Niepochowany - dramat

TVP HISTORIA

10.25 Piłsudski Bronisław zesłaniec, etnograf, bohater 11.25 Spór o historię - debata 12.05 Ziemia - Podwodny świat cz. 15. - cykl dok. 12.55 Były, nie minęło 13.30 Sensacje XX wieku 14.25 Encyklopedia II wojny światowej - Goering - cykl dok. 14.55 Źródła naszej cywilizacji (6) - serial dok. 16.00 Historia Polski - Twórcy naszej tradycji - Norwid. Światło i mrok - cykl dok. 17.10 Taśmy bezpieki 17.40 Królowa Bona (4) - serial 18.50 Sensacje XX wieku 19.55 Były, nie minęło 20.30 Generałowie Hitlera (6) Udet. awiator - serial dok. 21.30 Miasto z morza (3) - serial 22.20 Spór o historię - 1920 - Przyjaciele i wrogowie - debata 23.00 Koniec świata - film dok. 23.50 Ośmiornica - s. 8 (3) - serial 1.05 Wojciech Cejrowski - boso 1.30 Działo się w Krakowie - felieton 1.35 Miasto z morza (3) - serial

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
14.00 Szpital - program obyczajowy
15.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
16.00 Szkoła - serial
17.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.00 Szpital - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.45 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial obyczajowy
20.55 Milionerzy



21.30 Incepcja - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2010, rez. Christopher Nolan, wyk. Leonardo DiCaprio, Joseph Gordon - Levitt, Ellen Page, Tom Hardy, Ken Watanabe, Cillian Murphy, Tom Berenger, Marion Cotillard, Pete Postlethwaite, Michael Caine, Lukas Haas
0.40 Sztos - film sensacyjny, Polska 1997, rez. Olaf Lubaszenko, wyk. Jan Nowicki, Cezary Pazura, Ewa Gawryluk, Krzysztof Zaleski, Leon Niemczyk
2.25 MasterChef - program rozrywkowy
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

20.40 Bruce Wszechmogący - komedia, USA, 2003, rez. Tom Shadyac, wyk. Jim Carrey, Morgan Freeman, Jennifer Aniston, Catherine Bell, Steve Carell Bruce słynie z zabawnych reportaży kręconych dla lokalnej telewizji, które cieszą wszystkich poza nim. Ma takie złączną dziewczynę Grace, która kocha go mimo wszystkich jego wad. Zwoźnicy z pracy Bruce'a stracił dniu swojego życia, Bruce ośmiela się czynić wyrzuty samemu Bogu.
22.50 Faceci w czerni - komedia sci - fi, USA, 1997, rez. Barry Sonnenfeld, wyk. Tommy Lee Jones, Will Smith, Linda Fiorentino
0.55 Heartbreaker. Licencja na uwodzenie - komedia romantyczna, Francja, 2010, rez. Pascal Chaumeil, wyk. François Damiens, Romain Duris, Julie Ferrier

TV 4

6.00 Kacper: Szkoła postrachu
6.35 Kacper: Szkoła postrachu
7.05 Co nowego u Scooby'ego?
7.35 Co nowego u Scooby'ego?
8.00 Dom nie do poznania
9.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
10.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
11.00 Drużyna A
12.00 Policjantki i Policjanci
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Detektywi w akcji
16.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
17.00 Esmeralda - telenowela obyczajowa
18.00 Drużyna A
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 Król wikingów - film fantasy, Malezja, USA, 2013, rez. Yusry Abd Halim, wyk. Natassia Malthe, Dominic Purcell
23.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami
0.25 Spadkobiercy - program rozrywkowy
1.25 Sekrety sąsiadów
1.55 TAK czy NIE
3.00 Disco Polo Life
4.00 Top 10 lista przebojów
5.00 Top 10 lista przebojów

Stopklatka

9.50 Niania - serial 11.20 Wielkie dekonstrukcje - serial 12.25 Katastrofy w przestworzach - serial 13.20 Pułapki umysłu - serial 13.50 Umrzesz ze śmiechu 14.15 Poirot: Tajemnica Błękitnego Ekspresu - film kryminalny 16.25 Niania - serial 18.00 Katastrofy w przestworzach - serial 19.00 Komisarz Rex - serial 20.00 Bohater i strach - film sensacyjny 22.00 Człowiek widmo II - film sensacyjny

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 Kryminalni - serial kryminalny
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 Gotowe na wszystko III - serial
16.55 Zaklinacza duchów - serial
17.55 Kryminalni - serial kryminalny
19.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20.00 Żródło nadziei - dramat wojenny, Australia, Turcja, USA
22.20 Mentalista VII - serial
23.20 Słodkie i ostre - komedia, USA 2001, rez. Francine McDougald, wyk. Marla Sokoloff, Marley Shelton, Melissa George, Mena Suvari, Rachel Blanchard, James Marsden, Sean Young
1.00 Moc Magii
3.10 Druga strona medalu - talk show
3.40 Druga strona medalu - talk show
4.10 Druga strona medalu - talk show
4.40 Druga strona medalu - talk show
5.10 Koniec programu

TTV

13.35 Kartoteka 14.35 Damy i wieśniaczki. Ukraina 15.45 Express - informacje 16.05 Uwagi! 16.25 Ustetka 16.55 Pilna Usterka 17.10 Cała prawda o jedzeniu 17.45 Express 18.00 Detektywi. Na zlecenie 18.45 Kartoteka 19.45 Express 20.05 Kraksa TV 20.35 Moja matka chce być sexy! 21.45 Express - informacje 22.00 Usterka 22.30 Gogglebox. Przed Telewizorem 23.55 Królowe życia - serial

TVP HISTORIA

8.10 Zakładka - 6 - magazyn 8.45 Informacje kulturalne 9.05 Grający z talerza - film obyczajowy 11.00 Dom - Nosić swoją skórę - serial 12.50 Dom - Zazalenie do Pana Boga - serial 14.55 Kolejność uczuć - film obyczajowy 16.30 Chuligan Literacki 17.05 Kocie ślady - film TVP 18.40 Leonard Bernstein - Więcej niż jedno życie - film dok. 19.45 Poza starością - film anim. 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Czwartkowy klub filmowy - Marczka, podaj mi pióro - komedia 22.05 Dziennik filozofa 22.20 Ziemia, planeta ludzi - Tropicalia - film dok. 23.55 Kino nocne - Fotograf - dramat 2.00 Informacje kulturalne 2.25 Mistrz - dramat

TVP 1

5.20 Jaka to melodia?
5.55 Dzień dobry Polsko!
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Rodzinny ekspres - magazyn
9.15 Ojciec Mateusz (196) - O mały włos - serial
10.10 Dr Quinn - seria III (21) - serial
11.05 IO Pjongczang 2018 - studio
11.55 IO Pjongczang 2018 - Ceremonia Otwarcia
14.05 IO Pjongczang 2018 - studio
15.00 IO Pjongczang 2018 - studio
15.45 Wiadomości, Pogoda
16.10 Halo, tu Pjongczang (2)
16.30 IO Pjongczang 2018 - skrót wydarzeń
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 IO Pjongczang 2018 dzień na igrzyskach
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.05 Pogoda
20.15 Hit na sobotę - Do utraty sił – dramat, USA, rez. Antoine Fuqua, wyk. Jake Gyllenhaal, Rachel McAdams, Forest Whitaker, Clare Foley, Naomie Harris
22.25 Stażyści - komedia, USA, rez. Shawn Levy, wyk. Owen Wilson, Vince Vaughn, John Goodman, Rose Byrne, Max Minghella
0.35 Dlaczego porwałam swojego szefa - komedia, Niemcy, rez. Peter Gersina, wyk. Julia Hartmann, Stephan Luca, Matthias Komm, Luc Feit
2.10 IO Pjongczang 2018 - studio
2.55 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo alpejskie - zjazd M
4.55 IO Pjongczang 2018 - studio
5.25 IO Pjongczang 2018 - snowboard - slopestyle K - eliminacje
5.35 IO Pjongczang 2018 - curling MIX pary
5.45 Zakończenie dnia

TVP SPORT

8.00 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour, Madryt 10.05 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Bayer 04 Leverkusen - SV Werder Bremen 2 12.10 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 14.10 Sport w filmie dok. 15.10 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 17.20 Magazyn Piłkarski FIFA - Rosja 2018 - magazyn 17.50 Tenis stołowy - Liga Mistrzyń. KTS ENEA Siarka Tarnobrzeg - Lienz AG Frosberg 21.00 Olimpijski Wieczór 21.30 boks - Megafights 23.15 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 0.05 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 1.15 Hokej na lodzie - NHL 2017 Winnipeg Jets - St. Louis Blues 37 12.05 boks - Megafights 13.50 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 15.50 Koszykówka kobiet - Eliminacje ME 2019. Estonia - Polska 17.55 Olimpijski Dzień podsumowanie 18.30 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 19.05 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Bayer 04 Leverkusen - SV Werder Bremen 2 20.40 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 22.50 Koszykówka kobiet - Eliminacje ME 2019. Estonia - Polska 17.55 Olimpijski Dzień podsumowanie 18.30 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 19.05 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Bayer 04 Leverkusen - SV Werder Bremen 2 12.10 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 14.10 Sport w filmie dok. 15.10 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 17.20 Magazyn Piłkarski FIFA - Rosja 2018 - magazyn 17.50 Tenis stołowy - Liga Mistrzyń. KTS ENEA Siarka Tarnobrzeg - Lienz AG Frosberg 21.00 Olimpijski Wieczór 21.30 boks - Megafights 23.15 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 0.05 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 1.15 Hokej na lodzie - NHL 2017 Tampa Bay Lightning - Los Angeles Kings 38 3.50 Zakończenie dnia

PSN

7.00 7. strefa - magazyn siatkarski 9.00 Piłka nożna Liga holenderska: Feyenoord - FC Groningen 11.00 Siatkówka Liga Mistrzyń: Imoco Volley Conegliano - Fenerbahce SK Stambuł 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Gala Tygodnika „Piłka Nożna" 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Siatkówka Liga Mistrzyń: VakifBank Stambuł - Dinamo Moskwa 17.00 Polsat Sport News flash 17.07 Siatkówka Liga Mistrzyń: CSM Volei Alba Blaj - ASPTT Mulhouse VB 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Piłka nożna Liga holenderska: Sparta Rotterdam - PSV Eindhoven 21.50 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 23.30 Piłka nożna Liga holenderska: Roda JC - Ajax Amsterdam 1.30 Siatkówka Puchar Polski: finał

EUROSPORT

8.15 Narciarstwo Dowolne, Pjongczang Jazda po muldach 9.00 Łyżwiarstwo figurowe, Pjongczang 10.45 Skoki narciarskie, Pjongczang HS 106 112.00 Zimowe Igrzyska Olimpijskie, Pjongczang Ceremonia otwarcia 14.15 Skoki narciarskie, Pjongczang HS 106 15.00 Łyżwiarstwo figurowe, Pjongczang 16.30 Zimowe Igrzyska Olimpijskie, Pjongczang Ceremonia otwarcia 18.00 Kolarstwo. Tour of Dubai Etap 4. 20.00 Igrzyska Olimpijskie: Olimpic Extra 20.30 Sporty zimowe. Lindsey Vonn 20.40 Narciarstwo Dowolne, Pjongczang Jazda po muldach 21.00 Zimowe Igrzyska Olimpijskie, Pjongczang Ceremonia otwarcia 23.00 Łyżwiarstwo figurowe, Pjongczang Program dowolny

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.00 Panorama Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Serwis Info 18.00 Panorama 18.30 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.54 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 21.49 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 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

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Warto zauważyć... 12.50 Kościół w potrzebie 13.20 Siódmy sakrament 13.45 Ocalić od zapomnienia 13.55 Święty na każdy dzień 14.00 Józef z Egiptu 14.40 Edward Stachura z tego świata 15.30 Wierzę w Boga 15.45 Spotkania z ekologią 16.00 Informacje dnia 16.10 Próba wiary 17.00 Z Parlamentu Europejskiego 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 18.55 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" 19.00 Msza Święta w intencji Ofiar katastrofy smoleńskiej 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 Modlitwa o pokój 23.40 Kosmos kolejnego lata - horror, USA, 2006, rez. Sylvain White

TVP KULTURA

8.10 Kronos - magazyn 9.00 Informacje kulturalne 9.25 Kocie ślady - film TVP 11.00 Dom - serial 14.30 Jak zdobyć pieniądze, kobiety i sławę - film TVP 15.30 Koncert - Muzyka w Opactwie Mischa Maisky 16.15 Nienasyceni 5 - magazyn 16.45 Ferdydurke - dramat 18.30 Rujnowanie pamięci - film dok. 19.40 Videofan - Portrety Lech Majewski 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Polowanie - dramat 22.20 Tygodnik Kulturalny 23.10 Dziennik filozofa 23.25 Earth, Wind & Fire Experience feat. Al McKay play Avo Session - koncert 0.55 Mareczku, podaj mi pióro - komedia 2.35 Informacje kulturalne 2.55 Polowanie - dramat

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 Kryminalni - serial kryminalny
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 Gotowe na wszystko III - serial
16.55 Zaklinacza duchów - serial
17.55 Kryminalni - serial kryminalny
19.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20.00 Moulin Rouge - musical, USA, Australia 2001, rez. Baz Luhrmann, wyk. Nicole Kidman, Ewan McGregor, John Leguizamo, Jim Broadbent, Richard Roxburgh
22.35 Z archiwum X - serial
23.40 Szczęśliwe święta - komedia, USA 2014, rez. Joe Swanberg, wyk. Anna Kendrick, Melanie Lynskey, Mark Webber, Lena Dunham, Joe Swanberg
1.30 Moc Magii
3.40 Druga strona medalu - talk show
4.10 Druga strona medalu - talk show
4.40 Druga strona medalu - talk show
5.10 Koniec programu

TTV

11.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 12.45 Detektywi. Na zlecenie 13.25 Kartoteka 14.25 Zamiana zon 15.45 Express 16.05 Uwagi! 16.25 Usterka 17.10 Cała prawda o jedzeniu 17.45 Express 18.00 Detektywi. Na zlecenie 18.45 Kartoteka 19.45 Express 20.05 Kossakowski. Być jak... 20.55 Ostre cięcie 21.45 Express 22.00 Defacto 22.30 Dzentelmeni i wieśniacy 23.30 Wojny magazynowe

TVP HISTORIA

11.10 Flesz historii (376) 11.30 Pewnego razu na Zachodzie (2) - cykl dok. 11.45 W mniejszości siła 12.55 Były, nie minęło 13.30 Sensacje XX wieku 14.25 Encyklopedia II wojny światowej - Goering - cykl dok. 14.55 Źródła naszej cywilizacji (6) - serial dok. 16.00 Historia Polski - Twórcy naszej tradycji - Norwid. Światło i mrok - cykl dok. 17.10 Taśmy bezpieki 17.40 Królowa Bona (4) - serial 18.50 Sensacje XX wieku 19.55 Były, nie minęło 20.30 Generałowie Hitlera (6) Udet. awiator - serial dok. 21.30 Miasto z morza (3) - serial 22.20 Spór o historię - 1920 - Przyjaciele i wrogowie - debata 23.00 Koniec świata - film dok. 23.50 Ośmiornica - s. 8 (3) - serial 1.05 Wojciech Cejrowski - boso 1.30 Działo się w Krakowie - felieton 1.35 Miasto z morza (3) - serial

TVP 1

5.20 Jaka to melodia?
5.55 Dzień dobry Polsko!
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Rodzinny ekspres - magazyn
9.15 Ojciec Mateusz (196) - O mały włos - serial
10.10 Dr Quinn - seria III (21) - serial
11.05 IO Pjongczang 2018 - studio
11.55 IO Pjongczang 2018 - Ceremonia Otwarcia
14.05 IO Pjongczang 2018 - studio
15.00 IO Pjongczang 2018 - studio
15.45 Wiadomości, Pogoda
16.10 Halo, tu Pjongczang (2)
16.30 IO Pjongczang 2018 - skrót wydarzeń
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 IO Pjongczang 2018 dzień na igrzyskach
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości
20.00 Sport
20.05 Pogoda
20.15 Hit na sobotę - Do utraty sił – dramat, USA, rez. Antoine Fuqua, wyk. Jake Gyllenhaal, Rachel McAdams, Forest Whitaker, Clare Foley, Naomie Harris
22.25 Stażyści - komedia, USA, rez. Shawn Levy, wyk. Owen Wilson, Vince Vaughn, John Goodman, Rose Byrne, Max Minghella
0.35 Dlaczego porwałam swojego szefa - komedia, Niemcy, rez. Peter Gersina, wyk. Julia Hartmann, Stephan Luca, Matthias Komm, Luc Feit
2.10 IO Pjongczang 2018 - studio
2.55 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo alpejskie - zjazd M
4.55 IO Pjongczang 2018 - studio
5.25 IO Pjongczang 2018 - snowboard - slopestyle K - eliminacje
5.35 IO Pjongczang 2018 - curling MIX pary
5.45 Zakończenie dnia

TVP SPORT

8.00 Hokej na lodzie - NHL 2017 . Winnipeg Jets - St. Louis Blues 37 12.05 boks - Megafights 13.50 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . FC Schalke 04 - VfL Wolfsburg 4 15.50 Koszykówka kobiet - Eliminacje ME 2019. Estonia - Polska 17.55 Olimpijski Dzień podsumowanie 18.30 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Czechy 19.05 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F . Bayer 04 Leverkusen - SV Werder Bremen 2 21.00 Olimpijski Dzień 21.30 Football's Greatest stage - film 22.00 Wielkie walki bokserskie 23.00 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour, Boston 1.05 Hokej na lodzie - NHL 2017 . Tampa Bay Lightning - Los Angeles Kings 38 3.50 Zakończenie dnia

PSN

7.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 8.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 9.00 Siatkówka PluSLiga 11.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 12.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Koszykówka Euoliga 17.00 Polsat Sport News flash 17.07 Magazyn FIS snowboardowy 18.00 Studio Pjongczang 2018 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Magazyn FIS narciarski 19.40 Piłka nożna Liga holenderska: Sparta Rotterdam - PSV Eindhoven 21.50 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 23.30 Piłka nożna Liga holenderska: Roda JC - Ajax Amsterdam 1.30 Siatkówka Puchar Polski: finał

EUROSPORT

3.00 Snowboard. Zimowe Igrzyska Olimpijskie 8.05 Biegi narciarskie, Pjongczang 9.15 Snowboard, Pjongczang Slopestyle 10.10 Biegi narciarskie, Pjongczang 11.00 Sanki, Pjongczang Pierwszy przejazd męczyzn 12.05 Biathlon, Pjongczang Sprint kobiet 7, 5 km 13.40 Skoki narciarskie, Pjongczang HS 106 15.30 Igrzyska Olimpijskie: Olimpic Extra 16.00 Biegi narciarskie, Pjongczang 16.30 Biathlon, Pjongczang 17.00 Skoki narciarskie, Pjongczang HS 106 18.00 Pjongczang, Najciekawsze wydarzenia 18.30 Hokej na lodzie, Pjongczang 19.00 Narciarstwo klasyczne. Pjongczang, 20.00 Igrzyska Olimpijskie: Olimpic Extra 21.30 Biathlon, Pjongczang 22.15 Biegi narciarskie, Pjongczang

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.00 Panorama Info 16.50 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Studio Wschód -

TVP 1

7.00 Transmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.40 Ziarno – Piękna Pani – magazyn
9.15 Jak to działa (146) – magazyn
9.45 Sonda 2 – program popularno-naukowy
10.10 Zakochaj się w Polsce (58) – Kołobrzeg – magazyn
10.45 Na imię miał Franciszek (4) – film biograficzny
11.40 Sekrety mnichów – Samodzielność – rozmowa
11.55 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem
12.55 IO Pjongczang 2018 - SankiM ślizg 4 - FINAŁ
13.30 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo dowolne - muldy K
15.20 Poldark - Wichry losu - seria II (7) - serial
16.25 Halo, tu Pjongczang (4)
16.40 IO Pjongczang 2018 - skrót wydarzeń
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Jaka to melodia?
18.25 IO Pjongczang 2018 - dzień na łgrzyskach
19.30 Wiadomości, Sport, Pogoda
20.15 Blondynka (73) - serial
21.10 Dlaczego porwałam swojego szefa - komedia, Niemcy, rez. Peter Gersina, wyk. Julia Hartmann, Stephan Luca, Matthias Komm, Luc Feit
22.50 Droga do zapomnienia - dramat, Australia, Wielka Brytania, rez. Jonathan Teplitzky, wyk. Colin Firth, Nicole Kidman, Stellan Skarsgaard, Jeremy Irvine
0.55 Na imię miał Franciszek - odc. 4 - film biograficzny, Niemcy, Włochy
1.50 IO Pjongczang 2018 - narty alpejskie - Gigant K
4.20 IO Pjongczang 2018 - łyżwiarstwo figurowe - TEAM EVENT
5.40 IO Pjongczang 2018 - narty alpejskie - Gigant K - 2

TVP 2

5.55 Słowo na niedzielę - Grzechy na widoku
6.06 IO Pjongczang 2018 - snowboard - slopestyle K - eliminacje
7.10 IO Pjongczang 2018 - biegi narciarskie skiathlon M 15km / 15km, snowboard - slopestyle K - eliminacje, łyżwiarstwo szybkie 5000M
8.40 IO Pjongczang 2018 - łyżwiarstwo szybkie 5000M para 1 - 6
8.55 IO Pjongczang 2018 - studio
9.10 IO Pjongczang 2018 - łyżwiarstwo szybkie 5000 M para 7 - 12
10.10 IO Pjongczang 2018 - studio
10.20 IO Pjongczang 2018 - hokej K, sanki M ślizg 3
11.00 IO Pjongczang 2018 - studio
12.10 IO Pjongczang 2018 - biathlon sprint M 10km, saneczkarstwo ślizg 1
14.00 Familiada - teleturniej
14.40 Koło fortuny (141) - teleturniej
15.20 Na dobre i na złe (214) - serial
16.25 The Voice Kids - Bitwa - widowisko muzyczne
18.00 Panorama
18.30 Sport Telegram
18.40 Pogoda
18.55 Na sygnale (175) - Terroysta - serial fabularzowany TVP
19.25 Rodzinka.pl (223) - W mieszczańskich okowach - serial
20.05 Pamięć absolutna - film science fiction, USA, rez. Paul Verhoeven, wyk. Arnold Schwarzenegger, Sharon Stone, Ronny Cox, Michael Ironside
22.15 Kino bez granic - Sierpień w hrabstwie Osage - film obyczajowy, USA
1.35 IO Pjongczang 2018 - studio
1.55 IO Pjongczang 2018 - snowboard - slopestyle K - Finał
3.45 IO Pjongczang 2018 - studio
4.55 Koło fortuny (57) - teleturniej
4.30 Zakończenie dnia

TVN

5.15 Uwaga! - program interwencyjny
5.45 Mango - Telezakupy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Domowe rewolucje
12.00 Co za tydzień - magazyn
12.30 Drzewo marzeń
13.35 Hobbit: Niezwykła podróż - film przygodowy, USA, Nowa Zelandia 2012, rez. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Ian McKellen, Richard Armitage, Ken Stott
17.00 Jak ukraść księżyc - komedia, USA, Francja 2010, rez. Pierre Coffin, Chris Renaud, wyk. Steve Carell, Jason Segel, Russell Brand, Julie Andrews
19.00 Fakty, Pogoda
19.40 Raport smogowy
19.45 Uwaga! - program interwencyjny

20.00 Hobbit: Pustkowie Smauga - film przygodowy, USA, Nowa Zelandia 2013, rez. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, Martin Freeman, Richard Armitage, Ken Stott, Orlando Bloom
23.20 Harry Potter i Książę Półkrwi - film przygodowy, Wielka Brytania, USA 2009, rez. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Michael Gambon, Helena Bonham Carter, Jim Broadbent, Robbie Coltrane
2.30 MasterChef - program rozrywkowy
4.00 Uwaga! - program interwencyjny
4.20 Moc Magii
5.35 Nic straconego

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
7.35 MY3 - program dla dzieci
8.05 Jeździcy smoków
8.35 Dragons Race to the Edge
9.05 Zakochany Madagaskar - film anim., USA, 2013, rez. David Soren
9.35 101 dalmatyńczyków - film anim.
11.25 Karate Kid 2 - film familijny
13.45 Sezon na misia - film anim.
15.40 Duże dzieci - komedia, USA
17.50 Nasz nowy dom
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w Państwie
20.00 XXII Rybnicka Jesień Kabaretowa - Ryjek 2017

23.00 Ścigana - film akcji, USA, 2011, rez. Steven Soderbergh, wyk. Antonio Banderas, Gina Carano, Ewan McGregor, Michael Douglas, Michael Fassbender Mallory Kane jest świetnie wyszkoloną tajną agentką. Pracuje dla prywatnej firmy wynajmowanej przez CIA do brudnej roboty. Amerykański wywiad ma do niej pełne zaufanie i powierza jedynie misje najwyższej rangi. Za pośrednictwem przełożonego Kennetha Mallory otrzymuje zlecenie uwolnienia azjatyckiego zakładnika w Barcelonie.
1.00 Skarb narodów: Księga tajemnic - film przygodowy, USA, 2007, rez. Jon Turteltaub, wyk. Justin Bartha, Ed Harris, Helen Mirren, Jon Voight, Diane Kruger, Nicolas Cage
3.45 Tajemnice losu

TVP SPORT

8.00 Hokej na lodzie - NHL 2017 . Tampa Bay Lightning - Los Angeles Kings 38
9.00 Hokej na lodzie - NHL 2017 . Tampa Bay Lightning - Los Angeles Kings 38
10.05 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour, Boston
12.00 Wielkie walki bokserskie
13.00 Koszykówka kobiet - Eliminacje ME 2019. Estonia - Polska
14.45 Hokej na lodzie - PHL, 40.kolejka.
17.40 Olimpijski Dzień podsumowanie
18.15 Lekkoatletyka - mityng w skoku o tyczce, Szczecin
21.05 Olimpijski Dzień
21.35 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Romania
22.35 Lekkoatletyka - mityng w skoku o tyczce, Szczecin

PSN

7.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
8.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
9.00 Siatkówka Liga Mistrzyń
10.00 Siatkówka Liga Mistrzyń
11.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
12.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
13.00 Polsat Sport News flash
13.07 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
15.00 Polsat Sport News flash
15.07 Koszykówka Energa Basket Liga: MKS Dąbrowa Górnicza - Polpharma Starogard Gdański
17.00 Polsat Sport News flash
17.07 Magazyn FIS narciarski
18.00 Studio Pjongczang 2018
19.00 Polsat Sport News flash
19.07 Magazyn FIS
20.00 Magazyn FIS
21.20 Siatkówka Liga Mistrzyń
23.30 Piłka nożna Liga holenderska
1.30 Siatkówka Puchar Polski

EUROSPORT

Zimowe Igrzyska Olimpijskie, Pjongczang 3.00 Narciarstwo Alpejskie 4.30 Łyżwiarstwo figurowe 6.30 Snowboard 7.15 Biegi narciarskie 9.00 Wiadomości Olimpijskie 9.05 Łyżwiarstwo Szybkie10.15 Narciarstwo Alpejskie 10.45 Sanki 12.05 Biathlon 13.45 Narciarstwo Dowolne 14.30 Sank 15.00 Narciarstwo Alpejskie 15.30 Igrzyska Olimpijskie: Olimpic Extra 16.00 Biegi narciarskie 16.30 Biathlon 17.00 Narciarstwo Alpejskie 18.00 Zimowe Igrzyska Olimpijskie Najciekawsze wydarzenia 18.30 Hokej na lodzie 19.00 Narciarstwo klasyczne 20.00 Igrzyska Olimpijskie: Olimpic Extra 21.05 Narciarstwo Dowolne 21.15 Skoki 21.45 Narciarstwo Alpejskie 22.15 łyżwiarstwo figurowe 23.00 Najciekawsze wydarzenia

TVP 1

6.50 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo alpejskie - kombinacja M slalom
8.30 Wiadomości, Pogoda
8.45 Kwadrans polityczny
9.15 The Wall. Wygraj marzenia - /20/ - teleturniej
10.05 IO Pjongczang 2018 - short track - 500K, 1000M, sztafeta M
11.25 IO Pjongczang 2018 - short track - 500K, 1000M, sztafeta M, łyżwiarstwo szybkie - 1500M para 1 - 9
12.55 IO Pjongczang 2018 - łyżwiarstwo szybkie - 1500M para
13.50 IO Pjongczang 2018 - curling MIX pary - FINAŁ - hokej na lodzie K USA - RUS
15.35 IO Pjongczang 2018 - short track - 500K, 1000M
16.15 Halo, tu Pjongczang (6)
16.30 IO Pjongczang 2018 - skrót wydarzeń
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3261) - telenowela
18.30 Korona królów (27) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości, Pogoda, Sport
20.35 S. W. A. T. - Jednostka specjalna. (12) - serial
21.35 Magazyn Śledczy
22.10 Weterani. Wyrwani śmierci - /6/ - cykl dok.
22.40 Uwięzione (7) - serial
23.40 Gwardia (2) - serial
0.35 Miłość w przejściu podziemnym - film TVP rez. Janusz Majewski, wyk. Wojciech Malajkat, Joanna Liszowska, Karolina Gruszka, Marta Klubowicz, Marcin Troński, Małgorzata Socha, Tomasz Sapryk
1.45 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo alpejskie - slalom K - 1 przejazd
4.00 Borys Niemcow. Śmierć w cieniu Kremla - film dok.

TVP 2

6.05 Rodzinka.pl (15) - Hazard - serial komediowy
6.40 Szlakiem białostockich Luteran
7.05 M jak miłość (225)
8.00 Pytanie na śniadanie
9.10 IO Pjongczang 2018 - biegi narciarskie - sprint K i M - eliminacje
11.25 IO Pjongczang 2018 - saneczkarstwo 1K - ślizg
11.55 IO Pjongczang 2018 - biegi narciarskie - sprint K i M
14.00 IO Pjongczang 2018 - saneczkarstwo 1K - ślizg 4
14.55 Taka to robota czyli kabaretowy przegląd zawodów - Lekarz - program rozrywkowy
15.30 M jak miłość (1350) - serial
16.30 Koło fortuny (143) - teleturniej
17.10 Meandry uczuć (48) - serial
18.00 Panorama, Sport, Pogoda
18.55 Rodzinka.pl (22) - serial
19.35 Barwy szczęścia (1801) - serial
20.05 Barwy szczęścia (1802) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.50 M jak miłość (1351) - serial
21.45 Kulisy serialu „M jak miłość"
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.00 Świat bez fikcji - Jak znaleźć miłość we Internecie - film dok. rez. Helen Williamson
0.05 Midnight Sun (5) - serial kryminalny, Szwecja, Francja
1.10 Midnight Sun (6) - serial kryminalny, Szwecja, Francja
2.10 IO Pjongczang 2018 - studio
2.25 IO Pjongczang 2018 - snowboard - halfpipe M - Finał
4.15 Cesarskie cięcie - komedia, rez. Stanisław Moszuk, wyk. Alicja Migulanka, Renata Pękul, Roman Kłosowski, Krzysztof Kowalewski, Bożena Dykiel, Mariola Gładkowska, Wojciech Malajkat, Piotr Fronczewski, Dorota Kamińska
5.45 Zakończenie programu

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
19.45 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku

21.55 Zakochani - komedia, Polska 2000, wyk. Piotr Wereśniak, Magdalena Cielecka, Bartosz Opania, Katarzyna Figura, Jan Frycz, Beata Tyszkiewicz, Cezary Pazura, Olaf Lubaszenko
0.10 Walentynki - komedia, USA 2010, rez. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Jessica Alba, Anne Hathaway, Ashton Kutcher, Jessica Biel, Bradley Cooper, Patrick Dempsey, Hector Elizondo, Jamie Foxx, Kathy Bates, Jennifer Garner
2.40 MasterChef - program rozrywkowy
4.10 Moc Magii
5.05 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

20.05 Anioły i demony - thriller, USA, 2009, rez. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Pierfrancesco Favino, Armin Mueller - Stahl, Stellan Skarsgard Robert Langdon, wykładowca na Harvardzie, znawca symboli, zostaje pilnie wezwany do położonego koło Genewy centrum badań jądrowych. Jego zadaniem jest zidentyfikowanie zagadkowego wzoru wypalonego na ciele zamordowanego fizyka.
23.00 W stronę słońca - thriller sensacyjny, USA, 2005, wyk. Steven Seagal, Matthew Davis, Takao Osawa, Eddie George
1.10 Tata kontra tata - komedia, USA, 2015, rez. Sean Anders, wyk. Linda Cardellini, Mark Wahlberg, Owen Vaccaro, Scarlett Estevez, Thomas Haden Church, Will Ferrell
Spokojny i rodzinny Brad zawsze marzył, żeby się ustatkować i być ojcem. Pewnego dnia jego życzenie się spełnia. Mężczyzna zostaje ojczymem dwójki uroczych dzieci, które jego ukochana ma z poprzedniego związku. Wszystko idzie nieźle do czasu, kiedy ich prawdziwy ojciec - przystojny i niefrasobliwy Dusty - postanawia zawitać do miasta i odwiedzić pociechy. Rozpoczyna się rywalizacja. Panowie dwoją się i troją, aby rozkochać w sobie dzieci.
22.45 Faceci w czerni 2 - komedia sci - fi, USA, 2002
0.40 Kochankowie z Księżyca - komediodramat, USA, 2012
2.40 Tajemnice losu

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.00 Panorama Info
16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Serwis Info 18.00 Panorama 18.30 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.54 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 21.49 Bez retuszu - magazyn 23.00 INFO Wieczór 23.30 Magazyn Śledczy 0.00 Serwis Info weekend 0.20 Woroniczа 17 1.20 Woroniczа plus 2.05 Nie da się ukryć - magazyn 2.33 Flesz Info Wieczór 2.53 Minęła 20ta 3.55 Wiadomości 4.22 Gość Wiadomości 4.50 Podróże z historią (9) - cykl dok.

TV TRWAM

11.45 Młodzi Światu - Kazik 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Trinity Goodheart 13.50 Przypowieści Jezusa - Dobry Samarytanin 14.00 Wielkie serce Jack 15.40 Trzy wyspy - trzy światy 16.30 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Na zdrowie 16.30 Liturgia Słody Popielcowej z Watykanu. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 40 dni z Duchem Świętym 19.30 Przygody Mobilków 19.45 Muzyka z telefoniczny 19.55 Ave Maria - Lourdes 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 Ora pro nobis 22.30 Dzienniki Świata 23.00 Dziennik filozofa 23.45 Ojczyzna 0.00 Wieczór z Ewangelią 1.00 Wojciech Cejrowski - boso 1.55 Wojenna narzeczona (2) - serial 2.35 Mumia Lenina obiekt specjalny w sercu Rosji - dokument 23.40 Pomiędzy wiki - dramat, rez. Janusz Janiszewski, wyk. Piotr Dejmek, Katarzyna Gniewkowska, Grażyna Szapołowska, Zygmunt Bielawski 1.20 Wojciech Cejrowski - boso 1.55 Wojenna narzeczona (2) - serial 2.40 Nieznana Białoruś. - Linia Stalina na dłoni dziecięcej

TVP HISTORIA

11.10 Ziemia - Podwodny świat cz. 17 11.10 Ziemia - Podwodny świat cz. 17 11.40 Mała Moskwa - dramat 13.45 Sensacje XX wieku - "Historia nikczemności" 14.50 Encyklopedia II wojny światowej - Wojna i gospodarka, cz. 2 - cykl dok. 15.20 Spór o historię - Jałta 1945 - debata 16.00 Egipt, cz. 3 Faraon i siłacz - serial 17.00 Ex Libris (330) - magazyn 17.25 Flesz historii (376) 17.45 Królowa Bona (6) - serial 19.00 Sensacje XX wieku - Tajna sprawa 19.55 Wielka bitwa - mnóstwo 20.30 Najdziwniejsza broń na świecie - Broń superszpiegów (6) - serial dok. 21.35 Wojenna narzeczona (1) - serial 22.40 Jak nie wiadomo o co chodzi... - film dok. 23.35 Lady Liberty. Narodziny Symbolu. - dokument 1.15 Wojciech Cejrowski - boso 1.45 Wojenna narzeczona (1) - serial 2.45 Zakończenie dnia

Niedziela, 11.02.2018

TVN 7

5.50 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.50 Mango - Telezakupy
8.55 Dwóch i pół - serial
9.25 Gotowe na wszystko III - serial
11.25 Kryminalni - serial kryminalny
13.30 Zaklinaczka duchów - serial
14.30 Rango - komedia, USA 2011, rez. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Isla Fisher, Abigail Breslin, Ned Beatty, Bill Nighy, Harry Dean Stanton
16.45 Piękna i Borys bestia - komedia, USA 1997, rez. Ken Kwapis, wyk. Fran Drescher, Timothy Dalton, Ian McNeice, Patrick Malahide, Lisa Jakub, Michael Lerner
19.00 Zabójcza broń - serial
20.00 Torque: Jazda na krawędzi - film sensacyjny, USA 2004, rez. Joseph Kahn, wyk. Martin Henderson, Ice Cube, Monet Mazur, Adam Scott, Matt Schulze, Jaime Pressly
21.45 Zabójcza broń - serial
22.50 Uciekcza z Nowego Jorku - film S - F, USA 1981, rez. John Carpenter, wyk. Kurt Russell, Lee Van Cleef, Ernest Borgnine, Donald Pleasence, Isaac Hayes, Season Hubley, Harry Dean Stanton
0.55 Moc Magii
3.05 Druga strona medalu - talk show
5.05 Koniec programu

PULS

6.00 Skorpion - serial
6.55 Allo Allo! - serial
8.35 Przygody Merlina - serial
10.40 Powrót do przyszłości - film przygodowy, USA 1985
13.00 Najpiękniejsze baśnie: Mała Syrenka - film familijny, Niemcy
14.25 Najpiękniejsze baśnie: Błękitny ksiądz i wróżka Lupina - film familijny, Niemcy 2016, rez. Markus Dietrich, wyk. Friederike Kempter, Jonathan Berlin, Mechthild Großmann
15.40 Milioner w spodenkach - film familijny, USA 1994, rez. Rupert Wainwright, wyk. Brian Bonsall, Miguel Ferrer, Karen Duffy
17.30 Hellboy: Złota armia - film fantasy, USA 2008, rez. Toro del, wyk. Doug Jones, John Alexander, Ron Perlman, Selma Blair
20.00 Django - western, USA 2012, rez. Quentin Tarantino, wyk. Don Johnson, Jamie Foxx, Samuel L. Jackson, Christoph Waltz, Leonardo DiCaprio
23.20 Maczeta - film akcji, USA 2010, rez. Robert Rodriguez, Ethan Maniquis, wyk. Danny Trejo, Jessica Alba, Robert De Niro, Michelle Rodriguez
1.25 Wikingowie - serial
2.20 Allo Allo! - serial
3.40 Taki jest świat
4.20 Na jedwabnym szlaku

TV6

6.00 Taaaka ryba 7.00 Benny Hill 7.35 Galileo 8.40 Kacper i przyjaciele 9.40 Znak Smoka - film fantasy 11.40 Mistrz Ukrainy 14.05 Policjantki i Policjanci 15.05 Wymarzeni - komedia romantyczna 20.05 Wilczy mech 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 Pogromcy korporacji - film sci - fi, USA, 2013, rez. Henry Saine 1.00 Koszmarne tatuaże 2.00 Zagadki kryminalne

TVP SPORT

8.00 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F - podsumowanie 9.00 Piłka nożna - Puchar Niemiec. 1/4F - podsumowanie 10.00 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 7 11.45 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 8 13.30 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 9 14.30 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 9 15.30 Olimpijski dzień 15.55 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 10 17.30 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 1 19.30 Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 2 21.30 Piłka nożna - Towarzyski turniej juniorów U18. Polska - Norwegia 22.40 Olimpijski Wieczór 23.25 PN - Bayern TV 0.25 PN - Bayern TV 1.15 Zakończenie dnia

PSN

7.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018
9.00 Tenis ATP World Tour 500 Rotterdam 11.00 Futsal Mistrzostwa Europy 2018 13.00 Polsat Sport News flash 13.07 Koszykówka Euroliga 15.00 Polsat Sport News flash 15.07 Koszykówka Energa Basket Liga: MKS Dąbrowa Górnicza - Polpharma Starogard Gdański 17.00 Polsat Sport News flash 17.07 Magazyn FIS 18.00 Studio Pjongczang 2018 19.00 Polsat Sport News flash 19.07 Magazyn FIS 19.25 Siatkówka Liga Mistrzów: Berlin Recycling Volleys - Zenit Kazan 22.00 Siatkówka Liga Mistrzów: Knack Roeselare - Cucine Lube Civitanova 23.00 Siatkówka Liga Mistrzów: Pack TheSaloniki Halkbank Ankara 1.30 Siatkówka PlusLiga

EUROSPORT

Zimowe Igrzyska Olimpijskie, Pjongczang 3.00 Snowboard 3.30 Narciarstwo Alpejskie 5.00 Snowboard 7.00 Narciarstwo Alpejskie 8.15 Wiadomości olimpijskie 8.30 Snowboard 9.15 Biegi narciarskie 10.45 Short track 11.15 Wiadomości olimpijskie 11.30 Sanki 11.45 Biegi narciarskie 13.45 Łyżwiarstwo Szybkie 14.45 Sanki 15.30 Olimpic Extra 16.00 Biegi narciarskie 16.30 Narciarstwo Alpejskie 17.00 Short track 17.30 Sanki 18.00 Najciekawsze wydarzenia 18.30 Hokej na lodzie 19.00 Narciarstwo klasyczne 20.00 Olimpic Extra 20.55 Sporty zimowe. Lindsey Vonn 21.05 Short track 21.30 Narciarstwo Alpejskie 22.00 Sanki 22.30 Short track 23.00 Najciekawsze wydarzenia

Poniedziałek, 12.02.2018

TVN 7

5.20 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.20 Szpital - program obyczajowy
7.15 Sąd rodzinny - program sądowy
8.15 Zaklinaczka duchów - serial
9.10 Kryminalni - serial kryminalny
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 Gotowe na wszystko III - serial
16.55 Zaklinaczka duchów - serial
17.55 Kryminalni - serial kryminalny
19.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20.00 Czysta gra - film sensacyjny, USA 1995, rez. Andrew Sipes, wyk. William Baldwin, Cindy Crawford, Steven Berkoff, Christopher McDonald, Salma Hayek
22.00 Nie z tego świata - serial
23.05 Paranormal Activity II - horror, USA 2010, rez. Todd Williams, wyk. Brian Boland, Molly Ephraim, Katie Featherston, Seth Ginsberg
0.55 Moc Magii
2.55 Druga strona medalu - talk show
3.25 Druga strona medalu - talk show
3.55 Druga strona medalu - talk show
4.25 Druga strona medalu - talk show
4.55 Koniec programu

PULS

6.00 To moje życie! - telenowela
7.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
8.00 Gliniarz i prokurator - serial
9.00 Kobra - oddział specjalny - serial
10.00 Magnum, PI. - serial
11.00 Kobra - oddział specjalny - serial
12.00 Agenci NCIS: Los Angeles - serial
12.55 Agenci NCIS: Los Angeles - serial
13.50 Niedoręczony list - serial
14.45 Królowa Serc - telenowela
15.50 Gliniarz i prokurator - serial
16.45 13 Posterunek 2 - serial
17.25 13 Posterunek 2 - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Riot - film akcji, USA 2015
21.50 Żądza śmierci - thriller, Kanada, Rosja, USA 2009, rez. Jeff King, wyk. Laura Mennell, Steven Seagal, Mike Dopud, Igor Jijikine, Robert Wisden
23.50 Gabriel - film fantasy, Australia 2007, rez. Shane Abbess, wyk. Andy Whitfield, Dwaine Stevenson, Jack Campbell, Michael Piccirilli, Samantha Noble
2.05 Taki jest świat
2.55 Allo Allo! - serial
3.30 Allo Allo! - serial
4.05 Ale numer!
4.40 Na jedwabnym szlaku
5.05 Biesiada na cztery pory roku
5.35 Menu na miarę

TVP 1

7.10 IO Pjongczang 2018 - studio
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Okrasa łamie przepisy
9.20 Jaka to melodia?
10.15 Dr Quinn - seria III (22) - serial
11.10 Zagadka Hotelu Grand (37) - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn
12.45 IO Pjongczang 2018 - łyżwiarstwo szybkie - 1500K para 1 - 8
14.20 IO Pjongczang 2018 - łyżwiarstwo szybkie - 1500K
15.15 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo dowolne - Muldy M
16.15 Halo, tu Pjongczang (5)
16.30 IO Pjongczang 2018 - skrót wydarzeń
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Klan (3260) - telenowela
18.30 Korona królów (26) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości
20.10 Pogoda
20.10 Sport
20.35 Teatr Telewizji - RIO - spektakl teatralny, rez. Redbad Redbud Klynstra - Komarnicki, wyk. Emilia Komarnicka - Klynstra, Redbad Klynstra - Komarnicki
21.55 Fotograf - dramat, rez. Waldemar Krzystek, wyk. Tatiana Arntgolts, Aleksandr Baluev, Agata Buzek, Sonia Bohosiewicz, Tomasz Kot, Adam Woronowicz
23.55 Kocham Cię jak Irlandię
0.55 IO Pjongczang 2018 - curling - pary MIX - 3 miejsce
3.25 IO Pjongczang 2018 - narciarstwo alpejskie - kombinacja M zjazd
5.15 IO Pjongczang 2018 - snowboard - Halfpipe M kwalifikacje
6.50 Zakończenie dnia

TVP 2

5.10 IO Pjongczang 2018 - snowboard - Halfpipe K - eliminacje
7.25 Rodzinka.pl (14) - Marzenia Kacperka - serial komediowy
8.00 Pytanie na śniadanie
10.40 Panorama
10.50 IO Pjongczang 2018 - biathlon bieg pościgowy K 10km
12.00 IO Pjongczang 2018 - saneczkarstwo K
12.55 IO Pjongczang 2018 - biathlon bieg pościgowy M 12, 5km
13.45 IO Pjongczang 2018 - skoki narciarskie K NH
15.30 Tygrysy Europy (14) - Tygrysy nie płacą - serial komediowy
16.30 Koło fortuny (142) - teleturniej
17.10 Meandry uczuć (47) - serial
18.00 Panorama
18.35 Sport Telegram
18.45 Pogoda
18.55 Rodzinka.pl (21) - serial
19.35 Barwy szczęścia (1800 - 1801) - serial odcinkowy
20.40 Kulisy serialu Barwy szczęścia
20.50 M jak miłość (1350) - serial
21.40 Kulisy serialu „M jak miłość"
21.55 Midnight Sun (5 - 6) - serial
0.10 Czy świat oszalał? - Skrajna prawica. neonaziści w Niemczech - film dok.
1.00 Taka to robota czyli kabaretowy przegląd zawodów - Urzędnik - program rozrywkowy, rez. Beata Harasimowicz
1.20 Taka to robota czyli kabaretowy przegląd zawodów - Policjant - program rozrywkowy, rez. Beata Harasimowicz
1.40 IO Pjongczang 2018 - snowboard - Halfpipe K - Finał
3.45 Sierpień w hrabstwie Osage - film obyczajowy, USA, rez. John Wells, wyk. Meryl Streep, Julia Roberts, Juliette Lewis, Julianne Nicholson, Chris Cooper, Ewan McGregor, Dermot Mulroney
5.50 Zakończenie programu

TVN

5.40 Uwaga! - program interwencyjny
6.15 Mango - Telezakupy
7.25 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn ogrodniczy
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
19.45 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku

20.15 Na Wspólnej - serial obyczajowy
20.55 Milionerzy
21.30 Życie bez wstydu - reality show
22.30 Projekt Lady
23.30 Deja Vu - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania 2006, rez. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Paula Patton, Val Kilmer, Jim Caviezel, Bruce Greenwood, Elle Fanning
2.05 Co za tydzień - magazyn
2.35 The Following II - serial
3.35 Moc Magii
4.55 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 MEGA HIT - Skarb narodów: Księga tajemnic - film przygodowy, USA, 2007, rez. Jon Turteltaub, wyk. Justin Bartha, Ed Harris, Helen Mirren, Jon Voight, Diane Kruger, Nicolas Cage Benjamin Franklin Gates, po odkryciu tajemnicy templariuszy, został najbardziej znanym w USA poszukiwaczem skarbów, choć sam woli określenie „obrońca skarbów". Tym razem wraz z ojcem, Patrickiem, profesorem uniwersytetu, odnajdują osiemnaście zagnionych kart z dziennika Johna Wilkesa Bootha, zabójcy prezydenta Abrahama Lincolna.
22.50 Arbitraż - thriller, Polska, USA, 2012, rez. Nicholas Jarecki
1.20 Anioły i demony - thriller, USA, 2009, rez. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor
4.05 Kabarety

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 16.00 Panorama Info
16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Serwis Info 18.00 Panorama 18.30 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.54 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 21.49 Bez retuszu - magazyn 23.00 INFO Wieczór 23.30 Magazyn Śledczy 0.00 Serwis Info weekend 0.20 Woroniczа 17 1.20 Woroniczа plus 2.05 Nie da się ukryć - magazyn 2.33 Flesz Info Wieczór 2.53 Minęła 20ta 3.55 Wiadomości 4.22 Gość Wiadomości 4.50 Podróże z historią (9) - cykl dok.

TV TRWAM

11.35 Młodzi Światu - Ola 11.50 Retrospekcja 11.55 Zwięty na każdy dzień 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Warto zauważyć

LODOWISKO

BRZEG DOLNY, UL. WILCZA 8

TEREN PRZY KHS ROKITA

CZYNNE OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU W GODZ. 15.00-20.00
W SOBOTY I NIEDZIELE W GODZ. 12.00-20.00

CENNIK:

BILET NORMALNY	6,00 ZŁ
BILET W ULGOWY	3,00 ZŁ
BILET SZKOLNY GRUPOWY (MIN. 12 OSÓB)	2,00 ZŁ
KARNET NORMALNY (10 WEJŚĆ)	50,00 ZŁ
KARNET ULGOWY (10 WEJŚĆ)	20,00 ZŁ
WYPOŻYCZENIE ŁYŻEW - BILET NORMALNY	5,00 ZŁ
WYPOŻYCZENIE ŁYŻEW - BILET ULGOWY	3,00 ZŁ
OSTRZENIE ŁYŻEW - (1 PARA)	6,00 ZŁ

KARTA DUŻEJ RODZINY – UPRAWNIENIA: BILET WSTĘPU ZA 60 MINUT – 2,00 ZŁ