

6-7

# Życie w rytm tanga

www.nj24.pl

nj

TYGODNIK Nr 28 (3131)

Rok 61, 9 lipca 2019

cena 2,90 zł (w tym Vat 8%)

PI ISSN 0208-6883

Nr indeksu 366870



nowiny  
jeleniogórskie



Budka Suflera śpiewa w swoim przeboju, że do „tanga trzeba dwojga”. To prawda, ale potrzeba także cierpliwości, pracowitości, zamiłowania i entuzjazmu. Wiedzą o tym członkowie jeleniogórskiej grupy Tango Karkonosze, których w pierwszy lipcowy weekend można było podziwiać podczas pokazów tanga argentyńskiego, odbywających się na placu Ratuszowym.

3

## Biznes porażony prądem



5

## Trener oskarżony o gwałty

11

## XXII Lwóweckie Lato Agatowe

- konkurs  
z nagrodami

**Skup aut**  
**Kasacja pojazdów**  
tel. 792 18 22 17; 607 232 330  
[www.bb-recykling.pl](http://www.bb-recykling.pl)

**BÜROSERVICE DANIEL BERLIN MAD**  
FINANSE I RACHUNKOWOŚĆ

**ZAKŁADANIE I PROWADZENIE FIRM  
W NIEMCZECH**

**ROZLICZENIA PODATKOWE**

**DLA FIRM I OSÓB PRYWATNYCH**

**Zgorzelec, ul. Iwaszkiewicza 15a/1**

**TEL. 75 613 89 54 WWW.BIURO-DANIEL.DE**

9 770 208 688 133 28



## Blog naczelnego

To już nie wymysły science fiction, sztuczna inteligencja coraz dobitniej odciska swoje piętno na naszym życiu. Do tego, że odpowiednie algorytmy podsuwają nam przed nos odpowiednie treści w internecie, zdążyliśmy się przyzwyczaić. I reklamy pojawiające się na ekranie naszego komputera, też nie są przypadkowe. Sztuczna inteligencja pomoże nam zaparkować samochód, a nawet podpowie, jakie zrobić zakupy do domu - po uprzednim zaprogramowaniu urządzenia i wpisaniu, co chcemy w kuchni upichcić. Niewątpliwie są to bardzo pomocne funkcje, jednak czasami wydaje mi się, że zbyt mocno odciążają nasz umysł.

Ostatnio na portalu poświęconym nowym technologiom przeczytałem, że trwają bardzo zaawansowane prace nad wyprodukowaniem już nie tylko sprytnego odbiornika telewizyjnego (czyli tzw. smart tv), ale inteligentnego urządzenia, które, znając nasze preferencje, będzie podpowiadać, jakie programy czy treści dostępne w systemie VOD mamy oglądać, gdyż one najbardziej będą zbliżone do naszych gustów.

Jeszcze bardziej przeraża mnie informacja, że na ukończeniu jest polski start-up, polegający na zautomatyzowanym systemie rekomendacji książek, który pomoże czytelnikom w wyborze najciekawszej powieści. Działające w oparciu o uczenie maszynowe rozwiązanie dobiera lekturę w oparciu o pogłębioną analizę treści. Proces ten ma trwać zaledwie kilka sekund, a skuteczność działania osiągnąć nawet na poziomie 90 proc. Jak twierdzą autorzy przedsięwzięcia, algorytmy są już zdolne do samodzielnego tworzenia tekstów, a w przyszłości mogą nawet same pisać powieści.

Te zapowiedzi dla mnie nie są absolutnie fantastyczne, gdyż opierają się na prostej zasadzie konsumpcji. Oglądamy film, czytamy książkę dla czystej przyjemności. Świat sztucznej inteligencji myśli za nas, dokonuje wyborów - a co z naszym myśleniem? Co z naszą umiejętnością dokonywania wyborów, samodzielnych ocen? Gdzie w tym świecie jest zawarty element edukacji, zaskoczenia, wysiłku intelektualnego?

Takie podejście do świata najnowszych technologii prowadzi wprost do wtórnego „analfabetyzmu intelektualnego”. Algorytmy będą dla nas przygotowywać „książkowe papki”, które będą jedynie schlebiam naszym oczekiwaniom, a nie staną się żadnym intelektualnym wyzwaniem. Taki model rozwoju nowych technologii będzie prowadził wprost do świata, o jakim można czytać w powieściach science fiction. Wyłoni się klasa polityczna, która przejmie pełnię władzy nad społeczeństwem. Ludzie nie będą w stanie ocenić ani ich skuteczności rządów, ani uczciwości władzy. Staną się bezwładną masą, której będzie można kształtować gusta nie tylko jako odbiorcy kultury, ale także wpływać na decyzje jako konsumentów oraz, przede wszystkim, jako wyborców, którzy nawet nie będą mieli pojęcia, że sztuczna inteligencja robi z człowieka bezwolnego dumia.

Andrzej Buda  
a.buda@nj24.pl

# Kolejne utrudnienia drogowe w okolicach Bolkowa

Dojechać do Kotliny Jeleniogórskiej od strony Wrocławia (i odwrotnie) w ciągu nadchodzących miesięcy będzie bardzo trudno. Przed nami kolejne utrudnienia, związane z budową obwodnicy Bolkowa. Prezydent Jerzy Łuźniak wytyka planującym tę inwestycję nieudolność i złą organizację. Do ratusza właśnie dotarło pismo z Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad Oddziału we Wrocławiu w sprawie drugiego etapu zmiany organizacji ruchu, związanej z budową obwodnicy Bolkowa.

GDDKiA planuje „wdrozenie II etapu organizacji ruchu”, co spowoduje, że zamknięty zostanie 600-metrowy odcinek DK nr 3 pomiędzy Starymi Rochowicami a Jeżowem. Z tym związana jest zmiana organizacji ruchu. Od 17 lipca wyznaczono objazd (w obydwu kierunkach) przez Wierchosławice, Pustelnik i Domanów, aż do Marciszowa, i dalej drogą wojewódzką przez Cielichanowice, Świdnik aż do Kaczorowa (na DK 3).

Jak długo potrwa drogowa morderka? Wykonawca zaplanował uzyskanie przejezdności przebudowanego odcinka DK nr 3 „przed okresem zimowym”.



Jerzy Łuźniak, prezydent Jeleniej Góry uważa, że przebudowa DK 3 koło Bolkowa jest prowadzona nieudolnie,

bez wyobraźni i z lekceważeniem użytkowników dróg oraz mieszkańców. Prace należało prowadzić z dwóch stron, to skróciłoby znacznie czas inwestycji. - Wyznaczony objazd jest

bardzo długi, a tamtejsze drogi nie są przystosowane do ruchu towarowego, zwłaszcza w trudnych, jesienno-zimowych warunkach - wskazuje.

Tekst i zdjęcie: (sad)



Od kilku dni hiszpańskie miasto Sort jest stolicą światowego kajakarstwa spod znaku salt i piruetów. Rozegrano już pierwsze konkurencje, przejazdy eliminacyjne, ćwierćfinały i kolejne rundy. O tytuły i medale mistrzostw globu rywalizują Zofia Tuła i Tomasz Czaplicki z Karkonoskiego Klubu Kajakowego. Ubiegłoroczni zwycięzcy Pucharu Świata w kajakowym freestyle'u chcą stanąć na podium. Mistrzowskie starty ze zmagani w Katalonii są transmitowane za pośrednictwem telewizji satelitarnej, na stronie Światowej Federacji Kajakowej ICF i w mediach hiszpańskich.

## Karkonoscy kajakarze mistrzami świata?

Przed najważniejszą imprezą dwójka z jeleniogórskiego klubu trenowała w Niemczech, Francji i w Stanach Zjednoczonych. Jak oceniali swoje przygotowania i medalowe szanse?

- Odwaliliśmy kawał dobrej roboty i na tyle, na ile mieliśmy możliwości, treningi i starty kontrolne przebiegały dobrze. Od naszych sukcesów w 2018 roku wodna arena w Sort uległa kompletnej przebudowie. Docelowo fala była gotowa dopiero tuż przed oficjalnymi treningami. Postawiliśmy na trening w różnych miejscach, aby być gotowymi na kilka wariantów. Odwój, w którym wystartujemy w konkurencji K1 kobiet i K1 mężczyzn, daje możliwość osiągnięcia wysokich wyników. Z drugiej strony jest bardzo wymagający i czasem nieprzewidywalny. W ciągu dnia poziom wody ulega lekkim wahaniom, co ma wpływ na jakość miejsca zawodów - ocenia Tomasz Czaplicki.

Zosia i Tomek najlepiej z polskich kadrowiczów spisali się w pierwszej konkurencji mistrzostw świata, w squirt boatingu. Kolejno zajęli szóste miejsce w kategorii K1SK i K1SM. Niewiele zabrakło do awansu do

pięcioposobowego finału. Trzeba zaznaczyć, że dla reprezentantów KKK to dodatkowa, nie koronna konkurencja. Startowali tylko dla tzw. przetarcia. Do tej dyscypliny używa się zupełnie innych kajaków niż do freestyle'u. Figury, które wykonują kajakarze, również różnią się od tych freestyle'owych. Dlaczego nasi zawodnicy dobierają sobie starty w innej kategorii?

- Starty na przetarcie to moim zdaniem dobry sposób na stopniowe wdrozenie się w realia dużej i prestiżowej imprezy - podkreśla dumna ze swojego występu Zofia Tuła. - To są mistrzostwa świata, każdy trenuje do nich ciężko i jest mnóstwo presji. Transmisje na żywo w TV i w internecie, wywiady i prezentacje. Fajne, aczkolwiek trudne miejsce rozgrywania zawodów, duża widownia i chęć pokazania całemu światu, co się potrafi. To wszystko składa się na potężną dawkę emocji, z którą trzeba umieć sobie poradzić podczas startu. Podobnie jak Tomek, staram się rozładować to ciśnienie stopniowo, startując również w squirt boatingu, żeby być nieco lżejszą emocjonalnie na mój główny start. Jestem spokojna z Tomkiem o nasz awans do kolejnych rund mistrzostw świata w Sort.

Henryk Stobiecki

## Wyroki za inwestycje przy ulicy Parkowej

Sąd Okręgowy w Jeleniej Górze wydał wyrok w sprawie trzech byłych urzędników Urzędu Miejskiego w Karpaczu, którzy zostali oskarżeni o przestępstwa związane z inwestycją o nazwie „Budowa ul. Parkowej w Karpaczu w II etapach - dotyczy budowy ulicy Parkowej na odcinku 775 m, tj. drogi o numerze 115702D” oraz z uzyskaniem i rozliczeniem dotacji na tę inwestycję.

W sprawie tej Prokuratura Okręgowa w Jeleniej Górze skierowała w lipcu 2018 roku akt oskarżenia do Sądu Okręgowego w Jeleniej Górze przeciwko 8 osobom, w tym przeciwko byłemu burmistrzowi

Karpacza. Troje z oskarżonych, przyznając się do popełnienia zarzucanych im czynów, wyraziło wolę poddania się karze uzgodnionej uprzednio z prokuratorem. Wskazany wyżej wyrokiem, Sąd Okręgowy w Jeleniej Górze podzielił przekonanie prokuratora o winie i sprawstwie wskazanych wyżej trojga oskarżonych i wymierzył byłemu kierownikowi Referatu Gospodarki Komunalnej i Inwestycji Urzędu Miejskiego w Karpaczu, byłemu skarbnikowi Gminy Karpacz oraz byłemu inspektorowi ds. dróg i mostów Referatu Gospodarki Komunalnej i Inwestycji Urzędu Miejskiego w Karpaczu kary 1 roku i 6 miesięcy pozbawienia wolności,

które zawieszono na okres próby wynoszący 3 lata. Sąd wymierzył także kary grzywny od 1950 do 3900 zł, zobowiązał też skazanych do informowania o przebiegu okresu próby.

Przypomnijmy, iż przedmiotowa inwestycja w Karpaczu związana była z przebudową ulicy Parkowej i budową tunelu w ciągu tej ulicy.

Zarzuty przedstawione w sprawie obejmowały popełnione w latach 2011 i 2012 przestępstwa przeciwko dokumentom, a także czyny związane z przedkładaniem Wojewodzie Dolnośląskiemu nierzetelnych dokumentów celem uzyskania nienależnej dotacji

w wysokości 1.947.894 zł 18 gr. Nieprawidłowości, których dopuszczono się w toku prowadzenia inwestycji, spowodowały konieczność zwrócenia Wojewodzie Dolnośląskiemu przez gminę Karpacz nienależnie pobranej dotacji w kwocie wskazanej powyżej. Gmina wywiązuje się z tego obowiązku, dokonując comiesięcznych spłat w wysokości ponad 50.000 zł miesięcznie.

Pozostałe osoby oskarżone w tej sprawie nie przynęły się do popełnienia zarzucanych im czynów i zostaną osądzone w odrębnym postępowaniu.

(sad)



**W biznesie coraz trudniej, ze wszystkich stron rosną koszty, piętrzą się problemy. Na końcu za te problemy zapłacimy my, konsumenci**

# Porażeni prądem

Wśród małych przedsiębiorców krąży anegdota o rozmowie z kandydatem na pracownika. Gdy w końcu pada pytanie: „Ile chciałby pan u mnie zarabiać?” i słyhać odpowiedź, że na początek najniższą krajową za 40-godzinny tydzień pracy, pracodawca popada w zadumę. - To więcej, niż zarabiam ja za 70-godzinny tydzień pracy... - analizuje. Tymczasem idą jeszcze cięższe czasy dla biznesu.

Koszty pracy rosną, ceny energii szczybują, przy zapowiedziach dalszych wzrostów, globalizacja dobija mniejszych, a większość rządząca szuka pieniędzy na kolejne „wyborcze”, a nie zawsze sprawiedliwe transfery socjalne. Wśród dużych grup społecznych utrwała się przekonanie, że praca jest nieopłacalna, bo można żyć z zasiłków na porównywalnym poziomie. Pomoc socjalna w relacji do PKB sytuuje nasz kraj wśród najhojniej rozdających gotówkę obywatelom, i to w dużej mierze z pominięciem kryteriów zamożności, czyli rzeczywistych potrzeb i sensu. Przy czym pobudzenie w ten sposób konsumpcji, choć przekłada się na sukces wyborczy rządzących, analitycy oceniają jako przejaw krótkowzrocznej polityki. Bonusy dobrej koniunktury właśnie przejadamy i trwonimy. Kiedy światowa gospodarka znajdzie się w fazie dekonunktury, wszyscy odczujemy z większą mocą złe skutki beztróskiego szastania naszymi pieniędzmi i licznych zaniedbań. Inflacja, drożyzna, brak strukturalnych reform choćby w służbie zdrowia - te i inne zjawiska objawiają się z całą siłą, drenując nasze kieszenie i wyrывая nas ze słodkiego, pisowskiego snu o potęgze.

Jedną z największych bolączek szefów firm w ostatnim czasie są drastyczne podwyżki cen energii elektrycznej. Przypomnijmy, że ceny energii na rynku hurtowym idą w górę, bo rosną ceny węgla oraz koszt uprawnień do emisji CO<sub>2</sub> w związku z reformą europejskiego systemu handlu emisjami. System ma stymulować gospodarkę, aby wszelkie inwestycje były jak najbardziej neutralne dla środowiska. Tymczasem Polska od lat „węglem stoi”, od jakiegoś czasu w dużej mierze węglem rosyjskim. Cel osiągnięcia w 2020 r. 15-procentowego udziału zasilania z odnawialnych źródeł energii w ogólnym bilansie energetycznym kraju może nie zostać osiągnięty, a wtedy skutki finansowe dla kraju, więc i dla przedsiębiorców, i obywateli mogą być jeszcze bardziej dotkliwe.

W ostatnich miesiącach polskie firmy dostają coraz wyższe rachunki za prąd. Opisaliśmy na naszych łamach problemy Term Cieplickich oraz PWiK „Wodnik”, które mają kłopot ze zbilansowaniem działalności przez drastyczne zmiany w opłatach za energię. Normą są wzrosty o 30 proc., zdarzają się rachunki większe o 60-70 proc. Rząd zapewnia, że rachunki dla gospodarstw domowych nie wzrosną, ale prawda jest taka, że podwyżki dotkną i zwykłych ludzi, bo firmy ostatecznie uwzględnią tak duże zmiany w cenie towarów i usług, za które płacimy.

- Podwyżki prądu bardzo nas dotknęły. Zwłaszcza, że wszyscy dookoła podnoszą teraz ceny. W tej sytuacji trudno gwarantować, że ceny biletów się nie zmienią - mówi Ryszard Warecki, prezes spółki Miejska Kolej Linowa, właściciel wyciągu kanapowego na Kopę w Karpaczu.

W przyszłość z niepokojem patrzy też Jerzy Chałaj, prezes zarządu Zorki, jednej z największych firm w regionie. - Potrzebujemy dużo energii przy produkcji. W związku z podwyżkami rachunki za prąd wzrosną nam w skali roku o 1,5 mln zł. To bardzo dużo pieniędzy. Już wiemy,

że to wpłynie na naszą konkurencyjność, plany inwestycyjne. Trudniej będzie w tej sytuacji myśleć o podwyżkach płac - ocenia. W firmie spodziewają się wzrostu wielu innych kosztów. Zapowiadane zwiększenie minimalnej stawki ZUS dla samej Zorki znaczenia nie ma, bo tu się minimalnej krajowej raczej nie zarabia, ale już np. koszt wynajęcia firmy ochroniarskiej z tego tytułu z pewnością wzrośnie.

Helena Smoleńska, prezes Ceramiki Artystycznej z Bolesławca, regularnie analizuje koszty. - Zdecydowanie rosną. Porównałam ostatnio pierwsze sześć miesięcy ubiegłego roku i bieżącego. Za energię elektryczną w 2019 r. firma zapłaciła 30 proc. więcej - mówi. Dodaje, że drastycznie rosną też ceny gazu, drugiego istot-

nego składnika kosztów przy produkcji ceramiki. Odpowiedzi na pytania o wpływ tych czynników na cenę produktu, klimat do nowych inwestycji, są w tej sytuacji oczywiste.

Zdecydowanie mniej bezpośrednio podwyżka prądu uderza w firmę „Matusewicz - Budowa Maszyn” z Gryfowa Śl. - Mamy stosunkowo mało energochłonną produkcję. Nie odczuwamy mocniej zwiększonego kosztu z tego tytułu - mówi właściciel.

W zgoła innej atmosferze funkcjonuje ostatnio szef i wspólnik kowarskiej firmy KEMPF, Maciej Michella. - Rachunki za energię elektryczną wzrosły nam z 40 tys. zł do 75 tys. zł. Zużywamy dużo energii przy produkcji i już wiemy, że przez ten wzrost będziemy mieli znacznie mniejszy zysk.

Jakiś czas temu dokonaliśmy wielu inwestycji, aby zmniejszyć zużycie prądu, m.in. w oświetleniu, co przy pracy na trzy zmiany ma spore znaczenie. Strach pomyśleć, co by było, gdybyśmy na takie inwestycje w swoim czasie nie zdecydowali się... - mówi szef zakładu. Zauważa przy tym, że warunki prowadzenia działalności gospodarczej w Polsce znacząco się pogarszają. - Pojawia się niepewność, brak stabilności, a deklaracje rządzących okazują się niewiele warte. Pamiętam, jak premier Morawiecki obiecywał, że energia elektryczna nie podrożeje. Kłamał - wskazuje przedsiębiorca. KEMPF produkuje wysokiej jakości przyczepy. Nie obędzie się wkrótce bez podwyżek cen, choć trzeba się liczyć z dużą, zagraniczną konkurencją.

Jan Biłyk prowadzi w Jeleniej Górze Hurtownię Artykułów Ściernych „JB” i zatrudnia siedem osób. - Koszty prowadzenia firmy zwiększają się wciąż, i to z wielu powodów. Podnoszone są na przykład podatki od nieruchomości. To kwestia w dużej mierze polityki państwa. Rząd obciąża samorządy choćby większymi kosztami oświaty, a te muszą szukać pieniędzy. Teraz dodatkowo zmniejszą się wpływy samorządów z PIT, bo młodzi będą z niego zwolnieni - mówi. „JB” płaci też więcej za prąd. - Od 1 stycznia rachunki są wyższe o 30 proc. Słyszałem, że w kolejnych latach energia będzie nadal bardzo droga - wskazuje. Przedsiębiorca zauważa, że warunki prowadzenia działalności stają się coraz trudniejsze. Wspomina o jeleniogórskim Draexlmaierze, który jakiś czas temu zaopatrzył się po części u polskich dostawców. Herbata do biur, papier do drukarek, przybory biurowe, żarówki, drobne elementy potrzebne do produkcji itd. itp. były kupowane na lokalnym rynku, ożywiając tutejszy biznes. - Teraz scentralizowano dostawy, obsługuje je jedna firma. Skutek jest taki, że lokalne firmy już na sąsiedztwie dużego przedsiębiorstwa raczej nie zarabiają. Niemcy zadbali w ten sposób o swoją gospodarkę. To bardzo przemysłowe dbanie o swoje interesy. Tego u nas zdecydowanie brakuje - mówi Jan Biłyk.

Marek Szopiński, przedsiębiorca i szef jeleniogórskiego Zrzeszenia Handlu i Usług, analizuje: - Mamy teraz wiele niekorzystnych zmian dla małych przedsiębiorców, prowadzących działalność jednoosobową. Ci ludzie bardzo mocno odczuwają podniesienie składki na ZUS. Oni często osiągają niewielkie dochody, a przecież ZUS nie zależy od wpływów. A przecież małych firm dotyczą też podwyżki energii, mediów, wywozu odpadów. Do tego działają one w warunkach coraz większej, nierównej konkurencji, gdzie rynek zdominowały firmy międzynarodowe, sieciowe - mówi.

Marek Szopiński prowadzi popularną w mieście kwiaciarnię. - Ceny prądu bardzo uderzyły w rentowność mojej firmy. Mam chłodnię, klimatyzację, ważne jest oświetlenie. Za to wszystko płacę coraz więcej. Zwiększenie kosztów może rzutować na jakość prowadzenia biznesu, ograniczenie asortymentu - tłumaczy. W związku ze zwiększeniem składek na ZUS szef ZHIU przewiduje masowe przepisywanie firm przez młodych ludzi na seniorów lub na krewnych zatrudnionych, którzy całego ZUS-u płacić nie będą musieli. Marek Szopiński krytycznie podchodzi też do rządowego planu oferty zmniejszonych składek dla rozpoczynających działalność przedsiębiorców. - To ma dwie strony. Niższa składka, ale też niższy zasiłek chorobowy i niższe składki na emeryturę - wylicza.



Jan Biłyk, jeleniogórski przedsiębiorca oraz Marek Szopiński, przedsiębiorca i szef jeleniogórskiego Zrzeszenia Handlu i Usług, niepokoją się negatywnymi zmianami, które dotyczą nie tylko duże firmy, ale też małe, jednoosobowe biznesy.



## Okiem Kubka

### PROMETEUSZ

Nie wszyscy „walczący z bogami” byli buntownikami. Uważali, że muszą postępować zgodnie z własnym sumieniem - chociażby wbrew woli Zeusa. Takim herosem był - najwspanialsza postać greckich mitów - Prometeusz = „Wprzód myślicy”. Wspominałem o nim w felietonie: **MITY - STWORZENIE KOBIETY**.

„Czuł się odpowiedzialny za ludzi - przecież on ich stworzył z mułu ziemi. Przeglądał się, jacy byli bezbronni wobec siły przyrody, za którymi stały zła i zazdrosne moce - widzące w ludziach rywali do władzy nad światem.

Aby przepowiedni zapobiec - Zeus, wodami potopu, postanowił zgładzić ludzi. Prometeusz wiedział, co go czeka. Nie ułaski się kary. Dzięki arce uratował jedno małżeństwo.

Dał ludziom ogień, aby odpędzać nocne straszdy. I by mieli się przy czym ogrzać w mroźne dni. A przede wszystkim, żeby sobie przyrządzali pieczone mięso, jedli gotowane potrawy i wykorzystywali skórę na okrywanie ciała.

Nauczył ujarzmić konie, osły i woły - żeby ulżyć ludziom w ich ciężkiej pracy na roli. Pokazywał, jakie stosować zioła na różne dolegliwości.

Najważniejsze: Myśl w ludziach rozbudził - światło rozumu w głowach rozniecił. W znakach pisanych utrwał, co czynią i myślą - dla przyszłych pokoleń. W tragedii Ajschylosa (+456 p.n.e.) **PROMETEUSZ SKOWANY** - wyznaje: „Wiodłem śmiertelnych po zawilich ścieżkach wiedzy”.

I jeszcze. Zakrył przed ludźmi przyszły ich Los. Zaszczepił **NADZIEJĘ**, którą nosił w sobie, by się nie załamywali: Dadzą sobie radę. Mają trwać przy swoim. Na pewno wyjdą zwycięsko z wszelakich niebezpieczeństw.

Heros - cierpiąc katusze - miał się nauczyć kochać władzę = ochotczo spełniać wolę bogów i wyzbyć współczucia dla ludzi. Nie ugiął się - trwał przy swoim niewzruszenie. Minęło 1300 ludzkich pokoleń. W swoich wędrówkach przypadkiem dotarł na Kaukaz Herkules. Zabił orla i uwolnił Prometeusza.

Zeus nie miał wyboru: Pojednał się z kuzynem. Tylko nakazał mu na palcu serdecznym lewej ręki nosić metalowy pierścień. Ażby pamiętał, ile go kosztowała litość - uczucie niegodne bożego syna - okazywana śmiertelnym.

Mit o Prometeuszu jest symbolem ludzkiego Losu. W pewnym sensie, dzieje ludzkości są nieustannym wysiłkiem, żeby ten boski świat uczynić ludzkim światem.

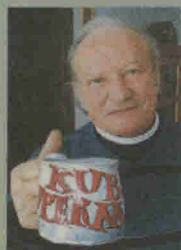
Powyzsza myśl może brzmieć dysonansem, jak herezja. Cóż, taki narzuca mi się wniosek z historyzoficznej refleksji.

Kryśla, której czytam moje felietony, zanim się ukażą w Nowinach, uważa, iż mit o Prometeuszu odsłania głębszą prawdę: Ludzie chcą być, a niektórzy nawet się czują, lepsi od Boga. Gdyby od nich zależało, mniej byłoby Zła. Sprawiedliwie rządziłby światem. Po co te nieszcześcia, choroby, cierpienie?

Na różny sposób, Czytelniku, ludzie „wadzą się” z Bogiem. - Boczą się. Mają pretensje. Żal.

- Jak w Twoim życiu...?

KUBEK



# Przy redakcyjnym telefonie dyżurował Sławomir Sadowski Zamieszanie z parkometrami



Pan Wojciech z Jeleniej Góry postanowił zrobić frajdę wnuczce i zabrać ją na Śnieżkę. - Byłem niezwykle zdziwiony, że za wyciąg kanapowy na Śnieżkę dzieci mają zniżkę, a seniorzy nie. Musiałem zapłacić 55 zł - opowiada emeryt. Nie tylko to go jednak zrytyowało. - Przy zakupie biletów na wyciąg poinformowano mnie, że w cenie biletu ujęto wstęp do Karkonoskiego Parku Narodowego, a przecież ja, jako mieszkaniec tych okolic za taki wstęp wcale nie płacę. Nie mam więc ulgi dla seniora, za to płacę za coś, co mam za darmo - mówi oburzony jeleniogórzanin.

Przedsiębiorca z ul. Piłsudskiego w Jeleniej Górze narzeka na bałagan związany z wymianą parkometrów. - Maszyn do wydawania biletów już od kilku dni nie ma, a znaki informujące o konieczności opłaty parkingowej stoją. Dziennie do mojego punktu z pytaniem o to wchodzi kilkadziesiąt osób. Ludzie nie chcą mieć kłopotów. Chyba zabrakło informacji -

zauważa. Cezariusz Wiklik, rzecznik prasowy UM Jelenia Góra zapewnia, że to problem kilkudniowy. - Wymieniamy parkometry na lepsze, dające więcej możliwości także kierowcom. Niestety, opóźnił się transport z Francji z parkometrami. Już są montowane nowe maszyny - tłumaczy.

Mieszkanica Jeleniej Góry namawia władze miasta, aby za przykładem innych samorządów nie wykazywały wszystkich miejskich skwerów, ale

zostawiały łąkowe enklawy. - Z tego płyną same korzyści. Taka łąka lepiej zatrzymuje wodę, rozwijają się różne gatunki pięknie kwitnących roślin, motyle i inne zwierzęta - zachęca.

- Szliśmy z mężem ulicą Kilińskiego koło starej czeresni i widzieliśmy, jak grupa młodych ludzi, chcąc się dostać do owoców, obrywała całe gałęzie, porzucając je potem na ulicy. Kiedy zwróciliśmy im uwagę, tylko się śmiali. Co za czasy... - utyskiwała nasza Czytelniczka.

ale i tak musiałem czekać na obsługę, bo panie farmaceutki opowiadały sobie jakieś historie. Kiedy zwróciłem uwagę, aby mnie obsłużono, usłyszałem, że jak mi się nie podoba, to mogę iść do innej apteki - opowiada.

Kolejny mieszkaniec przypomina zwycięzcom ostatnich wyborów samorządowych w Jeleniej Górze, że obiecali zająć się Górą Strzelecką i niszczącą tam od lat wieżę. - Dotąd nic się tam nie dzieje. A to mógłby być tak atrakcyjny cel wycieczek i spacerów - mówi. Podobnie razi go stan urokliwego przed laty obiektu przy Partyzantów 6 w Karpaczu. - już tylko na starych widokówkach widać jak piękny był „Hubertus” a potem „Leśniczówka”. Naprawdę nie ma siły, żeby ktoś zaczął ratować ten obiekt? - pyta. Sprawa wygląda tak, że obiekt jest własnością prywatną. - My w tej sprawie nic nie możemy zrobić - mówi Radosław Jęcek, burmistrz Karpacza. Jeśli sam właściciel nie uzna, że warto w piękny budynek zainwestować albo go sprzedać komuś, kto ma pomysł i pieniądze na nadanie mu nowego życia, to rujnowanie będzie postępować. (sad)



Kładka przez rzekę jest w strasznym stanie, schodki się kruszą, starszym ludziom bardzo trudno przez nią przejść.

REKLAMA I PROMOCJA

GRABOWSKIEGO 2/2  
TEL 75 7675090 LUB 7675080  
www.euro90-travel.pl  
euro90@euro90-travel.pl

### W sprzedaży LATO 2019! Polecamy

Itaka, Rainbow, Coral Travel, Grecos, Exim i wiele innych...

- ✓ Bilety lotnicze i autokarowe w tym FLIXBUS
- ✓ Rejsy wycieczkowe cały świat
- ✓ Oferty Last Minute

**ZIMA 2019/20 już w sprzedaży** - teraz największe rabaty i inne korzyści.

Zapraszamy do kontaktu **75 76 75 090**  
lub na naszą stronę **www.euro90-travel.pl**  
lub do biura, gdzie przy kawie porozmawiamy o czasach i wycieczkach!!!



Pani Helena z ul. Francuskiej ma pretensje do władz miasta, że nie dbają o otoczenie w miejscu, gdzie mieszka. - Kładka przez rzekę jest w strasznym stanie, schodki się kruszą, starszym ludziom bardzo trudno przez nią przejść, skwer zaniedbany, a nawet pojawił się barszcz Sosnowskiego - opowiada.

Przykrość spotkała mieszkańca Zabobrza, który udał się do apteki przy Różyckiego. - W aptece było pustawo,

REKLAMA I PROMOCJA

## Zadzwoń do nas

**W środę  
od godz. 10 do 14  
czekamy na sygnały  
od Czytelników o tym,  
co drażni, niepokoi  
i wymaga dziennikarskiej  
interwencji**

**75/64-24-485**

**694 792 203**

**WEPA**  
**PIECHOWICE Sp. z o.o.**  
producent papierów higienicznych



zatrudni:

### MISTRZA PRODUKCJI

#### Opis stanowiska:

- ✓ zapewnienie ciągłości procesu produkcyjnego zgodnie z procedurami i wytycznymi firmy.
- ✓ terminowa realizacja planów produkcyjnych.
- ✓ nadzór nad jakością produkowanych wyrobów.
- ✓ przygotowywanie raportów produkcyjnych.
- ✓ zarządzanie i ocena pracy podległego zespołu pracowników.

#### Wymagania:

- ✓ wykształcenie techniczne, minimum średnie.
- ✓ umiejętność organizacji produkcji i kierowania zespołem pracowników.
- ✓ doświadczenie w pracy na stanowisku mistrza - minimum 2 lata.
- ✓ gotowość do wykonywania pracy w systemie zmianowym.

**Oferujemy** atrakcyjne warunki pracy i wynagrodzenia, możliwość rozwoju zawodowego i podnoszenia kwalifikacji, bogaty pakiet socjalny, pakiet zdrowotny.

Oferty pracy prosimy składać w siedzibie Spółki w Piechowicach ul. Pakoszowska 1B lub przesłać na adres: **rekrutacja@wepa.eu** z dołączoną zgodą na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z rozporządzeniem o ochronie danych osobowych - RODO.  
Tel. kont: **75/75 47 818, 882.**

**WEPA**  
**PIECHOWICE Sp. z o.o.**  
producent papierów higienicznych



zatrudni:

### INŻYNIERA

### DS. PROCESÓW PRODUKCYJNYCH

#### Opis stanowiska:

- ✓ podnoszenie efektywności produkcji poprzez wdrażanie zmian w procesach produkcyjnych.
- ✓ mapowanie procesu produkcyjnego.
- ✓ optymalizację procesów produkcyjnych.
- ✓ monitorowanie i prowadzenie analiz wydajności linii, identyfikacji potencjalnych zagrożeń w obszarze produkcji i nadzoru nad ich eliminacją.
- ✓ przygotowywanie raportów dla Zarządu.

#### Wymagania:

- ✓ wykształcenie wyższe techniczne z obszaru: mechaniki i budowy maszyn, mechatroniki.
- ✓ minimum 2 lata doświadczenia na podobnym stanowisku - preferowane doświadczenie w branży papierniczej.
- ✓ doświadczenie w zakresie optymalizowania procesów produkcyjnych.
- ✓ komunikatywna znajomość języka angielskiego lub niemieckiego.

**Oferujemy** atrakcyjne warunki pracy i wynagrodzenia, możliwość rozwoju zawodowego i podnoszenia kwalifikacji, bogaty pakiet socjalny, pakiet zdrowotny.

Oferty pracy prosimy składać w siedzibie Spółki w Piechowicach ul. Pakoszowska 1B lub przesłać na adres: **rekrutacja@wepa.eu** z dołączoną zgodą na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z rozporządzeniem o ochronie danych osobowych - RODO.  
Tel. kont: **75/75 47 818, 882.**



# Sportowa seksafera bliżej sądowego finału Trener oskarżony o gwałty

Do dwunastu lat więzienia grozi byłemu dyrektorowi sportowemu w Polskim Związku Kolarskim, byłemu coachowi kadry narodowej w kolarstwie górskim MTB i do 2011 roku trenerowi multimedalistki Majki Włoszczowskiej z Jeleniej Góry, Andrzejowi P. Wykorzystywał seksualnie swoje zawodniczki. Został oskarżony o zgwałcenie trzech kolarzek i jedną próbę gwałtu. Szokujące podejrzenia opisaliśmy w tekście „Więcej niż seksafera” w nr 47. Nowin Jeleniogórskich z 20 listopada 2018 roku.

## Zmowa milczenia

Cała sprawa wyszła na jaw w końcu listopada 2017 roku. Bulwersujące historie o zastraszaniu, seksie z podopiecznymi, w tym nieletnimi, i gwałtach, od wielu lat przewijały się w nieoficjalnych rozmowach kolarskiego środowiska. Nikt nie chciał ich oficjalnie potwierdzić, panowała zmowa milczenia, nie było dowodów. Afera obyczajowa w polskim kolarstwie zaczęła się od...audytu w PZKol, zleconego prawniczej firmie zewnętrznej przez ówczesnego prezesa kolarskiej centrali Dariusza Banaszkę. Chodziło o to, aby przeciąć wszelkie spekulacje dotyczące ewentualnych nieprawidłowości podatkowo-finansowych, których miała dopuścić się ważna osoba w polskim kolarstwie. Wątki finansowe nie były jedynymi. Istotą nadużyć, o których poinformowały osoby wskazane przez PZKol. (zawodniczki, współpracownicy, osoby z obsługi), okazały się „kwestie natury również obyczajowej”.

- To, czego dowiedziałem się z przedstawionych mi relacji osób poszkodowanych oraz wstępnych materiałów zgromadzonych w trakcie audytu, przerosło moją wyobraźnię. Według mojej

opinii skala występów już wówczas była porażająca. Z udokumentowanych zapisów, m. in. w formie plików audio, w obecności prawników, z pisemną zgodą na rejestrację rozmowy, jasno

wynika, że do czynności seksualnych, w tym z nieletnimi kolarzami, dochodziło w trakcie zgrupowań klubowo-kadrowych kolarstwa górskiego w Polsce i za granicą. W trakcie relacjonowania

zdarzeń z przeszłości pojawiał się płacz, długie chwile ciszy, ludzie są roztrzęsieni. Ta sytuacja wiele ich kosztuje. Do dzisiaj boją się odbierać telefony, są opisy załamania psychicznego i problemów rodzinnych - powiedział prawie 2 lata temu były wiceprezes PZKol. Piotr Kosmala. On pierwszy o tej sprawie publicznie informował w rozmowie z WP Sportowe Fakty.

## Osiem miesięcy w areszcie

Wtedy nazwiska ważnej osoby w kolarskim środowisku wiceprezes nie ujawnił, ale dodał, że „ten człowiek” mówił zawodniczkom, iż w razie sprzeciwu uniemożliwi im udział w ważnych imprezach sportowych, takich jak mistrzostwa świata czy igrzyska olimpijskie. Jakakolwiek niesubordynacja miała wiązać się z obcinaniem pensji. Z relacji jednej z poszkodowanych wynikało, że bez jej wiedzy został jej podany środek farmaceutyczny, prawdopodobnie o nazwie Stilnox. To silny środek nasenny i uspokajający, który w połączeniu z alkoholem mógł doprowadzić do utraty świadomości. Po zamroczeniu następowała próba gwałtu.

Andrzejem P. zajęły się organy ścigania. Podejrzały o wyrządzenie w PZKol. szkody majątkowej oszacowanej na ponad milion złotych oraz przestępstwa

na tle seksualnym (trzy gwałty i jedna próba gwałtu), został zatrzymany w końcu października 2018 roku przez funkcjonariuszy Wydziału do Walki z Przestępczością Gospodarczą Komendy Stołecznej Policji. W styczniu 2019 roku Sąd Rejonowy w Warszawie w całości poparł wniosek Prokuratury Regionalnej o przedłużenie aresztu Andrzeja P. Były trener kadry Polski MTB pozostał w areszcie przez kolejne trzy miesiące. Wcześniej zastosowanie takiego środka prokuratura argumentowała możliwością matactwa i wysokiej kary, jaka grozi Andrzejowi P. W kwietniu 2019 roku areszt przedłużono o następne dwa miesiące. W trakcie śledztwa tymczasowo aresztowany nie przyznał się do winy.

## Gwałty przemocą lub podstępem

W końcu czerwca 2019 roku do Sądu Rejonowego dla Warszawy-Śródmieścia w Warszawie został wniesiony akt oskarżenia przeciwko Andrzejowi P.

- Chodzi o przestępstwa przeciwko wolności seksualnej i obyczajowości, których dopuścił się wobec dwóch zawodniczek kadry kolarstwa górskiego MTB Polskiego Związku Kolarskiego oraz kobiety biorącej udział w jednym ze zgrupowań kadrowo-grupowych kolarstwa górskiego - mówi rzeczniczka Prokuratury Regionalnej w Warszawie Agnieszka Zabłocka-Konopka. Według śledczych Andrzej P. miał zgwałcić kobiety, używając przemocy lub podstępem, po podaniu środka usypiającego. - Oskarżenie dotyczy także doprowadzenia przemocą jednej z pokrzywdzonych do wykonania innej czynności seksualnej oraz przestępstwa usiłowania zgwałcenia - dodaje pani prokurator.

Tekst i zdjęcie: Henryk Stobiecki



## Na marginesie

### BOGATYNIA

29-latek i jego 22-letnia koleżanka wybili w szybę w zaparkowanym samochodzie i ukradli przenośny klimatyzator (1,5 tys. zł). Okazało się, że mężczyzna to skazany niedawno recydywista i ma na koncie kradzież telefonu komórkowego. Z kolei młoda kobieta niedawno włamała się do piwnicy, skąd zabrała dwa rowery i elektronarzędzia o łącznej wartości 4 tys. zł. Oboje mogą stracić wolność nawet na 10 lat.

### BOLESŁAWIEC

Zatrzymano 34-latkę, który tydzień temu ukradł z ulicy miasta samochód osobowy. Kradzione auto ukrył i dopiero śledztwo pozwoliło je odnaleźć. Mężczyzna to recydywista. Ma na koncie liczne przestępstwa przeciwko mieniu. Grozi mu do 5 lat więzienia. Samochód wrócił do właściciela.

Kierowca nie zatrzymał się na wyraźne znaki policji. Po pościgu młody człowiek wyskoczył z samochodu i próbował umknąć pieszo. Nie dał rady. Okazało się, że samochód, którym 18-latek wioził chereśnie na sprzedaż, nie miał przeglądu technicznego,

obowiązkowego ubezpieczenia, a do tego miał założone tablice rejestracyjne od innego pojazdu. Jego kierowca nie posiadał prawa jazdy.

Podejrzana, niepewna jazda samochodem osobowym zwróciła uwagę innego kierowcy. Doprowadził do zatrzymania tego samochodu, a kiedy wyczuł od kierowcy alkohol, uniemożliwił mu dalszą jazdę i wezwał policję. Zatrzymany 58-latek miał ponad 2 promile w wydychanym powietrzu, a do tego obowiązywał go sądowy zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Żarty się skończyły - nieodpowiedzialnemu kierowcy grozi do 5 lat więzienia.

### GROMADKA

Kolejny pirat drogowy. W miejscu gdzie obowiązywało ograniczenie prędkości do 40 km/godz., 30-latek pędził 105 km/godz. Okazało się ponadto, że samochód nie ma aktualnych badań technicznych. Kierowca dostał wysoki mandat, punkty karne i stracił prawo jazdy na 3 miesiące.

### GRYFÓW ŚLĄSKI

Policjant po służbie zatrzymał 21-latkę, tuż po tym, jak ten ukradł ze sklepu alkohol (wartość 250 zł). W trakcie interwencji młody mężczyzna wielokrotnie znieważał interweniującego funkcjonariusza. Okazało się,

że w ostatnim czasie sprawca dokonał kilku podobnych kradzieży. Trafił na 2 miesiące do aresztu. Ceka go teraz sprawa sądowa i perspektywa odsiadki nawet do 5 lat.

### JELEŃ GÓRA

27-latek wypił pół litra wódki i zrobił wielką awanturę w jednej z placówek medycznych. Lżył pielęgniarki i lekarzy, groził pozbawieniem życia wszystkim, w tym policjantom wezwanym na interwencję. W złości zniszczył drzwi (strata 2 tys. zł). Trafił do aresztu, do wytrzeźwienia. Za swoją niepomaganą agresję odpowie przed sądem - grozi mu do 5 lat.

25-latek nie stawiał się do odbycia kary 5 lat i 7 miesięcy więzienia za przestępstwa przeciwko mieniu. Kiedy policja otrzymała sygnał, że poszukiwany prawdopodobnie przebywa pod wskazanym adresem, udała się tam, ale mimo wyraźnych odgłosów z wewnątrz nikt nie otwierał drzwi. Mundurowi sforsowali drzwi - okazało się, że w mieszkaniu przebywają dwie kobiety i mężczyzna, ale nie poszukiwani. Skazany odnalazł się... w szafie.

To była kolejna kradzież 20-latkę. Tym razem nie oparł się pokusie i przechodząc koło punktu serwisowego, zabrał pozostawione pudło z panelem telewizyjnym o wartości 3 tys. zł.

Sprzęt okazał się trudno zbywalny, bo to nie jest telewizor. Dlatego okazały łup złodziej miał jeszcze w mieszkaniu, kiedy zapukała do niego policja (po analizie monitoringu). Grozi mu teraz do 5 lat więzienia.

### JĘŻÓW SUDECKI

1 promil alkoholu miała 42-latkę, kiedy prowadziła swoje auto z 7-letnim dzieckiem na tylnym siedzeniu. Okazało się, że auto było niesprawne, nie miało przeglądu, ubezpieczenia OC, a kobieta miała cofnięte uprawnienia do prowadzenia pojazdów mechanicznych. Musi się teraz liczyć z wyrokiem 5 lat pozbawienia wolności.

### KAMIENNA GÓRA

41-latek próbował usiłował wyrwać pieniądze swojej byłej partnerce, używając przemocy. Popychał ją i szarpał. Cała sytuacja miała miejsce w jednym z kantorów na terenie miasta. Został zatrzymany, a kobieta oskarżyła go, że kilka dni wcześniej ukradł jej 1 tys. zł. Mężczyzna nie może się teraz zbliżyć do kobiety na odległość mniejszą niż 100 m. Ma dozór policyjny, a sąd może go skazać na 5 lat więzienia.

Inny 41-latek po pijanemu groził swojej 26-letniej konkubinie, że ją zabije. Kobieta poskarżyła się organom ścigania, że dzień wcześniej zdarł

z niej odzież i robił nagie zdjęcia swoim telefonem. W momencie zatrzymania mężczyzna miał 3,5 promila alkoholu. Grozi mu do 5 lat. Ma też zakaz kontaktów ze swoją ofiarą.

### KRUSZYN

Około godz. 7 rano patrol policji zatrzymał kierowcę skutera. Okazało się, że 46-latek ma ponad promil alkoholu w organizmie. Poza mandatem czeka go teraz sprawa sądowa i wyrok - do 2 lat więzienia.

### LUBAŃ

Elektronarzędzia, odzież, zabawki, sprzęt AGD - to łupy 29-letniego złodzieja, który przez trzy miesiące narobił szkód w lubańskich marketach na 7 tys. zł. Monitoring pomógł ustalić sprawcę. Okazało się, że mężczyzna działał w warunkach recydywy - był poszukiwany do odbycia kary. Teraz do zasądzonego wyroku może mu dojść kolejnych 5 lat.

### ZGORZELEC

9 zarzutów postawili policjanci 24-letniemu włamywaczowi do altanek na działkach. Kradł wszelkie sprzęty, butle gazowe, wózki, zabrał też pieniądze i dokumenty. Poszkodowani swoje straty oszacowali na 8 tys. zł. Mężczyzna może stracić wolność nawet na 10 lat.

(sad)



# Na wakacje zabierają buty do tanga

Budka Suflera śpiewa w swoim przeboju, że do „tanga trzeba dwojga”. To prawda, ale potrzeba także cierpliwości, pracowitości, zamiłowania i entuzjazmu. Wiedzą o tym członkowie jeleniogórskiej grupy Tango Karkonosze, których w pierwszy lipcowy weekend można było podziwiać podczas pokazów tanga argentyńskiego, odbywających się na placu Ratuszowym.

Nazwali się Tango Karkonosze, by podkreślić swój związek z regionem. Z tego też względu organizują milongi w pałacach Kotliny Jeleniogórskiej, by gościć z innych polskich miast oraz z Czech i Niemiec poznawali nasz region.

To mieszana grupa. Większość z nich jest w wieku określonym jako dojrzały, ale są także zupełnie młodzi ludzie i tacy, którzy dobiegają 80-ki. Mają różne zawody, poglądy, pozycję społeczną. Zresztą dla nich to nie jest istotne. Najważniejsza jest bowiem miłość do tanga argentyńskiego. Jak przyznają, u większości wybuchła nieoczekiwanie i im dłużej tańczą, tym jest silniejsza.

## Chodzenie to podstawa

Ewa i Wojciech Filipiakowie mają w tej grupie najdłuższy staż i imponującą wiedzę o tańcu pochodzącym z Argentyny. Prowadzą razem w Jeleniej Górze biuro rachunkowe. Po pracy, dwa razy w tygodniu, biorą specjalne buty i w sali JCK przy ul 1 Maja cwi-

czą w dowolnym stylu, co pozwala dużej liczbie ludzi tańczyć na małej przestrzeni. Ruch odbywa się w kierunku odwrotnym do ruchu zegara.

Po to, aby wszystkim chętnym komfortowo tańczyło się na zatłoczonych milongach, w Argentynie wymyślono reguły tańczenia oraz zachowania na parkiecie. Bez względu na to, jak bardzo przepełniony jest parkiet, jeśli znasz reguły oraz masz wiedzę o „nawigacji”, będziesz w stanie swobodnie i lekko tańczyć - wyjaśnia Wojciech Filipiak.

Robert Krzewiński, przedsiębiorca z branży budowlanej, który z żoną Urszulą, prowadzącą Czekoladziarnię w Jeleniej Górze, tańczy tango argentyńskie od kilku lat, podkreśla, że taniec nauczył go świadomości swojego ciała. Nawet idąc z psem na spacer, dba o zachowanie sylwetki. Kiedyś wcale o tym nie myślał. To, że przeczytał „Tango” Stanisława Mrożka, słucha Gotan Project, jeździ zimą po oblodzonej drodze na milongi do Liberca, jest wartością dodaną. I nieoczekiwaną.

spowszedniały, pojawiło się tango argentyńskie. Filipiakowie na pierwsze warsztaty pojechali około 10 lat temu do Michałowic. - Ludzie się snuli, smętnie było - wspomina pan Wojtek. Potem było lepiej. W sali gimnastycznej szkoły w Sobieszowie Piotr Płazy dawał im pierwsze lekcje. Nabrali doświadczenia podczas warsztatów „Popłyn z tangiem”, organizowanych przez Ewę Wołczyk w Jeleniogórskim Centrum Kultury. Na tych zajęciach poznali Ewę i Wojciecha Grabowskich. Pan Wojciech jest archeologiem, prowadzi pracownię konserwatorsko-architektoniczną. Na co dzień bada ślady przeszłości, a w niektóre weekendy zamienia się w prawdziwego tanguero. Do grupy potem dołączały kolejne pary. Przyciągali ich znajomi, którzy potrafili niekiedy zamęczyć opowieściami o milongach i tangu. Albo intrygowało ich, gdzie znikają przyjaciele i dlaczego nie mają dla nich czasu. Okazywało się, że wsią-

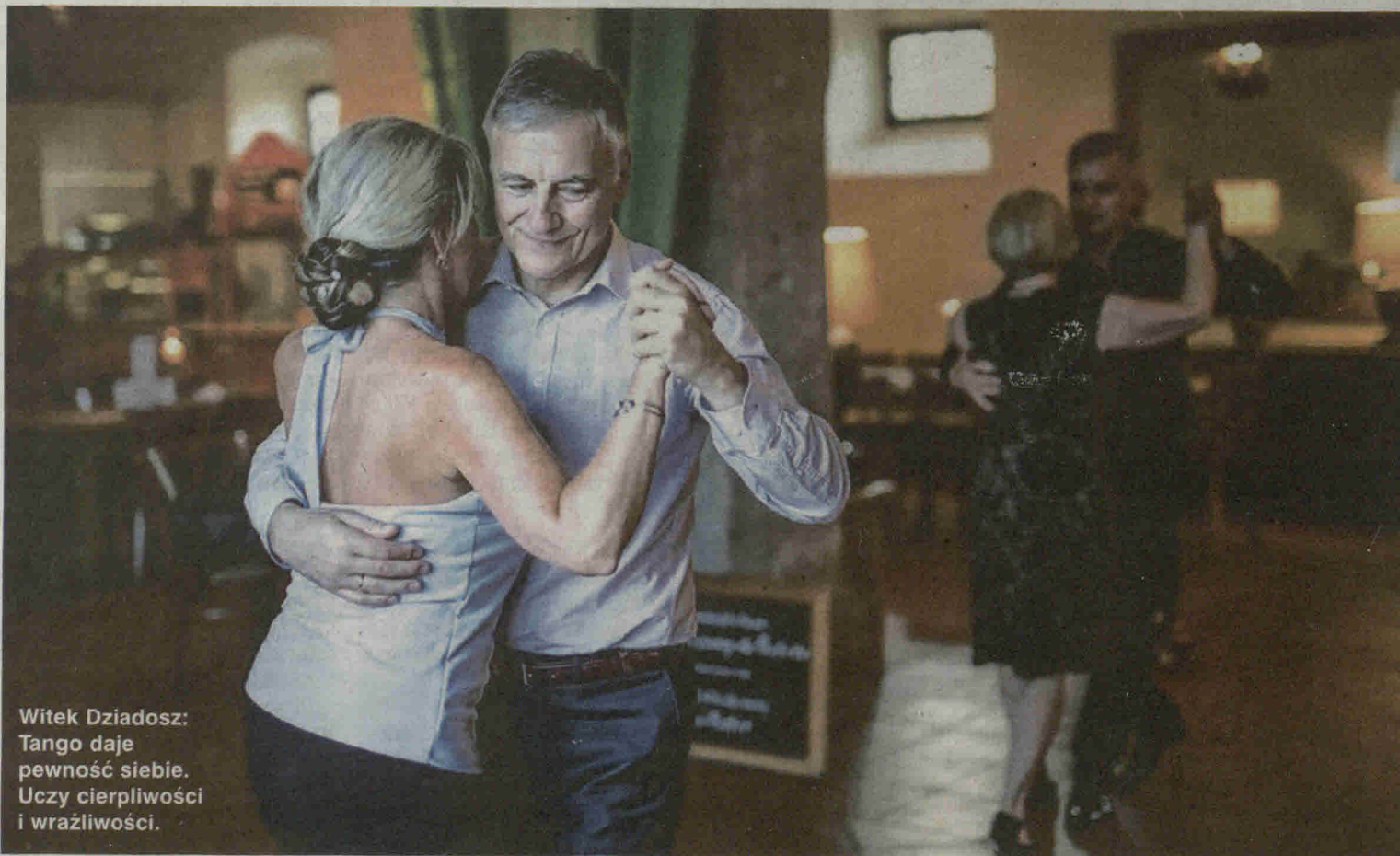
zrasta świadomość ciała i koncentracja. Przyznaje, że w domu słuchają z żoną tang i zdarza się im próbować odtwarzać kroki podejrzone na filmach zamieszczanych w internecie.

Warsztaty są dwa razy w tygodniu, milongi w weekendy. To bywa wyczerpujące. Tym bardziej, że milongi trwają po kilka godzin, a przerwy między tańcami są krótkie. - Ale nam mało i zabieramy na wakacje buty do tańca - śmieje się Urszula Krzewińska. W sakwach na rowerach wiozą buty, bo wiedzą, że zawsze znajdzie się gdzieś tam jakaś milonga (jeśli nie, to tańczą sami) a dobre buty to podstawa.

- Ten rodzaj tańca, ekspresji i komunikacji, jego jasne zasady sprawiają, że zatańczymy w Japonii, Norwegii czy w Czechach - dodaje Wojciech Filipiak. Ma nawet powiedzenie, że ten taniec to „język esperanto XXI wieku”. - Miłośników tanga argentyńskiego przybywa bowiem na całym świecie, a jednakowe zasady milongi ułatwiają porozumienie - tłumaczy.

całkowicie improwizowany, w którym nigdy nie wiadomo, jaki będzie kolejny krok. Na dodatek co chwilę ma się innego partnera. Żeby więc móc zatańczyć, trzeba mu zaufać, uwolnić swoje ciało spod nieustannej kontroli. Tym bardziej, że tańczy się z wieloma partnerami. Niekiedy didżej nie czeka do końca tandi i wołając: „cambio”, zarządza zmianę partnerek. Taki „odbijany”, który pozwala szybko na przełamanie nieco sztywnego nastroju, gdy jedzie się na milongę w nową miejscę.

Milonga ma swoje zasady także dotyczące stroju. Jak już wiadomo, dobre buty to podstawa. Miękkie, sztywne, skórzane. Damskie na 6-10-centymetrowym obcasie, z szerokim, zaokrąglonym noskiem, wygodne. - Kupujemy je najczęściej w internecie - wyjaśnia Barbara Dziadosz. Koszt jednej pary to około 500-600 złotych. Do tego sukienki. Eleganckie i stonowane, niekonieczne obcisłe, ale z rozcięciem, by łatwo można było wykonywać figury. - Obowiązkowo gołe



Witek Dziadosz:  
Tango daje  
pewność siebie.  
Uczy cierpliwości  
i wrażliwości.

## Milonga

Milonga to wieczór taneczny, na którym się tańczy tango argentyńskie. Trwa do godz. 23.00.

Pierwszy rytuał to tzw. cabaceo, czyli zaproszenie do tańca poprzez nawiązanie kontaktu wzrokowego z potencjalną partnerką czy partnerem. - Patrzę na nią i już wiemy, że za chwilę zatańczymy. To dyskretne, delikatne spojrzenie, żadne tam chamskie puszczanie oczek - precyzuje zasady pan Wojtek. Gdy kobieta nie ma ochoty zatańczyć, spuszcza wzrok. Ale to się rzadko zdarza, bo na milongi przychodzi się, by się wytańczyć.

Tańczy się tandę, która trwa około 12 minut i są to zwykle 3-4 tańce. Para przez 12 minut musi odnaleźć swoją harmonię, porozumienie, by mieć przyjemność w tańcu. Objęci często sprawiają wrażenie, że nic nie liczy się dla nich poza muzyką i rytmem. Na milondze jest przyjęte, że ze swoją partnerką tańczy się pierwszą i ostatnią tandę. Pozostałe z innymi paniami. Między tandami na milongach didżej gra cortinę, czyli 30-sekundową przerwę. Puszczana jest wtedy muzyka zupełnie inna w charakterze niż tango. Ważne jest oświetlenie, które powinno umożliwić obserwowanie tańczących oraz parkiet.

czą, wraz z innymi członkami Tango Karkonosze, chodzenie. - Chodzenie w rytm tanga, przenoszenie ciężaru ciała z nogi na nogę, to podstawa - wyjaśnia Wojciech Filipiak. - To ćwiczy się nieustannie. I nie jest łatwo.

Trzeba pamiętać o kontakcie z partnerem (partnerką), trzymać ciało w ryzach. Kobieta robi krok do tyłu, mężczyzna ją prowadzi, bo w tangu on ukazuje swoją siłę i zdecydowanie. Krok nie jest też taki zwyczajny. Stopy suną po parkiecie jedna za drugą, praktycznie nie odrywając się od podłogi. Elegancja i gracja, miękkie ruchy, właściwe przenoszenie ciężaru ciała z nogi na nogę - tego tangueros uczą się przez długie miesiące.

Ważna jest „ronda”, czyli zewnętrzna i wewnętrzna linia tańca, po których poruszają się pary. Nikt nie porusza się

Bo tango argentyńskie nie od razu go zachwyciło. Teraz docenia, że taniec kształtuje świadomość ruchu a także ułatwia nawiązywanie kontaktów. Mężczyzna na milongach tańczy z każdą partnerką. Uczy się prowadzić tak, by odczytywał jego intencje. - Z żoną to łatwo wychodzi, najwyżej się pokłócicie, ale spróbuj z obcą kobietą - żartuje pan Robert.

## Tango jak język esperanto

Krzewińscy i Filipiakowie zaczęli przygodę z tańcem od tańca towarzyskiego. Panie Ewa i Urszula miały więc ułatwione zadanie, bo ich mężowie już przezwyciężyli lęk przed parkietem. - Ale niektórych mężczyzn potrafi sparażować - przyznaje Wojciech Filipiak. Gdy taniec towarzyski przestał dawać im radość, a rumbi i samby

kają na sali tanecznej. Niektórzy przyszli sprawdzić i zostali... Choć pierwsze kroki nie są łatwe i można szybko się zniechęcić do tanga argentyńskiego. Ci, którzy przebrnęli przez pierwsze pół roku, poczuli, o co w tym chodzi, polubili milongi, wciągnęli się na dobre.

Barbara i Witold Dziadosz, pracownicy Politechniki Wrocławskiej dołączyli do tańczących tango argentyńskie wraz z Maciejem Pawłowskim, dyrektorem wydziału jeleniogórskiego PrW i jego żoną. - Też zaczęliśmy od tańca towarzyskiego - wspomina pan Witek. - I coraz częściej myślałem wtedy sobie, jak mi się już nie chce... A teraz tego uczucia nie ma. Jest radość ze wspólnego spotkania, ciekawość kolejnej milongi, poczucie, jak

## Pójść w tango na milondze

- Prawdziwe tango polega na koncentrowaniu się partnera na partnerce i odwrotnie. To kompletny odlot w rytm muzyki i wśród tych wszystkich tańczących par - mówi Urszula Krzewińska. Czasami kobiety tańczą z zamkniętymi oczami, bo to pomaga się im skoncentrować na odbieraniu ruchów prowadzącego. Ten taniec wymaga 100-procentowego skupienia się na tu i teraz, odcięcie od bodźców. - Nawet nie wiesz, kiedy przestajesz myśleć o remontach, problemach, w pracy, kłopotach z dziećmi. Odstresujesz się kompletnie - opowiada o tańcu Ewa Filipiak.

Aby kobieta mogła podążać za partnerem, musi przestawić się z myślenia na odczuwanie, bo tango to taniec

nogi - odpowiada Urszula Krzewińska. Często sukienki mają także dekolty na plecach. - To frajda przygotowywać się na milongę. Poczucie się seksownie i kobieco - podkreślają panie. Stroje tangowe mają w ich szafach osobne miejsce. Dodatków w zasadzie nie ma, poza wachlarzami. Przydały się podczas pokazów na placu Ratuszowym, które odbywały się w wyjątkowy upał.

O dziwo, panowie także ożywają się, gdy mowa o butach do tanga. Zasady są podobne, co u kobiet. Buty mają być miękkie, wygodne, odpowiednio wyprofilowane. Często są dwukolorowe. Kosztują około 600 złotych. Panowie tańczą w nieobcisłych spodniach, wygodnych i luźnych. Koszule w dowolnym kolorze, marynarki także. Kapelusz może być stylowym dopełnieniem



## Tango argentyńskie

Tango argentyńskie nie ma nic wspólnego z taniem tańczonym na turniejach tańca towarzyskiego. To argentyńskie charakteryzuje się improwizacją i bliskością partnerów. Tango argentyńskie, zarówno taniec, jak i muzyka, w 2009 roku zostało wpisane na listę niematerialnego dziedzictwa UNESCO. Na początku, około 1900 roku, w Argentynie tango tańczyli mężczyźni w parach. Taniec był symbolicznym pojedynkiem, podczas którego jeden z nich miał zginąć, a drugi zdobywał kobietę. Tańczono tango w domach publicznych, w portowych spelunkach i barach, na ulicach wielkich miast. Potem taniec wszedł na paryskie salony, dotarł aż do Hollywood i na parkiety całego świata. To nadal taniec ulicy, społeczny. Tango uznano za najbardziej namiętny z tańców, był też pierwszym, który parze pozostawiał przestrzeń do improwizacji.

całości. Milonga jest świętem dla tangueros i to pokazują także w stroju. Na warsztatach ubierają się dowolnie, a na nogach mają miękkie buty do ćwiczeń.

### Piazzola tylko w salach koncertowych

Nie ma także dowolności w muzyce. Nieobeznani z tematem na hasło „tango argentyńskie” wymieniają nazwisko Astora Piazzolli, który zdobył międzynarodową sławę na początku lat 80. XX wieku. Był twórcą tanga znanego pod nazwą „nuevo tango”. Nie jest to tango przeznaczone do tańczenia, lecz kunsztownie stylizowana muzyka do słuchania, wykonywana w salach koncertowych. Co zatem tańczy się na milongach? - Muzykę układa didżej - wyjaśnia Wojtek Filipiak, który od niedawna także i tym się para. Na ogół tańczy się przy tradycyjnych utworach, nazywanych tanga i milongi. Są jeszcze tak zwane vals, tańczone w rytmie walca. - Vals tango didżej puszcza zawsze, gdy wśród tańczących jest ktoś obchodzący urodziny. Każdy z nim tańczy kawalek - opowiada Ewa Filipiak. Można ponadto usłyszeć elektroniczne tango, na przykład

utwory Gotan Project. Jest również ogromna kolekcja przedwojennych polskich tang, które były bardzo popularne. - Co jakiś czas Wojtek wynajduje perełki muzyczne i podsyła nam je na profilu Tanga Karkonosze - mówi Urszula. Najbardziej jednak czekają na muzykę na żywo.

Grupa Tango Karkonosze zainspirowała także muzyków z Jeleniej Góry do stworzenia zespołu Tango Torcido. Mateusz Wójcik, Tomek Gadzina, Max Wieczorek, Łukasz Ćwiek, Julia Gadzina i Małgorzata Osiej-Gadzina wystąpili podczas pokazów tanga na placu Ratuszowym. Do pełni szczęścia brakuje im bandoneonu, instrumentu akordeonowego, który sprawia, że tango argentyńskie brzmi niezwykle i egzotycznie. Ale instrument trudno jest zdobyć i na razie Mateusz Wójcik wprawia się na akordeonie. Zespół ćwiczy w sali JCK. - Bez życzliwości i wsparcia Jeleniogórskiego Centrum Kultury nasza grupa nie rozwijałaby się, może nawet by się rozpadła - tangowicze dziękują serdecznie Jarosławowi Gromadzkemu, dyrektorowi JCK. - Może uda się nam namówić go do tanga - żartują.



Wojtek Filipiak:  
Dzięki wolności,  
jaką daje  
improwizacja,  
ten taniec nigdy  
nie wyjdzie  
z mody.

### Mężczyzna potrzebny od zaraz

Gdyby pan Jarosław przyszedł sam, byłby bardzo cennym nabytkiem. Bo w grupie brakuje mężczyzn. - Samotne kobiety dzwonią, że chciałyby wziąć udział w warsztatach i są pewne, że znajdziemy im partnerów. A to tak nie działa - mówi Wojtek Filipiak. Milongi to nie jest miejsce do poznania partnera na życie. Tango jest sensualne, ale ta bliskość z partnerem trwa przez tandę, czyli 3-4 tanga. Kończy się tanda i nikt nie ma żadnych oczekiwań i pretensji.

- Facetów bardzo trudno wyciągnąć z domu, ciężko im się przelamać, niektórzy uważają, że to niemęskie. A przecież tango w Argentynie na początku tańczyli sami mężczyźni - opowiada pan Wojtek. W każdym bądź razie apel do panów w Jeleniej Górze - tańczenie tango argentyńskie - jest ciągle aktualny. Przypomina, że nie ma ograniczeń wiekowych, nie jest ważny wygląd, nikt nikogo nie ocenia, wszyscy są życzliwi i pomocni.

Milongi Tanga Karkonosze odbywają się teraz w Pałacu Łomnica. Grupa liczy 8 par zaawansowanych i 6 par początkujących. W każdej chwili można do niej dołączyć. Warto wcześniej przyjść na milongę, popatrzeć, poprosić o wskazówki i pierwszą lekcję. W ostatni weekend września zaplanowano 10. milongę. Będzie w stylu lat 20. i 30. Przyjadą na nią zaprzyjaźnieni tangueros z Liberca, Goerlitz, Drezna, Zgorzelca, Bolesławca (tam jest bardzo silna grupa). - Zapraszamy się wzajemnie, bo na milongach trzeba bywać, bo to nasze święto - wyjaśnia Robert Krzewiński. Takie fantastyczne oderwanie od codzienności.

Alina Gierak

Zdjęcia Tango Karkonosze

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

## Rowerowy zawrót głowy

**Rower to ruch, zdrowie i czystsze powietrze. Z programu regionalnego dla naszego województwa dofinansowanych zostało ponad 40 inwestycji dotyczących budowy ścieżek rowerowych i single tracków. W sumie powstanie 400 kilometrów nowych tras dla amatorów dwóch kółek.**

- Przeznaczaliśmy na ten cel blisko 300 mln zł, z czego prawie 250 mln zł to dotacje unijne - mówi Cezary Przybylski, marszałek województwa dolnośląskiego. - Podstawową zaletą tworzenia nowych dróg rowerowych jest kolejny krok ku zmniejszeniu emisji szkodliwych substancji do atmosfery. Im więcej osób przesiądzie się z auta na rower, tym mamy większe szanse na czystsze powietrze.

### Alternatywa dla samochodów

Dla rowerzystów ważne jest, by drogami rowerowymi dotrzeć do pracy lub do domu w możliwie szybkim czasie i przede wszystkim bezpiecznie. Dlatego w miastach powstają ścieżki rowerowe, które często połączone są siecią ścieżek rowerowych z ościeniami miejscowościami. Takie rozwiązanie przyjął między innymi Wrocław, który jako lider projektu wraz z Kobierzycami postarał się o dotację unijną w wysokości 41 mln zł (wartość całej inwestycji to ponad 50 mln zł), by zbudować ok. 25 km ścieżek w stolicy Dolnego Śląska oraz na terenach gminy Koberzyce. We Wrocławiu powstały ścieżki m.in. przy ul. Traugutta, Wałbrzyskiej, Legnickiej, Powstańców Śląskich, a także parking dla rowerów przy ul.

Boguszowskiej, tak by cykliści mogli przesiąść się do autobusu lub tramwaju. Gmina Koberzyce była zaś odpowiedzialna m.in. za budowę pięciokilometrowego odcinka drogi rowerowej pomiędzy Kobierzycami a Wrocławiem. Inne dolnośląskie miejscowości także wytyczają nowe ścieżki rowerowe, którymi już można jeździć, m.in. w Jeleniej Górze, Kątach Wrocławskich, Świdnicy, Zgorzelcu.

### Trasy przyrodnicze

Szczególny rodzaj ścieżek rowerowych, tzw. single tracki, zlokalizowane zostały w miejscach atrakcyjnych przyrodniczo. I tu Dolny Śląsk ma się czym pochwalić - nasze najpiękniejsze turystyczne miejsca są oplecione siecią leśnych traktów rowerowych. Docenili to między innymi uczestnicy rajdów rowerowych na Ziemi Kłodzkiej oraz na Pogórzu Kaczawskim organizowanych podczas Dni Otwartych Funduszy Europejskich na początku maja.

Świerzawa wraz z sąsiednimi gminami: Wojcieszowem i Pielgrzymką, a także nadleśnictwem w Złotorzy postarały się o dotację unijną i zbudowały nowe ścieżki turystyczne, trasy rowerowe oraz punkty widokowe, by zachęcić turystów do wy-



cieczek. Wieże widokowe stanęły na Górze Zawodnej w Gozdnie oraz na Górze Dłużek w gminie Wojcieszów, a platforma widokowa na istniejącym punkcie widokowym Okole. Malownicze trasy wokół wzniesień Okole i Ostrzyca zachęcają do zwiedzania okolicy na dwóch kółkach, a pod Ostrzycą wytyczono dwie pętle ścieżek o różnych stopniach trudności. Dla wygody powstała nawet wypożyczalnia rowerów - chętni mogą wynająć je za pośrednictwem internetu. Inwestycja kosztowała 4,5 mln zł, a znaczna część tej kwoty, bo 3,8 mln zł, pochodziła z dotacji z Unii.

Single tracki znajdują się także na Ziemi Kłodzkiej (Singletrack Glacensis). W siedmiu sąsiadujących ze sobą gminach: Baro, Bystrzyca Kłodzka, Kłodzko, Łądek Zdrój, Międzyzlesie, Stronie Śląskiej i Złoty Stok można wyruszyć na wycieczkę liczącą nawet ponad 130 km! Trzeba jednak pamiętać, że trasy mają różne stopnie trudności i wybrać tę, która sprosta umiejętnościom i wytrzymałości rowerzysty.

Na przykład Pętlę Hrabowską w Baro może przejechać cała rodzina, ale już Pętla Wilcza przetestuje kondycję zawodowców. Projekt, który kosztował ponad 6 mln zł (z czego ok. 5 mln zł to unijna dotacja) obejmował nie tylko przygotowanie i utwardzenie samych ścieżek, ale także zbudowanie infrastruktury turystycznej, takiej jak parking, stacje napraw dla rowerów, tablice informacyjne.

### Co to jest single track?

To szczególny rodzaj najczęściej jednokierunkowej trasy rowerowej, który pozwala pojeździć po lesie dostarczając adrenaliny dzięki setkom ciasnych zakrętów, nawrotów i hopek.

[www.rpo.dolnyslask.pl](http://www.rpo.dolnyslask.pl)

**Dolnośląskie  
POSZERZAMY  
PERSPEKTYWĘ**



# Trutnovska polityczka krawcową samoukiem z ambicjami haute couture

## Jedwabny motylek

Mówi o sobie, że jest na tyle głupia (tak mówi, ale może bardziej elegancko z naszej strony: nieświadoma następstw), że wyznacza sobie cele na pozór nieosiągalne. Postanowiła samodzielnie nauczyć się krawiectwa z najwyższej półki, zatem z j. francuskiego haute couture. Prze studiowała branżowe podręczniki w języku angielskim, szyje francuskimi i krzyżkowymi ściegami, większość ręcznie, bo delikatne jedwabie, satyny i batysty nie nadają się pod maszynę. Uszyła nawet swoją suknię ślubną. Jak wiadomo (również w Czechach), to zdecydowanie nie jest zadanie dla panny młodej, ale Kateřina Hůlková nie jest ani przesadna, ani tradycyjna.

O swojej sukni ślubnej zaczęła rozmyślać dziesięć minut po tym, gdy jej ówczesny partner, a dziś mąż, Lubomír, mimochodem, gdzieś koło północy, w łóżku napomknął, że mogliby się pobrać. Należy dodać, że nie zaglądamy do partnerskiej sypialni, Kateřina o swoich przemyśleniach pisze na swoim krawieckim blogu poświęconym również malarstwu. Od pierwszej chwili było jasne, że nie

chcę bieli. Symbolika jest panieńska, a w naszym przypadku chodziło o formalność, piękną i szczerą. A do tego najodpowiedniejszy jest kolor nude, zatem cielisty - druga skóra. Drugi warunek - jedwab. Mam 30 lat. Beztróską młodość mam za sobą a stara jeszcze nie jestem. Chciałam się rozpieścić i uszyć własnego modelu było jedynym rozwiązaniem.\* W stosownych kolorach Kateřina uszyła cały zestaw - również elementy ubioru dla męża, kilkuletniego synka i dwóch druhen, córek przyjaciółki. Zestawienie materiałów: ręcznie tkany jedwabny dupion cielistego koloru na stan sukni i marynarkę, krawat dla męża i kamizelkę dla synka, włoski jedwabny szyfon na dół sukni, kremowy jedwabny habutaj na podszywkę, jedwabna organza na podszywie stanu sukni. Krój stanika zaczerpnęła z czasopisma Burda. Boczne szwy i lamówkę uszyła ręcznie, szwy ściegiem francuskim, co oznacza jednoznacznie - żadnych wystających nitki. Jedwabny szyfon sukni podłożyła dwa razy. Stwarza to gładką i niekręcącą się lamówkę o szerokości pięciu milimetrów.



M. KOVAŘÍK

Ciekawie rozmawia się z Kateřiną, bo przywołuje na moment choćby bogaty świat tkanin. Tyle jest przecież szlachetnych materiałów, które ona zna, by tak rzec, od podszewki. Batyst? Były kiedyś delikatne, luksusowe chusteczki batystowe (takie do wycierania nosa) i wyszywane delikatne bluzki, nakładane specjalnie w kontraście do spranych dżinsów. Jeszcze dawniej białystowa bielizna dla szlachcianek, ale dziś? Kateřina wykorzystuje batyst między innymi na podszewki. Albo szef francuski i krzyżkowy. W sklepie najczęściej można kupić ciuchy wykończone overlokiem. Gdy się zahaczy

o tę właśnie (wykończeniową) nitkę, całość spruje się jak nic. Tymczasem, jak uczyć podręczniki krawiectwa, wewnętrzna strona ubrań (już nie ciuchów) w istocie winna wyglądać podobnie dobrze, jak wierzchnia. Przecież właśnie po rzemieślniczym wręcz i żmudnym, ręcznym wykończeniu poznaje się jakość ubrania. Cena też jest odpowiednia. Jednak, by samemu uszyć ubranie, trzeba nie tylko chęci i talentu, ale głównie cierpliwości.

### Chanelka dla koleżanki

Kateřina ma za sobą swój pierwszy pokaz mody. Skromny, ale godny, który odbył się przy okazji

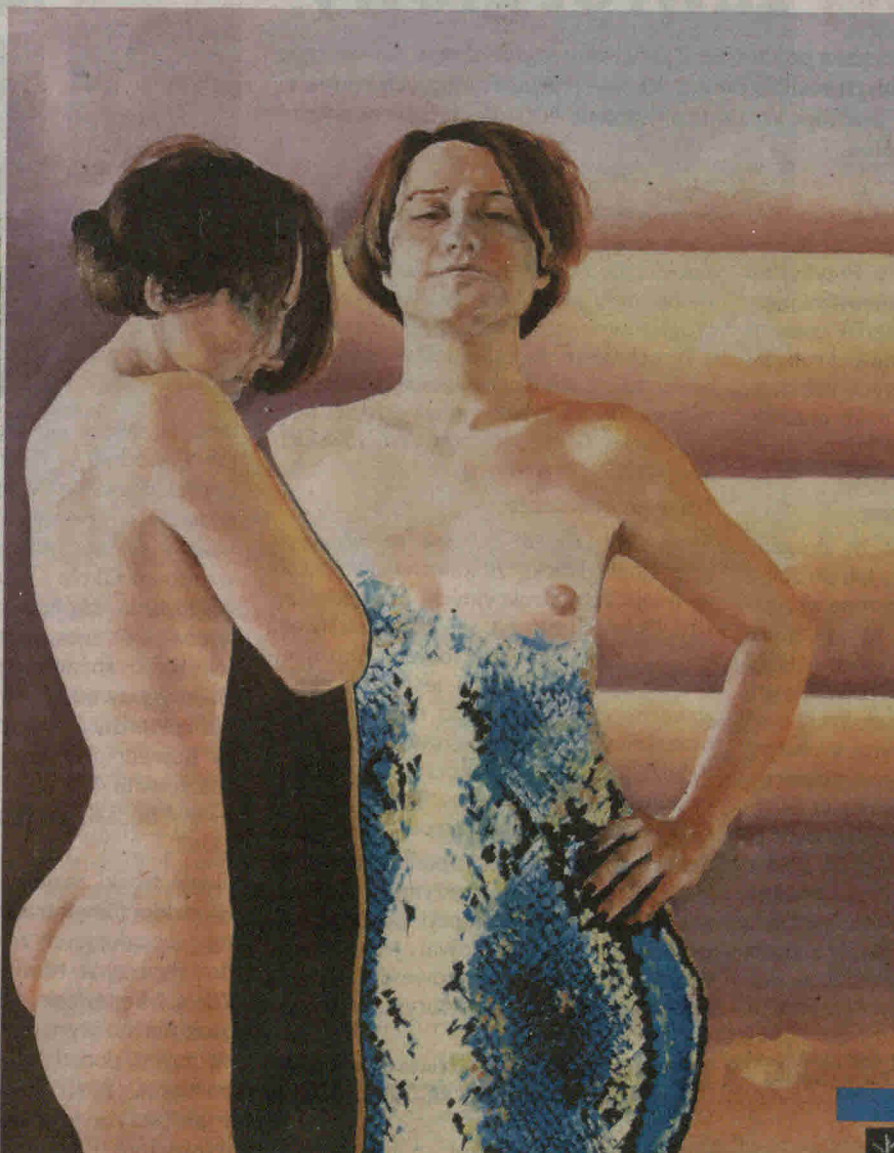
Dnia Otwartych Pracowni, trutnovskiego stowarzyszenia artystów. Kateřina pokazała na koleżankach i ich dzieciach swoje ostatnie modele, szyte dla siebie lub na zamówienie dla znajomych. - Ile kosztuje model, którego na pewno nie zobaczymy w żadnym sklepie? - Różnie, w zależności od włożonej pracy i, rzecz jasna, materiałów. Tę sukienkę szyłam dla siebie, ale koleżanka jest zainteresowana. Więcej niż tysiąc koron nie wezmę. Ale ten model - Kateřina dotyka na wieszaku komplecik typ Coco Chanel - będzie droższy. Spójrz na podszewkę, ręczne wykończenie, klasyczny dla Chanel sposób. Uszyłam żakiet i spódniczkę dla

koleżanki, której sylwetka nie zmieni się nawet za 10 lat, to pewne (ma to w genach). Komplet, z najlepszych materiałów, będzie jej służył minimalnie dekadę. Oceniam pracę plus materiał na 10 tysięcy koron - mówi krawcowa. Hmm, jakieś 1600 złotych.

Kateřina Hůlková prowadzi własną działalność gospodarczą. Zajmuje się głównie projektowaniem wyglądu stron internetowych w trutnovskiej firmie IT, ale szycie przynosi jej coraz więcej korzyści, klientela się powiększa. Zachęca, że może doradzić krój, fason i wybór materiałów. Jej specjalność to suknie balowe, choć na pokazie przedstawiła również modele prêt-à-porter (gotowe do noszenia, na co dzień). Oprócz swojej sukni ślubnej uszyła już dwie kolejne dla znajomych. A przecież takie zadanie dla krawcowej to wielka odpowiedzialność. Dość powiedzieć, że obie panny młode wyglądały w nich korzystnie i były zadowolone.



Małżeńska erotyka, obraz olejny autorstwa Kateřiny.



M. KOVAŘÍK



**Dress code - smoking**

W krawieckiej historii, a szcieniem zajmuje się od pięciu lat, było jeszcze, prawdopodobnie dotąd największe wyzwanie - smoking dla męża, wtedy jeszcze partnera. A było to tak. Lubomír otrzymał od znaczącego klienta dwa zaproszenia na galowy wieczór otwierający Festiwal Filmowy w Karlovych

szczęście, bo z początkiem lata materiały na garnitury były akurat w promocji. Zdażyłam kupić ostatnie cztery metry lekkiej, miękkiej i niegryzącej, stuprocentowej wełny, w której mój miły później przeżył bez problemu trzydziestopniowy upał, który panował w dniu uroczystości. Na uszycie miałam trzy tygodnie (raczej weekendy), domową amatorską maszynę do szycia,

dla odwagi. Efekt: Lubomír na zdjęciach prezentuje się wytwornie. Smoking ma wszystko, co mieć powinien - satynowy szalowy kołnierz i lampasy.

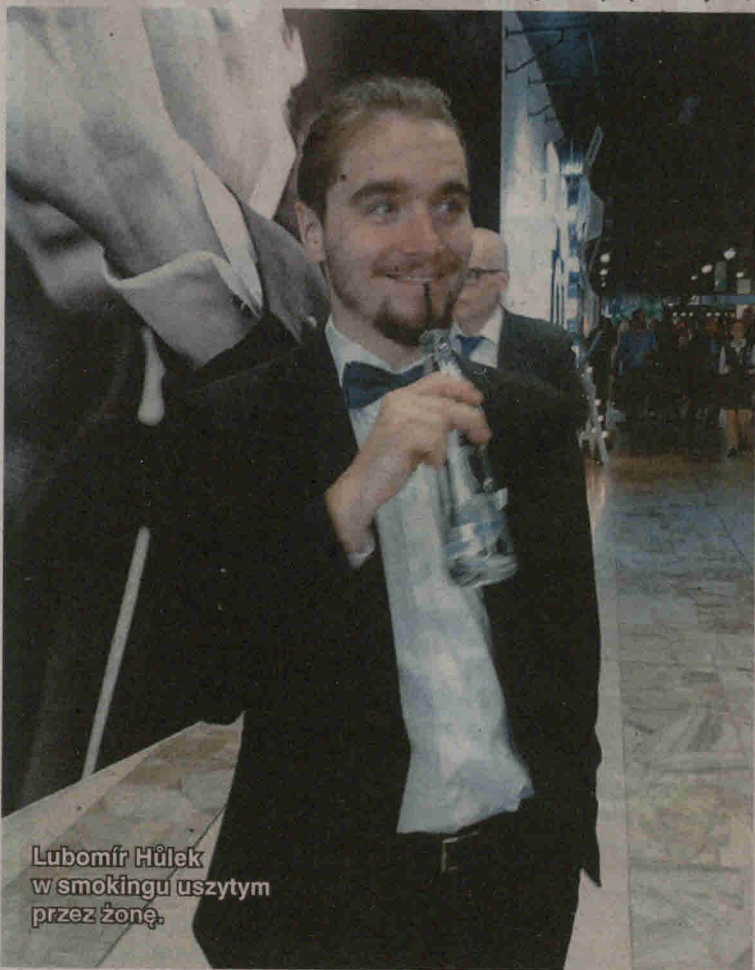
Największe wyzwania - zawsze gotowa, ale szyje też dodatki: krawaty i muszki, po czesku motýlky, oraz sakiewki dla pań na bale, śluby lub na co dzień do noszenia. Sakiewki z tkaniny nazywają się tu

„pompadurki”, zapewne od marki z dePompadour, słynnej metresy francuskiego króla. Kateřina ma właśnie pod ręką jedną z nich. Testuje jej wytrzymałość: co też się do niej zmieści i ileż ta torebka uniesie. Eksperymentuje również z wyglądem sakiewek. Każda jest oryginalna, bo podstawą jest tkanina z nadrukowanym motywem z obrazów olejnych autorki.

wie i Pradze. Bez żadnego wstydu. Na żadnej sesji fotograficznej, przy kimś obcym, na pewno bym się nie rozebrała. Natomiast w moich obrazach moja nagość mnie nie krępuje, jest przefiltrowana przez sztukę. Sensem serii obrazów było zburzenie ogólnego przeświadczenia, że z długoletnich partnerskich związków czy małżeństw znika pożądanie, zastępuje rutyną i nudą. Ani ja, ani Alena nie jesteśmy znudzone w naszych związkach - mówi Kateřina.

**Działalność polityczna**

Czeska Partia Piratów zdobyła w ostatnich wyborach do Sejmu kilkanaście procent i została trzecią siłą polityczną w kraju. W Trutnovie Partię Piratów tworzy grupa przyjaciół i znajomych - 30- i 40-latków, którzy stawiają na nowe technologie i ruch turystyczny. Do tej grupy należy również nasza bohaterka. W 2017 roku kandydo-



Lubomír Hůlek  
w smokingu uszytym  
przez żonę.

Varach. Okazja nie była jaka, wydarzenie towarzyskie i modowe, wśród gwiazd filmowych, czeskich i zagranicznych, rzecz jasna z dress codem. Na zaproszeniu napisano wyraźnie, że obowiązują stroje wieczorowe, zatem dla panów smoking. Okazało się, że Lubomír „nie ma się w co ubrać”. Z powodu jego niekonfekcyjnej, bo nietypowej sylwetki, wypożyczalni ubrań nie brano pod uwagę, tym bardziej drogiego szycia na zamówienie. Moja początkowa euforia zamieniła się w panikę, a panika w największe wyzwanie, które jako krawcowa sobie postawiłam. Jeśli chodzi o materiały, mieliśmy

a zamiast krawieckiego manekina tylko żywego modela, który mnie, owszem, wspierał. Ostatnie szwy robiłam dosłownie kilka godzin przed odjazdem. Kateřina uszyła smoking na podstawie wykroju z Vogue, który przyszedł do domu na zamówienie, ze szczegółowymi instrukcjami. Krawcowa musiała wykorzystać trzy rozmiary tego samego modelu, inne w ramionach, pasie i biodrach. Kateřina zwierza się, że co do niektórych krawieckich szczegółów musiała poczytać dodatkowe instruktaże, dodaje też, że zanim wzięła się do pracy przy smokingu, nałała sobie kieliszek czegoś mocniejszego,



Etapy szycia sukni  
ślubnej, całej  
z jedwabiu.



Państwo  
Hůlkovi.  
Kateřina testuje  
„pompadurkę”.

**Małżeńska erotyka**

Kateřina tańcząca, Kateřina z Lubomírem w intymnych chwilach, Kateřina i jej lustrzane odbicie - autorka pod pędzel bierze sceny między innymi ze swojej sypialni, bez wulgarności, bez epatowania seksem, w ujęciu artystycznym. Małżeńska erotyka w obrazach olejnych to kolejne hobby autorki. Razem z przyjaciółką Aleną Valentovou, również malarzką - pokazały na obrazach intymne chwile z małżeńskich sypialni na dwóch wystawach w Trutno-

wa do Sejmu. Mandant jednak zdobyła jedynka na liście, dziś trutnovski poseł Martin Jiránek. W ubiegłorocznych wyborach do samorządu Partia Piratów wprowadziła do rady miasta czterech przedstawicieli, w tym ponownie swoją jedynkę, posła Jiráňka (w Czechach nie ma ograniczeń w łączeniu mandatów poselskich i radnych, również wojewódzkich). Kateřina Hůlková przegrała, ale teraz ma szansę, by się wykazać, bo poseł zrezygnował z samorządu i mandat przypadł zawodowej designerce i krawcowej. Nowa radna ma zamiar zajmować się w samorządzie ruchem turystycznym. Obiecuje, że kontakty z Polską będą na pierwszym miejscu.

**Marlena Kovařík**

\*Wszystkie cytaty są zapożyczone z blogu Kateřiny: kateřinahulkova.cz



# Upamiętnią Polaków, którzy pomagali Gerhartowi Hauptmannowi

Uczniowie z jeleniogórskich szkół, studenci i naukowcy docierają do świadków oraz ich rodzin, biorących udział w ważnych wydarzeniach związanych z ostatnimi miesiącami życia noblisty, jego śmiercią, a także wywozem zwłok dramaturga z Polski. Projekt przygotowany został przez Muzeum Miejskie „Dom Gerharta Hauptmanna” w Jeleniej Górze.



Alicja Chrupczalska i Julia Cwiakała podczas rozmowy z Zofią Zator o jeleniogórskim staroście Wojciechu Tabace.

- Ma na celu ukazanie wkładu Polaków, przybyłych na Ziemię Jeleniogórską w 1945 roku, w kształtowanie lokalnej polskiej administracji, ze szczególnym uwzględnieniem pomocy udzielanej przez stronę polską niemieckiemu pisarzowi Gerhartowi Hauptmannowi w latach 1945-1946, mieszkającemu w swoim domu w Jagniątkowie - wyjaśnia Janusz Skowroński, dyrektor muzeum.

Do osób będących świadkami wydarzeń i ich rodzin docierają wolontariusze: Alicja Chrupczalska, Julia Cwiakała i Daria Byczko z ZSO nr 1 im. Stefana Żeromskiego w Jeleniej Górze, Zuzanna Pietruszkiewicz z ZSOIT, Antonina Simon, studentka germanistyki, oraz Marek Szajda, doktorant historii, jeleniogórzanin z pochodzenia. Wsparcia udzielają nauczycielka ZSOIT Bożena Brzeźnik oraz Jacek Trembacki z KPSW. Konsultantem naukowym jest prof. Krzysztof A. Kuczyński, wybitny germanista, badacz życia i twórczości Gerharta i Carla Hauptmannów.

Zadaniem uczestników projektu jest przeprowadzenie kwerendy w archiwach krajowych i zagranicznych, odnalezienie Polaków, którzy pomagali pisarzowi, dotarcie do ich rodzin oraz dokumentów, które posiadają. - Każda rozmowa jest nagrywana, filmowana i spisywana. - wyjaśnia Janusz Skowroński. - To cenne doświadczenie dla wolontariuszy, lekcja historii, której z pewnością nie zapomną. Planowana jest także publikacja

wydawnictwa na podstawie zebranych materiałów. Książka będzie wydana po polsku i po niemiecku.

Projekt jest nowatorski, bowiem wydarzenia okresu powojennego na Ziemi Jeleniogórskiej mało znane są mieszkańcom. - A nazwiska ludzi, którzy budowali w tym regionie polską administrację, wartę są upamiętnienia - podkreśla dyrektor muzeum. O tych czasach mówią wolontariuszom między innymi członkowie rodzin Wojciecha Tabaki, Stanisława Czepurkowskiego, Stefana Górki, por. Henryka Bany, Bogdana Gintera, Stanisława Lorentza. - Nie udało się nam dotrzeć do syna Franciszka Cwikowskiego, adwokata z Jeleniej Góry. Może czytelnicy Nowin Jeleniogórskich pomogą w kontakcie z Andrzejem Cwikowskim - prosi Janusz Skowroński.

Efekty pracy wolontariuszy, naukowców i pracowników muzeum będą pokazane na specjalnej wystawie stałej „Gerhart Hauptmann i Polacy w latach 1945-1946”, przygotowywanej na 15 listopada w 157. rocznicę urodzin noblisty. Planowane są także lekcje muzealne, poświęcone temu okresowi historii, które prowadziliby wolontariusze biorący udział w projekcie. Jest on dofinansowany w 50 procentach z Fundacji Współpracy Polsko-Niemieckiej, przez samorząd jeleniogórski (30 procent) oraz Konsulat Generalny Republiki Federalnej Niemiec we Wrocławiu (20 procent).

ALKA

Teatr im. Cypriana Kamila Norwida w Jeleniej Górze

37. MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL TEATRÓW ULICZNYCH

# 37 MFTU

TEATR IM. CYPRIANA KAMILA NORWIDA W JELENIEJ GÓRZE

Dyrektor Naczelny: Tadeusz Wruk

19-21 LIPCA 2019  
JELENIA GÓRA

PLAC RATUSZOWY

**19 PIĄTEK**

21:45 UROCZYSTOŚCI OTWARCIA  
37. MIĘDZYNARODOWEGO  
FESTIWALU TEATRÓW  
ULICZNYCH

22:30 MR PEJO'S WANDERING DOLLS  
Rosja, Rosja

**20 SOBOTA**

17:30 TEATR NIKOLI  
Polska „Pawowy Park”

18:15 DONKEY DUO  
Holandia, Izrael „Donkey Business”

19:30 TEATR PANTOMIMY MIMO  
Polska „Komedia”

20:20 FROM HEAVEN TO HELL  
Performance w wykonaniu uczestników  
24. MIĘDZYNARODOWYCH WARSZTATÓW  
ARTYSTYCZNYCH MŁODZIEŻY - Jelenia Góra 2019

21:15 MR PEJO'S WANDERING DOLLS  
Rosja „Moonlight”

22:00 TEATR AKT  
Polska „Pierś Czesni”

**21 NIEDZIELA**

13:00 KIEV STREET THEATRE HIGHLIGHTS  
Ukraina „Wesoła bajka o smutnej królewnie”

18:00 TEATR NIKOLI  
Polska „Impresaria”

18:45 GILAD SHABTAY  
Izrael „Kierka Gligorescu”

19:30 TEATR AKT  
Polska „In Blue”

20:30 KIEV STREET THEATRE HIGHLIGHTS  
Ukraina „Jarmaz dance”

24:00 TEATR KTO  
Polska „Zapach szara”  
Patron przy ul. Sudeckiej  
(za hotelami „Mercure”)

Mijają kolejne dekady, zmieniają się stroje, a wymyślony przez Piotra Szczeniowskiego i Alinę Obidniak jeleniogórski Międzynarodowy Festiwal Teatrów Ulicznych ma się świetnie. Choć przecież on również się zmienia. Trudno, by było inaczej, skoro zmienia się wszystko dookoła. W tym roku będą nas zachwycać, wzruszać i skłaniać do refleksji: Mr Pejo's Wandering Dolls z Sankt-Petersburga, krakowski Teatr Nikoli, warszawski Teatr Pantomimy MIMO, Teatr Akt (także stołeczny), Teatr Uliczny HIGHLIGHTS z Kijowa, Gilad Shabtay z Izraela, fińsko-izraelskie Donkey Duo i po raz kolejny na tym Festiwalu Teatr KTO z Krakowa. Performance FROM HEAVEN TO HELL pokażą również uczestnicy 24. MIĘDZYNARODOWYCH WARSZTATÓW ARTYSTYCZNYCH MŁODZIEŻY.

Festiwalowe atrakcje, niby zawsze podobne (takie są środki teatru ulicznego) - akrobacje, żonglerka, kłanada, popisy na szczudłach i machinach - a przecież zawsze niosące inny przekaz, zapierające dech w piersiach sprawnością wykonawców, bawiące w sposób odmienny niż kiedyś.

Trzy festiwalowe dni i noc (19-21 lipca) wypełnią pokazy dla dorosłych i dzieci. Coś dla siebie znajdą zarówno oczekujący atrakcyjnej rozrywki, jak i ci, którzy od sztuki - także ulicznej - żądają

refleksji o współczesnym świecie, komentarza do otaczającej nas rzeczywistości. A wszystko, jak zwykle, na jeleniogórskim Rynku i parkingu przy ul. Sudeckiej (obok hotelu Mercure).

Festiwal odbywa się pod honorowym patronatem Prezydenta Miasta Jeleniej Góry Jerzego Łuźniaka, finansowany jest ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz z budżetu Miasta Jelenia Góra. Organizatorem festiwalu jest Teatr im. Cypriana Kamila Norwida.

Teatr im. Cypriana Kamila Norwida w Jeleniej Górze

JELENIA GÓRA

DOFINANSOWANE PRZEZ  
MIASTO JELENIA GÓRA

JELENIA GÓRA

PATRONAT HONOROWY  
PREZYDENTA MIASTA  
JELENIEJ GÓRY  
JERZEGO ŁUŻNIAKA

Ministerstwo  
Kultury  
i Dziedzictwa  
Narodowego

Dofinansowane  
ze środków  
Ministerstwa Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego



# Szafirowo-rubinowe...

Wielkie święto poszukiwaczy skarbów natury w Lwówku Śląskim, czyli tegoroczne - XXII Lwóweckie Lato Agatowe, już w najbliższy weekend! Jedna z największych i najciekawszych, markowych imprez wakacyjnych, organizowanych cyklicznie w naszym regionie, rozpocznie się w piątek 12 lipca i trwać będzie do niedzieli 14 lipca.

Każdego roku na ten szczególny, pełen najróżniejszych atrakcji, prawdziwie gorący weekend, do Lwówka Śląskiego zjeżdżają tłumy gości, by wspólnie z mieszkańcami miasta i okolic rozkoszować się mnóstwem kamiennych skarbów natury i dać się porwać szaleństwu wakacyjnej zabawy. Tego wydarzenia nie można przegapić!

Lwóweckie Lato Agatowe jest jedynym w swoim rodzaju festiwalem minerałów, połączonym z wielkim festynem i jarmarkiem różności, odbywającym się w Polsce. Stawia je nie tylko skala i ranga tego wydarzenia oraz bogactwo atrakcji, jakie zawsze czekają tu na uczestników wydarzeń, ale też fantastyczna atmosfera wakacyjnego spotkania i zabawy, jaka nie ma sobie równych.

Sercem LLA jest Międzynarodowa Giełda Minerałów i Wyrobów Jubilerskich, którą tworzy ponad 200 stoisk z pięknymi kamieniami z całego świata. Co najmniej drugie tyle kramów odwiedzić można na jarmarku różności, wypełniającym place i ulice w sercu miasteczka.

Na lwóweckiej giełdzie kamienne skarby natury zaprezentują wystawcy z 20 krajów. Tegoroczna impreza odbywać się będzie w znacząco zmodyfikowanej formule organizacyjnej (związanej z reorganizacją lwóweckiego rynku), zwiększającej nie tylko komfort wystawców, ale i atrakcyjność wydarzenia dla zwiedzających. Teraz już cały obszar giełdy minerałów, rozlokowanej w sercu miasta, czyli wokół lwóweckiego ratusza, chroniony i monitorowany będzie przez wszystkie dni trwania imprezy. Daje to wystawcom możliwość zaprezentowania jeszcze bogatszych i cenniejszych zbiorów.

Na giełdzie, oprócz stoisk, na których podziwiać, kupować i wymieniać można kamienne skarby, nie zabraknie miejsc z pokazami obróbki kamieni i obrzędami walońskimi. Będzie też specjalna strefa dla dzieci „Geolandia”.

Zmodyfikowany został także układ jarmarku różności i rozrywkowej przestrzeni wydarzenia, z zapleczem gastronomicznym oraz parkami zabaw dla dzieci i dorosłych. W innej części rynku stanie główna scena, na której odbywać się będą oficjalne ceremonie i koncerty muzycznych gwiazd LLA. Bardziej przejrzysty dla uczestników imprezy będzie też podział jej obszaru na strefy tematyczne - giełda minerałów, giełda produktów

regionalnych, giełda rzemiosła i wyrobów artystycznych, strefa ogrodu, jarmark różności, strefa gastronomiczna, strefa koncertów.

Szczególne miejsce wśród największych atrakcji lwóweckiego święta mineralogicznego zajmują główne wystawy, ulokowane w reprezentacyjnych wnętrzach ratusza. To wokół głównych ekspozycji najcenniejszych okazów prezentowanych podczas imprezy, cieszących się zawsze ogromnym powodzeniem zwiedzających, osnute jest życie giełdy minerałów i towarzyszących jej spotkań poszukiwaczy, kolekcjonerów oraz znawców i miłośników kamiennych skarbów natury.

XXII LLA odbywać się będzie w blasku wspaniałych rubinów i szafirów. To właśnie tym fascynującym, efektownym i niezwykle wartościowym minerałom, zaliczanym do najcenniejszych kamieni jubilerskich, poświęcona będzie główna wystawa imprezy, zatytułowana „Korundowe skarby”. Wystawowe gabloty, wypełnione efektownymi kamieniami w naturalnej postaci i urzekającymi klejnotami, wśród których wzrok przyciągać będzie także drogocenna biżuteria, oglądać można tylko przez trzy dni, czyli w czasie trwania Lwóweckiego Lata Agatowego. Dlatego koniecznie trzeba wybrać się do Lwówka Śląskiego w tym czasie, by nie stracić okazji do zobaczenia fascynujących cudów natury i wykonanych z nich cennych precjozów. Wśród najcenniejszych eksponatów tworzących wystawę będzie m. in. berło o długości 38 cm, ozdobione okazałym rubinem o wymiarach 60 x 30 mm, stanowiące dodatek do „korony wielkiej czwórki” eksponowanej w roku ubiegłym. We Lwówku Śląskim berło po raz pierwszy zaprezentowane zostanie publiczności!

W lwóweckim ratuszu, oprócz „Korundowych skarbów”, podziwiać będzie można również konkursowe wystawy kolekcjonerskie minerałów i multimedialną wystawę geologiczno-przyrodniczą. Tym razem na zwiedzających czekać będzie również prezentacja walczących o konkursowe nagrody: „Polski kamień krajoobrazowy” Pawła Andrzejewskiego, „Jaspis - różnorodność kolorów i piękno krajoobrazu” Andrzeja Bobrowskiego, „Minerały Dolnego Śląska” Daniela Cudziło, „Minerały świata” Mirosława

## XXII Lwóweckie Lato Agatowe

Lwówek Śląski, rynek miejski  
12 - 14 lipca 2019 r.

Największa mineralogiczna impreza w Polsce!!!



Gmina i Miasto  
Lwówek Śląski

Giełda minerałów, wystawa główna: „Korundowe skarby”,  
pokazy cięcia i szlifowania agatów,  
pokazy plukania złota, prezentacje prywatnych  
kolekcji mineralogicznych oraz wiele innych atrakcji.



Lwówecki Ośrodek  
Kultury

Biurowizja organizacyjna: Lwówecki Ośrodek Kultury  
tel. 75 782 45 32, fax 75 782 45 31  
e-mail: lok@lwoweckislaski.pl, agatowe@lwoweckislaski.pl  
www.la.lwoweckislaski.pl

Gumiennego, „Skamieniałe drzewa z okolic Dąbrowy Tarnowskiej” Krzysztofa Polońskiego, „Agaty z Płóczek Górnych” Piotra Łuźnego, „Świat bursztynu” Anny Machnikowskiej, „Wybrane minerały z masywu Strzegom - Sobótka” Ireneusza Niemczyka, „Blenda skorupowa - unikatowa forma występowania galeny i sfalerytu z Olszusa” Krzysztofa Sadowskiego i „Opale szlachetne z Etiopii” Wojciecha Staszki.

W ramach XXII LLA, w Lwóweckim Ośrodku Kultury odbędzie się też dwudniowa sesja popularnonaukowa - dla kolekcjonerów, wystawców i wszystkich innych zainteresowanych (obowiązują wcześniejsze zgłoszenia). Tematy wystąpień naukowców to „Nowe oraz mniej znane surowce ozdobne Sudetów” (prof. dr hab. Krzysztof Łobos), „Charakterystyka mineralogiczna oraz geneza

dolnośląskich nefrytów” (dr Stanisław Madej), „Prasiolit - rarytas mineralogiczny z Dolnego Śląska” (mgr Krzysztof Sadowski), „Opale szlachetne z Etiopii” (dr Wojciech Staszek).

Wśród rozrywkowych atrakcji wydarzenia nie zabraknie koncertów gwiazd estrady. W piątek na lwóweckim rynku wystąpi m.in. Natalia Nykiel, w sobotę - Cleo, a w niedzielę - Natalia Szroeder. Grono entuzjastów mają wielkie parady, organizowane podczas Lwóweckiego Lata Agatowego. Na dobry początek, w piątek, odbędzie się tradycyjna parada poszukiwaczy skarbów, a w sobotę parada motocykli, którą zakończy pokaz najciekawszych maszyn, uczestniczących w spektakularnym przejeździe ulicami miasteczka.

Szczegółowy program imprezy na [www.nj24.pl](http://www.nj24.pl). Zapraszamy!

## Lato z Nowinami

Lwóweckie Lato Agatowe organizowane jest pod patronatem Nowin Jeleniogórskich. Z tej okazji także redakcja NJ, wspólnie z Fundacją Nowin Jeleniogórskich, przygotowuje specjalną atrakcję dla uczestników tego wydarzenia.

W zabytkowych wnętrzach lwóweckiego ratusza urządzony zostanie salonik prasowy NJ, w którym przejrzeć będzie można archiwalne roczniki Nowin Jeleniogórskich (związane z historią Lwóweckiego Lata Agatowego) oraz otrzymać aktualne wydania Kompasów Górskich - niezwyklego przewodnika, przygotowanego na trwający właśnie sezon turystyczny.

Na czas wakacyjnego szaleństwa przygotowaliśmy też konkurs dla miłośników naszego tygodnika, zatytułowany „Lato z Nowinami”, w którym zdobyć będzie można ciekawe nagrody. Konkurs ma dwie kategorie tematyczne, a uczestniczyć w nim mogą wszyscy zainteresowani, bez względu na wiek. Wszyscy, którzy poczuć w sobie wenę literacką, mogą wziąć udział w konkursie na oryginalne, krótkie hasło promujące Nowiny Jeleniogórskie. Na tych, którzy wolą wyrażać siebie w obrazkach, przygotowaliśmy konkurs plastyczny. Aby pować w nim o nagrody, trzeba dostarczyć nam własnoręcznie wykonaną pracę plastyczną, której tematem jest „Wakacyjna przygoda”. Technika wykonania pracy dowolna,

format nie mniejszy niż A5. Na laureatów, których wyłoni redakcyjne jury, czekają atrakcyjne nagrody rzeczowe.

Uwaga! Warunkiem udziału w naszym konkursie jest załączenie do konkursowego hasła bądź pracy plastycznej wypełnionego kuponu zgłoszeniowego, który publikujemy obok. Kupon musi być oryginalny, wycięty z aktualnego wydania NJ. Konkurs trwa tylko do 23 lipca 2019 r. W tym czasie trzeba dostarczyć do redakcji NJ konkursowe prace wraz z kuponami. Można zrobić to osobiście bądź wysłać przesyłką na adres: Nowiny Jeleniogórskie, ul. M. Skłodowskiej-Curie 13, 58-500 Jelenia Góra, z dopiskiem na kopercie „Lato z Nowinami”. Liczy się data dostarczenia przesyłki do redakcji.

Na dodatkowe nagrody liczyć mogą ci, którzy zdecydują się połączyć udział w konkursie z uczestnictwem w XXII Lwóweckim Lacie Agatowym. Autorzy, którzy dostarczą swoje konkursowe prace wraz z kuponami do saloniku prasowego NJ, działającego w czasie imprezy w Lwówku Śląskim, na miejscu otrzymają dodatkowe upominki - niespodzianki! W saloniku prasowym, od ręki, wstępnie, jeszcze przed posiedzeniem jury, ocenimy, czy konkursowa praca zasługuje na docenienie i na miejscu wręcząc będziemy upominki wszystkim, których zaangażowanie uznamy za warte uhonorowania. Na szczególne względy liczyć mogą autorzy prac uwzględniających tematyczne wątki związane z Lwóweckim Latem Agatowym. Gorąco zapraszamy do wspólnej zabawy!

Regulamin Konkursu dostępny jest w siedzibie NJ oraz na [www.nj24.pl](http://www.nj24.pl). (redd)

## Lato z Nowinami Kupon zgłoszeniowy

imię i nazwisko autora tekstu/pracy

imię i nazwisko rodzica/opiekuna  
(w przypadku osoby niepełnoletniej)

telefon kontaktowy

Oświadczam, że zapoznałem się z regulaminem konkursu. Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w kuponie na potrzeby konkursu. Podpisany kupon jest potwierdzeniem przyjęcia regulaminu konkursu.

data i podpis autora/rodzica/opiekuna





## Nie przegap

### JELEŃ GÓRA

Wystawę „Miedziane Impresje Nowej Sztuki” obejrzyjecie w Galerii Pod Brązowym Jeleniem w JCK, ul. 1 Maja 60. Autorami prac są uczestnicy Pracowni Witraży Jeleniogórskiego Centrum Kultury. Wystawa będzie czynna do 31 sierpnia. Wstęp za darmo.

Wystawę malarską „Światy równoległe”, cz. II, Dolnośląskiego Stowarzyszenia Artystów Plastyków z Wrocławia można oglądać do 28 lipca w Muzeum Miejskim „Dom Gerharta Hauptmanna”. Jest to druga część wystawy „Światy równoległe”, która zapoczątkowana została 18 maja przez Grupę Artystyczną PI ART z Piechowic.

Wystawę „Joanna Markowicz - malarstwo” można oglądać do 31 lipca w Muzeum Przyrodniczym. Obejrzyjecie blisko 40 jej prac, malowanych eksperymentalnymi technikami malarskimi. Jolanta Markowicz ukończyła ASP w wieku 57 lat udowadniając, że „nigdy nie jest za późno”. Studiowała w pracowni prof. Leszka Mickosia. Wystawiała swoje prace na wielu prestiżowych wystawach zbiorowych i indywidualnych. Maluje różnymi technikami, ale Pouring Painting i malowanie żywicami epoksydowymi jest dominujące.

W DKF Klaps na wakacje film „Mia i biały lew” dzieci obejrzą w JCK 10 lipca o godz. 10.00. Bilety po 5 zł.

Na bezpłatne zwiedzanie miasta z przewodnikiem można się wybrać 10 lipca. Start o godz. 12.00 z placu Ratuszowego.

Na występ zespołu Vocalis „Lekkie arie i duety operetkowe” można się wybrać 15 lipca o godz. 19.30 do Muzeum Przyrodniczego. Wystąpią: Joanna Moryc (sopran), Anna Skora (mezzosopran) oraz Róża Wysocka (fortepian). Bilety po 30 zł.

Otwarcie wystawy „Psi żywot w Karkonoszach”, z okazji Roku Stanisława Bernatta, odbędzie się 16 lipca o godz. 16.00 w Muzeum Przyrodniczym. Na wernisaż wstęp wolny. Wystawa fotograficzna przygotowana została przez Muzeum Przyrodnicze w Jeleniej Górze we współpracy z Towarzystwem Przyjaciół Jeleniej Góry i Towarzystwem Opieki nad Zabytkami.

W DKF Klaps na wakacje film „Łowcy czarownic” można będzie obejrzeć w JCK 17 lipca o godz. 10.00 w JCK. Bilety po 5 zł.

**MIEDZYNARODOWY FESTIWAL TEATRÓW ULICZNYCH** rozpocznie się 19 lipca o godz. 21.45 na placu Ratuszowym. Aktorów nie ogranicza przestrzeń sali teatralnej, a nietypowa sceneria i rozmach, z jakim przygotowane są przedstawienia, dostarczają niesamowitych wrażeń. Wstęp na wszystkie przedstawienia i warsztaty jest za darmo. Festiwal zakończy się 21 lipca. Program szczegółowy 37.MFTU znajdziecie na portalu nj24.pl oraz na stronie 10.

### BOLEŚLAWIEC

**Blues nad Bobrem**, polsko-czeski przegląd zespołów muzycznych, zaplanowano na 19 lipca. Na stadionie przy ul. Rajskiej od godz. 15.00 zagrają młode kapela, które walczą o nagrodę w przeglądzie. Gościem specjalnym będzie grupa „Trzynasta w samo południe”. 20 lipca o godz. 17.00 odbędzie się koncert finałowy. Na scenie zobaczymy Sebastiana Riedla wraz z zespołem Cree oraz Natalię Sikorę w projekcie „Tribute to Mira”, poświęconemu legendzie polskiego bluesa - Mirze Kuśasińskiej. Wstęp wolny.

Wernisaż wystawy fotograficznej „Bolesławiec od podwórka” odbędzie się 19 lipca o godz. 19.00 w CiK Orzeł.

### BOLKÓW

**Castle Party** odbędzie się od 11 do 14 lipca. To propozycja dla tych wszystkich, którzy lubią gotycki rock, horror i mrok. Uczestnicy pojawiają się tu często w wampirycznym makijażu i demonicznym kostiumie. W tym roku wystąpią m.in. SÓLSTAFIR, Dawn of Ashes, Merciful Nuns, UK Decay, Lord of The Lost, Solar Fake. Karneet na cały festiwal kosztuje od 270 do 290 zł (w zależności od tego, czy kupimy go z wyprzedzeniem, czy dopiero na miejscu), bilet na jeden dzień - 180 zł.

### BOROWICE

„Gitarą i... borowickie spotkania z poezją śpiewaną” odbędą się 12 i 13 lipca. Na scenie na polanie wystąpią między innymi zespół „W tym sęk”, Mirek Czyżykiewicz, Joanna Bejm, Król, Leski i inni. Wstęp wolny.

### KARPACZ

13 lipca od godz. 15.00 w parku przy ulicy Mickiewicza powstanie **Park Legend**. Dzieci odkryją w nim tajemnice Karkonoszy. Wstęp za darmo.

Kabaretowy wieczór spędzicie na stoku Lodowiec 20 lipca. Od godz. 17.00 trwa tu będą **Kabaretki** z udziałem czołowych gwiazd polskiej sceny. Wystąpią: **Kabaret Fifi Rafa**, **Kabaret Zachodni**, **Kabaret Ciach** oraz **Paranienormalni**. Prowadzenie: **Robert Motyka** i **Michał Paszczyk**.

### KARPNIKI

**IX Wędrowny Przegląd Piosenki „Polana”** zawędruje w gościnne progi Schroniska PTTK „Szwajcarka” od 26 do 28 lipca. W programie godziny wspaniałej muzyki, płynącej wprost ze sceny, zaserwowanej przez świetnych wykonawców, ale także ogniska z gitarą i śpiewem, piękna przyroda, ciekawi ludzie i miłe spotkania. Wstęp za darmo.

### KOWARY

**III Bieg do Św. Anny** oraz festyn charytatywny na Kaplicznym Wzgórzu zaplanowano na 28 lipca. W programie bieg główny na dystansie 5 km (bardzo urokliwa trasa) oraz 1600-metrowa trasa dla nordic walking i dzieci. Start o godz. 13 spod kościoła w centrum.

Wcześniej o 12.00 odbędzie się msza w kapliczce Św. Anny. Po biegu oczywiście festyn z wszelkimi atrakcjami, jakie na takich festynach można spotkać, a wśród uczestników biegu będzie rozlosowana nagroda główna - wycieczka zagraniczna.

### LWÓWEK ŚLĄSKI

**Lwóweckie Lato Agatowe** trwać będzie od 12 lipca do 14 lipca. Zaplanowano giełdę minerałów, wiele wystaw, kiermasz oraz koncerty. Wystąpią: 12. lipca o godz. 21.30 **Natalia Nykiel**. Następnego dnia o godz. 22.00 gwiazdą będzie **CLEO**. Na zakończenie LAL 14 lipca o godz. 21.00 zaśpiewa **Natalia Szroeder**. Wstęp wolny.

### SZKLARSKA PORĘBA

W Galerii Sudeckiego Centrum Kultury i Sztuki do 9 lipca można podziwiać prace **Urszuli Broll**. Jest to przekrojowa wystawa prac jednej z najwybitniejszych współczesnych artystek, mieszkającej w Przesiecie.

Na **XVI Festyn w Harrachovskiej Hucie** wybrać się można 20 lipca do Harrachova. W programie m.in.: **Mlada Dechovka**, **My 4 Bluesband**, **Beatles Revival** - **Martwy Żuk**, **Schodiště**, **Los Chuperos**, **Elán Tribute**, **Revival SK**, **Nujklearni Hovada** oraz pokaz sztucznych ogni.

W hucie przez cały czas trwać będzie dmuchanie szkła, z możliwością samodzielnego wydmuchania własnych szklanych cudeniek; zaś dzieci będą mogły pomalować na szkło z huty. Przed hutą wiele atrakcji, włącznie z jadłem i smacznym miejscowym piwem, wraz z konkursem piwnym. Wstęp za darmo. Początek godz. 10.00.

### ZGORZELEC

**Festiwal Grecki** rozpocznie się 12 lipca. Wydarzenie dedykowane jest Grekom, którzy po wojnie osiedlili się na tych rejonach. Podczas festiwalu odbywa się wiele różnych atrakcji, począwszy od muzyki i koncertów, poprzez degustację kulinarną, wystawy, na rozgrywkach sportowych kończąc. Festiwal potrwa do 14 lipca. Wstęp wolny.

**Zgorzelec Games Week** odbędzie się 19 lipca. PGE Turów Arena stanie się oazą dla wszystkich, którzy pokochali e-sport lub dopiero zaczynają z nim przygodę. Turniej organizowany jest z myślą o osobach, które chcą podjąć rywalizację, spotkać się i porozmawiać z innymi o swojej pasji, poznać gości specjalnych oraz poznać najnowsze trendy w sprzęcie komputerowym przeznaczonym do gier. Turniej zakończy się 21 lipca.

**Śląski Jarmark Garncarski** zaplanowano na 20 lipca. Prezentujący się na nim wytwórcy gwarantują jakość i wyjątkowość swoich produktów. Kulturalna oprawa stworzą folklorystyczne zespoły muzyczne i taneczne. Wstęp za darmo.

**Soundsystem Street Festival** rozkołysze wszystkich uczestników. 26 lipca na Przedmieściu Nyskim rozpocznie się festiwal pozytywnych emocji i wibracji, pełen radosnych ludzi tańczących na ulicy w rytm muzyki z głośników. Tradycja budowania sound systemów wywodzi się z Jamajki, a do Europy przywędrowała przez Wielką Brytanię. Idea zgorzeleckiego festiwalu muzycznego nawiązuje do prężnie działającej w mieście w latach 80-tych i 90-tych sceny muzyki reggae.

### ALKA

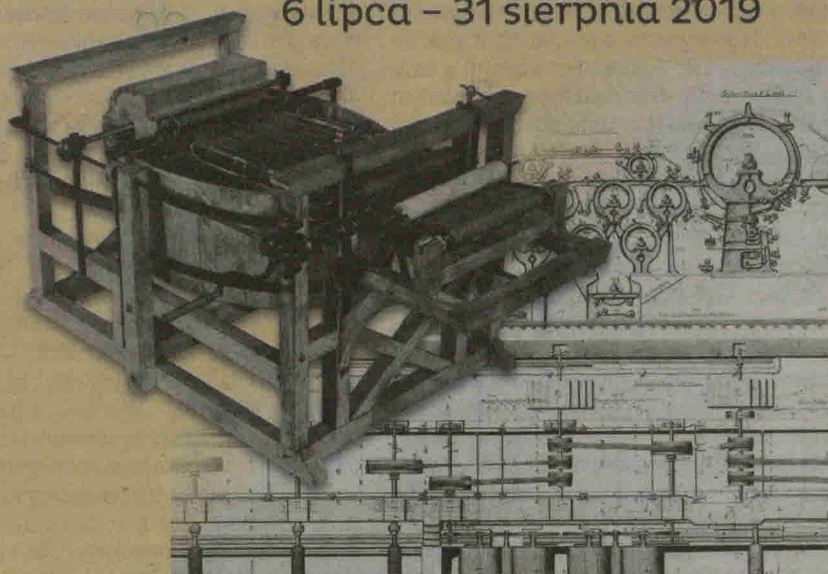
Więcej imprez (ze szczegółami), na które warto się wybrać w zakładce Kalendarz imprez [www.nj24.pl](http://www.nj24.pl)

## OD ARKUSZA DO WSTĘGI

220 lat maszyny papierniczej

Muzeum Karkonoskie  
w Jeleniej Górze  
„Galeria na Górze” II p.  
ul. J. Matejki 28

wystawa czynna  
6 lipca – 31 sierpnia 2019



Wystawę „Od arkusza do wstęgi, 220 lat maszyny papierniczej” obejrzyjecie w Muzeum Karkonoskim. Wystawa ma na celu pokazanie historii maszyny papierniczej w 220. rocznicę jej opatentowania, a przy tym historię zakładów w Cieplicach pod Jelenią Górą, które produkują maszyny papiernicze już od 165 lat. Na wystawie można poznać trudne początki maszynowej produkcji papieru, porównać osiągi oraz rozmiary dzisiejszych maszyn z ich poprzednikami. Wystawa czynna do 31 lipca.

## W niedzielę na wycieczkę

Zarząd Oddziału PTTK „Sudety Zachodnie” wraz z redakcją „Nowin Jeleniogórskich” zapraszają w dniu 14 lipca 2019 r. na wycieczkę nr 24 w ramach tegorocznego Rajdu na Raty. W kasie PKP w Jeleniej Górze kupujemy bilet euroregionalny na przejazd do Jakuszyca i komunikację w Czechach.

O godzinie 7.17 wyjeżdżamy z Jeleniej Góry pociągami do Semily, z przesiadkami w Szklarskiej Porębie Górnej, Tanvaldzie i Żeleznym Brodzie. Trasa wycieczki o długości 13 km prowadzi przez południowo-zachodnią część Jesztedsko-Kozakowskiego Grzbietu w Czeskim Raju. Z Semily, miasta nad Izerą idziemy żółtym szlakiem do Komárova, następnie czerwonym podchodzimy na Kozákov (744 m), najwyższy szczyt Czeskiego Raju. Na wierzchołku znajduje się wybudowana w 1995 roku metalowa wieża nadawczo-widokowa o wysokości 50 m. Z platformy widokowej na wysokości 24 m można zobaczyć Karkonosze, Czeskie Średniogórze, Góry Izerskie, Łużyckie, a nawet Orlickie. W zorientowaniu się pomagają tablice z plastycznie przedstawionymi panoramami i z opisem oznaczonych punktów. Obok wieży można odpocząć w Riegrövej Chacie, schronisku postawionym w 1928 roku i do dziś prowadzonym przez Klub Czeskich Turystów. Z Kozákova szlakiem czerwonym, a później niebieskim, idziemy do Żelezného Brodu. Po obejrzeniu najciekawszych zabytków (barokowy kościół św. Jakuba, drewniana dzwonnica, budynek Muzeum Miejskiego) o godz. 17.01 odjeżdżamy pociągami przez Tanvald i Szklarską Porębę do Jeleniej Góry, gdzie docieramy o godz. 19.25.

Wycieczkę prowadzi Krzysztof Zajac ze Lwówka Śląskiego. Uczestnicy we własnym zakresie ubezpieczają się od następstw nieszczęśliwych wypadków, członkowie PTTK z opłaconą składką objęci są ubezpieczeniem zbiorowym.

Opracował Wiktor Gumprecht





# TELEWIDZ

10 LIPCA  
ŚRODA

## TVP 1

05.15 Nasz dziwny świat 2 (12) - serial  
06.15 Wieczna miłość 2 (211) - telen.  
07.05 Elif (521) - serial obcy, Turcja  
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.  
08.15 Kwadrans polityczny - public.  
08.40 Wokół mórz - serial dok. Francja  
09.05 Czerdziestolatek - dwadzieścia lat później (1/15) - serial, Polska  
10.15 Komisarz Alex 9 (113) - serial, Pol.  
11.05 Ojciec Mateusz 10 (130) - serial  
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda  
12.39 Rok w ogrodzie extra - magazyn  
12.55 Nasz dziwny świat 2 (13) - serial  
14.00 Elif (522) - serial obcy, Turcja  
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!  
15.35 Okrasa łamie przepisy - magazyn  
16.05 Wieczna miłość 2 (212) - telen.  
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?  
18.25 Jeden z dziesięciu - teleturniej  
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej

## DRAMAT



20.35  
Wojny

19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!  
20.35 Wojny - dramat woj., Polska 2016  
23.10 Siatkówka mężczyzn - studio  
23.20 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Brazylia - Polska  
01.40 Anna i Yusef. Miłość bez granic (3, 4-ost.) - serial obcy, Włochy  
03.55 Skrajna prawica: Neonaziści w Niemczech - film dokumentalny

## TVP 2

05.20 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
06.00 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (30): Same zmartwienia  
06.50 Pozyteczni.pl - magazyn  
07.20 Familiada - teleturniej  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
11.00 Panorama, Pogoda - program inf.  
11.10 Pytanie na śniadanie  
11.25 Rodzinka.pl (211) - serial kom.  
11.55 Barwy szczęścia (2055) - serial  
12.30 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
16.35 Familiada - teleturniej  
17.10 Wzrost miłości (96) - telen., Tur.  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.40 Na dobre i na złe (710) - serial  
19.35 Rodzinka.pl (III) - serial kom., Pol.

## MELODRAMAT



20.10  
Ulotna nadzieja

20.10 Ulotna nadzieja - melodramat, USA 1998, reż. Forest Whitaker  
22.10 Prowokacja - film sensacyjny, USA 2005, reż. Don E. Fauntleroy  
23.50 Czerwony pająk - thriller Polska 2015, reż. Marcin Koszałka  
01.35 Sztuka zbrodni (5/6) - serial, Fr.  
02.45 Świat bez tajemnic: W poszukiwaniu Boga z Morganem Freemanem  
03.40 Zakończenie programu

## POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.45 Malanowski i partnerzy (10)  
09.15 Malanowski i partnerzy (II) - serial fab-dok, Polska  
09.45 Dzień, który zmienił moje życie (25) - serial parodok, Polska  
10.45 Dlaczego ja? (658) - serial, Polska  
11.45 Gliniarze (219) - serial, Polska  
12.40 Trudne sprawy (540) - serial, Pol.  
13.40 Sekrety rodziny (81) - serial, Pol.  
14.40 Dlaczego ja? (411) - serial, Polska  
15.50 Wydarzenia - program inf.  
16.10 Pogoda - program informacyjny  
16.15 Interwencja - mag. reporterów  
16.40 Gliniarze (258) - serial, Polska  
17.40 Sekrety rodziny (82) - serial, Pol.  
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Świat według Kiepskich (496) - serial komediowy, Polska

## KOMEDIA



20.10  
Dorwać była

20.10 Dorwać była - komedia romantyczna, USA 2010, reż. Andy Tennant, wyk. Gerard Butler, Jennifer Aniston, Gio Perez, Joel Garland  
22.35 Boski ziołowie w Europie - komedia, USA 2005, reż. Mike Bigelow, wyk. Rob Schneider, Eddie Griffin, Jeroen Krabbé, Til Schweiger, Douglas Sills  
00.10 Nasz nowy dom - reality show  
02.10 Tajemnice losu - program rozr.

## TVN

05.10 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.40 Mango - telezakupy  
06.55 Szkoła (434) - serial parodok, Pol.  
07.50 Doradca smaku: Salatkę Cobb  
08.00 19+ (337) - serial parodok, Polska  
08.30 19+ (338) - serial parodok, Polska  
09.00 Kuchenne rewolucje: Kościelna, Zjazd Parada - rozr., Polska 2013  
10.00 W-11 - Wydział Śledczy (1131)  
10.45 W-11 - Wydział Śledczy (1132)  
11.30 SOS. Ekipy w akcji (26) - serial  
12.30 Ukryta prawda (691) - serial, Pol.  
13.30 W-11 - Wydział Śledczy (1134) - serial  
14.15 W-11 - Wydział Śledczy (1135)  
15.00 Kuchenne rewolucje - rozr.  
16.00 Szkoła (435) - serial parodok, Pol.  
17.00 SOS. Ekipy w akcji (27) - serial  
18.00 Ukryta prawda (692) - serial, Pol.  
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska  
20.10 Doradca smaku - magazyn

## KOMEDIA



21.30  
Nie wszystko złote...

20.15 Na Wspólnej (2907) - serial, Pol.  
20.55 Milionery - teleturniej, Pol. 2018  
21.30 Nie wszystko złote, co się świeci - komedia przyg., USA 2008  
23.55 Dziewczyna moich koszmarów - komedia romantyczna, USA 2007  
02.15 American Horror Story: Asylum (11) - serial grozy, USA  
03.20 Uwaga! - magazyn, Polska  
03.45 NOC Magli

## TV 4

06.00 Buffy, postrach wampirów (2)  
07.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata (47) - serial animowany, USA  
07.35 Dragon Ball Super (69) - serial  
08.00 Nasz nowy dom - reality show  
09.00 Septagon (13) - serial krym., Pol.  
10.00 Anatomia głupoty (12) - serial  
10.30 Anatomia głupoty (13) - serial  
11.00 Sekrety sąsiadów (53) - serial  
11.30 Sekrety sąsiadów (54) - serial  
12.00 Galileo - pr. popularnonaukowy  
13.00 Detektywi w akcji (73) - serial  
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
15.00 Policjantki i Policjanci (521)  
16.00 Gliniarz i prokurator (13) - serial  
17.00 Joker - teleturniej, Polska 2017  
18.00 Septagon (14) - serial krym., Pol.  
19.00 Policjantki i Policjanci (522) - serial obcy, Polska  
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (283) - serial krym., Polska

## DRAMAT



21.00  
Escobar: Historia nieznana

21.00 Escobar: Historia nieznana - dramat kryminalny, Francja/Hiszpania/Belgia/Panama 2014  
23.35 Tajna broń - film sensacyjny, USA 1996, reż. John Woo  
01.50 Transakcje za milion dolarów - Los Angeles (6) - serial dok., USA  
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019  
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

## TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (20) - serial parodok., Pol.  
06.10 Ukryta prawda (627) - serial parodok., Polska  
07.10 Sąd rodzinny (111) - serial, Polska  
08.10 Szpital (309) - serial parodok., Pol.  
09.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (148) - serial fab-dok, Polska  
10.10 Mango - telezakupy  
11.50 19+ (159/165) - serial parodok., Pol.  
12.20 Kryminalni 2 (13-ost.): Polowanie - serial kryminalny, Polska  
13.25 Ukryta prawda (373) - serial, Pol.  
14.25 Sąd rodzinny (112) - serial, Polska  
15.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (149) - serial fab-dok, Polska  
16.20 Szpital (310) - serial parodok., Pol.  
17.20 Milionery - teleturniej, Pol. 2019  
17.55 Kryminalni 3 (1/14): Na śpiocza - serial kryminalny, Polska  
19.00 Żony Hollywood 3 - program rozrywkowy, Polska 2017

## DRAMAT



20.00  
Byliśmy żołnierzami

20.00 Byliśmy żołnierzami - dramat wojenny, Niemcy/USA 2002, reż. Randall Wallace, wyk. Mel Gibson, Madeleine Stowe, Greg Kinnear, Sam Elliott  
22.55 Wada ukryta - film kryminalny, USA 2014, reż. Paul Thomas Anderson, wyk. Joaquin Phoenix, Josh Brolin  
02.00 Zagubieni (21/25) - serial, USA  
02.55 NOC Magii  
05.05 Zakończenie programu

## TV PULS

05.50 Zbuntowany anioł (260) 06.45 Wojny magazynowe: Kanada 07.15 Lekarze na start (28) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw (3) 09.00 Rodzinny interes (38): Kura domowa 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (103, 104) 12.00 Na wariackich papierach (13, 14) 14.00 Łowcy skarbów (13) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw (3) 16.00 Rodzinny interes (38, 39) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw (3) 19.00 Rewolwer - dramat, Fr./Wlk. Brytania 2005 22.05 Formuła - film sensac., USA/Wlk. Brytania/Kanada 2001 00.00 Puls lata 00.05 Bez iluści (6) 01.55 Zobacz to! Rodzinny interes (38) 02.55 Na jedwabnym szlaku (3) 03.30 Taki jest świat 4 04.15 Na jedwabnym szlaku (4) 04.50 Słodka miłość (84)

## PULS 2

10.50 Grizzly i lemingi (19, 20, 21, 22) 11.25 Oggy i karaluchy 5 (51, 52, 53) 12.00 Pixie i Dixie (37, 38, 39) 12.40 Yogi - łowca skarbów 2 (4) 13.00 Yogi - łowca skarbów 3 (1) 13.35 Calkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego (8, 9) 14.35 Sylwester i Tweety na tropie (6, 7) 15.35 Krudowcy: U zarania dziejów (8, 9) 16.35 Fineasz i Ferb 4 (35, 36) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (34, 36) 18.35 Psi Patrol 4 (16) 19.00 Blaze i megamaszyny (18) 19.30 Alvin!!! i wiewiórki 3 (31, 32) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw (3) 21.00 Agenci NCIS 10 (1) 22.00 Zabójcze umysły 2 (34, 35) 23.50 Jak zostać bogaczem? (2) 00.40 Królowie aukcji 2 (16) 01.05 Lombard. Życie pod zastaw (3) 01.16

## STOPKLATKA TV

05.55 Myśle, że się w tobie podkochuję - film krótkometrażowy, Szwecja 2018 06.10 Złotopolscy (246, 247) 07.15 Plebania (281, 282) 08.15 Przyjaciele z Wonderland (15, 16) 10.00 Pułapki umysłu 3 (2, 3): Kolory to iluzja: Co się dzieje? 10.55 Życie po zagładzie (1) 11.50 Allo, Allo (64, 65, 66) 13.50 Katastrofy w przeszłości (25, 26) 16.00 Niszczycielskie żywioły (8) 17.00 Scena śmiechu 18.00 Komisarz Rex 8 (116) 19.00 YouTubeowa rewolucja - film dok., Wlk. Brytania 2015 20.00 Kalifornia - thriller, USA 1993 22.30 Zasady walki - dramat, USA/Kanada 2000 00.50 Milioner - film obcy, Pol. 1977 02.50 Bikini blue - dramat, Pol. 2017 04.35 Magiczne Alpy - etiuda film., Wł. 2018 04.50 Telesprzedaz 05.59 Zakończenie

## TTV HD

08.45 Express, Pogoda 09.05 Druga twarz 09.55 Gogglebox. Przed telewizorem 6 10.45 Express, Pogoda 11.00 Kartofka 9 (14) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (298) 12.55 Zamiana żon. Ukraina 14.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 3 (6) 15.15 Dzieciaki (8) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (7) 17.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 9 18.35 Usterka 5 (2) 19.10 Usterka 6 (3) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Nauka jazdy 3 20.30 Nauka jazdy 3 21.00 Królów życia 3 (5) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Damy i wieśniaczki. PL (7) 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 8 00.00 Made in Maroko

## TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Buffy, postrach wampirów (22) 08.00 Drużyna A (10) 09.00 Policjantki i Policjanci (293) 10.00 Galileo 11.00 Pęknięcie ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (84, 46): Jajeczko Faberge: Manager 13.40 Sekrety sąsiadów (72): Mroczny sekret 14.15 MacGyver (113) 15.15 Diagnoza: Morderstwo (46) 16.15 Detektyw Monk (2) 17.15 Medicopter 117 (21) 18.15 Miodowe lata (73, 83): Bjorn Bengtsson: Azor 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (228, 229) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (43) 00.00 Z odsieczą - dramat, Hongkong/Chiny 2013 02.05 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

## TV TRWAM

15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Na zdrowie 16.30 Z Benedyktem XVI rok po roku (9) 16.50 Chingola - film dok., Pol. 2010 17.00 Po stronie prawdy 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.00 Msza święta w intencji ofiar katastrofy smoleńskiej w Bazylice Archikatedralnej pw. Męczeństwa św. Jana Chrzcziciela w Warszawie 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii (1) 21.00 Apeli Jasnoogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Wołny - nierozliczone ludobójstwo - film dok., Pol. 2016 23.15 Święty na każdy dzień 23.20 Wypaczone sumienia - film dok., Pol. 2013 00.00 Pr. powtórkowe

## TVP INFO

08.00 Jedziemy dalej 08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziewiąta 10.00 Serwis Info 10.03 Minęła dziesiąta 10.24 Pogoda Info 10.29 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 16.19 Pogoda Info 16.25 Info dzień 16.51 Pogoda Info 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.32 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwadzieścia 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.49 W tyle wizji 22.31 W tyle wizji extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info, Pogoda Info 00.20 Wiadomości

## FOKUS TV

06.00 Węhikul czasu 06.05 Redakcja (7) 07.00 Węhikul czasu 07.45 Wspaniały świat wędkarskich przygód (42, 43, 44) 09.25 Podwodna wojna (2) 10.20 Gwiazdy lombardu 11.00 Starożytni kosmici (17) 11.55 Autostrada przez piekło (13) 12.55 Akcja renowacja USA (2, 3) 13.45 Gwiazdy lombardu 14.40 Kryptonim szef (2) 15.35 Poszukiwacze złota (2) 16.35 Autostrada przez piekło (1) 17.35 Fabryka jodeł (19) 17.55 Wojny magazynowe 18.50 Starożytni kosmici (18) 19.45 Premiera: Gwiazdy lombardu 20.55 Wojny magazynowe 21.50 Poszukiwacze złota (3) 22.45 Podwodna wojna (3) 23.45 OSP: Na ratunek! (10) 00.40 Pod lupą 01.45 Lista Fokusa 02.20 Lista Fokusa

## TVP 3

10.25 Pogoda 10.30 Co niesie dzień 10.45 Okrasa łamie przepisy 11.20 Czarna perla (22) 12.10 Drewnianym szlakiem 12.30 Program lokalny 13.00 Kryminalna siódemka 13.15 Co niesie dzień 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Wspaniałe stulecie: Sultanika Kösem (55) 16.00 - telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Operacja zdrowie! 17.30 Program lokalny 20.00 Okrasa łamie przepisy 20.30 Ukryte skarby 21.00 Program lokalny 21.35 Twój wybór 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tyle wizji 00.00 Czarna perla (22)

## TVP POLONIA

12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Magazyn z Wyp. 13.10 Barwy szczęścia (2006) 13.45 Nocci i dnie (3) 14.45 Tajemnice początków Polski: Stanisław - król filozof - film dok., Pol. 2013 15.30 Małopolska na rowery 15.45 Wiadomości 15.55 Baro-N24 (8) 16.25 Studio Raban 17.00 Nela Mała Reporterka 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 Barwy szczęścia (2006) 18.25 Winoletka 18.50 Dobranocka 19.00 Msza święta w intencji ofiar katastrofy smoleńskiej 20.15 Wiadomości, Pogoda 20.50 Sport 20.55 Zaginiona (1) 21.45 Polonia 21.22 Halo Polonia 22.55 Informacje kulturalne 23.10 focus on Poland 23.30 Tajemnice początków Polski: Stanisław - król filozof - film dok., Pol.

## TVP ROZRYWKA

06.20 Makłowicz w podróży 06.50 Okrasa łamie przepisy 07.30 Śpiewające fortepiany 08.25 Zakochaj się w Polsce 08.55 Kolo fortuny 09.35 Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów 10.30 Muzeum Polskiej Piosenki 10.55 Podróż z historią (50) 11.35 Święta wojna (255) 12.10 Życie to kabaret 14.15 Śpiewające fortepiany 15.20 Kabaretowa mapa Polski 17.25 Kabaretowa mapa Polski: Kabaretowe Przeboje Lata 18.25 Okrasa łamie przepisy 18.55 Wojciech Ciejrowski - bosko przez świat 19.25 Makłowicz w podróży 19.55 Stawiam na Tolka Banana (5) 18.45 Stawiam na Tolka Banana (6) 19.25 Trzeci punkt widzenia 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Geniusz Picasso (4) 21.25 W trzy miesiące dookoła świata: Fortepian - dramat, Australia/Nowa Zelandia 1993 23.35 Dokument w podróży: Birma - kraj poezji - dok.

## ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2852) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Piekno 12.30 Piekno 13.00 Siołki (20) 14.00 Małolaty (53) 15.00 Zawodowiec amator 15.30 Zawodowiec amator 16.00 Świat według Kiepskich (501, 502) 17.00 Gang Olsena daje dyla - komedia, Dania 1981 18.55 Graczykowie, czyli Burla i spółka (87, 88) 19.50 Detektorzy (6) 20.30 Peep Show (50, 52) 21.30 Świat według Kiepskich (418, 419) 22.30 Gang Olsena - Ostatnia misja - komedia, Dania 1998 00.40 TV Okazje 01.00 Siołki (17) 02.00 Małolaty (51) 03.00 Pieśniarki (49) 04.00 Disco Gramy 05.00 Disco Gramy

## POLSAT SPORT NEWS

06.00 Magazyn żużlowy 07.00 Sport flesz 07.07 Piłka nożna: MLS - mecz: Philadelphia United - Orlando City 09.00 Sport flesz 09.07 Żużel: Nice 1. liga żużlowa - mecz: PGG ROW Rybnik - Car Gwarant Start Gniezno 11.00 Sport flesz 11.07 Tenis: Turniej Wimbledon 12.00 Sport flesz 12.07 Tenis: Turniej Wimbledon 14.00 Siatkówka kobiet: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 16.30 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy 18.30 Siatkówka kobiet: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 20.50 Magazyn żużlowy 21.00 Piłka nożna: Magazyn MLS 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 3. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 01.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 4. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej mężczyzn

## EUROSPORT 1

06.30 Tour de France dziś 07.30 Lekkoatletyka: Mityng w Lucernie 08.30 Kolarstwo: Tour de France - 4. etap: Reims - Nancy 09.50 Spirit of Yachting 10.15 Formula E: ePrix USA - zapowiedź 10.45 World Touring Car Cup: Wyścig w Portugalii - podsumowanie 11.15 Watts 12.05 Tour de France dziś 13.05 Kolarstwo: Tour de France - 5. etap: Saint-Denis-Vosges - Colmar 17.35 Tour de France Extra 18.05 Watts 18.30 Letnia Uniwersjada - Neapol 2019: Lekkoatletyka 20.30 Wiadomości 20.35 Formula E: ePrix USA - zapowiedź 21.00 Tour de France dziś 21.55 Wiadomości 22.00 Lekkoatletyka: Mityng w Lucernie 00.00 Tour de France dziś 01.00 World Touring Car Cup: Wyścig w Portugalii - podsumowanie 01.30 Formula E: ePrix USA

## TVP SPORT

05.30 Sportowy wieczór 06.15 Retro TVP Sport 08.30 Piłka nożna kobiet: MŚ - Francja 2019 10.35 Mundialowe historie 11.10 Tenis: Turniej WTA w Birmingham 12.45 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie 13.45 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie - waga średnia: Flodur Czerkaszyn - Wes Capper 14.50 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie - waga ciężka: Łukasz Różański - Izagbe Ugonoh 15.45 Pełnosprawni 16.15 Koszykówka kobiet: EuroBasket 2019 - mecz finałowy 18.05 Retro TVP Sport 19.55 Piłka nożna kobiet: MŚ - Francja 2019 - mecz finałowy 22.00 Sportowy wieczór 22.45 Siatkówka mężczyzn - studio 23.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej

## POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka kobiet: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 08.30 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 10.30 Igrzyska Europejskie - Mińsk 2019 11.00 Tenis: Turniej Wimbledon 13.00 Kronika Wimbledonu - me. tenisowy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 1. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 2. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 18.30 Tenis: Turniej Wimbledon - 3. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 22.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - studio 23.15 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów

## TVP KULTURA

09.00 Księga przestrzeni 09.40 Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu - dramat, Szwecja/Niem./Norw./Fr./Dania 2014 11.30 Najważniejszy dzień życia (5) 12.30 Najważniejszy dzień życia (6) 13.50 Studio Kultura - rozmowy 14.15 Z poważaniem, L. Cohen (29. Przegląd Piosenek Aktorskiej we Wrocławiu) - koncert, galowy, Pol. 2008 15.15 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy, Pol. 2009 15.50 Siódmy pokój - film biograf., Pol./Fr./Wł./Węgry 1995 17.55 Stawiam na Tolka Banana (5) 18.45 Stawiam na Tolka Banana (6) 19.25 Trzeci punkt widzenia 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Geniusz Picasso (4) 21.25 W trzy miesiące dookoła świata: Fortepian - dramat, Australia/Nowa Zelandia 1993 23.35 Dokument w podróży: Birma - kraj poezji - dok.

## TVP HISTORIA

10.25 Sensacje XX wieku 11.00 Niedokończona msze wiołyńskie - film dok., Pol. 2018 11.45 Polska Kronika Filmowa 12.05 Czas honoru (6, 69) 13.05 Wszystkie kolory świata (16) 14.10 Bezcenna Dama - film dok., Pol. 2017 15.20 Szlakiem amfor: Historia podboju Galii - film dok., Fr. 2016 16.25 Historia Polski: Stefana Żeromskiego dusza rozdarta (2-ost.) - film dok., Pol. 2005 17.35 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii 18.05 Kolo historii 18.40 Polska Kronika Filmowa 18.55 Popielec (7) 20.00 Pearl Harbor Oskarzeni (1) - film dok., Wlk. Brytania 2016 21.00 Instytut przetrwania (1) 22.00 Marzyliście 22.30 Wykłęty - dramat, Pol. 2017 00.25 Legenda 27 Wołyńskiej Dywizji Piechoty AK - film dokumentalny, Polska 2013 01.15 Sensacje XX wieku



11 LIPCA  
CZWARTEK

**TVP 1**

05.15 Nasz dziwny świat 2 (13) - serial  
06.15 Wieczna miłość 2 (212) - telen.  
07.05 Elif (522) - serial obcy, Turcja  
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.  
08.15 Kwadrans polityczny - public.  
08.40 Wokół mórz - serial dok., Francja  
09.05 Czerdziestolatek - dwadzieścia lat później (2/15) - serial, Polska  
10.15 Komisarz Alex 9 (114) - serial, Pol.  
11.05 Ojciec Mateusz 10 (131) - serial  
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda  
12.40 To się opłaca - magazyn  
12.55 Nasz dziwny świat 2 (14) - serial  
14.00 Elif (523) - serial obcy, Turcja  
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!  
15.35 Okrasa łamie przepisy - magazyn  
16.05 Wieczna miłość 2 (213) - telen.  
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?  
18.25 Jeden z dziesięciu - telenowela  
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!

**SERIAL**



20.35  
**Ojciec Mateusz 18 (235)**

20.35 Ojciec Mateusz 18 (235) - serial  
21.30 Sprawa dla reportera - magazyn  
22.25 Sekundy, które zmieniły życie  
22.50 Magazyn śledczy Anity Gargas  
23.25 Siatkówka mężczyzn - studio  
23.50 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Iran - Polska  
02.10 Okupowani (2/10) - serial  
03.05 Sprawa dla reportera - magazyn

**TVP 2**

05.20 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
05.55 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (31) - serial  
06.50 Operacja zdrowie! - magazyn  
07.20 Familiada - teleturniej  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
11.25 Rodzinka.pl (212) - serial, Polska  
11.55 Barwy szczęścia (2056) - serial  
12.30 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
13.15 Marzę o Tobie (18) - serial, Turcja  
14.10 Postaw na milion - teleturniej, Pol.  
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (133) - serial  
16.00 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
16.35 Familiada - teleturniej  
17.10 Włóczęgi miłości (97) - telen., Tur.  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.40 Na dobre i na złe (711) - serial obyczajowy, Polska  
19.35 24. Festiwal Gwiazd w Międzyzdrojach 2019 - reportaż, Polska 2019

**DRAMAT**



20.10  
**Olej Lorenza**

20.10 Olej Lorenza - dramat obyczajowy, USA 1992, reż. George Miller  
22.35 Cudownie ocalony - komedia obyczajowa, Polska 2004  
00.20 Goście, goście 3: Rewolucja - komedia, Francja/Belgia/Czechy 2016  
02.10 O mnie się nie martw 10 (5/13)  
03.05 Art Noc: Goran Bregović i Orkiestra Weselno-Pogrzebowa - koncert  
03.55 Zakończenie programu

**POLSAT**

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.45 Malanowski i partnerzy (12) - serial fab. dok., Polska  
09.15 Malanowski i partnerzy (13)  
09.45 Dzień, który zmienił moje życie (26) - serial parodok., Polska  
10.45 Dlaczego ja? (659) - serial, Polska  
11.45 Gliniarze (220) - serial, Polska  
12.40 Trudne sprawy (541) - serial, Pol.  
13.40 Sekrety rodziny (82) - serial, Pol.  
14.40 Dlaczego ja? (412) - serial, Polska  
15.50 Wydarzenia - program inf.  
16.10 Pogoda - program informacyjny  
16.15 Interwencja - mag. reporterów  
16.40 Gliniarze (259) - serial, Polska  
17.40 Sekrety rodziny (83) - serial, Pol.  
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Świat według Kiepskich (497) - serial komediowy, Polska

**KOMEDIA**



20.05  
**Miłość na zamówienie**

20.05 Miłość na zamówienie - komedia romantyczna, USA 2006, reż. Tom Dev, wyk. Matthew McConaughey, Sarah Jessica Parker, Zoëy Deschanel, Bradley Cooper, Justin Bartha  
22.10 Step Up All In - film muzyczny, USA 2014, reż. Trish Sie, wyk. Ryan Reynolds, Briana Evigan  
00.30 Chirurdzy (173, 174) - serial, USA  
02.20 Tajemnice losu - program roz.

**TVN**

05.10 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.40 Mango - telezakupy  
06.55 Szkoła (435) - serial parodok., Pol.  
07.50 Doradca smaku: Krewetki indyjskie z warzywami curry  
08.00 19+ (339, 340) - serial parodok.  
09.00 Kuchenne rewolucje: Łódź, Imperium Smaku - rozr., Polska 2013  
10.00 W-11 - Wydział Śledczy (1134)  
10.45 W-11 - Wydział Śledczy (1135)  
11.30 SOS. Ekipy w akcji (27) - serial  
12.30 Ukryta prawda (692) - serial, Pol.  
13.30 W-11 - Wydział Śledczy (1136): Diler - serial fab. dok., Polska  
14.15 W-11 - Wydział Śledczy (1137)  
15.00 Kuchenne rewolucje - rozr.  
16.00 Szkoła (436) - serial parodok., Pol.  
17.00 SOS. Ekipy w akcji (28) - serial  
18.00 Ukryta prawda (693) - serial, Pol.  
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska

**KOMEDIA**



22.30  
**Gruby i chudy 2: Rodzina...**

20.10 Doradca smaku - magazyn  
20.15 Na Wspólnej (2908) - serial, Pol.  
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018  
21.30 Kuchenne rewolucje - rozr.  
22.30 Gruby i chudy 2: Rodzina Klumpów - komedia, USA 2000  
00.40 Top Model - reality show, Pol. 2018  
01.45 Efekt Domina (8-ost.) - serial, Pol.  
02.20 Uwaga! - magazyn, Polska  
02.45 NOC Magii

**TV 4**

06.00 Buffy, postrach wampirów (3)  
07.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata (48) - serial animowany, USA  
07.35 Dragon Ball Super (70) - serial  
08.00 Nasz nowy dom - reality show  
09.00 Septagion (14) - serial krym., Pol.  
10.00 Anatomia głupoty (13) - serial  
10.30 Anatomia głupoty (14) - serial  
11.00 Sekrety sąsiadów (54) - serial  
11.30 Sekrety sąsiadów (55) - serial  
12.00 9. miesiąc (13) - serial, Polska  
13.00 Detektywi w akcji (74) - serial  
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
15.00 Policjanci i Policjanci (522)  
16.00 Gliniarz i prokurator (14) - serial  
17.00 Przeklęta (1) - telenowela, Meksyk  
18.00 Septagion (15) - serial krym., Pol.  
19.00 Policjanci i Policjanci (523) - serial obyczajowy, Polska  
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (284) - serial krym., Polska

**SERIAL**



18.00  
**Septagion (15)**

21.00 T-34 - dramat wojenny, Rosja 2018, reż. Aleksiej Sidorow, wyk. Aleksandr Pietrow, Irina Starszenbaum, Wiktor Dobronawow  
00.05 Tuż przed tragedią (4, 5) - serial  
02.15 Zagadkowe zgony (11) - serial  
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019  
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
04.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

**TVN SIEDEM**

05.10 Szkoła (21) - serial parodok., Pol.  
06.10 Ukryta prawda (628) - serial, Pol.  
07.10 Sąd rodzinny (112) - serial, Polska  
08.10 Szpital (310) - serial parodok., Pol.  
09.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (149) - serial fab. dok., Polska  
10.10 Mango - telezakupy  
11.50 19+ (160/165) - serial, Polska  
12.20 Kryminalni 3 (1/14): Na śpiocza  
13.25 Ukryta prawda (374) - serial, Pol.  
14.25 Sąd rodzinny (113) - serial, Polska  
15.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (150) - serial fab. dok., Polska  
16.20 Szpital (311) - serial parodok., Pol.  
17.20 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019  
17.55 Kryminalni 3 (2/14): Randka ze śmiercią - serial krym., Polska  
19.00 Zony Hollywood 3 - rozr., Pol. 2017  
20.00 Choć goni nas czas - komediodramat, USA 2007, reż. Rob Reiner, wyk. Jack Nicholson, Morgan Freeman

**KOMEDIODRAMAT**



20.00  
**Choć goni nas czas**

22.05 Wyjdź za mnie (1/2) - film obyczajowy, USA 2010, reż. James Hayman, wyk. Lucy Liu, Steven Pasquale, Bobby Cannavale  
23.50 Zagubieni (22/25) - serial, USA  
00.50 Druga strona medalu 4: Tomasz Gollob - talk-show, Polska 2011  
01.20 Druga strona medalu 4  
02.25 NOC Magii  
05.05 Zakończenie programu

**TV PULS**

05.50 Zbuntowany anioł (26) 06.45 Wojny magazynowe: Kanada 07.15 Lekarze na start (29) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (139) 09.00 Rodzinny interes (39): Bezdomny 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (104, 105) 12.00 Na wariackich papierach (14, 15) 14.00 Łowcy skarbów (14) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (117) 16.00 Rodzinny interes (39, 40) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (139, 140) 20.00 Asy bez kasy - komedia, USA 2016 21.55 Święty interes - komedia, Pol. 2010 23.50 Formula - film sensac., USA/Wlk. Brytania/Kanada 2001 01.30 Zobacz to! Górka Dolna (6) 02.20 Rodzinny interes (39) 03.20 Na jedwabnym szlaku (5) 04.00 Taki jest świat 4 04.50 Słodka miłość (85)

**PULS 2**

10.30 Baranek Shaun (79, 80) 10.50 Grizzly i leminogi (23, 24, 25, 26) 11.25 Oggy i karaluchy 5 (54, 55, 56) 12.00 Pixie i Dixie (40, 41, 42) 12.40 Yogi - łowca skarbów 3 (2, 3) 13.35 Calkiem równe przygody Toma i Jerry'ego (9, 10) 14.35 Sylwester i Tweety na tropie (7, 8) 15.35 Krudowie: U zarania dziejów (10, 11) 16.35 Fineasz i Ferb 4 (36) 17.00 Fineasz i Ferb (1) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (35, 37) 18.35 Psi Patrol 4 (17) 19.00 Błaze i megamaszyny (19) 19.30 Alvin i nini i wiewiórki 3 (33, 34) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (130) 21.00 Agenci NCIS 10 (2) 22.00 Zabójcze umysły 2 (36, 37) 23.55 Wikingowie 4 (17) 00.55 Królowie aukcji 2 (17) 01.35 Lombard. Życie pod zastaw 3 (117)

**STOPKŁATKA TV**

06.00 Ślina - etiuda film., Wlk. Brytania 2017 06.10 Złotopolscy (247, 248) 07.05 Plebania (283, 284) 08.10 Przyjaciele z Wonderland (17, 18) 10.00 Pułapki umysłu 3 (4, 5): Zaufaj mi! Prawo atrakcyjności 10.55 Życie po zagładzie (2): Inwazja 11.50 Allo, Allo (66, 67, 68) 13.50 Katastrofy w przestworzach (27, 28) 16.00 Przetrawiałem zabójczą pogodę (1) 17.00 Scena śmiechu 18.00 Komisarz Rex 8 (117) 19.00 Gdzie uderzy następne megatsunami - film dok., Wlk. Brytania 2014 20.00 Premiera: Ocean strachu - thriller, USA 2003 21.45 Lincz - dramat, Pol. 2010 21.55 Amerykanin - dramat, USA 2010 01.30 Kuchnia polska - dramat, Pol. 1991 03.50 Miłość-Kropka.pl (4) 04.45 Telesprzedż

**TTV HD**

09.05 10 zadań specjalnych Michela Morana 2 09.40 Gogolebox. Przed telewizorem 10 10.45 Express, Pogoda 11.00 Kartoteka 9 (15) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (299) 12.55 Zamiana żon. Ukraina II 14.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 3 (7) 15.15 Dzieciaki (9) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (8) 17.00 Gogolebox. Przed telewizorem 6 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 9 18.35 Usterka 5 (3) 19.10 Usterka 6 (4) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Nauka jazdy 3 20.30 Nauka jazdy 2 21.00 Królowe życia 3 (6) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Defacto 7 22.30 Ostre cięcie 9 23.15 Zamiana żon 2 00.15 Rinke. Na krawędzi (5)

**TV 6**

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Buffy, postrach wampirów (1) 08.00 Drużyna A (11) 09.00 Gwiazdy Kabaretu 10.00 Galileo 11.00 Pęknięcie ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (83, 73): Azor, Bjorn Bergenstrup 13.40 Sekrety sąsiadów (73): Samotny ojciec 14.15 MacGyver (114) 15.15 Diagnosta: Morderstwo (47) 16.15 Detektyw Monk (3) 17.15 Medicopter 117 (22) 18.15 Miodowe lata (43): Safari 19.00 Miodowe lata (71): Krawczyk przeciwko Norowi 20.00 Galileo 21.00 CSI: Cyber (19) 22.00 CSI: Cyber (20) 22.55 Powrót do Heaven's Veil - horror, USA 2016 00.50 STOP Drogówka 01.50 Benny Hill 02.30 SuperLudzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

**TV TRWAM**

15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Z wedką nad wodę w Polskę i Świat 16.35 Porady medyczne bonifratrów 17.00 Przegląd tygodnia rodzin katolickich „Zrodło” 17.05 Ostatni rzeźbiarz w szkole 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Super Księga (9) 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii (2-ost.) 21.00 Apeli Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Przyroda i ludzie 22.30 Z wedką nad wodę w Polskę i Świat 23.00 Frank Duff i Legion Maryi - film dok., Fr. 2012 23.50 100 cudownych miejsc na świecie 00.00 Programy powtórkowe

**TVP INFO**

08.00 Jedziemy dalej 08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ośma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziesiąta 10.00 Serwis Info 10.03 Minęła dziesiąta 10.24 Pogoda Info 10.29 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 16.19 Pogoda Info 16.25 Info dzień 16.51 Pogoda Info 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.32 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.50 W tydzie wizi 22.31 W tydzie wizi extra 23.00 INFO wieczer 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info, Pogoda Info 00.20 Wiadomości

**FOKUS TV**

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Redakcja (8) 07.00 Wehikuł czasu 07.45 Wspaniały świat wędzarskich przygód (45, 46, 47) 09.25 Podwodna wojna (3) 10.20 Gwiazdy lombardu 11.00 Starożytni kosmici (1) 11.55 Autostrada przez piekło (1) 12.55 Akcja renowacja USA (4, 5) 13.45 Gwiazdy lombardu 14.40 Kryptonim szef (3) 15.35 Poszukiwacze złota (3) 16.35 Autostrada przez piekło (2) 17.35 Fabryka jedzenia (20) 17.55 Wojny magazynowe 18.50 Starożytni kosmici (19) 19.45 Premiera: Gwiazdy lombardu 20.25 Premiera: Gwiazdy lombardu 20.55 Wojny magazynowe 21.50 Poszukiwacze złota (4) 22.45 Podwodna wojna (4) 23.50 Znaleźniska z pola bitwy (1) 00.40 Pod lupą

**TVP 3**

10.10 Wypad w plener 10.25 Pogoda 10.30 Co niesie dzień 10.45 Rączka gotuje 11.20 Czarna perła (23) 12.10 Drewniany szlakiem 12.30 Program lokalny 13.00 Kryminalna siódemka 13.15 Co niesie dzień 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Wspaniałe stulecie: Sultanka Kösem (56) 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Astronarium 17.30 Program lokalny 20.00 Rączka gotuje 20.30 Rok w ogrodzie 21.00 Program lokalny 21.35 Twój wybór 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tydzie wizi 00.00 Czarna perła (23)

**TVP POLONIA**

12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Wilnoteka 13.10 Barwy szczęścia (2007) 13.45 Dom nad rozlewiskiem 14.40 Zaginiona (1) 15.30 Pod Tatrami 15.45 Wiadomości 15.55 Baro-N24 (9) 16.25 Wschód 16.55 Borówka skrzat wyrusza w świat (5) 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 31. Międzynarodowy festiwal Zespołów Cygańskich Romane Dywesa - Gorzów Wielkopolski 2019 18.55 Barwy szczęścia (2007) 19.25 Powroty 19.45 Dobranocna 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Piłkarski 21.45 Polonia 24 22.10 Halo Polonia 22.55 W rytmie disco 23.10 Focus on Poland 23.30 Adampol - polska wieś nad Bosforem

**TVP ROZRYWKI**

06.20 Makłowicz w podróży 06.55 Okrasa łamie przepisy 07.30 Spiewające fortepiany 08.25 Zakochaj się w Polsce 08.55 Kolo fortuny 09.40 Kabaret za kulisy 10.35 Muzeum Polskiej Piosenki 11.00 Podróż z historią (51) 11.35 Święta wojna (256) 12.10 Życie to kabaret: Kabaret 2000+ 14.15 Spiewające fortepiany 15.20 Kabaretowa mapa Polski: Wczasy z kabaretem - Szczecin 2013 18.25 Okrasa łamie przepisy 18.55 Wojciech Cejrowski - boso przez świat 19.25 Makłowicz w podróży 19.55 Święta wojna (257) 20.35 Spiewające fortepiany 21.35 Kabaretowy Klub Dwójki 22.35 Rolnik szuka żony 5 (5) 23.35 Dzieki Bogu już weekend 00.40 Kolo fortuny 01.25 Kabaretowa mapa Polski

**ATM ROZRYWKI**

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2853) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Polskie Piosenki 12.30 Polskie działy 13.00 Siatki (21) 14.00 Małolaty (54) 15.00 Na rybe 15.30 Na rybe 16.00 Świat według Kiepskich (503, 504) 17.00 Głos Olona: Ostatnia misja - komedia, Dania 1998 19.10 Graczykowie, czyli Buła i spółka (89) 19.45 Detektywi (1) 20.30 Zameldowani (2, 3) 21.30 Świat według Kiepskich (420, 421) 22.30 Gang Olona - komedia, Dania 1968 00.10 Świat według Kiepskich (35) 00.30 TV Okazje 01.00 Siatki (18) 02.00 Małolaty (52) 03.00 Pięćgniarki (50) 04.00 Disco Gramy

**POLSAT SPORT NEWS**

06.00 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz o 3. miejsce 08.00 Sport flesz 08.07 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy 10.00 Sport flesz 10.07 Magazyn kolarski InCycle 11.00 Sport flesz 11.07 Tenis: Turniej Wimbledon 12.00 Sport flesz 12.07 Tenis: Turniej Wimbledon 14.00 Żużel: Nice 1. liga żużlowa - mecz: PGG ROW Rybnik - Car Gwarant Start Gniezno 16.10 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej 18.30 Magazyn żużlowy 19.30 Piłka nożna: Magazyn MLS 20.00 K.O. TV Classics 21.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej 23.00 Tenis: Turniej Wimbledon 01.00 Tenis: Turniej Wimbledon

**EUROSPORT 1**

07.30 World Touring Car Cup: Wyścig w Portugalii - podsumowanie 08.00 Formula E: Prix USA - zapowiedź 08.30 Kolarstwo: Tour de France - 5. etap: Saint-Dié-des-Vosges - Colmar 10.00 Lekkoatletyka: Mityng w Lucernie 11.30 Kolarstwo: Tour de France - 5. etap: Saint-Dié-des-Vosges - Colmar 12.55 Kolarstwo: Tour de France - 6. etap: Miluza - Plancher des Belles Filles 17.45 Tour de France Extra 18.15 Lekkoatletyka: Mityng w Lucernie 19.25 Wiadomości 19.30 World Touring Car Cup: Wyścig w Portugalii - podsumowanie 20.00 Formula E: Prix USA - zapowiedź 20.30 Wyścigi samochodowe: Wyścig w Oyamie 21.00 Tour de France dziś 21.55 Wiadomości 22.00 Letnia Uniwersjada - Neapol 2019: Lekkoatletyka 00.00 Tour de France dziś

**TVP SPORT**

05.30 Sportowy wieczór 06.15 Retro TVP Sport 08.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Brazylia - Polska 10.25 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja poranna 13.10 Retro: TVP Sport 14.55 Opowieści o mundialu - film dok., 2018 16.00 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja popołudniowa 20.45 Wszystkie gole MŚ FIFA 2018 - film dok. 22.25 Sportowy wieczór 23.05 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Iran - Polska 02.30 Marzenia - oficjalny film o MŚ FIFA 2018 w Rosji - film dok. 04.00 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie

**POLSAT SPORT**

06.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: USA - Francja 08.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Brazylia - Polska 11.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 4. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 13.00 Kronika Wimbledonu - mag. tenisowy 14.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 1. mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet 16.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 2. mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet 18.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Brazylia - Polska 21.00 Boks 23.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - studio 23.45 Siatkówka mężczyzn

**TVP KULTURA**

08.00 Teledyski - muzyka klasyczna 08.25 Informacje kulturalne 08.40 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii 08.55 Vistula 09.30 Siódmy pokój - film biograf., Pol./Fr./Wł./Węgry 1995 11.30 Najważniejszy dzień życia (7) 12.40 Najważniejszy dzień życia (8) 13.50 Studio Kultura - rozmowy 14.05 Taśmy kultury 14.15 Taśmy kultury 14.40 Prowokator - dramat, Pol./Czechy/Wlk. Brytania 1995 16.20 Jedna scena 16.35 Sauna - komedia, Pol. 1992 18.25 Stawiam na Toika Banana (7-ost.) 19.10 Szaleństwo Majki Skowron (1) 19.45 Kolo piora 20.20 Teatr Telewizji: Teatr Sensacji: Stawka większa niż życie: E-19 dział - spektakl teatralny, Pol. 1965 21.30 Wojna światów - następne stulecie - film SF, Pol. 1981 23.15 Scena klasyczna - koncert, Pol.

**TVP HISTORIA**

07.55 Popielec (7) 09.05 Historia Polski: Stefana Żeromskiego dusza rozdarta (2) - film dok., Pol. 2005 10.10 Podróżnik 10.35 Sensacje XX wieku 11.15 Ziemia: świat zwierząt (3) 12.00 Piosenka przez historię 12.15 Czas honoru 6 (70) 13.15 Jaskiniowcy z Himalajów - film dok., Wlk. Brytania 2011 14.20 Historia jedzenia po amerykańsku (2) 15.10 Flesz historii 15.35 Wojna generalów (6-ost.) 16.35 Historia Polski: Było sobie miasteczko - film dok., Pol. 2009 17.40 Było, nie minęło 18.10 Kolo historii 18.40 Polska Kronika Filmowa 18.55 Popielec (8) 20.05 Wojna wietnamska (10-ost.) 21.15 Tajne akta III Rzeszy (6-ost.) 22.10 Spór o historię 22.50 Szerokie tory 23.25 Instynkt przetrwania (1)



12 LIPCA  
PIĄTEK

TVP 1

05.15 Nasz dziwny świat 2 (14) - serial  
06.15 Wieczna miłość 2 (213) - telen.  
07.05 Elif (523) - serial obycz., Turcja  
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.  
08.15 Kwadrans polityczny - public.  
08.40 Zakochaj się w Polsce: Rydzyna  
09.10 Czerdziestolatek - dwadzieścia lat później (3/15) - serial kom., Polska  
10.20 Komisarz Alex 9 (115) - serial  
11.10 Ojciec Mateusz 10 (132): Radar  
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda  
12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy  
12.55 Natura w Jedynce: Nasz dziwny świat 2 (15) - serial  
14.00 Elif (524) - serial obycz., Turcja  
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!  
15.35 Magazyn śledczy Anity Gargas  
16.05 Wieczna miłość 2 (214) - telen.  
17.00 Telexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?  
18.25 Jeden z dziesięciu - teleturniej

DRAMAT



21.30

Tatuś

18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej  
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!  
20.35 Echo serca (4) - serial obycz., Pol.  
21.30 Tatuś - dramat obycz., USA 1991  
23.15 Opiekun - thriller, Niemcy 2012  
01.35 Labirynt (1/7) - serial, Czechy  
02.45 Labirynt (2/7) - serial, Czechy  
03.55 Ocaleni - reality show  
05.00 Magazyn kryminalny 997  
05.40 Zakończenie programu

TV PULS

05.50 Zbuntowany anioł (262) 06.45 Wojny magazynowe: Kanada 07.15 Lekarzy na start (30) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (140) 09.00 Rodzinny interes (40): Irokez 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (105, 106) 12.00 Na wariackich papierach (15, 16) 14.00 Łowcy skarbów (15) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (118) 16.00 Rodzinny interes (40, 41) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (140, 141) 20.00 Człowiek pies - dramat, Fr/USA/Wlk. Brytania 2005 21.55 22 kule - film sensac., Fr. 2010 00.10 Nieuchronna sprawiedliwość - dramat, USA 2014 02.05 Zobacz to!: Rodzinny interes (40) 03.05 Na jedwabnym szlaku (6) 03.45 Menu na miarę 04.20 7 archiwum policji (4) 05.00 Dyżur 2 (26)

TVP INFO

07.50 Agrobiznes 07.55 Agropogoda 08.00 Serwis Info 08.10 Minęła ośma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziewiąta 10.00 Serwis Info 10.03 Minęła dziesiąta 10.24 Pogoda Info 10.29 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 16.19 Pogoda Info 16.25 Info dzień 16.51 Pogoda Info 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress Extra 17.30 U co chodzi 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.32 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość, Wiadomości 20.13 Forum 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.49 W tyle widz 22.31 W tyle widz extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info, Pogoda Info

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Tenis: Turniej Wimbledon 09.00 Sport flesz 09.07 Żużel: Nice 1. liga żużlowa - mecz: PGG ROW Rybnik - Car Gwarant Start Gniezno 11.00 Sport flesz 11.07 Tenis: Turniej Wimbledon 12.00 Sport flesz 12.07 Tenis: Turniej Wimbledon 14.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej 16.55 Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii - kwalifikacje 17.50 Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii - kwalifikacje 18.30 Atleci 19.00 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz o 3. miejsce 21.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej 23.10 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy 01.20 Sporty walki: Gala FEN 24 w Warszawie - walka

TVP 2

05.20 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
05.55 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (32) - serial  
06.50 Okupacja 1968 - serial  
07.20 Familiada - teleturniej  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
11.00 Panorama, Pogoda - program inf.  
11.10 Pytanie na śniadanie  
11.25 Rodzinka.pl (213) - serial, Polska  
11.55 Barwy szczęścia (2057) - serial  
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
13.15 Marzę o Tobie (19) - serial, Turcja  
14.05 Coś dla ciebie - magazyn  
14.30 Operacja zdrowie! - magazyn  
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (34) - serial  
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
16.35 Familiada - teleturniej  
17.10 Wieźmie miłości (98) - telen., Tur.  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.40 Na dobre i na złe (712) - serial

KOMEDIODRAMAT



20.10

Mów mi Vincent

19.35 Rodzinka.pl (112) - serial kom., Pol.  
20.10 Mów mi Vincent - komediodramat, USA 2014, reż. Theodore Melfi  
22.00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwójki - 2019  
00.10 Prowokacja - film sensacyjny, USA 2005 reż. Don E. Fauntleroy  
01.50 Ulotna nadzieja - melodramat, USA 1998, reż. Forest Whitaker  
03.50 Kontakt (5/8) - serial krym., Francja

PULS 2

10.00 Blaze i megamaszyny (19) 10.30 Baranek Shaun (81, 82) 10.50 Grzyszy i leminigi (27, 28, 29, 30) 11.25 Oggy i karaluchy 5 (57, 58, 59) 12.00 Pixie i Dixie (43, 44, 45) 12.40 Yogi - łowca skarbów 3 (4, 5) 13.35 Calkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego (10, 11) 14.35 Sylwester i Tweety na tropie (8, 9) 15.35 Krudowie: U zarania dziejów (12, 13) 16.35 Fineasz i Ferb (1, 2) 17.35 Pingwin z Madagaskaru 2 (36, 38) 18.35 Psi Patrol 4 (18) 19.00 Blaze i megamaszyny (20) 19.30 Alvin!!! i wiewiórki 3 (35, 36) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (131, 132) 21.55 Puls lata 22.00 Następny prosił: 23.00 Golo i wesoło 11 23.35 Golo i wesoło 11 00.10 Życie na szczycie (5, 6, 7, 8) 02.50 Lombard. Życie pod zastaw 3 (118)

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Redakcja: Dział Śledczy (1) 07.00 Wehikuł czasu 07.45 Wspinały świat wędkarskich przygód (48, 49, 50) 09.25 Podwodna wojna (4) 10.20 Gwiazdy lombardu 11.00 Starożytni kosmici (19) 11.55 Autostrada przez piekło (2) 12.55 Akcja renowacja USA (6, 7) 13.45 Gwiazdy lombardu 14.40 Kryptonim szef (4) 15.35 Poszukiwacz złota (4) 16.35 Autostrada przez piekło (3) 17.35 Fabryka jedzenia (21) 18.10 Gwiazdy lombardu 21.50 Poszukiwacz złota (5) 22.45 Mennonici - odrzuć świat - film dokumentalny, Francja 2018 23.50 Znalezione z pola bitwy (2) 00.50 Pod lupą 01.45 Lista Fokusa 02.20 Lista Fokusa 03.00 Tomasz Sekielski. TEORIA SPISKU (4)

EUROSPORT 1

06.00 Watts 06.30 Kolarstwo: Tour de France - 6. etap: Milluz - Planchet des Belles Filles 08.30 Lekkoatletyka: Miłtyng w Lucernie 10.05 Tour de France dzień 11.10 Kolarstwo: Tour de France - 7. etap: Belfort - Chalons-sur-Saône 17.10 Tour de France Extra 17.40 Watts 18.00 Letnia Uniwersjada - Neapol 2019: Lekkoatletyka 20.30 Wiadomości 20.35 Igrzyska olimpijskie: Power of One 21.05 Tour de France dzień 22.00 Wiadomości 22.05 Formuła E: ePrix USA - zapowiedź 22.35 Strzelectwo: MŚ 23.30 Kolarstwo: Tour de France - 7. etap: Belfort - Chalons-sur-Saône 01.00 Formuła E: ePrix USA - zapowiedź 01.30 Lekkoatletyka: Miłtyng w Lucernie 03.00 Kolarstwo: Tour de France - 7. etap: Belfort - Chalons-sur-Saône 05.00 Watts 05.30 Igrzyska olimpijskie

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Teleszkapy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.45 SuperPies - magazyn, Polska 2019  
09.15 Małanowski i partnerzy (14)  
09.45 Dzień, który zmienił moje życie (27) - serial parodok., Polska  
10.45 Dlaczego ja? (660) - serial, Polska  
11.45 Gliniarze (221) - serial, Polska  
12.40 Trudne sprawy (542) - serial, Pol.  
13.40 Sekrety rodziny (83) - serial, Pol.  
14.40 Dlaczego ja? (413) - serial, Polska  
15.50 Wydarzenia, Pogoda  
16.15 Interwencja - mag. reporterów  
16.40 Gliniarze (260) - serial, Polska  
17.40 Sekrety rodziny (84) - serial, Pol.  
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Świat według Klepskich (498)  
20.10 X-Men: Pierwsza klasa - film SF, USA 2011, reż. Matthew Vaughn, wyk. James McAvoy, Michael Fassbender

SCIENCE FICTION



20.10

X-Men: Pierwsza klasa

22.55 Conan Barbarzyńca - film fantasy, USA 1982, reż. John Millius, wyk. Arnold Schwarzenegger, James Earl Jones, Max von Sydow, Luis Barboo  
01.40 Charlie i Boots - komedia przygodowa, Australia 2009, reż. Dean Murphy, wyk. Paul Hogan, Shane Jacobson, Morgan Griffin, Val Lehman, Roy Billing  
03.45 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKŁATKA TV

06.00 Kradzież - film krótkometrażowy, Hiszp. 2017 06.15 Złotopolski (248, 249) 07.15 Plebania (285, 286) 08.20 Przyjaciele z Wonderland (19, 20) 10.05 Pułapki umysłu (16): Test na stres 10.35 Życie po zagładzie (3): Obłożone stolicie 11.30 Allo, Allo (68, 69, 70): Wyszadanie Hillera; Brak ołowiu; Ucieczka Hitlera 13.30 Katastrofy w przestworzach (29, 30) 15.35 Przetwarzanie zabójczą pogodę (2) 16.35 Nowe sceny Śmiechu 17.30 Sławka większa niż życie (9, 10) 20.00 Twarda sztuka - komediodramat, USA 2007 22.10 Egzorcysta: Początek - horror, USA 2004 00.35 Exeter - horror, USA 2015 02.15 Wściekły - film krym., Pol. 1979 04.25 Powstanie warszawskie - dokument fabularyzowany, Pol. 2014

TVP 3

11.00 Nożem i widelcem 11.20 Czarna perla (24) 12.10 Lato w regionach 12.30 Program lokalny 13.00 Kryminalna siódemka 13.15 Co niesie dzień 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Wspinały stulecie: Sultanka Kösem (57) 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Świat wyścigów konnych 17.30 Program lokalny 20.00 Słodka kuchnia Pszczółek 20.15 Nożem i widelcem 20.30 Moja praca 21.00 Program lokalny 21.30 Tygodnik polityczny 21.50 Sport 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tyle wizji 00.00 Czarna perla (24)

TVP SPORT

05.30 Sportowy wieczór 06.10 Retro TVP Sport 08.10 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Iran - Polska 10.15 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja poranna 12.45 Strongman: Liga Mistrzów 2019 - Holandia 13.45 Piłka nożna kobiet: MŚ - Francja 2019 - mecz finałowy: USA - Holandia 15.55 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja popołudniowa 19.55 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie - waga ciężka: Łukasz Różański - Izabela Ugoniuh 21.00 Ring TVP Sport 22.00 Sportowy wieczór 22.45 Sporty walki: Gala One Championship w Kuala Lumpur: Masters of Destiny 00.30 Sporty walki: Gala Celtic Gladiator w Bieleku - Białej - walka: Marta Waliczek - Julija Stoliarenko

TVN

05.10 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.40 Mango - teleszkapy  
06.55 Szkoła (436) - serial parodok., Pol.  
07.50 Doradca smaku: Amerykański burger - mag. kulinarny, Pol. 2019  
08.00 19+ (341) - serial parodok., Polska  
08.30 19+ (342) - serial parodok., Polska  
09.00 Kuchenne rewolucje: Puck, Paradis - program rozr., Polska 2013  
10.00 W-11 - Wydział Śledczy (1136)  
10.45 W-11 - Wydział Śledczy (1137)  
11.30 SOS. Ekipy w akcji (28) - serial  
12.30 Ukryta prawda (693) - serial, Pol.  
13.30 W-11 - Wydział Śledczy (1139)  
14.15 W-11 - Wydział Śledczy (1140): Strzelanina w dyskotekce - serial  
15.00 Kuchenne rewolucje: Ciągowiec, Restauracja Euforia - rozr.  
16.00 Szkoła (437) - serial parodok., Pol.  
17.00 SOS. Ekipy w akcji (29) - serial  
18.00 Ukryta prawda (694) - serial, Pol.

SCIENCE FICTION



20.00

Interstellar

19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska  
20.00 Interstellar - film SF, USA/Wielka Brytania/Kanada 2014  
23.30 Złotopolski o żelaznych pięściach - film przygodowy, USA/Hongkong 2012, reż. RZA, wyk. RZA, Rick Yune  
01.35 Kuba Wojewódzki - talk-show  
02.40 Uwaga! - magazyn, Polska  
02.55 NOC Magii -

TTV HD

08.00 Królowe życia 2 (3) 08.45 Express, Pogoda 09.05 10 zadań specjalnych Michała Morana 3 09.35 Damy i wieśniaczki, PL (9) 10.45 Express, Pogoda 11.00 Kartoteka 9 (16) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (300) 12.55 Zamiana żon, Ukraina 11 14.10 Damy i wieśniaczki, Ukraina 3 (8) 15.15 Dzieciaki (10) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Anatomia głupoty 5 (14) 17.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 9 18.35 Usterka 5 (4) 19.10 Usterka 6 (5) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Vlogbox. W nocy 20.45 Gogglebox. Przed telewizorem 10 21.45 Express, Pogoda 22.00 Dżentelmeni i wieśniacy (5) 23.00 Królowe życia 4 (1, 2) 00.25 Made in Poland

TVP POLONIA

11.25 Halo Polonia 12.10 W rytmie disco 12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Powroty 13.10 Na sygnale (216) 13.45 Dom nad rozlewiskiem (10) 14.40 Europejski Stadion Kultury - Rzeszów 2019 15.45 Wiadomości 15.55 BarON24 (10) 16.30 Baw się słowami 16.40 Baw się słowami 16.50 Domisie 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Telexpress 17.55 Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów 18.55 Wszystko przed nami (28) 19.25 Magazyn z Ameryki 19.45 Dobranocna 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Ratownicy (5) 21.45 Polonia 24 22.05 Halo Polonia 22.45 Powroty 23.00 Spis treści 23.10 Focus on Poland 23.30 Łaskowik & Malicki

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Rosja - Francja 08.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Iran - Polska 10.15 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja poranna 12.45 Strongman: Liga Mistrzów 2019 - Holandia 13.45 Piłka nożna kobiet: MŚ - Francja 2019 - mecz finałowy: USA - Holandia 15.55 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja popołudniowa 19.55 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie - waga ciężka: Łukasz Różański - Izabela Ugoniuh 21.00 Ring TVP Sport 22.00 Sportowy wieczór 22.45 Sporty walki: Gala One Championship w Kuala Lumpur: Masters of Destiny 00.30 Sporty walki: Gala Celtic Gladiator w Bieleku - Białej - walka: Marta Waliczek - Julija Stoliarenko

TV 4

06.00 Buffy, postrach wampirów (4)  
07.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata (49) - serial animowany, USA  
07.35 Dragon Ball Super (71) - serial  
08.00 Nasz nowy dom - reality show  
09.00 Septagon (15) - serial krym., Pol.  
10.00 Anatomia głupoty (14) - serial  
10.30 Anatomia głupoty (15) - serial  
11.00 Sekrety sąsiadów (55) - serial  
11.30 Sekrety sąsiadów (56) - serial  
12.00 9. miesiąc (14) - serial, Polska  
13.00 Detektywi w akcji (75) - serial  
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
15.00 Policjantki i Policjanci (523)  
16.00 Gliniarz i prokurator (15) - serial  
17.00 Przekłeta (2) - telenowela, Meksyk  
18.00 Septagon (16) - serial krym., Pol.  
19.00 Policjantki i Policjanci (524)  
20.00 Gwiazdy Kabaretu 3 - rozr., Pol. 2017  
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (281) - serial krym., Polska

ROZRYWKKA



20.00

Gwiazdy Kabaretu

22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (282) - serial krym., Polska  
23.00 Czas śmierci - horror, Wielka Brytania/Francja 2002  
01.05 Zagadkowe zgony 2 (12) - serial  
01.35 Zagadkowe zgony (13) - serial  
02.00 Interwencja - mag. reporterów  
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019  
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
05.45 Teleszkapy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Buffy, postrach wampirów (2) 08.00 Drużyna A (12) 09.00 Nokaut (9) 10.00 Galileo 11.00 Pekniesz ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (1, 43): Krawczyk przeciwko Norowi; Safari 13.40 Sekrety sąsiadów (74) 14.15 MacGyver (115) 15.15 Diagnoza: Morderstwo (48) 16.15 Detektyw Monk (4) 17.15 Medicopter 117 (23) 18.15 Miodowe lata (42, 64): Wariackie papiery: Ubezpieczenie na życie 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18) 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (44) 23.55 Ostatnie zlecenie - film sensac., USA 2008 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Teleszkapy TV Okazje

TVP ROZRYWKKA

06.30 Makłowicz w podróży 07.00 Okrasa łamie przepisy 07.35 Śpiewające fortepiany 08.40 Zakochaj się w Polsce 09.10 Koło fortuny 09.45 Rolnik szuka żony 5 (5) 10.40 Muzeum Polskiej Piosenki 11.00 Podróże z historią (52) 11.35 Święta wojna (257) 12.10 Życie to kabaret 14.10 Śpiewające fortepiany 15.15 Kabaretowa mapa Polski 17.30 Kabaretowa mapa Polski: 35. Wiecej Humoru i Satyry - Lidzbark 2014. Neo-Nówka i goście 18.20 Okrasa łamie przepisy 18.55 Wojciech Ciejrowski - bosko przez świat 19.25 Makłowicz w podróży 19.55 Święta wojna (258) 20.35 Śpiewające fortepiany 21.35 Postaw na milion 22.35 The Wall. Wygraj marzenia 23.30 Dzięki Bogu już weekend

TVP KULTURA

08.00 Teledyski - muzyka klasyczna 08.50 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii 09.10 Białoruski klimat 09.40 Saura - kom., Pol. 1992 11.30 Najważniejszy dzień życia (9-ost.) 12.30 Dyktando (1) 14.00 Studio Kultura - rozmowy 14.20 Actus Humanus Nativitas - farinelli - koncert, 2018 15.25 Jak zdobyć pieniądze, kobietę i sławę - komedia, Pol. 1969 16.25 Nadzieja - dramat, Pol./Niem. 2006 18.10 Szaleństwo Majki Skowron (2) 18.45 Szaleństwo Majki Skowron (3) 19.20 Kronos 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Paryż na bosaka - komedia, Fr/Belg. 2016 21.50 Blok (2) 22.55 Polska w akcji: Młode wilki - film sensac., Pol. 1995 00.35 Informacje kulturalne 00.55 Ogród rozkoszy ziemskich - dramat, Wielka Brytania/Włochy/Polska 2003

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (22) - serial parodok., Pol.  
06.10 Ukryta prawda (629) - serial, Pol.  
07.10 Śąd rodzinny (113) - serial, Polska  
08.10 Szpital (311) - serial parodok., Pol.  
09.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (150) - serial fab-dok., Polska  
10.10 Mango - teleszkapy  
11.50 19+ (161/165) - serial parodok., Pol.  
12.20 Kryminalni 3 (2/14): Randka ze śmiercią - serial krym., Polska  
13.25 Ukryta prawda (375) - serial, Pol.  
14.25 Śąd rodzinny (114) - serial, Polska  
15.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (151) - serial fab-dok., Polska  
16.20 Szpital (312) - serial parodok., Pol.  
17.20 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019  
17.55 Kryminalni 3 (3/14): Poniżej zera - serial kryminalny, Polska  
19.00 Żony Hollywood 3 - rozr., Pol. 2017  
20.00 Stowarzyszenie Wędrujących Dżinsów 2 - komedia, USA 2008

KOMEDIA



20.00

Stowarzyszenie Wędrujących...

22.35 Król Skorpion - film przygodowy, USA/Niemcy/Belgia 2002, reż. Chuck Russell, wyk. Dwayne Johnson, Bernard Hill, Michael Clarke Duncan  
00.25 Zagadki (23/25) - serial, USA  
01.20 Druga strona medalu 4  
02.15 Druga strona medalu  
02.45 NOC Magii  
04.55 Druga strona medalu  
05.45 Zakończenie programu

TV TRWAM

15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Słodny sakrament 16.35 Świat na wyciągnięcie ręki 17.00 Z pamiętnika podróżnika 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte młodych 18.55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu 19.30 Opowieści Theo (14) 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Sładami historii 21.00 Apel Jasno-górski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Ziemia Obiecana (41) 22.50 Florence Nightingale - film dok., Wlk. Brytania 2011 23.50 100 cudownych miejsc na świecie 00.00 Programy powtórkowe

ATM ROZRYWKKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2854) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Zawodowiec amator 12.30 Zawodowiec amator 13.00 Siołki (22): Gorzki syn 14.00 Malolaty (55) 15.00 Urlop Polaka 15.30 Urlop Polaka 16.00 Świat według Klepskich (505, 506) 17.00 Gang Olsena - komedia, Dania 1968 18.55 Graczykowie, czyli Buła i spółka (90, 91) 19.55 Detektywi (2) 20.30 Zameldowani (3, 4) 21.30 Świat według Klepskich (422, 423) 22.30 Gang Olsena w potrzasku - komedia, Dania 1969 00.40 TV Okazje 01.00 Siołki (19) 02.00 Malolaty (53) 03.00 Pielęgniarki (51) 04.00 Disco Gramy

TVP HISTORIA

10.45 Era kosmiczna: historia NASA (2)  
11.45 Wojna w eterze 11.55 Czas honoru 6 (71) 12.55 Dawne Świąty (2) 14.00 Bizancjum: opowieść o krzach miastach (3-ost.) - film dok., Wlk. Brytania 2013 15.05 Pearl Harbor Oskarżeni (1) - film dok., Wlk. Brytania 2016 16.00 Historia Polski: Niezwykłe dwudziestolecie. Historia gospodarcza II RP (3) 17.05 Poszukiwacz skarbów (15) 17.35 Kolo historii 18.15 Polska Kronika Filmowa 18.30 Popielec (9) 20.00 Bitwa o Dom Katolicki. Wydarzenia Zielonogórskie 1960 roku - film dok., Pol. 2017 21.15 Helikoptery w akcji (4-ost.) 22.15 Niecała nieprawda, czyli PR i w TV 22.50 Szalone tony 23.25 Wojna wietnamska (10-ost.) 00.35 Słynne jednostki specjalne (10-ost.)



**13 LIPCA  
SOBOTA**

**TVP 1**

06.00 Klan (3476) - telenowela, Polska  
06.25 Sprawa dla reportera - magazyn  
07.20 Rok w ogrodzie - magazyn  
07.45 Rok w ogrodzie extra - magazyn  
08.00 Pełnosprawni - magazyn  
08.25 wojsko-polskie.pl - cykl rep.  
08.50 Studio Raban - magazyn, Polska  
09.20 Rodzinny ekspres - magazyn, Pol.  
09.50 Sekundy, które zmieniły życie  
10.25 Janosik (4, 5/13) - serial przyg.  
12.25 Fascynujący świat: Brudna prawda o czystym jedzeniu - film dokumentalny, Wielka Brytania 2017  
13.20 Z pamięci - cykl felietonów  
13.35 Okrasa łamie przepisy - magazyn  
14.05 Żywy Bałtyk (3) - serial dok., Pol.  
14.35 Jak to działa? - magazyn, Polska  
15.05 Dzieci Mateusza 18 (236) - serial  
16.05 Dziewczyny ze Lwowa 2 (24)  
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?

**HORROR**



**21.30**  
**Ja, Frankenstein**

18.30 Opolo 2019 na bis - koncert, Polska  
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!  
20.35 Komisarz Alex 12 (146) - serial  
21.30 Ja, Frankenstein - horror, Australia/USA 2014, reż. Stuart Beattie  
23.15 4 Blocks (1/6) - serial krym., Niem.  
00.20 4 Blocks (2/6) - serial, Niemcy  
01.30 Tatus - dramat obcy, USA 1991  
03.15 Opiekun - thriller, Niemcy 2012  
05.30 Z pamięci - cykl felietonów

**TV PULS**

05.50 Czynne całą dobę (3, 4) 07.00 Taki jest świat 4 07.50 Szalone fabryki polskiej muzyki: Cyganie 08.50 13 tygodni 2 (5, 6) 10.10 Lombard, Życie pod zastaw 3 (137, 138, 139, 140, 141) 15.00 Rodzinny interes (21, 22, 23, 24, 25): Bursztynowa afery; Pani Ludwika: Niezdrowa fascynacja: Nowe życie: Komu bije dzwon 20.00 Odwet - film sensac., USA/Wik. Brytania 2018 21.55 John Stratton - film sensac., Wik. Brytania 2017  
23.55 Maksimum ryzyka - film sensac., USA 1996 01.55 Zobacz lot: Taki jest świat 4 02.35 Na jedwabnym szlaku (7): Chiński sport to zdrowie 03.10 Na jedwabnym szlaku (8): Mądrość narodu 03.45 Menu na miarę 04.10 Menu na miarę 04.40 Z archiwum policji (5) 05.00 Dyżur 2 (27)

**TVP INFO**

05.55 Powitanie - Poranek: Serwis Info 05.59 Serwis Info, Pogoda Info 09.15 Salon dziennikarski 09.59 Serwis Info weekend, Pogoda Info 15.29 Info dzień 16.19 Pogoda Info 16.25 Info dzień 16.51 Pogoda Info 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Studio Wschód 18.00 Panorama 18.18 Serwis Info weekend 18.30 Kobięćm okiem 18.52 Serwis Info weekend 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wiczo 21.50 Studio Polska 23.30 INFO wieczór 00.00 Salon dziennikarski 00.53 Wiadomości 01.21 Gość „Wiadomości” 01.50 Minęła dwudziesta 02.50 Nie da się ukryć 03.18 Flesz Info Wiczo

**POLSAT SPORT NEWS**

06.00 Trans World Sport - magazyn 07.00 Sport fiesz 07.07 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy 09.00 Sport fiesz 09.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 12.00 Sport fiesz 12.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 14.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 16.45 Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii - 1. wyścig 18.15 Porsche Supercup: Wyścig w Silverstone - kwalifikacje 19.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 1. półfinał debła kobiet 21.00 Tenis: Turniej Wimbledon - 2. półfinał debła kobiet 23.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 01.00 Piłka nożna: MLS - mecz: Montreal Impact - Toronto FC 03.00 Boks

**TVP 2**

05.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
06.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (33): Pożegnanie  
07.00 M jak miłość (1436) - serial, Pol.  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
10.55 Pytanie na śniadanie  
11.30 Egipcjanin Sinuhe - film historyczny, USA 1954, reż. Michael Curtiz, wyk. Edmund Purdom  
14.00 Familiada - teleturniej  
14.35 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
15.10 Rodzinka.pl (244): Zabawa w chowanego - serial kom., Polska  
15.45 Kabaretowe lato Dwójki - rozr.  
17.00 U Pana Boga w ogrodzie (5/12)  
17.45 Słowo na niedzielę: Szufłady  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.30 Kronika F1  
18.35 Postaw na milion - teleturniej, Pol.  
19.30 Kulisy „Postaw na milion” - felieton  
19.35 Lajki! - magazyn kulturalny

**KOMEDIA**



**20.05**  
**Za jakie grzechy, dobry Boże?**

20.05 Za jakie grzechy, dobry Boże? - komedia, Francja 2014  
21.50 Kabaretowe lato Dwójki - rozr.  
23.50 La La Poland 2 - rozr., Polska 2019  
00.25 Za garść dolarów - western, Włochy/Hiszpania/RFN 1964, reż. Sergio Leone, wyk. Clint Eastwood  
02.15 Mów mi Vincent - komediodramat, USA 2014, reż. Theodore Melfi  
04.00 Zakończenie programu

**PULS 2**

07.35 Przygody Bolka i Lolka (10) 07.45 Pixie i Dixie (46) 08.00 Blaze i megamaszyny 2 (1) 08.30 Bob Budowniczy 20 (63) 08.40 Strażak Sam 9 (160) 08.55 Tomek i przyjaciele 17 (25) 09.15 Marta mówi 2 (23) 09.45 Bingo i Rolly w akcji (25) 10.20 Psi Patrol 4 (19) 10.45 Alvin!!! i wiewiórki 3 (37, 38, 39, 40) 11.50 Timon i Pumba (6, 7, 8, 9) 13.45 Całkiem nowe przygody Toma i Jerrygo (7, 8, 9, 10, 11) 16.20 Pingwiny z Madagaskaru 2 (32, 33, 39) 17.40 Pingwiny z Madagaskaru 3 (1) 18.20 Safari - film anim., Niem. 2010 20.00 19. Mazurska Noc Kabaretowa 21.00 Święty interes - komedia, Pol. 2010 23.00 wwwstrach - horror, Wielka Brytania/Niem./Luksemburg/USA 2002 01.00 Niesamowit (22, 23, 24, 25, 1)

**FOKUS TV**

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Redakcja: Dział Sledczy (17) 07.00 Wehikuł czasu 07.05 Skandaliczny magazyn historyczny 07.45 Sąsiedzi (31, 23-30) 09.30 Najdziwniejsze zwierzęta świata (2) 10.20 Nieznane oblicza Chin (6) 10.50 Fabryka jedzenia (1) 11.20 Starożytni kosmici (4) 12.20 Podwodna wojna (3) 13.25 Gwiazdy Lombardu 15.00 Kryptonim szef (6) 16.00 Autostrada przez piekło (10, 11) 18.00 Premiera: Ziemia - zabójcza planeta 19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3) 20.00 Supersamoloty bojowe (3) - film dok., USA 2014 21.05 Premiera: Największe wynalazki starożytności (1, 2) 22.50 Premiera: Tajne akta UFO (2) 23.45 Już przed tragedią (2) 00.45 Pod lupą 01.30 Mini Pod lupą

**EUROSPORT 1**

06.30 Tour de France dziś 07.30 Lekkoatletyka: Mityng w Lucernie 08.35 Kolarstwo: Tour de France - 7. etap: Bellfort - Chalon-sur-Saône 09.55 World Touring Car Cup: Wyścig w Portugalii - podsumowanie 10.25 Formuła E: ePrix USA - zapowiedź 11.00 Tour de France dziś 11.30 Kolarstwo: Tour de France - 8. etap: Maçon - Saint-Étienne 17.30 Kolarstwo: Tour de France - studio 17.40 Formuła E: ePrix USA - kwalifikacje 19.00 Żużel: Indywidualne ME - 1. runda 22.00 Formuła E: ePrix USA - 1. wyścig 22.55 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 1. wyścig 00.00 Wiadomości 00.10 Letnia Uniwersjada - Neapol 2019: Lekkoatletyka 01.05 Formuła E: ePrix USA - 1. wyścig 01.30 Wyścigi superbike'ów: MŚ

**POLSAT**

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.40 Scooby-Doo i potwór z Loch Ness - film animowany, USA 2004, reż. Scott Jerald, Joe Sicha  
10.05 Ewa gotuje - magazyn, Polska 2018  
10.40 Dziennik cwaniaczka 2 - komedia, USA 2011, reż. David Bowers, wyk. Zachary Gordon, Devon Bostick, Rachael Harris, Robert Capron  
12.40 Sekrety rodziny (39) - serial, Pol.  
13.45 Świat według Klepskich (229)  
14.25 Świat według Klepskich (230)  
15.10 Świat według Klepskich (231)  
15.50 Kabaret na żywo - rozr., Pol. 2018  
17.50 Chłopaki do wzięcia (177) - serial  
18.20 Chłopaki do wzięcia (178) - serial  
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Świat według Klepskich (499) - serial komediowy, Polska

**PRZYGODOWY**



**20.10**  
**Percy Jackson i bogowie...**

20.10 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna - film przygodowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Columbus, wyk. Logan Lerman, Pierce Brosnan, Brandon T. Jackson  
22.40 Zmowa milczenia - thriller, Francja 2003, reż. Graham Guit, wyk. Gérard Depardieu, Élodie Bouchez  
00.20 Projekt Almanach - film SF, USA 2015  
02.30 Tajemnice losu - program rozr.

**STOPKLATKA TV**

05.55 Umrzesz ze śmiechu - wpadki i wy-padki 06.25 Scena śmiechu 07.20 Komisarz Rex 8 (120): Doping 08.20 Komisarz Rex 9 (121, 122): Spotkanie; Kaliber 7.65 10.20 Sławka większa niż życie (9, 10): Edyta; Obłędnie 12.45 Szpital Good Karma (2) 13.45 Komedia małżeńska - komedia, Pol. 1993 15.45 Lodowa zagłada 2012 - film katastrof., USA 2011 17.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (3, 4): Morderstwo w Zielonym Młynie; Śmierć w porcie 20.00 Świeci z Bostonu - dramat, USA/Kanada 1999 22.25 Premiera: Ocean strachu 2 - thriller, Niem. 2006 00.10 Wilkowie (6) 01.10 Boski chillout - komedia, USA 2008 03.15 Obywatel - komediodramat, Pol. 2014 05.30 Dziełkołówek - etiuda film.

**TVP 3**

09.50 Lato w regionach 10.00 Program lokalny 12.05 Moja historia 12.25 Rok w ogrodzie 12.50 Mama hiena - film dok., Fr. 2013 13.50 Jak to działa? 14.20 Podwodna Polska 14.50 Lato w regionach 15.05 Fabryka mózgu - film dokumentalny, Fr. 2017 16.05 Lato w regionach 16.15 Spotkania w świecie cisy 16.40 Pogoda 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Szczęścia trzeba się nauczyć 17.20 Lato w regionach 17.30 Program lokalny 20.00 Piosenka dla Ciebie 21.00 Program lokalny 21.35 Piosenka dla Ciebie 22.00 Dziennik regionów 22.20 Pogoda 22.25 Kryminalna siódemka 22.45 56. KFPF w Opolu - debiuty - koncert, Polska 2019 23.45 Astronarium 00.15 Życie jest jak bana

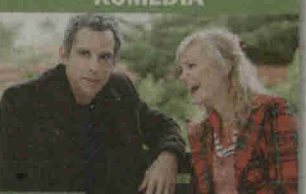
**TVP SPORT**

05.20 Sportowy wieczór 05.55 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - wjeżdża 10 m synchronicznie pary mieszane 07.35 Wszystkie gole MŚ FIFA 2018 - film dok. 09.30 Stan futbolu 10.30 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja poranna 12.30 Ring TVP Sport 13.35 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - trampolina 3 m synchronicznie mężczyźni 15.25 Strongman: Liga Mistrzów 2019 - Holandia 16.30 Lekkoatletyka: ME do lat 23 - Gävle 2019 - sesja popołudniowa 20.40 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - wjeżdża 10 m synchronicznie pary mieszane 21.25 Sportowy wieczór 22.00 Boks: Gala w Londynie 22.55 Boks: Gala w Londynie 01.05 Boks: Walka o pas WBO World w Providence - waga średnia: Maciej Sulicki - Demetrius Andrade 02.05 E sport: Blast Pro w Los Angeles

**TVN**

05.15 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.40 Mango - telezakupy  
07.55 Kobieta na krańcu świata (4)  
08.30 Dzień Dobry Wakacje - mag.  
11.00 Na Wspólnej (2905) - serial, Pol.  
11.25 Na Wspólnej (2906) - serial, Pol.  
11.50 Na Wspólnej (2907) - serial, Pol.  
12.25 Na Wspólnej (2908) - serial, Pol.  
12.50 MasterChef Junior - rozr.  
14.25 Top Model - reality show, Pol. 2018  
15.25 Efekt Domina (1/8) - serial, Polska  
16.00 Domowe rewolucje - rozr.  
17.00 Kuchenne rewolucje: Goszczaków, Ibis - program rozr., Pol. 2018  
18.00 Weekendowa metamorfoza - rozr.  
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.45 Uwaga! - magazyn, Polska  
20.00 Dziewczyna moich koszmarów - komedia romantyczna, USA 2007, reż. Bobby Farrelly, Peter Farrelly, wyk. Ben Stiller, Malin Akerman

**KOMEDIA**



**20.00**  
**Dziewczyna moich koszmarów**

22.20 Złodziejka tożsamości - komedia kryminalna, USA 2013, reż. Seth Gordon, wyk. Jason Bateman, Melissa McCarthy, Jon Favreau  
00.45 W ukryciu - horror, USA 2015, reż. Matt Duffer, Ross Duffer, wyk. Alexander Skarsgård, Andrea Riseborough, Emily Alyn Lind, Steven Elliot  
02.25 Uwaga! - magazyn, Polska  
02.45 NOC Magii

**TTV HD**

07.45 Defacto 5 08.15 Defacto 7 08.45 Express, Pogoda 09.05 Gogglebox. Przed telewizorem 8 10.00 Vlogbox. W necie 10.45 Express, Pogoda 11.05 Dzieciaki miliardów (1) - film dok., Wik. Brytania 12.05 Dany i wiewiórki. Za granicą (1) 13.05 Usterka 5 (2) 13.40 Usterka 6 (3) 14.10 Handlarze 2 (7) 14.55 Pierwszy raz za granicą... (4) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 6 16.55 Ostre cięcie 9 17.45 Express, Pogoda 18.05 Druga twarz 3 19.05 Usterka 5 (2) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Dany i wiewiórki. Rosja (24) 21.00 Dżentelmeni i wiewiórki (5) 22.00 Made in Maroko 22.40 Gogglebox. Przed telewizorem 8 23.35 Gogglebox. Przed telewizorem 6

**TVP POLONIA**

06.10 Barwy szczęścia (2004-2007) 07.55 Pytanie na śniadanie 11.25 Polonia 24 11.40 Halo Polonia 12.20 Zakochaj się w Polsce 12.45 Ojciec Mateusz 20 (259) 13.40 Ratonville (5) 14.35 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwójki - 2019 - widowisko, Pol. 2019 15.40 Wolny ekran 16.00 Kulturalni PL 17.00 Słownik polsko@polski 17.30 Teleexpress 17.55 Dom nad rozlewiskiem (11) 18.45 Rodzina, ach rodzina 19.45 Dobranocka 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Bodo (7) 21.50 Kobiety polskiego filmu: Horror w Wesołych Bagniskach - horror komediowy, Polska 1995 23.20 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwójki - 2019 00.25 Dom nad rozlewiskiem (11)

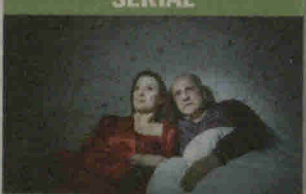
**POLSAT SPORT**

06.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: Brazylia - Iran 08.30 Magazyn lekkoatletyczny - mag. sportowy 09.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz fazy grupowej: USA - Rosja 11.30 Tenis: Turniej Wimbledon - mecz półfinałowy gry pojedynczej mężczyzn 14.00 Kronika Wimbledon 15.00 Tenis: Turniej Wimbledon - mecz finałowy gry pojedynczej kobiet 18.00 Koszykówka mężczyzn - mecz towarzyski: Gortall Team - Reprezentacja Wojska Polskiego 20.00 Piłka nożna - studio 20.30 Piłka nożna: Supercup Polski - mecz: Piast Gliwice - Lechia Gdańsk 22.50 Piłka nożna - studio 23.45 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów

**TV 4**

06.00 Przygody Kota w Butach (29, 30)  
07.05 101 dalmatyńczyków (51) - serial  
07.35 101 dalmatyńczyków (52) - serial  
07.55 Flintstonowie (56) - serial, USA  
08.35 Flintstonowie (57) - serial, USA  
09.00 Sindbad: Legenda siedmiu mórz - film animowany, USA 2003, reż. Patrick Gilmore, Tim Johnson  
10.50 Policjanci i Policjanci (520)  
11.50 Policjanci i Policjanci (521)  
12.50 Policjanci i Policjanci (522)  
13.50 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
14.50 Mama do wynajęcia - komedia romantyczna, USA 2008, reż. Michael McCullers, wyk. Amy Poehler  
16.55 Krótkie śpięcie - komedia SF, USA 1986, reż. John Badham, wyk. Ally Sheedy, Steve Gutterberg  
19.00 Galileo - pr. popularnonaukowy  
20.00 Policjanci i Policjanci (523)  
21.00 Policjanci i Policjanci (524)

**SERIAL**



**20.00**  
**Policjanci i Policjanci (523)**

22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (283) - serial krym., Polska  
23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (284) - serial krym., Polska  
00.05 Dzieci kukurydzy - horror, USA 2009, reż. Donald P. Borchers  
02.00 Interwencja - mag. reporterów  
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019  
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

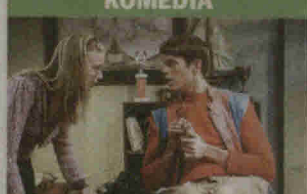
**TV 6**

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Gli-niarz i prokurator (7, 8) 09.10 Pan Peabody i Sherman Show (30, 31) 10.05 Opowieść o dinozaurach - film anim., USA 1993 11.40 Kopalnię króla Salomona - film przyg., USA 1985 13.40 Jaś Fasola (7): Wesołych świąt, panie Fasolo 14.15 Columbo (1) 16.30 Wprawda z dziadkiem - film obcy, USA 2018 18.20 Niekończąca się opowieść - rozdział drugi - film fantasy, Niem./USA 1990 20.05 Galileo 21.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20) 23.00 8 Francuzek - film erot., Fr. 2012 00.25 Hawaje 5-0 (1) 01.20 Własy móch (25, 26, 27): Próhnicza; Pszypadek Czesława; Miodniak 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

**TVN SIEDEM**

05.50 Ukryta prawda (630) - serial, Pol.  
06.50 Mango - telezakupy  
08.55 Ukryta prawda (374) - serial, Pol.  
09.55 Zakochani po uszy (9/120)  
10.30 Zakochani po uszy (10/120)  
11.00 Zakochani po uszy (11/120)  
11.35 Zakochani po uszy (12/120)  
12.10 Beethoven 7: Święteczna przystojak - film familijny, USA/Kanada 2011, reż. John Putsch, wyk. Kyle Massey, wyk. Lucy Liu, Steven Pasquale  
14.00 Wyjdź za mnie (1/2) - film obyczajowy, USA 2010, reż. James Hayman, wyk. Lucy Liu, Steven Pasquale  
15.50 Kawaler - komedia, USA 1999, reż. Gary Sinyor, wyk. Chris O'Donnell  
17.55 Charlie St. Cloud - melodramat, USA/Kanada 2010, reż. Burr Steers, wyk. Zac Efron, Charlie Tahan  
20.00 W cieniu jupiterów - melodramat, USA 2014, reż. Gina Prince-Bythewood, wyk. Gügu Mbatha-Raw

**KOMEDIA**



**22.30**  
**Głupi i głupszy 2: Kiedy...**

22.30 Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloydę - komedia, USA 2003, reż. Troy Miller, wyk. Eric Christian Olsen, Derek Richardson  
00.15 Jak to się robi w Chicago - dramat sensacyjny, USA 1986, reż. John Irvin, wyk. Arnold Schwarzenegger  
02.25 Zagubieni (24/25) - serial, USA  
03.30 NOC Magii  
05.45 Zakończenie programu

**TV TRWAM**

13.45 Ocali od zapomnienia 13.55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 14.00 Zdziesiąte nocy - film obcy, USA 2016 15.25 Święty na każdy dzień 15.30 Wierzę w Boga 16.00 Informacje dnia 16.10 Wystarczy mi jeden krok - film dok., Belg. 2010 16.45 100 cudownych miejsc na świecie 17.00 Z Parlamentu Europejskiego 17.30 28. Pielgrzymka Rodziny Radia Maryja na Jasną Górę 18.00 28. Pielgrzymka Rodziny Radia Maryja na Jasną Górę 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii 21.00 Apeli Jasno-górski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Ułyszcie nas - dramat, USA 2013 23.30 Mała Nellie od Świętego Boga 00.00 Programy powtórkowe

**ATM ROZRYWKA**

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Ewa gotuje 08.00 Ewa gotuje 08.30 Zameldowani (3) 09.00 Siołki (3/38, 39, 40): Głazurnik; Pracoholik; Dla Elizy; Niewdzielnia miłość 12.55 Gang Olseña: Paryski plan - komedia, Dania 1981 15.05 Gang Olseña: Ostatnia misja - komedia, Dania 1998 19.10 Zameldowani (2, 3) 20.05 American High School - komedia, USA 2009 22.00 Świat według Klepskich (424): Warszawa 22.30 Świat według Klepskich (425): Fakty i mity 23.00 Kim jest Bernie? - komediodramat, USA 2011 01.00 Na krawędzi 2 (2) 02.00 Siołki (20): Odwiedziny mamy 03.00 Na rybe 03.30 Czas na kulturę 04.00 Disco Gramy 05.00 Disco Gramy

**TVP HISTORIA**

06.05 Był taki dzień 06.10 Dwadzieścia lat minęło... 06.55 Wszystkie kolory świata (16) 07.55 Kolo się krepi 08.10 Zakochaj się w Polsce 08.40 Zmieniły (11) 09.50 Okrasa łamie przepisy 10.30 Jaskiniowcy z Himalajów - film dok., Wik. Brytania 2011 11.35 Historia jedzenia po amerykańsku (2) 12.45 Życie (6) 13.45 Szerokie tory 14.20 Podróże z historią (10) 14.55 Ziemia: Świat zwierząt (3) 15.55 Spór o historię 16.35 Era kosmiczna: historia NASA (2) 17.40 Marzyciele 18.15 Noce i dnie (6) 19.15 Miłość żąda ofiary - film dok., Pol. 1991 20.15 Tajne akta III Rzeszy (6-ost.) 21.20 Wyścig w przeszworach (1) 22.20 Słynne jednostki specjalne (10-ost.) 23.20 Jazz na Kala-tówkach - film dokumentalny, Polska 2017 00.25 Historia w postaciach zapisana



14 LIPCA  
NIEDZIELA

TVP 1

05.35 Klan (3477) - telenowela, Polska  
06.05 Słownik polsko@polski  
06.35 wojsko-polskie.pl - cykl rep.  
07.00 Transmisja mszy świętej  
08.00 Tydzień - magazyn rolniczy, Polska  
08.30 Zakochaj się w Polsce - mag.  
09.05 Ziarno - program dla dzieci  
09.40 Prywatne życie zwierząt (7)  
10.10 Indianin w kredensie - film przygodowy, USA 1995, reż. Frank Oz  
11.55 Między ziemią a niebem - mag.  
12.00 Anioł Pański - program religijny  
12.15 Między ziemią a niebem - mag.  
12.40 Spotkanie ze świętym - cykl rep.  
12.55 Z pamięci - cykl felietonów  
13.05 Błękitna Planeta 2 (4) - serial  
14.15 Komisarz Alex 12 (146) - serial  
15.15 Ojciec Mateusz 18 (237) - serial  
16.05 Dziewczyny ze Lwowa 2 (25)  
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?

KOMEDIA



21.15  
Wymarzona dziewczyna

18.30 Opolo 2019 na bis - koncert, Polska  
19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda - inf.  
20.15 Blondynka 7 (81) - serial, Polska  
21.15 Wymarzona dziewczyna - komedia, USA 2015, reż. Bradford May  
22.50 Mały Jakub - dramat obyczajowy, Polska 2016, reż. Mariusz Bieliński  
00.20 Ja, Frankenstein - horror, Australia/USA 2014, reż. Stuart Beattie  
02.00 4 Blocks (1/6) - serial krym., Niem.

TV PULS

06.00 Flash 2 (18, 19) 07.45 Łowcy skar-  
bów (5, 6) 09.40 Przygody Mertina 4 (4)  
10.40 Następny proszę! 11.40 Zandarm w  
Nowym Jorku - komedia, Fr/Wł. 1965 13.45  
Najpiękniejsze baśnie: Czarodziej Żyto -  
baśń film., Czechy 2018 15.55 Góra Czar-  
ownic - film przygodowy, USA 2009 17.55  
Nowe przygody Aladyna - komedia, Fran-  
cja/Belg. 2015 20.00 Con Air: Lot skazań-  
ców - film sensac., USA 1997 22.30 Jestem  
zemstą - film sensac., USA 2016 00.05 Zo-  
bacz to! Uwielbiana 2 (7) 00.55 Na jedwab-  
nym szlaku (9): Smaczego... 01.35 Dyzur  
(6) 02.00 Z archiwum policji (7) 02.35 Ta-  
ki jest świat 4 03.10 Biesiada na cztery po-  
ry roku (1): Biesiada kurpiowska - młód  
kurpiowski 03.55 Menu na miarę

TVP INFO

05.55 Powitanie - Poranek: Serwis Info  
05.59 Serwis Info, Pogoda Info 09.50 Wo-  
roniczka 17 10.59 Pogoda Info 11.02 Ser-  
wis info weekend 15.30 Kościół z bli-  
ska 15.59 Info dzień 16.52 Pogoda Info  
17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra  
17.32 Teleexpress na deser 17.47 Serwis  
info weekend 18.00 Panorama 18.18 Ser-  
wis info weekend 18.30 Studio Zachód  
19.00 Głębia ostrości 19.25 Serwis info  
weekend 19.30 Wiadomości 19.58 Gość  
„Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta  
21.00 W pełnym świetle 21.24 Flesz Info  
Wieczór 21.49 Strefa starcia 23.00 INFO  
wieczór 23.21 Nie da się ukryć extra  
00.00 Serwis info weekend

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Pro Bull Riding 07.00 Sport flesz  
07.07 Piłka nożna: Copa America - Brazy-  
lia 2019 - mecz p. 3. miejsce 09.00 Sport  
flesz 09.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej  
finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 12.00  
Sport flesz 12.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej  
finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 14.00  
Piłka nożna: Copa America - Brazy-  
lia 2019 - 2. mecz półfinałowy 16.30 Sporty  
walki: Gala UFC Fight Night w Sacra-  
mento - walka: Germaine de Randam-  
ille - Aspen Ladd 19.00 Piłka nożna: Co-  
pa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy  
21.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej fina-  
łowy Siatkarskiej Ligi Narodów 23.00 Siat-  
kówka mężczyzn: Turniej finałowy  
Siatkarskiej Ligi Narodów 01.00 Sporty  
walki: Armia Fight Night

TVP 2

05.20 Słowo na niedzielę: Szuflady  
05.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
06.05 Doktor z alpejskiej wioski - nowy  
rozdział (34) - serial, Niemcy/Austria  
07.00 M jak miłość (1437) - serial, Pol.  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
10.45 Najmłodszy wśród zwierząt: Miesz-  
kańcy wód - film dokumentalny, Wielka  
Brytania 2016  
11.50 Bitwa u ujścia La Platy - film wo-  
jenny, Wielka Brytania 1956  
14.00 Familiada - teleturniej  
14.35 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
15.15 Europa da się lubić - 15 lat później:  
Europa w podróży - rozr.  
16.25 Kocham Cię, Polsko! - rozr.  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.30 Kronika F1  
18.35 Postaw na milion - teleturniej, Pol.  
19.30 Na sygnale (229): Kocham cię,  
Martyna - serial fab-dok., Polska

DRAMAT



22.10  
Wielki Waldo Pepper

20.05 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyj-  
na trasa Dwójki - 2019: Toruń,  
część 1 - widowisko, Polska 2019  
21.05 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyj-  
na trasa Dwójki - 2019  
22.10 Wielki Waldo Pepper - dramat przy-  
godowy, USA 1975  
00.00 Zawód: Amerykanin (11, 12/13)  
01.45 Za jakie grzechy, dobry Boże? - ko-  
media, Francja 2014

PULS 2

05.45 Królowie aukcji 2 (19, 20) 06.40 Wo-  
ciech Cejrowski. Boso - Teksas (5, 6): M-  
steczko w Teksasie: Koniec świata 07.45  
Koszykarz Buddy - film familijny, USA/Kana-  
da 1997 09.45 Mały Houdini - film animo-  
wany, Francja 2014 10.50 Wielki mysł  
detektyw - film animowany, USA 1986  
12.30 Safari - film animowany, Niemcy  
2010 14.10 Zandarm się żeni - komedia, Fr/  
Wł. 1968 16.00 Następny proszę! 17.00 19.  
Mazurska Noc Kabaretowa 18.00 Lombard.  
Życie pod zastaw 3 (132, 133, 134, 135, 136)  
22.55 Agenci NCIS 10 (3, 4): Feniks: Zaginię-  
ni na morzu 00.35 Lekarzy na start (43)  
01.20 Niesamowite! (2, 3, 4, 5) 03.35 Chi-  
ny: Historia i współczesność (8) 04.55 Bie-  
siada na cztery pory roku (5, 6)

FOKUS TV

06.00 Węhiul czasu 06.05 Redakcja: Dział  
Śledczy (18) 07.00 Węhiul czasu 07.05  
Skandaliczny magazyn historyczny 07.45  
Śledczy (31-39) 09.30 Najdziwniejsze zwi-  
erzęta świata (3) 10.20 Premiera: Wielka hi-  
storia (1, 2) 11.20 Starożytni kosmici (5)  
12.20 Podwodna wojna (4) 13.25 Gwiazdy  
lombardu 15.00 Kryptonim szef (7) 16.00  
Na lodowym szlaku 17.00 Na lodowym  
szlaku 18.00 Premiera: Ziemia - zabójcza  
planeta 19.00 Wielkie konstrukcje III Rze-  
szy (4) 20.00 Supersamoloty bojowe (1) -  
film dok., USA 2015 21.05 Premiera: Otyłość  
- nieznany problem Chin - film dok., Fr. 2019  
22.10 Niesamowite zagadki medyczne (3)  
23.15 Kilogramy zbędnej skóry - film dok.,  
USA 2012 00.00 Tuż przed tragedią (3)

EUROSPORT 1

06.30 Tour de France dziś 07.30 Formula E:  
ePrix USA 08.30 Jeździectwo: Zawody Glo-  
bal Champions: Tour w Chantilly 10.00 Ko-  
larstwo: Tour de France - 8. etap: Maçon -  
Saint-Étienne 11.45 Porsche Supercup:  
Wyścig w Silverstone 12.50 Kolarstwo: Tour  
de France - studio 12.55 Kolarstwo: Tour de  
France - 9. etap: Saint-Étienne - Brioude  
17.30 Kolarstwo: Tour de France - studio  
18.00 Formula E: ePrix USA - 1. wyścig  
18.40 Porsche Supercup: Wyścig w Silver-  
stone 19.10 Wyścigi superbike'ów: MŚ w  
Monterey - 1. wyścig 19.55 Wiadomości  
20.05 Tour de France dziś 21.00 Formula E:  
ePrix USA - 1. wyścig 21.40 Formula E: ePrix  
USA 21.55 Formula E: ePrix USA - 2. wyścig  
22.55 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monte-  
rey - 2. wyścig 00.05 Wiadomości

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.20 Artur i zemsta Maltazara - film fa-  
milijny, Francja 2009, reż. Luc Besson,  
wyk. Freddie Highmore, Mia Farrow  
10.10 Percy Jackson i bogowie olimpij-  
scy: Złodziej pioruna - film przygo-  
dowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Co-  
lumbus, wyk. Logan Lerman  
12.40 X-Men: Pierwsza klasa - film SF, USA  
2011, reż. Matthew Vaughn, wyk. Ja-  
mes McAvoy, Michael Fassbender,  
Kevin Bacon  
15.25 Noc w muzeum - film przygodowy,  
USA/Wielka Brytania 2006, reż. Shawn  
Levy, wyk. Ben Stiller, Robin Williams,  
Jake Cherry  
17.50 Nasz nowy dom - reality show  
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Słoneczna Stacja - mag., Pol. 2019

KOMEDIA



22.45  
Jaja w tropikach

20.05 10 w skali humoru - czyli dekada  
Kabaretu Nowaki - rozr., Pol. 2018  
22.45 Jaja w tropikach - komedia, Niem-  
cy/USA/Wielka Brytania 2008, reż. Ben  
Stiller, wyk. Ben Stiller, Robert Downey  
Jr., Jack Black  
01.00 Węzień labiryntu - thriller, USA/Ka-  
nada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes  
Ball, wyk. Dylan O'Brien, Aml Ameen  
03.35 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKLATKA TV

05.50 Miłość Kropka! (2): W labiryncie  
uczuć 06.50 Scena śmiechu 07.50 Kom-  
isarz Rex 9 (123, 124, 125): Chińskie cienie:  
Morderca krytyka: Nie wszystko złoto...  
10.50 Przygody Mertina (32): Odmieniona  
11.50 Przygody Mertina 3 (33, 34) 13.50  
Premiera: Pies prezydenta - film familijny,  
USA 2010 15.50 Centralne biuro uwodze-  
nia - komedia, Niem./USA 2008 17.50 Po-  
irot: A. B. C. Morderstwa - film krym., Wlk.  
Brytania 1992 20.00 Polowanie na prezy-  
denta - film sensac., Finl./Wlk. Brytania/  
Niem. 2014 21.50 Cube - horror, Kanada  
1997 23.40 Regulamin zabijania - film sen-  
sac., Niem./USA/Wlk. Brytania/Kanada  
2000 02.05 Huśtawka - komediodramat,  
Pol. 2010 04.10 Plebania (285)

TVP 3

07.35 Mosty Ameryki. Historia Rudolfa Mo-  
drzejewskiego (1) - film dok. 08.25 Pogoda  
08.30 Agape 09.00 Najmłodszy mieszkan-  
cy krainy śniegu - film dok. 10.00 Program lo-  
kalny 12.05 Głos regionów 13.00 Piosen-  
ka dla Ciebie 14.05 Piosenka u Ciebie  
14.30 Lato w regionach 15.00 Pogoda  
15.15 Sekrety ojca (40) 15.45 Antenowe  
remanenty 16.20 Rączka gotuje 16.45  
Dziennik regionów - tematyka dnia 17.00 Ca-  
fe piosenka 17.30 Program lokalny 20.00  
Ocaleni 21.00 Program lokalny 21.35 Dom  
matek 21.45 Terytorialiści 22.00 Dziennik  
regionów 22.25 Kryminalna siódemka 22.40  
Pogoda 22.45 Filmy dokumentalne Aliny  
Czerwikowskiej 23.05 Myśli o Polsce - film  
dok., Pol. 1999 00.00 Cafe piosenka

TVP SPORT

07.40 Sportowy wieczór 08.15 Żeglars-  
two: Młodzieżowe MŚ w Gdyni 08.25 Boks: Gala  
w Londynie 09.20 Żeglarswo: Młodzieżo-  
we MŚ w Gdyni 09.30 Boks: Gala w Londy-  
nie 10.20 Żeglarswo: Młodzieżowe MŚ w  
Gdyni 10.30 Wioślarstwo: Zawody PŚ w Ro-  
terdamie 11.30 Żeglarswo: Młodzieżowe  
MŚ w Gdyni 11.40 Wioślarstwo: Zawody PŚ  
w Rotterdamie 12.55 Siatkówka plażowa:  
Plaža Open w Łodzi 14.00 Siatkówka plażo-  
wa: Plaža Open w Łodzi 15.00 Formula 1: GP  
Wielkiej Brytanii 17.10 Lekkoatletyka: ME do  
lat 23 - Gävle 2019 - 4. dzień 20.10 Żeglar-  
stwo: Młodzieżowe MŚ w Gdyni - felieton  
20.20 E-sport: Good Game w Poznaniu - fi-  
nał 21.30 Sportowy wieczór 22.00 E-sport:  
Good Game w Poznaniu - finał 23.15 For-  
mula 1: GP Wielkiej Brytanii

TVN

05.15 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.40 Mango - telezakupy  
07.55 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn  
08.25 Akademia ogrodnika - magazyn  
08.30 Dzień Dobry Wakacje - mag.  
11.00 Weekendowa metamorfoza - rozr.  
12.00 Co za tydzień - magazyn, Pol. 2018  
12.35 Projekt Lady - reality show  
13.35 Johnny English: Reaktywacja -  
komedia przygodowa, Wielka Bryta-  
nia/USA/Francja 2011, reż. Oliver Par-  
ker, wyk. Rowan Atkinson, Dominic  
West, Gillian Anderson, Rosamund Pi-  
ke, Daniel Kaluuya  
15.45 Ja, ty i on - komedia, USA 2006, reż.  
Anthony Russo, Joe Russo, wyk.  
Owen Wilson, Kate Hudson, Matt Dil-  
lon, Michael Douglas  
18.00 Salon sukien ślubnych Goka (1)  
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.45 Uwaga! - magazyn, Polska

FANTASY



20.00  
Władca Pierścieni: Dwie wieże

20.00 Władca Pierścieni: Dwie wieże -  
film fantasy, USA/Nowa Zelandia/  
Niemcy 2002, reż. Peter Jackson, wyk.  
Elijah Wood, Ian McKellen, Liv Ull-  
rich, Viggo Mortensen  
23.45 Ex Machina - dramat SF, Wielka Bry-  
tania 2014, reż. Alex Garland  
02.00 Kuchenne rewolucje  
03.00 Uwaga! - magazyn, Polska  
03.20 NOC Magii

TTV HD

05.20 Handlarze 2 (7) 06.05 Usterka 11  
(30) 06.50 Remontowy biznes braci Scott  
4 07.45 Od zera do milionera 2 08.15 Mię-  
dzy nami 08.45 Express, Pogoda 09.05  
Pozna kontrolę (7) 10.10 Defacto 7 10.45  
Express, Pogoda 11.05 Ostre cięcie 9  
11.55 Drużyna twardz 3 12.55 Kossakowski.  
Być jak... 13.40 Damy i wieśniaczki. PL (4)  
14.45 Gogglebox. Przed telewizorem 8  
15.45 Express, Pogoda 16.05 Dzielni i me-  
ni i wieśniacy (5) 17.05 Patent na kasę  
17.45 Express, Pogoda 18.05 Tymczasem  
na plaży 18.10 Królowe życia 4 (3, 4)  
19.45 Express, Pogoda 20.00 Defacto 7  
20.30 Defacto 10 21.00 Patent na kasę  
21.30 Zamiana żon 2 22.30 Rinko. Na kra-  
wędzi (6) 23.25 Vlogbox. W necie

TVP POLONIA

07.55 Pytanie na śniadanie 11.00 Wolny  
ekran 11.25 Ziarno 11.55 Między ziemią  
a niebem 12.00 Anioł Pański 12.15 Mię-  
dzy ziemią a niebem 12.40 Spotkanie ze  
świętym 13.00 Transmisja mszy świętej  
14.15 Jajna Polska 15.05 Kino familijne:  
Pan Kleks w kosmosie (1) - film przyg., Pol/  
Czechosł. 1988 16.30 Leśniczówka (73)  
16.55 Leśniczówka (74) 17.30 Teleexpress  
17.55 Dom nad rozlewiskiem (12) 18.50  
One. Kobiety kultury 19.25 Nela Mała Re-  
porterka 19.45 Dobranocka 20.00 Wiado-  
mości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Artyści  
(1) 21.45 Komedie lato: Fuks - komedia,  
Pol. 1999 23.20 Fajna Polska 00.25 Dom  
nad rozlewiskiem (12) 01.20 Brodzik od  
kuchni 01.45 Dobranocka za oceanem

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej fina-  
łowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz pół-  
finałowy 08.30 K.O. TV Weekly 09.00  
Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siat-  
karskiej Ligi Narodów - mecz półfinałowy  
11.30 Tenis: Turniej Wimbledon - mecz fi-  
nałowy gry pojedynczej kobiet 14.00 Kro-  
nika Wimbledonu 15.00 Tenis: Turniej  
Wimbledon - mecz finałowy gry pojedyn-  
czej mężczyzn 18.00 Piłka nożna: Super-  
puchar Polski - mecz: Piast Gliwice - Lechia  
Gdańsk 20.30 Boks: Gala w Newark - waga  
piórkowa: Shakur Stevenson - Franklin Man-  
zanilla 21.45 Siatkówka mężczyzn: Turniej  
finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów - mecz o  
3. miejsce 00.00 Siatkówka mężczyzn -  
studio 00.45 Siatkówka mężczyzn: Turniej  
finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów

TV 4

06.00 101 dalmatyńczyków (51) - serial  
06.35 101 dalmatyńczyków (52) - serial  
07.05 101 dalmatyńczyków (53) - serial  
07.35 101 dalmatyńczyków (54) - serial  
07.55 Flintstonowie (58) - serial, USA  
08.35 Powrót na wyspę Nim - film fami-  
lijny, Australia 2013, reż. Brendan  
Maher, wyk. Bindi Irwin  
10.25 Galileo - pr. popularnonaukowy  
11.25 Galileo - pr. popularnonaukowy  
12.35 Nie można pocałować panny mło-  
dej - komedia romantyczna, USA  
2011, reż. Rob Hedden, wyk. Dave  
Annable, Katharine McPhee  
14.35 Wyścig szczurów - komedia, USA/Ka-  
nada 2001, reż. Jerry Zucker, wyk. Ro-  
wan Atkinson  
16.55 Mama do wynajęcia - komedia ro-  
mantyczna, USA 2008, reż. Michael  
McCullers, wyk. Amy Poehler  
19.00 Galileo - pr. popularnonaukowy

MELODRAMAT



21.50  
Kapitan Corelli

20.00 Punisher - film sensacyjny, Austr-  
lia/USA 1989, reż. Mark Goldblatt  
21.50 Kapitan Corelli - melodramat, Wiek-  
la Brytania/Francja/USA 2001, reż.  
John Madden  
00.30 Tuż przed tragedią (6, 7) - serial  
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019  
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
04.40 Top 10 - lista przebojów - muz.  
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 De-  
tektywi w akcji (64) 08.00 Detektywi w ak-  
cji (65) 09.00 Galileo 10.00 Galileo 11.05  
119 dni na Pacyfiku - dramat przyg., Nowa  
Zel. 2015 13.00 Gwiazdy Kabaretu 14.00  
Nokaut (10) 15.00 Policjantki i Policjanci  
(294, 295) 17.00 Policjantki i Policjanci  
(296) 18.00 Columbo (1) 20.05 Galileo  
21.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego  
Jorku (21) 22.05 CSI: Kryminalne zagadki  
Nowego Jorku (22) 23.00 Pirania 3DD -  
horror kom., USA 2012 00.40 Hawaje 5-0  
(2) 01.40 Własy móch (28): Prawda ekr-  
na 02.10 Własy móch (29): Motorynka I  
myszki 02.40 Top 10 - lista przebojów  
03.40 Disco Polo Life 04.40 Disco Polo Li-  
fe 05.45 Telezakupy TV Okazje

TVP ROZRYWKA

08.35 Koło fortuny 09.15 Gwiazdodźwięk  
TVP Rozrywka 09.45 Dwójka z Trójką, czyli  
telewizyjno-radiowy wieczór kabaretowy  
10.45 Życie to kabaret 11.55 To je Bor-  
wicz. Podróże ze smakiem 12.20 Muzeum  
Polskiej Piosenki 12.30 Okrasa lamie prze-  
pisy 13.05 Podróże z historią 18.13.35  
Prywatne życie zwierząt 2 (10) 14.10  
Wszystkie stworzenia duże i małe (5) 15.10  
Muzeum Polskiej Piosenki 15.25 Z Andru-  
sem po Galię 16.05 Śpiewające fortepia-  
ny 17.05 Rolnik szuka żony 5 (5) 18.05  
Wielki test o przyrodzie 19.40 Taka to ro-  
bota, czyli kabaretowy przegląd zawodów  
20.45 Śpiewające fortepiały 21.50 Rodzi-  
na, ach rodzina 22.50 Kabaretowa mapa  
Polski 01.55 Koło fortuny

TVP KULTURA

08.00 Droga (4) 09.05 Śladami wielkich  
kompozytorów 10.05 Animama: Czarny  
Blysk 10.15 Animama: Czarny Blysk 10.35  
Duma i uprzedzenie (4) 11.40 Trzeci punkt  
widzenia 12.20 Opowieści weekendowe:  
Urok wszechczyny - film obycz., Pol. 1996  
13.25 Ostatnie takie trio - film obycz., Pol.  
1976 14.20 Ranczo Wilkowyje - komedia,  
Pol. 2007 16.10 10. Międzynarodowy Kon-  
kurs Wokalny im. Stanisława Moniuszki -  
koncert, Pol. 2019 17.15 Niedziela z...  
18.10 Niedziela z... twórczością Wojciecha  
Młynarskiego 20.20 Kwiat pustyni - dra-  
mat, Wielka Brytania/Niemcy/Aust. 2009  
22.35 Opolo 2019: Scena Alternatywna -  
koncert, Polska 2019 23.05 Pielgrzym - film  
dokumentalny, Polska 2015 00.20 Maraton-  
czyk - thriller, USA 1976

TVN SIEDEM

05.50 Ukryta prawda (631) - serial, Pol.  
06.50 Mango - telezakupy  
08.55 Ukryta prawda (375) - serial, Pol.  
09.55 Zakochani po uszy (13/120)  
10.30 Zakochani po uszy (14/120)  
11.05 Zakochani po uszy (15, 16/120)  
12.15 Jak zdobyto Dzięk Zachód - we-  
stern, USA 1962, reż. John Ford, Hen-  
ry Hathaway, George Marshall, wyk.  
Carroll Baker, Lee J. Cobb, Henry  
Fonda, Carolyn Jones  
15.25 Wakacje w krzywym zwierciadle  
- komedia, USA 1983, reż. Harold Ra-  
mis, wyk. Chevy Chase, Beverly D'An-  
gelo, Imogene Coca, Anthony Michael  
Hall, Dana Barron  
17.35 Stowarzyszenie Wędrujących Dżin-  
sów 2 - komedia, USA 2008, reż. Sa-  
naa Hamri, wyk. Amber Tamblyn,  
Alexis Bledel, America Ferrera, Blake  
Lively, Rachel Nichols

DRAMAT



20.00  
Infiltracja

20.00 Infiltracja - dramat sensacyjny, USA/  
Hongkong 2006, reż. Martin Scorse-  
se, wyk. Leonardo DiCaprio, Matt Da-  
mon, Jack Nicholson  
23.10 Źródło nadziei - dramat wojenny, Au-  
stralia/USA/Turcja 2014, reż. Russell  
Crowe, wyk. Russell Crowe  
01.30 Zagubieni (25-ost.) - serial, USA  
02.30 NOC Magii  
05.05 Zakończenie programu

TV TRWAM

09.00 28. Pielgrzymka Rodziny Radia Ma-  
ryja na Jasną Górę 11.00 28. Pielgrzymka  
Rodziny Radia Maryja na Jasną Górę 15.20  
Fatima - znak nadziei 16.00 Informacje  
dnia 16.10 Konkert 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  
Święty na każdy dzień 19.30 Moja katolic-  
ka rodzina 20.00 Informacje dnia 20.20  
Różaniec 20.50 Śladami historii 21.00  
Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia  
21.40 Retrospekcja 21.45 Próba wiary (4)  
22.40 Tydzień z Ziemi Świętej 23.00 Jak  
my to widzimy - z daleka widać lepiej  
23.30 Tam, gdzie Bóg płacze 00.00 Pro-  
gramy powtórkowe

ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje  
07.30 Ewa gotuje 08.00 Ewa gotuje 08.30  
Zameldowani (4) 09.00 Pierwsza miłość  
(2850, 2851, 2852, 2853, 2854) 12.35 Na ry-  
bę 13.05 Gang Olseña - komedia, Dania  
1968 14.40 Świat według Kiepskich (497,  
499, 501, 503, 505): Szczekli; Masz wido-  
mość; Rój; Motywator; Złoty pociąg 17.00  
Gang Olseña w potrzasku - komedia, Dania  
1969 19.05 Zameldowani (3, 4) 20.05 Kim  
jest Bernie? - komediodramat, USA 2011  
22.05 Świat według Kiepskich (426, 427)  
23.05 Kontrakt na zabijanie - thriller,  
Niem./USA 2006 01.05 Na krawędzi 2 (3)  
02.05 Siołki (21) 03.05 Świat według Kiep-  
skich (50) 03.35 Czas na kulturę 04.00 Di-  
sco Gramy 05.00 Disco Gramy

TVP HISTORIA

06.05 Był taki dzień 06.10 Dwadzieścia lat  
minęło... 06.50 Wszystkie kolory słońca (14)  
08.00 Święty Augustyn (5-ost.) 08.50  
Zmienił (12) 09.55 Okrasa lamie prze-  
pisy 10.30 Dawne światy (2) 11.35 Bizan-  
cjum: opowieść o trzech miastach (3-ost.) -  
film dok., Wlk. Brytania 2013 12.35 Ołbrzy-  
my oceanów (2) - film przyr., Wlk. Brytania  
2011 13.40 Z naturą na co dzień (5) 14.15  
Czy jest tu panna na wydaniu? - komedia,  
Pol. 1976 16.10 Poszukiwacz skarbów (15)  
16.35 Wielka gra 17



15 LIPCA  
PONIEDZIAŁEK

## TVP 1

05.05 Błękitna Planeta 2 (4) - serial  
06.15 Wieczna miłość 2 (214) - telen.  
07.05 Elif (524) - serial obycz., Turcja  
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.  
08.15 Kwadrans polityczny - public.  
08.40 Zakochaj się w Polsce - mag.  
09.10 Czerdziesiątka - dwadzieścia lat później (4/15) - serial, Polska  
10.15 Komisarz Alex 9 (116) - serial, Pol.  
11.05 Ojciec Mateusz 10 (133) - serial  
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda  
12.40 To się opłaca - magazyn  
12.55 Natura w Jedyne: Nasz dzwaczny świat 2 (16) - serial  
14.00 Elif (525) - serial obycz., Turcja  
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!  
15.35 Okrasa lamie przepisy - magazyn  
16.05 Wymarzona dziewczyna - komedia, USA 2015, reż. Bradford May  
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?  
18.25 Jeden z dziesięciu - teleturniej

## SERIAL

20.35  
Zniewolona (6)

18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej  
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!  
20.35 Zniewolona (6) - serial, Ukraina  
21.35 Rolnik szuka żony 5 (10)  
22.35 Ekstradycja 2 (8/9) - serial, Pol.  
23.45 Uwężone (11, 12/16) - serial, Hiszp.  
01.55 Wymarzona dziewczyna - komedia, USA 2015, reż. Bradford May  
03.30 Brudna gra: Ciemna strona sportu - film dokumentalny

## TV PULS

05.50 Zbuntowany anioł (263) 06.45 Wojny magazynowe: Kanada 07.15 Lekarze na start (31) 08.00 Lombard: Życie pod zastaw 3 (141) 09.00 Rodzinny interes (41) 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (106, 107) 12.00 Na wariackich papierach (16, 17) 14.00 Łowcy skarbow (16) 15.00 Lombard: Życie pod zastaw 3 (119) 16.00 Rodzinny interes (41, 42) 18.00 Lombard: Życie pod zastaw 3 (141, 142) 20.00 13. dzielnica: Ultimatum - film sensac., Fr. 2009 21.55 Człowiek pies - dramat, R/USA/Wik. Brytania 2005 23.50 Alligator - Lake Placid - horror kom., Kanada/USA 1999 01.25 Zobacz: Rodzinny interes (41) 02.35 Iaki jest świat 4 03.30 Bieśnada na cztery pory roku (2, 6) 04.40 Z archiwum policji (8)

## TVP INFO

08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziesiąta 10.00 Serwis Info 10.03 Minęła dwunasta 10.24 Pogoda Info 10.29 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 16.19 Pogoda Info 16.25 Info dzień 16.51 Pogoda Info 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.32 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wiczyr 21.40 Studio LOT 21.45 W tyle wizji 22.31 W tyle wizji extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info, Pogoda Info

## POLSAT SPORT NEWS

06.00 Trans World Sport 07.00 Sport flesz 07.07 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz o 3. miejsce 09.00 Sport flesz 09.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 11.00 Sport flesz 11.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 12.00 Sport flesz 12.07 Piłka nożna: MLS - mecz: Montreal Impact - Toronto FC 14.00 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - 1. mecz półfinałowy 16.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 19.00 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy 21.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 01.00 Sporty walki: FEN MMA

## TVP 2

05.25 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
06.00 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (35): Gorzka prawda  
06.55 Coś dla ciebie - magazyn  
07.20 Familiada - teleturniej  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
11.00 Panorama, Pogoda - program inf.  
11.10 Pytanie na śniadanie  
11.25 Rodzinka.pl (214) - serial kom.  
11.55 Barwy szczęścia (2058) - serial  
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
13.15 Marzę o Tobie (20) - serial, Turcja  
14.10 Postaw na milion - teleturniej, Pol.  
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (135) - serial, Niem./Aust.  
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska  
16.35 Familiada - teleturniej  
17.10 Więzień miłości (99) - telen., Tur.  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.40 Na dobre i na złe (713): To, co najcenniejsze - serial obycz., Polska

## THRILLER

22.00  
Anatomia zła

19.35 Rodzinka.pl (113): Nowe gniazdo  
20.10 Zemsta o jasnych oczach 2 (2/3)  
22.00 Anatomia zła - thriller, Polska 2015  
00.10 Barany. Islandzka opowieść - komediodramat, Islandia/Dania/Norwegia/Polska 2015  
01.50 Głina (5/25) - serial krym., Polska  
03.00 Wielki Waldo Pepper - dramat przygodowy, USA 1975  
04.45 Zakończenie programu

## PULS 2

10.50 Grizzly i lemingi (31, 32, 33, 34) 11.25 Oggy i karaluchy 5 (60, 61, 62) 12.00 Pixie i Dixie (47, 48, 49) 12.40 Yogi - łowca skarbow (3, 6) 13.00 Yogi - łowca skarbow (1) 13.35 Calkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego (11, 12) 14.35 Sylwester i Tweety na tropie (9, 10) 15.35 Krurowie: U zarania dziejów (14, 15) 16.35 Fineasz i Ferb (2, 3) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (37) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (2) 18.35 Psi Patrol 4 (20) 19.00 Blaze i megamaszyny 2 (2) 19.30 Alvin!!! i wiewiórki (22, 23) 20.00 Lombard: Życie pod zastaw 3 (132) 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1, 2) 23.00 Wstydlive choroby: prosto z kliniki 2 (2, 3) 01.00 Lombard: Życie pod zastaw 3 (119) 02.00 Niesamowit (6, 7)

## FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Redakcja: Dział Śledczy (2) 07.00 Wehikuł czasu 07.45 Wspaniały świat wędkarskich przygód (51, 1, 2) 09.25 Podwodna wojna (4) 10.20 Gwiazdy lombardu 11.00 Starożytni kosmici (19) 11.55 Autostrada przez piekło (3) 12.55 Akcja renowacja USA (8, 9) 13.45 Gwiazdy lombardu 14.40 Kryptomim szef (5) 15.35 Poszukiwacze złota (5) 16.35 Autostrada przez piekło (4) 17.35 Fabryka jedzenia (22) 17.55 Wojny magazynowe 18.50 Starożytni kosmici (20) 19.45 Premiera: Gwiazdy lombardu 20.55 Wojny magazynowe 21.50 Poszukiwacze złota (6) 22.45 Podwodna wojna (5) 23.45 Handlarze historią 00.50 Najbardziej niebezpieczne więzienia świata (1)

## EUROSPORT 1

06.00 Watts 06.30 Tour de France dziś 07.30 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 1. wyścig 08.00 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 2. wyścig 08.35 Kolarstwo: Tour de France - 9. etap: Saint-Etienne - Brioude 10.00 Formuła E: ePrix USA 11.05 Tour de France dziś 12.00 Kolarstwo: Tour de France - 10. etap: Saint-Flour - Albi 17.50 Tour de France Extra 18.20 Formuła E: ePrix USA 19.00 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 1. wyścig 19.45 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 2. wyścig 20.25 Wiadomości 20.30 Tour de France dziś 21.30 Jeździectwo 22.00 Wiadomości 22.05 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 1. wyścig 22.30 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey - 2. wyścig 23.15 Formuła E: ePrix USA 00.05 Kolarstwo: Tour de France

## POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.45 Małanowski i partnerzy (15)  
09.15 Małanowski i partnerzy (16) - serial fab-dok, Polska  
09.45 Dzień, który zmienił moje życie (28) - serial parodok, Polska  
10.45 Dlaczego ja? (661) - serial, Polska  
11.45 Gliniarze (222) - serial, Polska  
12.40 Trudne sprawy (543) - serial, Pol.  
13.40 Sekrety rodziny (84) - serial, Pol.  
14.40 Dlaczego ja? (414) - serial, Polska  
15.50 Wydarzenia - program inf.  
16.10 Pogoda - program informacyjny  
16.15 Interwencja - mag. reporterów  
16.40 Gliniarze (261) - serial, Polska  
17.40 Sekrety rodziny (85) - serial, Pol.  
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Świat według Kiepskich (500) - serial komediowy, Polska

## THRILLER

20.05  
Więzień labiryntu

20.05 Megahit: Więzień labiryntu - thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Ami Ameen, Ki Hong Lee, Blake Cooper, Thomas Brodie-Sangster  
22.25 Cudzoziemiec - film sensacyjny, USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz, wyk. Steven Seagal, Max Ryan  
00.35 Znaki (3, 4) - serial krym., Polska  
02.35 Tajemnice losu - program rozr.

## STOPKLATKA TV

06.00 Ślina - etiuda film., Wik. Brytania 2017 06.10 Złotopolscy (249, 250) 07.10 Plebania (287, 288) 08.10 Przyjaciele z Wonderland (21, 22) 10.00 Pułapki umysłu 3 (7, 8): Cel - zwycięstwo; Usprawni swój mózg 10.55 Życie po zagładzie (4): Heavy metal 11.50 Allo, Allo (70, 71, 72) 13.50 Katastrofy w przeszłości (31, 32) 16.00 Przetrawiam zabójczą pogodę (3) 17.00 Scena śmiechu 18.00 Komisarz Rex 8 (120) 19.00 Witajcie w przyszłości 2 (5) 20.00 Kroll - film sensac., Pol. 1991 22.05 Dziewczyny z przemytu (1) - dramat, Kanada/USA 2005 00.00 Wikingowie (7) 00.55 Superprodukcja - komedia, Pol. 2002 02.50 Milioner - film obycz., Pol. 1977 04.45 Telesprzedaż 05.45 Zakończenie progr.

## TVP 3

10.30 Co nieśie dzień 10.45 To je Borowicz. Podróż ze smakiem 11.20 Czarna perla (25) 12.10 Drewnianym szlakiem 12.30 Program lokalny 13.00 Kryminalna siódemka 13.15 Co nieśie dzień 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Wspaniałe stulecie: Sultana Kösem (58) 16.00 Lekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Moja praca 17.30 Program lokalny 20.00 To je Borowicz. Podróż ze smakiem 20.30 Tygodnik polityczny 21.00 Program lokalny 21.35 Wójty wybór 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tyle wizji 00.00 Czarna perla (25)

## TVP SPORT

07.15 Sportowy wieczór 07.50 Siatkówka plażowa: Pięta Open w Łodzi - mecz finałowy kobiet 08.50 Siatkówka plażowa: Pięta Open w Łodzi - mecz finałowy mężczyzn 09.50 Wioslarstwo: Zawody PŚ w Rotterdamie 11.00 Strongman: Liga Mistrzów 2019 - Holandia 12.00 Pływanie synchroniczne: MŚ w Gwangju - zawody drużynowe 13.35 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - wieża 10 m synchronicznie mężczyźni 15.50 Lekkoatletyka: MŚ do lat 23 - Gävle 2019 - podsumowanie 17.45 Formuła 1: GP Wielkiej Brytanii - podsumowanie 19.00 4-4-2 19.30 4-4-2 20.00 Gol Ekstra 22.00 Sportowy wieczór 22.45 GOL 23.30 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - wieża 10 m synchronicznie mężczyźni 01.00 Boks: Gala Knock Out Boxing Night 7 w Rzeszowie

## TVN

05.30 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.55 Mango - teletakupy  
07.00 Szkoła (437) - serial parodok, Pol.  
08.00 19+ (343, 344) - serial parodok.  
09.00 Kuchenne rewolucje: Kobiół, restauracja Feniks - rozr., Pol. 2013  
10.00 W-11 - Wydział Śledczy (1139)  
10.45 W-11 - Wydział Śledczy (1140)  
11.30 SOS. Ekipy w akcji (29) - serial  
12.30 Ukryta prawda (694) - serial, Pol.  
13.30 W-11 - Wydział Śledczy (1141): Córka alkoholika - serial, Polska  
14.15 W-11 - Wydział Śledczy (1142): Nocny powrót - serial, Polska  
15.00 Kuchenne rewolucje: Nowy Targ, Restauracja Mauritiana - rozr.  
16.00 Szkoła (438) - serial parodok, Pol.  
17.00 SOS. Ekipy w akcji (30) - serial  
18.00 Ukryta prawda (695) - serial, Pol.  
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska

## SERIAL

22.30  
Salon sukien ślubnych Goka (2)

20.10 Doradca smaku - magazyn  
20.15 Na Wspólnej (2909) - serial, Pol.  
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018  
21.30 Projekt Lady - reality show  
22.30 Salon sukien ślubnych Goka (2)  
23.30 Annabelle - horror, USA 2014, reż. John R. Leonetti  
01.35 Co za tydzień - magazyn, Pol. 2018  
02.10 Uwaga! - magazyn, Polska  
02.35 NOC Magii

## TTV HD

09.05 Idealna niania 9 09.55 Gogglebox. Przed telewizorem 6 10.45 Express, Pogoda 11.00 Kartoteka 9 (17) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (301) 12.55 Zamiana żon. Ukraina II 14.10 Damy i wieśniaczki. Ukraina 3 (9) 15.15 Dzieciaki (11) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (9) 17.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 17.45 Express, Pogoda 18.05 Defacto 9 18.35 Usterka 5 (5) 19.10 Usterka 6 (6) 19.45 Express, Pogoda 20.00 Kossakowski. Być jak... 20.50 Pierwszy raz za granicą... (3) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 8 22.55 Gogglebox. Przed telewizorem 6 23.45 Defacto 7

## TVP POLONIA

12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Magazyn z Ameryki 13.10 Banwy szczęścia (2008) 13.45 Marszałek Piłsudski (1) 14.40 One. Kobiety kultury 15.10 Polacy nad brzegami Dniestru 15.45 Wiadomości 15.55 BarON24 (11) 16.25 Prywatne życie zwierząt (3) 16.50 W krainie baśni 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 Nożem i widelcem 18.15 Zakochaj się w Polsce 18.40 Pod Tatrami 18.55 Barwy szczęścia (2008) 19.25 Nad Niemnem 19.45 Dobranocka 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Noce i dnie (4) 21.45 Polonia 21 22.10 Halo Polonia 22.55 Informacja tygodnia 23.10 Focus on Poland 23.30 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Prasa Dwójki - 2019 - widowisko

## POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 08.30 K.O. TV Weekly (Przypomnienie i analiza największych pojedynków bokserskich w historii tej dyscypliny sportu. Prezentowane są w nim min. pamiętne walki) 09.00 Koszykówka mężczyzn - mecz towarzyski: Gortat Team - Reprezentacja Wojska Polskiego 11.30 Tenis: Turniej Wimbledon - mecz finałowy gry pojedynczej kobiet 14.30 Piłka nożna: Superpuchar Polski - mecz: Piast Gliwice - Lechia Gdańsk 17.00 Tenis: Turniej Wimbledon - mecz finałowy gry pojedynczej mężczyzn 20.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii - magazyn 21.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 23.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 02.00 Boks

## TV 4

06.00 Buffy, postrach wampirów (5)  
07.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata (50) - serial animowany, USA  
08.00 Nasz nowy dom - reality show  
09.00 Septagon (16) - serial krym., Pol.  
10.00 Anatomia głupoty (15, 16) - serial  
11.00 Sekrety sąsiadów (56) - serial  
11.30 Sekrety sąsiadów (57) - serial  
12.00 Galileo - pt. popularnonaukowy  
13.00 Detektywi w akcji (76) - serial  
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
15.00 Policjanci i Policjanci (524)  
16.00 Gliniarz i prokurator (16) - serial  
17.00 Przekłeta (3) - telenowela, Meksyk  
18.00 Septagon (17) - serial krym., Pol.  
19.00 Policjanci i Policjanci (525)  
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (285) - serial krym., Polska  
21.00 Gwiazdy Kabaretu - rozr.  
22.00 Galileo - pt. popularnonaukowy

## SERIAL

20.00  
Sprawiedliwi - Wydział... (285)

23.00 Armia ciemności - horror, USA 1992, reż. Sam Raimi, wyk. Bruce Campbell, Embeth Davidtz, Marcus Gilbert, Ian Abercrombie, Richard Grove  
01.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
02.00 Polityka na ostro - public.  
03.05 SuperLudzie (9, 10) - serial dok., Pol.  
04.05 Atleci - magazyn sportowy  
04.40 Trans World Sport - magazyn  
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

## TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Buffy, postrach wampirów (3) 08.00 Drużyna A (13) 09.00 Policjanci i Policjanci (294)  
10.00 Galileo 11.00 Peknięz ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (64, 42): Ubezpieczenie na życie; Wariackie papiery 13.40 Sekrety sąsiadów (75) 14.15 MacGyver (116)  
15.15 Diagnosta: Morderstwo (49) 16.15 Detektyw Monk (5) 17.15 Medicopter 117 (24) 18.15 Miodowe lata (53, 86) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (230, 231) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (45) 00.00 Attershock. Miasto chaos - thriller, USA/Chile 2012 01.50 Benny Hill 02.30 SuperLudzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

## TVP ROZRYWKA

06.35 Makłowicz w podróży 07.05 Okrasa lamie przepisy 07.40 Śpiewające fortepiany 08.40 Zakochaj się w Polsce 09.10 Koło fortuny 09.50 Rodzina, ach rodzina 10.50 Podróż z historią (53) 11.25 Święta wojna (258) 11.55 Gwiazdy polskich kabaretów 12.15 Życie to kabaret: Kabaretowa scena Dwójki: Kabaret Ani Mru-Mru 14.15 Śpiewające fortepiany 15.20 Kabaretowa mapa Polski: Wczasy z kabaretem - Szczecin 2013 18.20 Okrasa lamie przepisy 18.55 Wojciech Ciejrowski - bosy przez świat 19.25 Makłowicz w podróży 19.55 Święta wojna (259) 20.35 Śpiewające fortepiany 21.35 Kabaretowy Klub Dwójki 22.30 Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów 23.35 Koło fortuny

## TVP KULTURA

08.00 Teledyski - muzyka klasyczna 08.45 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii 09.05 Niemcy 09.35 Nadzieja - dramat, Pol./Niem. 2006 11.30 Dyrektorzy (2) 13.05 Dyrektorzy (3) 14.35 Studio Kultura - rozmowy 19.00 Sładami wielkich kompozytorów 16.00 Bardzo starzy oboje - nowela film., Pol. 1967 16.35 Adela jeszcze nie jadła kolacji - komedia, Czechosł. 1977 18.30 Szaleństwo Majki Skowron (4) 19.05 Szaleństwo Majki Skowron (5) 19.40 30-lecie Biennale WRO 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Boisko bezdomnych - film obyczajowy, Polska 2008 22.30 Altman - film dokumentalny, Kanada 2014 00.10 Powidoki 00.25 Chuligan literacki 00.55 Nic śmiesznego - komediodramat, Polska 1995 02.40 Informacje kulturalne

## TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (23) - serial parodok, Pol.  
06.10 Ukryta prawda (632) - serial, Pol.  
07.10 Sąd rodzinny (114) - serial, Polska  
08.10 Szpital (312) - serial parodok, Pol.  
09.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (151) - serial fab-dok, Polska  
10.10 Mango - teletakupy  
11.50 19+ (162/165) - serial, Polska  
12.20 Kryminalni 3 (4/14): Poniżej zera - serial kryminalny, Polska  
13.25 Ukryta prawda (376) - serial, Pol.  
14.25 Sąd rodzinny (115) - serial, Polska  
15.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (152) - serial fab-dok, Polska  
16.20 Szpital (313) - serial parodok, Pol.  
17.20 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019  
17.55 Kryminalni 3 (4/14): Karciarz  
19.00 Żony Hollywood 3 - program rozrywkowy, Polska 2017  
20.00 Odwróćni (7/14) - serial sensacyjny, Polska

## HORROR

22.05  
Mama

21.05 Odwróćni (8/14) - serial, Polska  
22.05 Mama - horror, Hiszpania/Kanada 2013, reż. Andrés Muschietti, wyk. Jessica Chastain, Nikolaj Coster-Waldau, Megan Charpentier, Isabelle Nélisse, Daniel Kash  
00.15 Zagubieni 2 (1/24) - serial, USA  
01.10 Druga strona medalu  
02.40 NOC Magii  
05.05 Zakończenie programu

## TV TRWAM

13.20 Koncert zyczeń 14.10 Pieśń Faith - dramat, USA 2017 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Żew natury 16.55 Świadkowie 17.20 RDL P w Toruniu 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Jay Jay Odrzutowiec (31) 19.45 Modlitwa z telefonem z udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Stan bezpieczeństwa państwa 22.10 Mojżesz - 10 przykazań (131) 23.05 Obława - film dokumentalny, Polska 2015 00.00 Programy powtórkowe

## ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2855) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Na rybę 12.30 Na rybę: Norwegia, część II 13.00 Siołki (23): Rodzinny nadbóg 14.00 Malolaty (56) 15.00 Piękno 15.30 Piękno 16.00 Świat według Kiepskich (507, 508) 17.00 Gang Olśniewa w potrzasku - komedia, Dania 1969 19.10 Graczykowie, czyli Buła i spółka 19.45 Detektoryści (3) 20.35 Peep Show (52, 53) 21.35 Świat według Kiepskich (428, 429) 22.35 Gang Olśniewa 22.40 TV Okazje 01.00 Siołki (22) 02.00 Malolaty (54) 03.00 Pieśniarstwo (52) 04.00 Disco Gramy

## TVP HISTORIA

07.45 Popielec (9) 09.15 Z naturą na co dzień (5) 09.50 Historia Polski: Niezwykłe dwudziestolecie. Historia gospodarcza II RP (3) 10.20 Niezwykłe dwudziestolecie. Historia gospodarcza II RP (4) 10.55 Sensacje XX wieku 11.35 Życie (6) 12.30 Polska Kronika Filmowa 12.50 Czas honoru 6 (72) 13.50 C.K. Dezerterzy (2-ost.) - komedia, Pol./Węgry 1985 15.10 Ołbrzymi oceanów (2) - film przyr., Wik. Brytania 2011 16.10 Spór o historię 16.45 Historia Polski: Legenda Grunwaldu - film dok., Pol. 2010 17.55 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii 18.25 Flesz historii 18.45 Polska Kronika Filmowa 19.05 Nad Niemnem (1) 20.10 Historia w postaciach zapisana 22.00 Amerykańska broń (1) 22.55 Errata do biografii 23.55 Sensacje XX wieku



16 LIPCA  
WTOREK

## TVP 1

05.15 Nasz dziwny świat 2 (16) - serial  
06.15 Wieczna miłość 2 (215) - telen.  
07.10 Elif (525) - serial obcy, Turcja  
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.  
08.15 Kwadrans polityczny - public.  
08.40 Wokół mórz - serial dok., Francja  
09.05 Czerdziejstolek - dwadzieścia lat później (5/15) - serial, Polska  
10.15 Komisarz Alex 9 (117) - serial, Pol.  
11.05 Ojciec Mateusz 10 (134) - serial  
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda  
12.35 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy  
12.55 Żubry z Puszczy Białowieskiej - film dokumentalny, Francja 2016  
14.00 Elif (526) - serial obcy, Turcja  
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!  
15.35 Okrasa łamie przepisy - magazyn  
16.05 Wieczna miłość 2 (216) - telen.  
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.  
17.30 Jaka to melodia?  
18.25 Jeden z dziesięciu - teleturniej

## TELENOWELA



21.35 Rolnik szuka żony 5 (11)

18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej  
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!  
20.35 Z niewolona (7) - serial, Ukraina  
21.35 Rolnik szuka żony 5 (11)  
22.35 Okupowani (3/10) - serial  
23.35 Samolot, który uderzył w Pentagon - film dokumentalny, USA 2016  
00.30 Wichry wojny (6/7) - serial, USA  
03.05 Jej spowiedź - film dokumentalny, Bułgaria 2017, reż. Iwan Niczew

## TV PULS

05.50 Zbuntowany anioł (264) 06.45 Wojny magazynowe: Kanada 07.15 Lekarze na start (32) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (142) 09.00 Rodzinny interes (42): Podwójna gra 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (107) 11.00 Nash Bridges (1): Początek 12.00 Na wariackich papierach (17, 18) 14.00 Łowcy skarbów (17) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (120) 16.00 Rodzinny interes (42, 43) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (142, 143) 20.00 Kontakt bezpośredni - film sensac., Niem./USA 2009 21.50 Najlepsi z najlepszych - film sensac., USA 1989 23.50 Asy bez kasy - komedia, USA 2016 01.45 Zobacz to! Rodzinny interes (42) 02.45 Biesiada na cztery pory roku (8, 9) 04.10 Z archiwum policji (9) 04.50 Słodką miłość (88)

## TVP INFO

08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziewiąta 10.00 Serwis Info 10.03 Minęła dziesiąta 10.24 Pogoda Info 10.29 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 16.19 Pogoda Info 16.25 Info dzień 16.51 Pogoda Info 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.32 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.50 W tyle wizji 22.31 W tyle wizji extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info, Pogoda Info

## POLSAT SPORT NEWS

06.00 Pro Bull Riding 07.00 Sport flesz 07.07 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 09.00 Sport flesz 09.07 Atleci 10.00 Sport flesz 10.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 11.00 Sport flesz 11.07 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 12.00 Sport flesz 12.07 Piłka nożna: MLS - mecz: Montreal Impact - Toronto FC 14.00 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - 1. mecz półfinałowy 16.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 19.00 Piłka nożna: Copa America - Brazylia 2019 - mecz finałowy 21.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 23.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 01.00 Sporty walki

## TVP 2

05.25 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
06.05 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (36): Wina i pokuta  
06.55 Starokatolicy w Lublinie - rep.  
07.20 Familiada - teleturniej  
07.55 Pytanie na śniadanie - magazyn  
11.00 Panorama, Pogoda - program inf.  
11.10 Pytanie na śniadanie  
11.25 Rodzinka.pl (215) - serial kom.  
11.55 Barwy szczęścia (2059) - serial  
12.30 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
13.15 Marzę o Tobie (21) - serial, Turcja  
14.10 Postaw na milion - teleturniej, Pol.  
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (36) - serial  
16.00 Kolo fortuny - teleturniej, Polska  
16.35 Familiada - teleturniej  
17.10 Wieżnię miłości (100) - telen., Tur.  
18.00 Panorama, Pogoda, Sport - inf.  
18.40 Na dobre i na złe (714) - serial  
19.35 Rodzinka.pl (114) - serial kom., Pol.

## KOMEDIA



20.10 Rozmowy kontrolowane

20.10 Rozmowy kontrolowane - komedia, Polska 1991, wyk. Stanisław Tym  
21.55 Rodzinka.pl (156, 157) - serial  
23.10 Zemsta o jasnych oczach 2 (2/3)  
01.00 Świat bez fikcji: Janis - film dokumentalny, USA 2015  
02.45 Głina (6/25) - serial krym., Polska  
03.45 Barany. Islandzka opowieść - komediodramat  
05.15 Zakończenie programu

## PULS 2

10.30 Baranek Shaun (85, 86) 10.50 Grizzly i lemingi (35, 36, 37, 38) 11.25 Ogry i karaluchy 5 (63, 64, 65) 12.00 Pixie i Dixie (50, 51, 52) 12.40 Yogi - łowca skarbów (2, 3) 13.35 Calkiem nowe przygody Ioma i Jerry'ego (12, 13) 14.35 Sylwester i Tweety na tropie (10, 11) 15.35 Krudowie: U zarania dziejów (16, 17) 16.35 Fineasz i Ferb (3, 4) 17.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (38) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 (3) 18.35 Psi Patrol 4 (21) 19.00 Blaze i megamaszyny 2 (3) 19.30 Alvin!!! I wiewiórki (24, 25) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (133) 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3, 4) 23.00 Skorpion 3 (6, 7) 00.50 Lekarzy na start (43) 01.40 Lombard. Życie pod zastaw 3 (120) 02.25 Niesamowitel (8, 9)

## FOKUS TV

06.00 Wehikul czasu 06.05 Redakcja Dział Śledczy (3) 07.00 Wehikul czasu 07.45 Wspaniały świat wędzarskich przygód (3, 4, 5) 09.25 Podwodna wojna (5) 10.20 Gwiazdy lombardu 11.00 Starożytni kosmici (20) 11.55 Autostrada przez piekło (4) 12.55 Akcja renowacji USA (10, 11) 13.45 Gwiazdy lombardu 14.40 Kryptonim szef (6) 15.35 Poszukiwacze złota (6) 16.35 Autostrada przez piekło (5) 17.35 Fabryka jedzenia (23) 17.55 Wojny magazynowe 18.25 Wojny magazynowe 18.50 Starożytni kosmici (1) 19.45 Premiera: Gwiazdy lombardu 20.55 Wojny magazynowe 21.50 Poszukiwacze złota (7) 22.45 Podwodna wojna (6) 23.45 Handlarze historią 00.50 Najbardziej niebezpieczne więzienia świata (2)

## EUROSPORT 1

06.00 Formula E: ePrix USA 06.30 Tour de France dziś 07.30 Wyścigi superbike'ów: MŚ 08.00 Formula E: ePrix USA 08.30 Kolarstwo: Tour de France 10.00 Tenis stołowy: Turniej Australasian Open 11.00 Łucznictwo: PS 11.30 Łucznictwo: PS w Berlinie 12.00 Lekkoatletyka: Mityng w Lucernie 14.00 Flaga i Rodzina 15.00 Power of One 15.30 Power of One 16.00 Kolarstwo: Tour de France 18.45 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Monterey 18.55 Formula E: ePrix USA 19.15 Watts 19.20 Tenis stołowy: Turniej Australasian Open w Geelongu 20.25 Wiadomości 20.30 Horse Excellence 21.00 Jeździectwo: Nations Cup Series w Falsterbo 21.55 Wiadomości 22.00 Formula E: ePrix USA 23.00 Blancpain GT Series: Wyścigi w Holandii 23.35 Watts

## POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2018  
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn  
06.00 Nowy dzień - program inf.  
08.45 Małanowski i partnerzy (17)  
09.15 Małanowski i partnerzy (18) - serial fab-dok., Polska  
09.45 Dzień, który zmienił moje życie (29) - serial parodok., Polska  
10.45 Dlaczego ja? (662) - serial, Polska  
11.45 Gliniarze (223) - serial, Polska  
12.40 Trudne sprawy (544) - serial parodokumentalny, Polska  
13.40 Sekrety rodziny (85) - serial parodokumentalny, Polska  
14.40 Dlaczego ja? (415) - serial, Polska  
15.50 Wydarzenia - program inf.  
16.10 Pogoda - program informacyjny  
16.15 Interwencja - mag. reporterów  
16.40 Gliniarze (262) - serial, Polska  
17.40 Sekrety rodziny (86) - serial parodokumentalny, Polska

## SERIAL



20.05 Znaki (5, 6)

18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.  
19.30 Świat według Kiepskich (501) - serial komediowy, Polska  
20.05 Znaki (5, 6) - serial krym., Polska  
22.10 Rekrut - thriller, USA 2003, reż. Roger Donaldson, wyk. Colin Farrell, Al Pacino, Bridget Moynahan, Gabriel Macht, Kenneth Mitchell  
00.40 Skazany na śmierć (84) - serial  
01.45 Tajemnice losu - program rozr.

## STOPKLATKA TV

06.00 Złotopolscy (250, 251) 07.05 Plebani (289, 290) 08.05 Przyjaciele z Wonder-land (1, 2) 09.55 Pułapki umysłu 3 (9, 10): Słuchaj swojego ciała: W ślad za przynawcą 10.55 Życie po zagładzie (5): Najeźdźcy 11.50 Alfo, Alfo (72, 73, 74) 13.50 Katastrofy w przyszłości 2 (4) 20.00 Dobrze zabijanie - dramat, USA 2014 22.00 Dziewczyny z przemyłu (2-ost.) - dramat, Kanada/USA 2005 23.55 Morderczy występ - thriller, USA 2009 01.50 Komedia małżeń- ska - komedia, Pol. 1993 03.50 Miłość Kropka (11) 04.45 Telesprzedaj 05.45 Zakończenie programu

## TVP 3

10.30 Co niesie dzień 10.45 Wieprza pie- przem 11.20 Czarna perla (26) 12.05 Drewniany szkiełko 12.30 Program lokalny 13.00 Kryminalna siódemka 13.15 Co niesie dzień 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Wspaniałe stulecie: Sultanka Kösem (59) 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik region- nów - tematy dnia 17.00 Terytoria 17.15 Projekt woda 17.30 Program lokalny 20.05 Wieprza pieprzem 20.30 Projekt woda 20.45 Moja historia 21.00 Program lokalny 21.35 Twój wybór 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.25 W tyle wizji 00.50 Czarna perla (26)

## TVP SPORT

05.30 Sportowy wieczór 06.05 Halo, Włod- kul Benefis Włodzimierza Szaranowicza - widowisko, Pol. 2019 08.00 Piłka nożna: MŚ U-20 - Polska 2019 - mecz fazy grupowej: Norwegia - Honduras 10.05 Boks: Gala w Londynie 11.05 Piłka nożna: ME U-21 - Wlo- chy i San Marino 2019 - podsumowanie fa- zy finałowej 11.55 Wszystkie gole MŚ FIFA 2018 - film dok. 13.35 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - zawody drużynowe 15.50 Strongman: Liga Mistrzów 2019 16.50 Munda- lowe historie 17.20 4-4-2 17.45 4-4-2 18.20 GOL 20.25 Retro TV Sport 22.00 Sportowy wieczór 22.45 Formula 1: GP Wiel- kiej Brytanii - podsumowanie 00.00 Skoki do wody: MŚ w Gwangju - zawody drużyno- we 01.35 Sporty walki: Rocky Warriors Gar- tel 3 03.45 Plywanie synchroniczne: MŚ

## TVN

05.10 Uwaga! - magazyn, Polska  
05.40 Mango - teletakupy  
06.55 Szkoła (438) - serial parodok., Pol.  
07.50 Doradca smaku: Torcik bezowy z kremem waniliowym i owocami  
08.00 19+ (345, 346) - serial parodok.  
09.00 Kuchenne rewolucje - rozr.  
10.00 W-11 - Wydział Śledczy (1141): Cór- ka alkoholicki - serial, Polska  
10.45 W-11 - Wydział Śledczy (1142): Nocny powrót - serial, Polska  
11.30 SOS. Ekipy w akcji (30) - serial  
12.30 Ukryta prawda (695) - serial, Pol.  
13.30 W-11 - Wydział Śledczy (1143)  
14.15 W-11 - Wydział Śledczy (1144)  
15.00 Kuchenne rewolucje - rozr.  
16.00 Szkoła (439) - serial parodok., Pol.  
17.00 SOS. Ekipy w akcji (31) - serial  
18.00 Ukryta prawda (696) - serial, Pol.  
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.  
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska

## THRILLER



21.35 Tłumaczka

20.10 Doradca smaku - magazyn  
20.15 Na Wspónej (2910) - serial, Pol.  
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018  
21.35 Tłumaczka - thriller, Wielka Brytania/ USA/Francja 2005  
00.10 Kuba Wojewódzki - talk-show  
01.10 W garniturach (9) - serial, USA  
02.05 Salon sukien ślubnych Goka (2)  
03.05 Uwaga! - magazyn, Polska  
03.30 NOC Magii

## TTV HD

08.45 Express, Pogoda 09.05 Idealna nia- nia 9 09.55 Gogglebox. Przed telewizorem 6 10.45 Express, Pogoda 11.00 Kartoteka 9 (18) 12.00 Sędzia Anna Maria Wesołow- ska (302) 12.55 Zamiana żon, Ukraina 11 14.10 Damy i wieśniaczki, Ukraina 3 (10) 15.15 Dzieciaki (12) 15.45 Express, Pogo- da 16.05 Uwaga! 16.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (10) 17.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 17.45 Express, Pogoda 20.00 Nauka jazdy 3 20.30 Nauka jazdy 4 21.00 Królowe życia 3 (7) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Vlog- box. W necie 22.40 Dżentelmeni i wieśniac- y (5) 23.40 Ostre cięcie 9

## TVP POLONIA

12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Nad Niemnem 13.10 Barwy szczęścia (2009) 13.45 Bodo (7) 14.45 La- to, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwój- ki - 2019 - widowisko, Pol. 2019 15.45 Wiadomości 15.55 BarON24 (12) 16.25 Ży- wy Baltyk (6) 16.50 Margolcia i Miś zapra- szają dziś 17.05 Zwierzaki Czytali 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 Okrasa łamie przepisy 18.25 Cafe piosenki 18.55 Barwy szczęścia (2009) 19.25 Kierunek Zachód 19.45 Dobranocka 20.00 Wiadomości (2) Pogoda 20.35 Sport 20.45 Ojciec Mateusz 20 (26) 21.45 Polo- nia 22.10 Halo Polonia 22.55 Muzyczna scena Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Ocaleni 00.30 BarON24 (12)

## POLSAT SPORT

06.00 Koszykówka mężczyzn - mecz towar- zyski: Gortat Team - Reprezentacja Wojska Polskiego 08.30 Atleci (Atleci to magazyn dla wszystkich, którzy kochają sport. W pro- gramie relacje z imprez, rozmowy z gwiaz- dami, a także praktyczne porady) 09.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siat- karskiej Ligi Narodów 11.30 Formula 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii - magazyn 12.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 15.00 Tenis: Turniej Wimbledon - mecz finałowy gry po- jedynczej kobiet 17.10 Piłka nożna: Super- puchar Polski - mecz: Piast Gliwice - Lechia Gdansk 19.20 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siatkarskiej Ligi Narodów 22.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej finałowy Siat- karskiej Ligi Narodów 00.30 Sporty walki

## TV 4

07.05 Jeźdźcy smoków na końcu świa- ta (51) - serial animowany, USA  
07.35 Dragon Ball Super (73) - serial  
08.00 Nasz nowy dom - reality show  
09.00 Septagon (17) - serial krym., Pol.  
10.00 Anatomia głupoty (16) - serial  
10.30 Anatomia głupoty (17) - serial  
11.00 Sekrety sąsiadów (57) - serial  
11.30 Sekrety sąsiadów (58) - serial  
12.00 Galileo - pr. popularnonaukowy  
13.00 Detektywi w akcji (77) - serial  
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
15.00 Policjantki i Policjanci (525)  
16.00 Gliniarz i prokurator (17) - serial  
17.00 Przeklęta (4) - telenowela, Meksyk  
18.00 Septagon (18) - serial kryminalny, Polska  
19.00 Policjantki i Policjanci (526) - se- rial obyczajowy, Polska  
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminal- ny (286) - serial krym., Polska

## DRAMAT



21.00 Gangi Nowego Jorku

21.00 Gangi Nowego Jorku - dramat sensacyjny, USA/Niemcy/Włochy/ Wielka Brytania/Holandia 2002  
00.35 Dzieci kukurydzy - horror, USA 2009, reż. Donald P. Borchers  
02.20 STOP Drogówka - magazyn, Polska  
03.25 Graffiti - program publicystyczny  
03.40 Trans World Sport - magazyn  
04.40 SuperLudzie (11, 12) - serial dok., Pol.  
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

## TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Bu- fy, postrach wampirów (4) 08.00 Drużyna A (14) 09.00 Policjantki i Policjanci (295) 10.00 Galileo 11.00 Peknięz ze śmiechu 12.00 Miodowe lata (86, 87) Kuzwau Bos- ki Dynamit: Napać 13.40 Sekrety sąsia- dów (76) 14.15 MacGyver (117) 15.15 Diagnoza: Morderstwo (50) 16.15 Detek- tyw Monk 6 (6) 17.15 Medicopter 117 (25) 18.15 Miodowe lata (81, 82) Wieczór we- dwoje: Rodzina patologiczna 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (232, 233) 22.55 Powrót do Heaven's Veil - hor- ror, USA 2016 00.50 STOP Drogówka 01.50 Benny Hill 02.30 SuperLudzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

## TVP ROZRYWKA

06.15 Makłowicz w podróży 06.50 Okrasa łamie przepisy 07.25 Śpiewające fortepia- ny 08.20 Zakochaj się w Polsce 08.55 Ko- lo fortuny 09.35 Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów 10.30 Mu- zeum Polskiej Piosenki 10.55 Podróż z hi- storii (54) 11.30 Święta wojna (259) 12.05 Życie to kabaret 14.20 Śpiewające forte- piany 15.20 Kabaretowa mapa Polski: 22. Festiwal Kabaretu w Koszalinie 2016 - Park Rozrywki 18.20 Okrasa łamie przepisy 18.55 Wojciech Ciejrowski - boso przez świat 19.25 Makłowicz w podróży 19.55 Święta wojna (260) 20.35 Śpiewające for- tepiany 21.35 Kabaretowy Klub Dwójki 22.35 Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów 23.40 Kolo fortuny

## TVP KULTURA

08.00 Teledyski - muzyka klasyczna 08.25 Informacje kulturalne 08.40 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii: Kórnik 09.00 Antyfonie 09.35 Adela jeszcze nie jadła kolacji - komedia, Czechosł. 1977 11.30 Dyrektorzy (4) 13.05 Dyrektorzy (5) 14.15 StudioKultura - rozmowy 14.30 Nie- dzielna 2, 15.30 Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy - film obcy, Polska 1973 16.35 Hania - film obcy, Polska 1984 18.15 Sza- lenstwo Majki Skowron (6) 18.45 Sza- lenstwo Majki Skowron (7) 19.20 Powidoki 19.40 One. Kobiety kultury 20.20 Mona Li- sa - dramat, Wlk. Brytania 1986 22.15 Ge- neral della Rovere - dramat, Włochy/Francja 1959 00.40 Neon - film dokumentalny, Polska 2012 01.45 Cyrylik sewili 04.35 Teledyski 05.50 Zakończenie programu

## TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (24) - serial parodok., Pol.  
06.10 Ukryta prawda (633) - serial, Pol.  
07.10 Sąd rodzinny (115) - serial, Polska  
08.10 Szpital (313) - serial parodok., Pol.  
09.10 Sędzia Anna Maria Wesołowska (152) - serial fab-dok., Polska  
10.10 Mango - teletakupy  
11.50 19+ (163/165) - serial, Polska  
12.20 Kryminalni 3 (4/14): Karciarz - se- rial kryminalny, Polska  
13.25 Ukryta prawda (377) - serial, Pol.  
14.25 Sąd rodzinny (116) - serial, Polska  
15.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (153) - serial fab-dok., Polska  
16.20 Szpital (314) - serial parodokumen- talny, Polska  
17.20 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019  
17.55 Kryminalni 3 (5/14): Ucieczka - se- rial kryminalny, Polska  
19.00 Żony Hollywood 3 - program roz- rywkowy, Polska 2017

## SENSACYJNY



20.00 Epidemia

20.00 Epidemia - film sensacyjny, USA 1995, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Du- stin Hoffman, Cuba Gooding Jr., Ke- vin Spacey, Rene Russo  
22.45 Komora - dramat sensacyjny, USA 1996, reż. James Foley  
01.05 Zagubieni 2 (2/24) - serial, USA  
02.00 Druga strona medalu 2  
02.30 NOC Magii  
05.05 Zakończenie programu

## TV TRWAM

14.50 Jezu Ufam Tobie - Portoryko (2)  
15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Jestem mamą 16.30 Kalendar- skop młodych 16.50 Express studencki 17.00 100 cudownych miejsc na świecie 17.10 Prosto o gospodarce 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informa- cje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Każdy maluch to potrafi 19.45 Modlitwa z telefo- nicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami histo- rii 21.00 Apeli Jasnogórski 21.20 Informa- cje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca (38) 22.40 Święty na każdy dzień 22.45 Powrót - film dok., Pol. 2018 00.00 Programy powtórkowe

## ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2856) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Urlop Polaka 12.30 Urlop Po- laka 13.00 Siołki (24): Miłość sprzed lat 14.00 Małolaty (57) 15.00 Polskie działy 15.30 Polskie działy 16.00 Świat według Kiepskich (509, 510) 17.00 Gang Olsena: dzie- dzie do Julandii - komedia, Dania 1971 19.00 Graczykowie, czyli Buła i spółka (93, 94) 19.55 Detektorzy (4) 20.35 Peep Show (53, 54) 21.35 Świat według Klep- szych (430, 431) 22.35 Wielki szok Gangu Olsena - komedia, Dania 1972 00.35 TV Okazje 01.00 Siołki (23) 02.00 Małolaty (55) 03.00 Pielęgniarki (53)

## TVP HISTORIA

06.50 Był taki dzień 06.55 Dziennik tele- wizyjny 07.40 Nad Niemnem (1) 08.45 Flesz historii 09.10 Historia Polski: Legen- da Grunwaldu - film dok., Pol. 2010 10.15 Sensacje XX wieku 10.45 Spór o historię 11.20 Grunwald 1960 12.00 Czas honoru 6 (73) 12.55 Wszystkie kolory świata (14) 14.05 Historia w postaciach zapisana 16.00 Małolaty 16.30 Historia Polski: Nowy wiek (1) - film dok., 2016 17.05 Nowy wiek (2) - film dokumentalny, 2016 17.40 Było, nie minęło - kronika zwiadowców hi- storii 18.10 Kolo historii 18.45 Polska Kro- nika Filmowa 19.00 Nad Niemnem (2) 20.05 Krzyżacy. Powstanie, potęga i upadek - filmi dokumentalny Pol/H 2011 21.15 Naj- dzwieszszą bronią na świecie (1) 22.15 Dzw- ny wojny (2-ost.) 23.50 Sensacje XX wieku



# By słońce było przyjacielem...

Słońce jest jednym z najlepszych „przyjaciół” organizmu ludzkiego, obok aktywności fizycznej i zdrowego jedzenia. Pod wpływem jego promieni nasze ciało syntetyzuje niezbędną nam do życia witaminę D. Światło słoneczne pozytywnie wpływa na psychikę, wzmacnia aktywność życiową i zapobiega stanom depresyjnym.

Z dobrodziejstwa promieni słonecznych korzystać trzeba jednak bardzo rozważnie, zwłaszcza w warunkach postępującego ocieplenia klimatu.

## Zakazane godziny

W miesiącach letnich, szczególnie w dni, gdy „żar się z nieba leje”, a na nieboskłonnie ani jednej chmurki, nie należy przebywać w pełnym słońcu w godzinach od 10 do 16. Jego promienie operują wtedy najostrejsze. Na dodatek, w godzinach popołudniowych, rozgrzane mury, chodniki i nawierzchnia ulic oddają wchłonięte ciepło, więc przebywanie na słońcu staje się katorgą.

Oczywiście są tacy, którzy latem muszą pracować na słońcu w tych godzinach - rolnicy, robotnicy drogowi czy budowlani. Jeśli chcemy w takich warunkach uniknąć poparzeń słonecznych czy udaru, trzeba się zabezpieczyć: używać nakryć głowy, pić w dużych ilościach wodę, najlepiej niegazowaną, smarować odkryte części ciała preparatami z wysokim filtrem.

Na rynku pojawiają się nowości - specjalne, przewiewne koszulki, których tkanina pokryta jest faktorem przeciwsłonecznym o wartości SPF 50 (SPF to skrót Sun Protector Factor - wskaźnik ochrony przeciwsłonecznej). Można już także kupić płyny do płukania tkanin, pokrywające odzież faktorem o wysokim współczynniku.

Ci, którzy wypoczywają, mogą pozwolić sobie na dowolność. A więc, jeśli plażowanie, to w godzinach porannopoprzedpołudniowych. W środku dnia szukajmy cienia lub - nawet, obyczajem południowców, zaszyjmy się w zacienionym pomieszczeniu na sjeście.

Jeśli wycieczka w góry, to rozpocznijmy ją wczesnym rankiem lub zaplanujmy tak, by wędrować po leśnych, cienistych ścieżkach. Wychodząc na wierzchołki gór, ponad strefę lasu, bardzo starannie zabezpieczajmy odkryte części ciała przed słońcem - powyżej 1000 m n.p.m. powietrze

## „Abecadło” czerniaka:

- A - asymetria w budowie znamienia
- B - brzegi nieregularne, ze zgrubieniami
- C - czerwony lub czarny, niejednolity kolor
- D - duży rozmiar, pow. 0,5 cm
- E - ewolucja: postępujące zmiany w znamieniu

jest rozrzedzone, więc promienie ultrafioletowe operują o wiele silniej niż w dolinach. Na dodatek, na szczytach górskich zazwyczaj jest chłodniej, toteż nie odczuwamy działania słońca. A konsekwencje mogą być poważne.

## Jak słońce działa na skórę

Promienie słoneczne aktywizują produkcję tzw. wolnych rodników, a te uszkadzają substancje tworzące tkankę łączną - kolagen i elastynę. Dlatego też intensywne opalanie przyspiesza starzenie się skóry.

Zbyt długie przebywanie na słońcu może spowodować oparzenia słoneczne. Karkonoscy ratownicy GOPR opowiadają historię sprzed kilkunastu lat, gdy dwie panie, zwabione pięknym górskim słońcem i łagodną temperaturą, opalały się w kostiumach kąpielowych przy schronisku „Samotnia” nad Małym Stawem (1195 m n.p.m.). Spędziły na słońcu 2 godziny. Wystarczyło. Silnie atakujące skórę na tej wysokości promieniowanie ultrafioletowe spowodowało bardzo poważne oparzenia u obu „plażowiczek”. Przybyli z pomocą ratownicy nie bardzo wiedzieli, jak transportować kobiety do Karpacza, by nie sprawiać bólu.

Najpoważniejszą konsekwencją nadmiaru słońca jest czerniak - nowotwór skóry, bardzo groźny w fazie rozwiniętej. Wykryty wcześniej, daje aż 97 proc. szans na wyleczenie. Jest łatwy do zdiagnozowania, gdyż rozwija się na powierzchni skóry, najczęściej na odsłoniętych partiach ciała. Może powstać na skórze wcześniej niezmienionej lub w obrębie już istniejących znamion.

## Jak się chronić

Oprócz unikania słońca w „zakazanych godzinach” czy ubierania się w odzież z protektorem słonecznym, trzeba stosować kremy, olejki, pianki lub mgiełki o wysokim SPF. Dermatolodzy zalecają, aby wybrany preparat nakładać w ilości około 30 ml (mniej więcej tyle mieści się w zagłębieniu dłoni). Używamy takiej porcji średnio co 2 godziny, a także po wyjściu z wody, spoceniu się czy wytarciu ciała ręcznikiem.

Do dawkowania preparatów przeciwsłonecznych można również zastosować metodę „łyżeczkową” - 1 łyżeczka do herbaty na twarz, szyję i kark, 3 łyżeczki na klatkę piersiową, brzuch i plecy, po 1 łyżeczce na kończyny górne oraz po 2 łyżeczki na nogi.

Nakładając preparat, nie zapomnijmy o stopach (nawet podeszwach), pozbawionej owłosienia skórze głowy oraz częściach ciała zakrytych strojem plażowym - tam także docierają promienie słoneczne, chyba że odzież posiada filtr przeciwsłoneczny.

Jeżeli spędzamy czas w cieniu listowia lub pod parasolem, bądźmy świadomi, że słońce też tam dociera. Jego promienie przenikają także przez chmury oraz szyby okienne.

## Szczególnie chronimy dzieci i osoby chore

Dużej uwagi wymagają w słoneczne dni dzieci, a zwłaszcza niemowlęta. Ich skóra jest bardzo delikatna, o wiele bardziej niż u dorosłych narażona na utratę wody, a skóra niemowlęcia do 45. dnia życia nie wytwarza pigmentacji postłonecznej, czyli opalenizny. Współcześni dermatolodzy nie zalecają więc, by małe dzieci przebywały w pełnym słońcu. Nawet gdy pozostają w cieniu, ich skórę trzeba zabezpieczać preparatami z SPF 50.

Unikać słońca powinniśmy również, przyjmując niektóre leki. Skóra silnie reaguje na słońce pod wpływem preparatów z zawartością dziurawca, np.

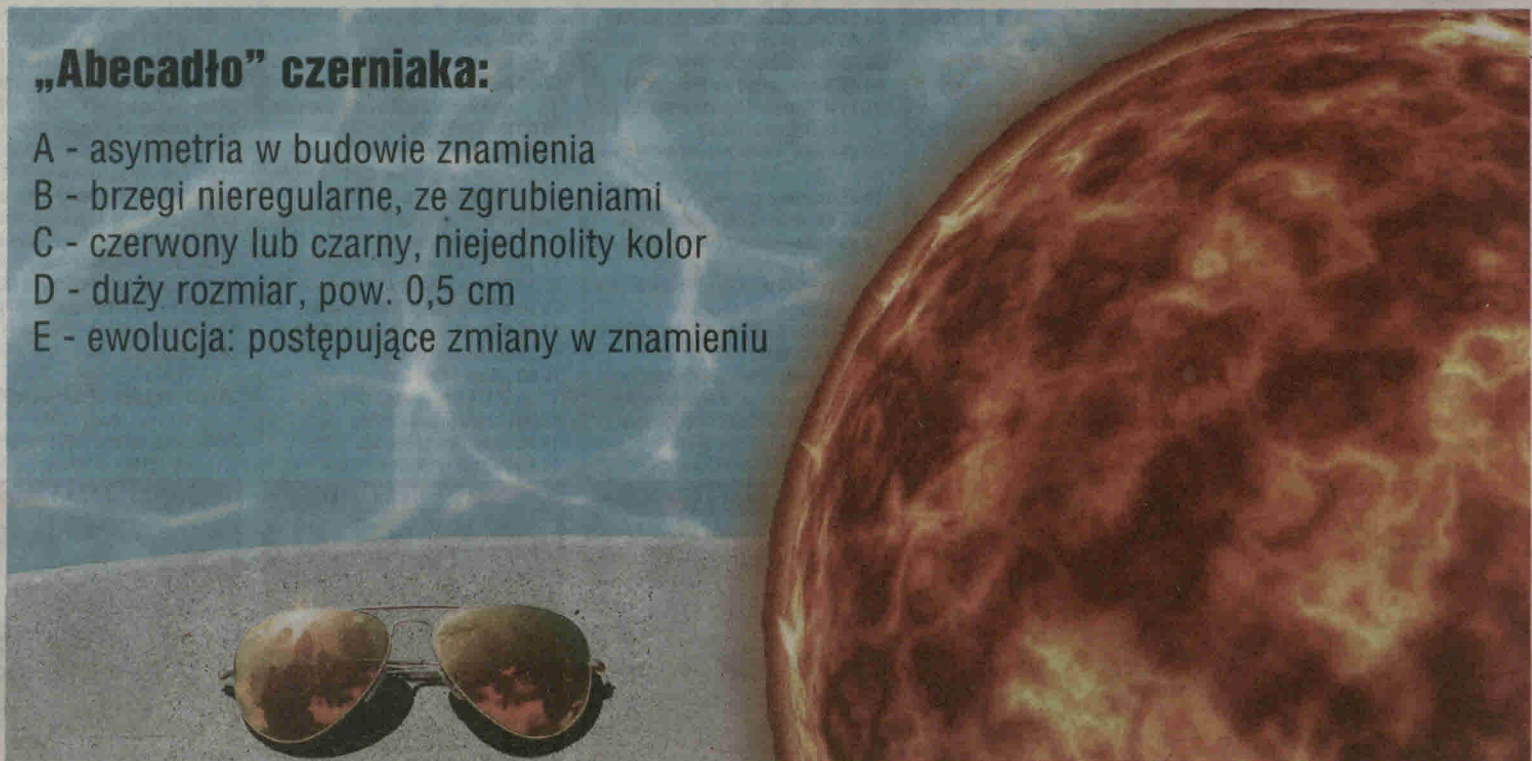
popularnego „Deprimu”, pomocnego w stanach depresyjnych, a dostępnego bez recepty.

Podobnie nasza skóra reaguje na słońce po antybiotykach, szczególnie - tetracyklinie. Jeżeli lekarz zapisze taki lek, a my planujemy wakacyjną podróż w nasłonecznione okolice - koniecznie poinformujmy go o tym! Problemy mogą też mieć osoby stosujące antykoncepcję hormonalną, gdyż podczas opalania może wystąpić pod jej wpływem tzw. ostuda - nasilone przebarwienie skóry.

Z największą ostrożnością trzeba wychodzić na słońce, kiedy jesteśmy leczeni onkologicznie lub przyjmujemy leki immunosupresyjne - osłabiające naturalną odporność po przeszczepach. Lekarz w takiej sytuacji najczęściej odradza wychodzenie na pełne słońce.

By słońce było przyjacielem, należy więc korzystać z jego promieni z wielką rozważą. Należy wiedzieć, że organizm ludzki jest w stanie wytworzyć ilość witaminy D zaspokajającą 90 proc. dobowego zapotrzebowania już po 15-minutowym przebywaniu na słońcu. Natomiast wszelka przesada może przynieść poważne konsekwencje dla naszego zdrowia.

Ewa Kiraga-Wójcik



grafika NATALIA JASKOLSKA

REKLAMA I PROMOCJA



**ProctoMed**

Specjalistyczne Gabinety Lekarskie  
ProctoMed



**HEMOROIDY**

- bezboleśnie i nieoperacyjnie

Fala Radiowa i Specjaliści Proktolodzy

Rejestracja telefoniczna: 76 743 99 27

poniedziałek-piątek: 8-20, sobota: 8-13

lub na stronie [www.proctomed.pl](http://www.proctomed.pl)

**USG SERCA**

**USG BRZUCHA**

**USG TARCZYCY**

- ✓ zapraszamy na usg z konsultacją,
- ✓ doświadczony lekarz klinicysta,
- ✓ krótkie terminy

**ProctoMed**

ul. Druciana 2, Jelenia Góra 58-500

tel. 76-743-99-27

[www.proctomed.pl](http://www.proctomed.pl)

**ORTODONCJA SMILELINE**

**W JELENIEJ GÓRZE**

**INNOWACYJNA METODA**

**LECZENIA WAD ZGRYZU**

pod medycznym nadzorem

**prof. Piotra Fudaleja**

z Uniwersytetu w Bernie

(Szwajcaria) 



 stomatologia  
**bez bólu**  
[www.stomatologiabezbolu.pl](http://www.stomatologiabezbolu.pl)

Dowiedz się Więcej na:

[www.facebook.com/N20Zstomatologiabezbolu](https://www.facebook.com/N20Zstomatologiabezbolu)

[abb@stomatologiabezbolu.pl](mailto:abb@stomatologiabezbolu.pl) tel. 75 642 45 58







Prof. Thomas Adler z Harvardu

Nowa kuracja usuwa problemy z erekcją – efekt potwierdzony przez 37 233 mężczyzn

## Substancja z Harvardu

# ROZPALA LIBIDO,

**3-krotnie wydłuża erekcję**

**i zwiększa grubość wzwodu o 30%**

Wystarczy 24 godziny, aby Twój penis odzyskał sztywność i sprawność. Jak pokazują wyniki badań klinicznych – nawet osoby, które nie miały pełnej erekcji od miesiący, znów mogą uprawiać seks 2, a nawet 3 razy dziennie. Ta metoda przywraca pełny, sztywny wzwód i młodzieńczą sprawność seksualną nawet 90-latkom.

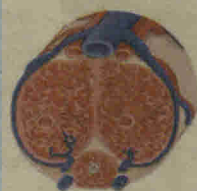
**N**ie ma powodu, żeby mężczyzna nie miał satysfakcjonującego seksu do 90-tych – twierdzi profesor Thomas Adler; twórca nowej kuracji przeciw impotencji. „Odkryliśmy, że męski organizm jest genetycznie zaprogramowany do erekcji, a zaburzenie wzwodu jest nienaturalne i trzeba z nim walczyć”.

### Co się zmieniło w życiu 37 233 mężczyzn?

Zespół genetyków klinicznych z Harvardu opracował nową, naukową metodę polegającą na biostymulacji ciał jamistych penisa. Bazuje na odkryciu trzech noblistów z medycyny (Ferid Murad, Robert Furchgott i Louis Ignarro). Opisywali oni naturalny związek (tlenek azotu), który zwiększa transport krwi do penisa, poprawia krążenie i wzmacnia prostatę.

PRZED:

PO:



Kuracja prof. Adlera poszerza naczynia krwionośne w penisie dzięki dostarczeniu bioaktywnego *Ruscus Aculeatus L.* umożliwiając pełne erekcje i zwiększenie grubości nawet o 25-30%.

Na bazie tego odkrycia zespół specjalistów Adlera stworzył pierwszy środek na potencję, który wykorzystuje wpływ tlenu azotu. Analiza testów laboratoryjnych i badania konsumenckie mężczyzn potwierdziły, że pomaga w walce z impotencją na czterech płaszczyznach:

- ✓ Poszerza naczynia krwionośne – 3 x mocniejsze i dłuższe o 20 minut erekcje.

- ✓ Zwiększa produkcję testosteronu w jądrach – apetyt na seks jak u 20-latka.
- ✓ Zwiększa ilość hormonu wzrostu – penis jest grubszy o 25-30%.
- ✓ Zwiększa wrażliwość penisa na bodźce – lepszy seks i intensywne orgazmy.

Jego skuteczność potwierdzają relacje tysięcy mężczyzn, którzy nie mogli ukryć zachwyty. Ich gumowate erekcje w ciągu 24-72 godzin zastępował pełny, stalowy wzwód. Niektórzy odzyskali sprawność po latach impotencji, inni rozprawili się z niedoborem testosteronu (tzw. starczy popęd) i erekcją zbyt krótką, by doprowadzić partnerkę do orgazmu. Kobiety mówiły, że nie pamiętają, by przed kuracją seks z partnerem był tak intensywny i pełen doznań. Niestety, dotychczas z tej metody mogli korzystać tylko wybrani.

### Jak odzyskać dobry seks bez chemii i krępujących badań?

Wyjaśnia profesor Thomas Adler, twórca nowej metody:

„Metoda aktywnej biostymulacji komórek nie opiera się na środkach na bazie kwasów czy inhibitorów fosfodiesterazy (stosowanych w popularnych tabletkach na potencję). To wyłącznie naturalne substancje, które odblokowują erekcję, pobudzają libido i przywracają sprawność seksualną.

Najważniejszy z nich jest bioaktywny ekstrakt *Ruscus Aculeatus L.* Dzięki niemu w penisie produkowany jest tlenek azotu, który rozszerza arterie i umożliwia dopływ krwi do penisa. Niestety, dotychczas jego produkcja była droga i kosztowała około 1000 dolarów za miesięczną kurację”.



### „Uratował moje małżeństwo...”

Przez 5 lat nie miałem udanego seksu, bo jedyne co mogłem zaoferować żonie to 3-4 minuty gumowatej erekcji. Kiedyś kochaliśmy się 2-3 razy w tygodniu, a teraz żona była tak poirytowana moimi występami w sypialni, że przestaliśmy wcale próbować... Musiałem coś z tym zrobić, żeby nie zostać rogaczem. Gdy zobaczyłem artykuł o nowej metodzie na potencję, nie czekałem. W poniedziałek zamówiłem, w środę dostałem dyskretną przesyłkę, a w czwartek obudziłem się ze sztywnym, gotowym do akcji członkiem. Nie muszę mówić, co było potem...”

Adam F., 54 lata

Jej skuteczność nie pozostawia złudzeń. Problemem był koszt technologii produkcji, tak wysoki, że stać na nią było tylko nielicznych bogaczy. Wszystko zmieniło się, gdy wygasł monopol na produkcję bioaktywnego ekstraktu *Ruscus Aculeatus L.* w USA. Dzięki temu koszty walki z impotencją spadły z 1000 do 100 dolarów miesięcznie!

100 dolarów to dla Polaków wciąż dużo. Prof. Adler nawiązał więc współpracę z Klubem Seniora, omijając pośredników i wielkie koncerny. Dlatego jeśli mieszkasz w Polsce i urodziłeś się przed 1990 rokiem, możesz już teraz sprawdzić metodę genetyków z Harvardu za udział w Klubie Seniora nie za 1500, nie za 323, tylko za 97 zł!

### Profesor Adler ostrzega

„Jeśli tak samo jak 70% mężczyzn po 40. roku życia, masz problem ze wzwodem – nie lekceważ tego. Prędzej czy później kompletnie stracisz pewność siebie i przestaniesz czuć się jak prawdziwy mężczyzna. Najpierw będziesz uprawiać seks raz

na miesiąc, potem tylko kilka razy w roku... Tak nieregularne stosunki zrujną Twoje małżeństwo oraz spowodują kłopoty psychiczne i zdrowotne (problemy z prostatą czy nadciśnieniem)”.

### Jak pokonać problemy z erekcją w 24 godziny?

Badania dowodzą, że 9 na 10 osób może odzyskać potężny, silny wzwód dzięki metodzie aktywnej biostymulacji ciał jamistych – bez badań i wizyt u specjalistów.

Jeśli Ty też chcesz mieć erekcje silne jak w młodości, oto, co powinieneś zrobić: nie wysyłaj pieniędzy z góry, nie zamawiaj drogich kuracji. Zadzwoń pod dyskretny numer (rozmowy są prywatne i nie są nagrywane), aby otrzymać specjalne dofinansowanie uczestnictwa w Klubie Seniora. Przysługuje ono tylko 120 osobom, które zadzwonią pierwsze, więc lepiej się śpiesz. A za kilka dni Twoja małżonka będzie tak zachwycona Twoją sprawnością seksualną, że nie wypuści Cię z łóżka przez cały dzień...

**70% TANIEJ DLA PIERWSZYCH 120 OSÓB!**

Pierwsze 120 osób, które zadzwoni do 16 lipca 2019 r., dostanie 70% zniżki! Otrzymasz wówczas preparat biostymulujący na potencję prof. Adlera za udział w Klubie Seniora zamiast za 323 zł, tylko za 97 zł (przesyłka GRATIS)!

**Zadzwoń: 81 300 34 74**

Od poniedziałku do niedzieli: 8:00 – 20:00 (Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)

TYLKO do 16 lipca 70% taniej!



WOJEWÓDZTWO  
DOLNOŚLĄSKIE

## Wiadomości z regionu



PARTNER STRONY: URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO

Samorząd województwa chce zachęcić studentów pielęgniarstwa do podejmowania pracy w zawodzie. Już jesienią do najlepszych z nich trafią stypendia.

# Stypendia dla przyszłych pielęgniarek i pielęgniarzy

Dane statystyczne są alarmujące. W całej Polsce brakuje pielęgniarek i pielęgniarzy. Młodzi absolwenci tego kierunku nie podejmują pracy w zawodzie, a pracująca kadra systematycznie się zmniejsza.

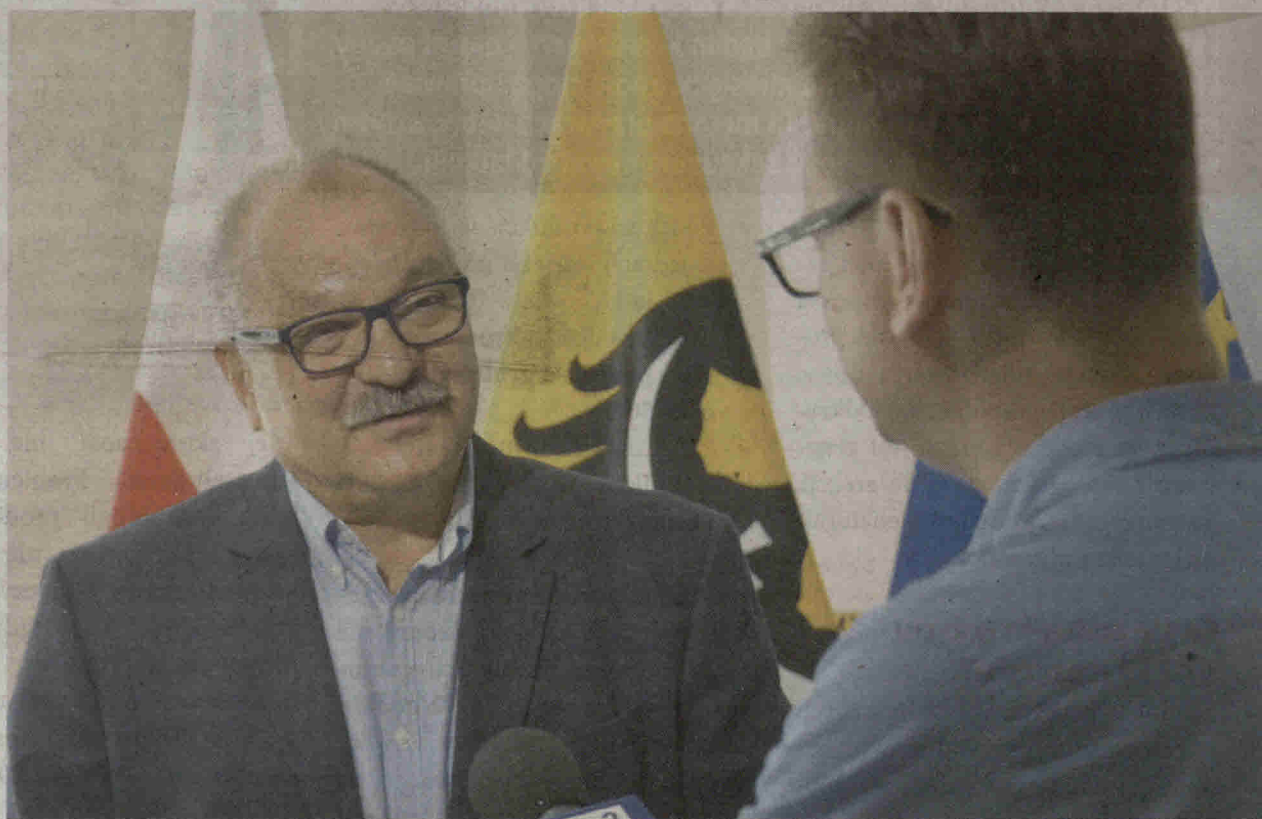
Statystyki informują, że zaledwie 1/3 studentów pielęgniarstwa podejmuje pracę w wyuczonym zawodzie. Wobec dzisiejszych potrzeb to stanowczo za mało i chcielibyśmy to zmienić. Dlatego jako pierwsi w kraju proponujemy pilotażowy program stypendialny - wyjaśnia marszałek Cezary Przybylski.

Wg danych podawanych przez Naczelną Radę Pielęgniarek i Położnych w 2016 roku średnia wieku pielęgniarki wynosiła ponad 50 lat, czyli o ponad 6 lat więcej niż w roku 2008. Obecnie około 86% osób posiadających kwalifikacje wymagane do wykonywania zawodu pielęgniarki i pielęgniarza osiągnęło wiek powyżej 40 roku życia, a największa czynna zawodowo grupa mieści się w przedziale od 46 do 55 lat. Nie bez znaczenia jest również fakt, że w ciągu najbliższych trzech lat uprawnienia emerytalne uzyska niemal 40 tysięcy pielęgniarek i położnych, co

stanowi blisko 1/3 obecnie zatrudnionych.

Mamy do czynienia z problemem w skali ogólnopolskiej. Nasz wskaźnik liczby pielęgniarek na 1000 mieszkańców jest jednym z najniższych w Europie i z prognoz wynika, że w ciągu najbliższych lat jeszcze spadnie. Chcemy temu przeciwdziałać, stąd nasza propozycja stypendiów. Projekt konsultowaliśmy z Dolnośląską Okręgową Izbą Pielęgniarek i Położnych we Wrocławiu, dla której jest to bardzo dobra idea i z chęcią będzie nas wspierać w realizacji tego przedsięwzięcia - dodaje wicemarszałek Marcin Krzyżanowski.

Program stypendialny skierowany będzie do najlepszych studentów na trzecim roku studiów na kilku dolnośląskich uczelniach kształcących przyszłe pielęgniarki i pielęgniarzy. Samorząd województwa przeznaczy na ten cel w tym roku 69 tysięcy złotych, a w przyszłym roku niemal 140 tysięcy złotych.



Jako pierwsi w kraju proponujemy pilotażowy program stypendialny - wyjaśnia marszałek Cezary Przybylski.

Samorząd województwa przekaże prawie 3,5 mln zł ze środków unijnych na zakup dwóch bezemisyjnych autobusów, które będą wozić pasażerów po gminie Bolesławiec.

## Nowe ekoautobusy dla Bolesławca

Od roku po Bolesławcu kursuje trzynastka nowoczesnych autobusów. Pojazdy zostały zakupione dzięki blisko 9 mln zł dotacji z funduszy europejskich, przyznanej przez samorząd województwa. Do tego taboru już niedługo dołączą dwa kolejne, tym razem całkiem bezemisyjne pojazdy. Po raz kolejny zakup nowych autobusów w znacznej mierze zostanie sfinansowany przy wsparciu województwa, które przekazało na ten cel ok. 3,5 mln zł.

Staramy się wspierać gminy i sukcesywnie jako samorząd województwa przekazujemy unijne dotacje na nowe, wygodne autobusy, o najlepszych parametrach odnośnie jakości spalin. Zależy nam na komforcie i bezpieczeństwie pasażerów, ale także na eliminowaniu zanieczyszczających powietrze starych pojazdów - mówi Cezary Przybylski, Marszałek Województwa Dolnośląskiego.

Po zakupie nowych elektrycznych autobusów możliwe będzie wycofanie z użytkowania dwóch starych,



najbardziej awaryjnych, spełniających jedynie normę emisji spalin Euro 3. Nowe, bezemisyjne pojazdy będą kursować na wszystkich liniach, dostosowane będą do potrzeb osób niepełnosprawnych oraz o ograniczonej sprawności ruchowej.

Każdy nowoczesny pojazd w miejskim taborze wpływa na poprawę komfortu jazdy mieszkańców, którzy codziennie dojeżdżają do pracy czy do szkoły. To im staramy się zapewnić sprawne i niewawaryjny system komunikacji zbiorowej. Z drugiej strony nowe, ekologiczne pojazdy, to ważny element w walce o poprawę jakości powietrza i poważne ograniczenie emisji zanieczyszczeń - zaznacza marszałek Przybylski.

Całkowita wartość projektu „Zakup taboru autobusowego (2 autobusów bezemisyjnych o alternatywnych, elektrycznych systemach napędowych) wraz z infrastrukturą towarzyszącą” wynosi prawie 5 mln zł, czego ok. 3,5 mln pochodzi z Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014-2020. Gmina ma czas na jego realizację do połowy marca 2021 roku.



# Kiedy i jak przesadzać piwonie

Rośliny o dużych kwiatach, które kwitną na przełomie maja i czerwca. Byliny te z roku na rok się rozrastają i zajmują coraz więcej miejsca w ogrodzie. Pomimo tego, że rośliny te mogą w jednym miejscu rosnać kilka lat, czasem zdarza się tak, że musimy zmienić im miejsce w ogrodzie albo po prostu ograniczyć ich dalszy wzrost. Kiedy zatem możemy przystąpić do przesadzania i jak się do tego zabrać?

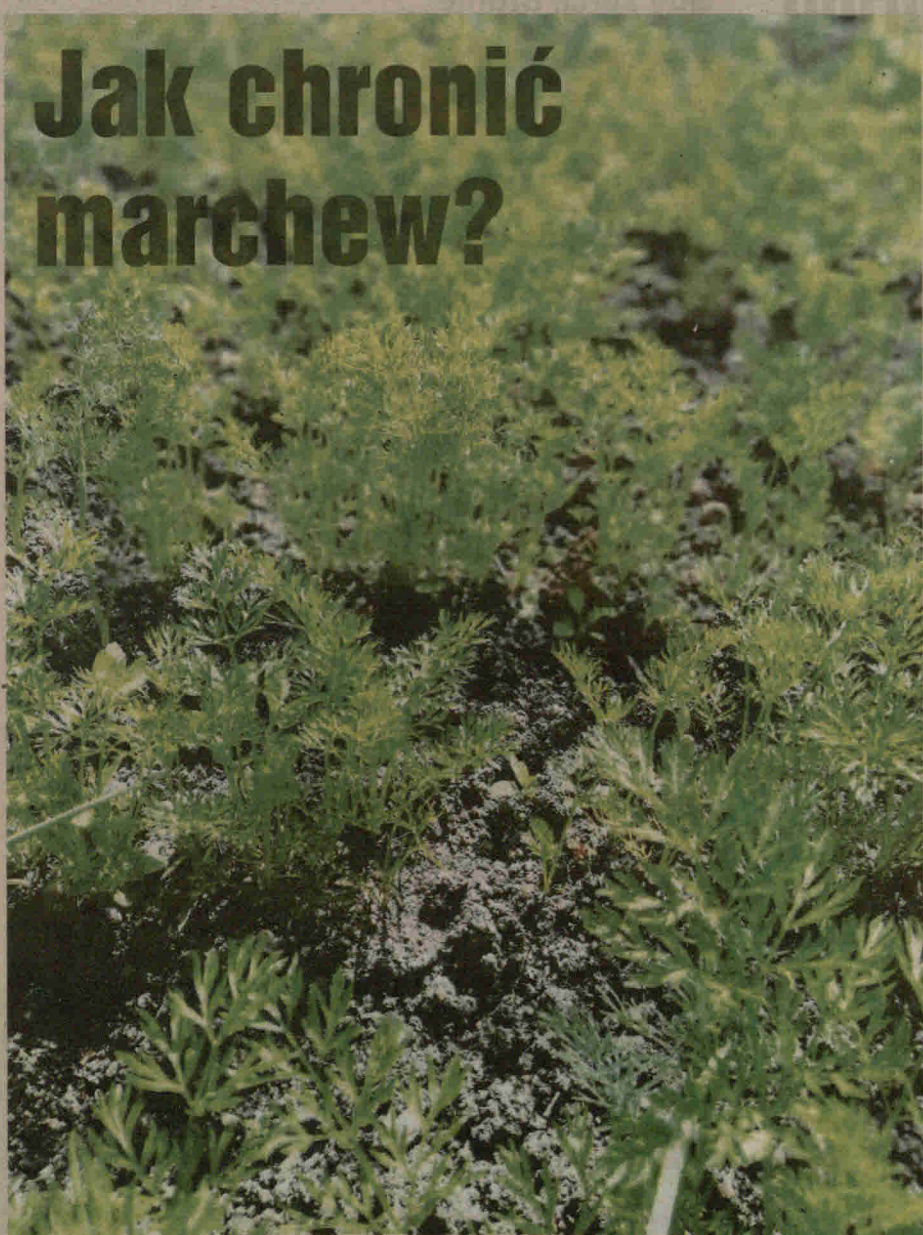
Przesadzanie rośliny nie jest wcale takie trudne, jednak nie możemy robić tego przez cały sezon. Najlepszym terminem do przesadzania rośliny jest druga połowa sierpnia i pierwsza połowa września. Dlaczego nie możemy przesadzać rośliny później?

Istnieje bardzo duże ryzyko, że rośliny nie zdążą się dobrze ukorzenie i będą narażone na przemarznięcie w czasie zimy. Pamiętajmy, aby w gorące dni przesadzać roślinę wieczorem, kiedy temperatura zaczyna spadać. Przed wykopaniem rośliny należy przyciąć jej liście na 2/3 ich długości, następnie okopujemy roślinę i delikatnie wydobywamy karpę z ziemi. Karpę dzielimy ostrym i zdezynfekowanym nożem na kilka części, a każda z nich powinna mieć po 2-3 pąki. Wszystkie chore, zgniłe, uszkodzone części należy usunąć. Tak przygotowane części sadzimy osobno do wcześniej przygotowanych dołków, które powinny być wysypane na dnie kompostem. Głębokość sadzenia nie może być zbyt duża, bowiem istnieje ryzyko, że rośliny nie zakwitną przez najbliższe kilka lat. Po posadzeniu, karpę należy delikatnie ubić i podlać, a przed nadejściem zimy wierzchnią warstwę wyłożyć ściółką, aby zabezpieczyć świeżo posadzone rośliny przed zimą.



Piwonia to jedna z najpopularniejszych bylin sadzonych w ogrodach.

## Jak chronić marchew?



Uprawy marchwi są bardzo często atakowane przez najgroźniejszego dla niej szkodnika - polyśnicę marchwiankę, która jest w stanie zniszczyć bardzo dużą część plonów. Najbardziej zagrożone atakiem szkodnika są warzywa wysiane między połową czerwca a połową lipca. Jak skutecznie radzić sobie ze szkodnikiem? Skutecznym sposobem ochrony warzyw jest okrywanie grządek włókniną lub mikrosiatką o gęstych oczkach. A dlaczego? Utrudni to bowiem polyśnicy złożenie jaj. Innym skutecznym sposobem jest posadzenie w sąsiedztwie roślin, które skutecznie odstraszą szkodniki marchwi. Do takich roślin zaliczamy czosnek i rzodkiewkę. Jeśli sposoby te nie odstraszyły szkodników w 100 procentach i zaczęły one interesować się naszymi warzywami, trzeba będzie przejść do kolejnych działań, a mianowicie do oprysku naszej grządki. W sprzedaży znajdziemy kilka preparatów, które z powodzeniem możemy zastosować w uprawie marchwi. Pamiętajmy tylko o tym, aby dokładnie zapoznać się z ulotką.

**Do najgroźniejszych szkodników marchwi należy polyśnica marchwianka.**

## Atlas chorób i szkodników

### Zaraza ziemniaka

To jedna z najgroźniejszych chorób roślin psiankowatych, w tym także pomidorów. Niestety, nieleczona prowadzi do obniżenia plonów, a nawet do całkowitego zniszczenia uprawy. Jeśli odpowiednio zadamy o roślinę i zastosujemy środki zapobiegawcze, mamy duże szanse, by zapobiec chorobie.

Zaraza ziemniaka to choroba spotykana zarówno w uprawach gruntowych pomidora, jak i tych pod osłonami. Jest wywołana przez patogeny grzybopodobne, których zarodniki zimują w resztkach roślinnych - pozostawionych w glebie lub na jej powierzchni np. fragmentach ziemniaków i pomidorów. W wyniku porażenia na liściach pojawiają się szarzielone, wodniste plamy. Z czasem plamy te brązowieją, unerwienie blaszki staje się brunatno-czarne, a na spodniej części liścia może pojawić się szarawy nalot. Choroba bardzo szybko się rozprzestrzenia i atakuje wszystkie części rośliny. Owoce gnią i opadają, nie nadają się wówczas do spożycia. W ciągu kilku dni nasza uprawa pomidora może zostać całkowicie zniszczona. Jak poradzić sobie z chorobą? Bardzo ważna jest profilaktyka.

Oto kilka wskazówek, jak zapobiegać chorobie:

- Dokładne oczyszczanie miejsca uprawy po zakończeniu sezonu wegetacyjnego.
  - Regularne odkażanie lub wymiana gleby w uprawie pod osłonami.
  - Unikanie sadzenia ziemniaków i pomidorów w niedalekim sąsiedztwie.
  - Utrzymanie odpowiedniego zmianowania w uprawie warzyw.
  - Stosowanie odpowiedniego nawożenia, w przypadku pomidorów bardzo ważny jest nawóz zawierający większą ilość wapnia i boru.
  - Tunele i szklarnie powinny być regularnie wietrzone.
  - Rośliny podlewamy tak, aby nie moczyc liści i owoców.
  - Rośliny nie mogą rosnąć w zbyt dużym zagęszczeniu.
  - Należy kupować sadzonki odmian odpornych na tę chorobę.
- Jeśli pomimo zastosowanych zasad choroba zacznie atakować naszą uprawę, bardzo ważna jest szybka reakcja i zastosowanie odpowiedniego środka chemicznego. Zabieg należy powtórzyć przynajmniej trzykrotnie. Warto także zwiększyć nawożenie, aby dodatkowo wzmocnić roślinę w tym trudnym czasie, kiedy zmagać się musi z chorobą.

Teksty i zdjęcia: P. Walczak



## Życie niewesołe

Córka mojego brata ma 40 lat. Dawno u nas nie była, bo nie utrzymujemy częstych kontaktów. Ale że akurat odwiedziła z dziećmi swoją przyjaciółkę, wstąpiła i do nas na trzy dni. To, czego byłam świadkiem, odebrało mi mowę. Jej córka ma 16 lat, a synek 6. Ich ojciec jest alkoholikiem, ale to takim, który, jeśli nie napije się alkoholu, to ma trzęsawkę. Nie widziałam go wiele lat, ale pamiętam, że zawsze miał skłonności do alkoholu, a też charakter awanturnika i łobuza. Pojechali na tydzień do tej przyjaciółki, bo tamta ma duży dom i piękny ogród, mogli więc razem odetchnąć od tego syfu życiowego, w którym są unurzani. Jej mąż alkoholik łapie roboty doraźne, na stałe nigdzie nie pracuje, co zarobi, to przepije. Dzieci są bardzo nerwowe. Dziewczynka jest nastolatką, matka musiała z nią chodzić do psychiatry, szukać ratunku, bo córka się cięła. Z kolei ten mały jest strasznie znerwicowany, jakiegoś takiego reakcję ma nienormalną, w nocy się moczy, a już w tym wieku przecież nie powinien. Krzyczy z byle powodu, bije pięścią o stół, gdy się ktoś z nim nie zgadza albo nie pozwala. Nie jest głupi, potrafi nawet sam czytać książeczki. Właśnie skończył zerówkę, we wrześniu idzie do pierwszej klasy. Ta zerówka była w przedszkolu, prowadzonym przez siostry zakonne w tej miejscowości, gdzie oni wszyscy mieszkają. To jest dawne województwo rzeszowskie. Tam też były z nim problemy. Narzekano, że hałaśliwy, płacze bez powodu, krzyczy, tupie. Obserwowałam, że cały czas mama musiała być przy nim, nie mogła się nigdzie ruszyć. Wczoraj pojechali, a ja cały czas o nich myślę, jakie straszne mają życie... Ich ojciec nie tylko, że pije, to jeszcze znęca się nad nimi. W tej chwili ma wyrok półtora roku w zawieszeniu na trzy lata. Toczy się postępowanie sądowe o umieszczenie go w zakładzie odwykowym zamkniętym. Tylko że ta moja bratanica jest tak niekonsekwentna, tak niezdeterminowana, że oczy ze zdumienia przecierałam. Raz jest na tego nieroba i pijaka wściekła, a potem mówi o nim dobrze, jakby nie pamiętała. Małżeństwem są już około 18 lat, tyle się nacierała, a przede wszystkim najbardziej poszkodowane są te dzieciaki. Moja bratanica jest wykształconą kobietą, mądrą, zatrudnioną w urzędzie. Natomiast życiowo mnie przeraża. Dzieci są znerwicowane, nie znają dnia ani godziny. Córka na świadectwie miała średnią 4,5, do nauki nie trzeba jej zaganiać. Też ją trochę poobserwowałam, jest wyciszona, ale jakby nie czuła się bezpiecznie. Wodziła wzrokiem za matką, była milcząca, bez uśmiechu, taka trochę nieobecna. Wzbudzała moje współczucie, byłam ciekawa, co się tam w jej głowie dzieje. Ale tego małego nie mogłam wprost słuchać. Z jednej strony żał mi go, ale z drugiej tak strasznie działał mi na nerwy, modliłam się, żeby już sobie pojechali. Z kolei brak konsekwencji tej matki był po prostu tragiczny. Wszystko potrafił sobie wywalczyć krzykiem. Darsi się wniebogłosy, dopóki matka nie zaspokoiła jego żądań. Czy to możliwe, żeby nie było wyjścia z takiej sytuacji? Żeby dzieci wychowywały się w takiej atmosferze? Przecież skoro ona ma takie wysokie wykształcenie, to chyba powinna mądrzej te dzieci wychowywać, od męża uciekać jak najdalej, bo to wszystko jego wina.

Gabi

Przecież wykształcenie akurat w takich kwestiach nie musi mieć decydującego znaczenia. Nie słyszałaś o przypadkach samobójstw wśród osób będących psychologami, terapeutami? Pomagają innym, powinni poradzić i sobie, prawda? Tak, niestety, nie jest. Nie jest łatwo zastosować wyuczone i praktykowane zasady we własnym życiu, zdystansować się wobec osobistych dramatów czy na przykład stanów depresyjnych. Zadanie matki: bezwzględnie uwolnić rodzinę od ojca alkoholika i rodzinnego kata. Co do syna, ważna chyba jest tutaj wieloaspektowa diagnoza jego stanu zdrowia.

Dominika (dominika@nj24.pl)

## Krucze z budyniem i...

To jedno z ciast, które po prostu trzeba upiec. Proste do zrobienia, pięknie wygląda i cudownie smakuje. Mamy sezon na truskawki, warto to wykorzystać. Po truskawkach przyjdzie kolej na inne owoce.

**Składniki na ciasto:** 2 szklanki mąki pszennej; kostka masła; jedno jajko; 1/3 szklanki drobnego cukru; 2 łyżeczki proszku do pieczenia; szczypta soli.

**Masa budyniowa:** 3 budynie śmietankowe bez cukru; 4 łyżki cukru; 3,5 szklanki mleka.

**Owoce:** 700 g truskawek - (rabarbar, maliny, brzoskwinie, wiśnie, jagody, borówka amerykańska).

**Przygotowanie:** wszystkie składniki ciasta umieszczamy w misce i szybko zagniatamy. Jajko i masło powinny być wyjęte prosto z lodówki (zimne masło warto pokroić w kostkę, wtedy łatwiej jest wyrobić ciasto). Można użyć miksera, można wyrobić rękoma. Na początku może wydawać się, że ciasto jest zbyt sypkie, jednak w trakcie wyrabiania powinno połączyć się w zwartą kulę. Jeśli jednak ciasto nie wydaje się wystarczająco spójne, można dodać łyżkę lodowatej wody lub płaską łyżkę kwaśnej, 18-procentowej śmietany. Wyrobione „na gładko” ciasto dzielimy na dwie części w proporcji 1:3, obie zawijamy w folię, mniejszą (1/3) wkładamy do zamrażalnika, większą do lodówki na około godzinę.

Po godzinie wyciągamy ciasto z lodówki, kroimy w plastry grubości około 5-7 mm, układamy nimi dno formy (20x30 cm) i ugniatamy palcami w miejscach złączeń tak, aby otrzymać w miarę równą i spójną powierzchnię. Formę z ciastem umieszczamy w piekarniku nagrzanym do 190 stopni na środkowej półce, podpiekamy spód przez 10 minut i wyjmujemy z piekarnika.

W czasie podpiekania spodu gotujemy budyń - do garnka wlewamy trzy szklanki mleka. Gdy się podgrzeje, dosypujemy cukier, mieszamy aż się rozpuści. Pozostałe mleko łączymy dokładnie z proszkiem budyniowym (1 łyżkę proszku zostawiamy do obsypania owoców) i wlewamy na gotujące się mleko. Całość doprowadzamy do zagotowania (na małej mocy palnika) mieszając tak, aby masa się nie przypaliła. Budyń powinien być gęsty.

Owoce osuszamy ręcznikiem papierowym, kroimy na mniejsze kawałki, oprószamy proszkiem budyniowym i układamy na podpieczony spód (może być ciepły). Na truskawki, równomiernie na całej powierzchni, rozprowadzamy budyń, a na wierzch ścieramy (na tarce z grubymi oczkami) ciasto wyjęte z zamrażarki.

Formę z ciastem umieszczamy na środkowej półce w piekarniku nagrzanym do 180 stopni i pieczemy przez 45-50 minut. Po upieczeniu od razu wyciągamy z piekarnika.

Tekst i zdjęcie: (ep)



## Dobry Start po raz drugi

**W tym roku, podobnie jak w roku 2018, rodzice i opiekunowie uczących się dzieci mogą ubiegać się, w ramach programu Dobry Start, o jednorazowe świadczenie w wysokości 300 złotych na szkolną wyprawkę.**

Świadczeniem objęty jest każdy uczeń, który nie ukończył 20 lat albo 24, jeśli ma orzeczenie o umiarkowanym lub znacznym stopniu niepełnosprawności. Co ważne, program kwalifikuje również uczniów, którzy osiągnęli ten wiek przed rozpoczęciem roku szkolnego (przykładowo w marcu czy lipcu), ale kontynuują naukę w roku szkolnym 2019/2020. Świadczenie nie przysługuje jednak na dzieci uczęszczające do przedszkola oraz dzieci realizujące roczne przygotowania przedszkolne w tak zwanej zerówce, w przedszkolu lub szkole. Nie obejmuje także studentów, uczniów szkół policealnych i uczniów szkół dla dorosłych.

Wnioski o wypłatę wyprawki szkolnej drogą elektroniczną (przez portal Emp@tia lub bankowość elektroniczną) można składać w lipcu i mogą się one łączyć ze świadczeniami wypłacanymi z programu 500 plus. W formie papierowej natomiast przyjmowane będą od 1 sierpnia w tych samych instytucjach, co wniosek o 500 plus, czyli w urzędzie miasta lub gminy, ośrodku pomocy społecznej lub innej jednostce wyznaczonej w gminie (w centrum świadczeń). Wniosek o świadczenie dla dzieci przebywających w pieczy zastępczej są przyjmowane przez powiatowe centra pomocy rodzinie. Ostateczny termin składania wniosków upływa **30 listopada**. Jeśli nie zrobi się tego w wyznaczonym terminie - pieniądze przepadną. Należy też pamiętać, że wniosek nie zostanie rozpatrzony, jeśli nie odpowiemy na prośbę

urzędu o uzupełnienie lub poprawki. Od decyzji odmownej można bezpłatnie odwołać się do samorządowego kolegium odwoławczego, w terminie 14 dni od jej otrzymania. Najlepiej zrobić to osobiście lub pocztą - konieczne listem poleconym (i zachować potwierdzenie wysłania).

Wniosek składa jedno z rodziców. Jeśli dziecko nie pozostaje we wspólnym gospodarstwie domowym z obojgiem rodziców - pieniądze dostaje ten rodzic, który opiekuje się dzieckiem. Jeśli jednak dziecko jest pod opieką naprzemienną obojga rodziców - każdy z nich może złożyć wniosek i dostać połowę pieniędzy na dziecko, czyli po 150 zł. O pieniądze z programu Dobry Start może również wnioskować sama osoba ucząca się - pełnoletni uczeń, który nie jest na utrzymaniu rodziców, ponieważ rodzice nie żyją i ma, ustalone wyrokiem sądowym lub ugodą sądową, prawo do alimentów.

Osoby usamodzielniane, zaczynające samodzielne życie po opuszczeniu domu dziecka lub rodziny zastępczej, mogą składać wnioski wyłącznie w formie papierowej.

Nie bez znaczenia jest termin złożenia wniosku. Jeśli kompletny wniosek wpłynie w lipcu lub w sierpniu, wówczas świadczenie zostanie wypłacone nie później niż do końca września. W przypadku wniosków składanych w późniejszym terminie świadczenie będzie wypłacane do dwóch miesięcy od dnia złożenia wniosku. Pieniądze można odebrać osobiście w kasie urzędu, mogą być przesłane przekazem pocztowym lub na wskazane konto.

Warto mieć na uwadze, że świadczenie z programu Dobry Start nie przysługuje „z urzędu” - chcąc je otrzymać, wniosek trzeba złożyć.

(ep)

## Gdy serce drgnie

Poznam Pana w średnim wieku, może być emeryt, uczciwego, bez zobowiązań - do stałego związku. Tel. 692-516-901.

Anka

Pani pracująca, niezależna finansowo, pozna Pana zmotoryzowanego, wiek 60-65 lat. Jesteś zainteresowany - zadzwoni. Tel. 508 764 439 wieczorem, na sms-y nie odpowiadam.

Katarzyna

Blondynka, szczupła, niewysoka, lat 60, pozna Pana w odpowiednim wieku, szczupłego, niewysokiego, spokojnego i kulturalnego, na długie spacer. Możesz być wegetarianinem. Tel. 784-795-253 po 20.

Eli

Wolny, 49-letni, mobilny, wysportowany, niezależny finansowo, pozna Panią w wieku do 45 lat. Pani może mieć dziecko, nie przeszkadza mi też inne obywatelstwo. Moje hobby to spacer po górach, basen i kino. Dojadę do Ciebie, skądkolwiek jesteś. Daj sobie szansę kobieto, a zaznasz godnego życia. Tel. 695-525-393.

Góral

Wolny, lat 70, wzrost 168, wykształcenie średnie techniczne, bez nałogów, materialnie niezależny, o dobrym charakterze. Lubię ustabilizowany tryb życia. Poznam Panią z wykształceniem minimum średnim, posiadającą dobre cechy charakteru. Tel. 75-76-130-39.

Waldek

Jestem 44-letnim, bezzdzietnym mężczyzną. Jestem niezależny, zmotoryzowany, posiadam wszechstronne zainteresowania. Należę do osób wysokich. Poznam dziewczynę w celu koleżeństwa, związku, a może wspólnego życia. Na zdecydowane i poważne odpowiedzi czekam pod adresem: hercules283@wp.pl

Samotny

Pracujący, rzetelny, bez zobowiązań, w wieku 50 lat, pozna Panią w podobnym wieku, na dobre i na złe. Tel. 578-492-443.

Robert

Jesteś szczupła, w wieku do lat 60? Ja wdowiec, z własnym mieszkaniem, niezależny, 170 cm wzrostu. Czekam na telefon lub sms 786-921-634.

Rysiek

Lato nastało, krew w żyłach szybciej krąży, chce się żyć. Daj sobie szansę na poznanie bratniej duszy lub po prostu towarzysza spacerów. Kto pragnie się ogłosić, pisze kilka słów o sobie i o swoich oczekiwaniach wobec ewentualnego partnera. List należy dostarczyć do redakcji NJ (ul. M. Curie-Skłodowskiej 13, 58-500 Jelenia Góra), można też wysłać mailem. Powtórzenie anonisu wymaga jedynie kontaktu telefonicznego. Kto pragnie odpowiedzieć na ogłoszenie (jeśli nie ma numeru telefonu ani maila), pisze list do wybranej osoby, zaznaczając jej imię i numer NJ, w którym anonis się ukazał, oraz załącza czystą kopertę i znaczek pocztowy. W razie pytań kontakt: e-mail: natalia@dzieciziemni.pl tel. 503 387 906. (nat)

## Pomogę, oddam za darmo

Do oddania:

Szafa 3-drzwiowa i biblioteczka (mahoni, wys. polysk), telewizor starego typu 68", narożnik zielony, buty męskie r. 42.

Oliarodawcy i potrzebujący mogą zgłaszać informacje pod nr 503 387 906 w godz. 10-15. Proszę nie przynosić rzeczy do redakcji. (nat)

## Potrzebne:

Pralka, czajnik, odkurzacz, firany, zasłony, ciemny dywan...; wózek spacerowy i rowerek dla dziecka 3-5 lat, ubranka dla niemowlaka (chłopczyk), odzież dla dziewczynki 2,5-3 lata, buty męskie r. 40 i 42, dozownik na lekarstwa, firanki, obrusy, ubrania damskie XS, buty r. 39.



Wspomnienie

o ppłk. Edwardzie Popielu  
(1917-2008)

# Ekshumował przyjaciół - towarzyszy broni

„Życie przemija, pamięć pozostaje”

Z ukraińskiego Podola na Dolny Śląsk Edwarda przegnała zawierucha wojenna. Kolegom z okopów oddał hold, zakładając cmentarz wojskowy w Zgorzelcu i nadzorując prace ekshumacyjne. W mundurze obwieszonym medalami dumnie paradował na rocznicowych akademiach. Barwnie opowiadał o burzliwych czasach. Był jednym z tych, którzy przywracali do życia przemysł w Worku Turoszowskim. Przyczynił się do założenia kopalni i elektrowni „Turów”. W kopalni węgla brunatnego kierował działem zaopatrzenia. Z Dziadziem Edziem, jak się do Niego zwracano, przyjemnie było spacerować po mieście. W Zgorzelcu prawie wszyscy Go znali, pozdrawiali z szacunkiem i sympatią. Dziadzio aktywnie działał w organizacjach kombatanckich. Wielką radość sprawiło Mu nadanie Jego imienia jednemu z pododdziałów zmotoryzowanego pułku Wojska Polskiego z Morąga.

- Ważne miejsce w życiu i pamięci ppłk. Edwarda zajmowały wspomnienia z Kresów. Towarzyszyliśmy Mu w sentymentalnej podróży w rodzinne strony, dokąd udało mu się powrócić dopiero po 50 latach. Nie poprzestał na opowieściach. Po latach żmudnego kompletowania informacji wydał autobiografię „Moje życie - dopisz swoje”, która dziś jest cennym źródłem informacji - mó-

Urodziłem się nad graniczną rzeką Zbrucz, we wsi Suchodół w województwie tarnopolskim, gdzie moi rodzice posiadali duże gospodarstwo rolne. Ziemia była urodzajna i dawała wysokie plony bez używania nawozów sztucznych. Byłem jedynakiem. W rodzinnej wsi chodziłem do czteroklasowej szkoły podstawowej, z dziećmi polskimi i żydowskimi. W praktyce dzieci swobodnie posługiwały się wielokrotnym językiem polskim i językiem ukraińskim. Po dwóch latach przerwy rodzice zdecydowali się wysłać mnie na dalszą naukę do gimnazjum w Czorstkowie. Uczyłem się również języka niemieckiego, należałem do harcerstwa. O głodzie panującym na sowieckiej Ukrainie dowiadaliśmy się od uciekinierów, którzy masowo przekraczali granicę. Rodzący się nacjonalizm ukraiński dawał o sobie znać przez podpalanie stogów z niewymłóconym ziarnem w niektórych folwarkach należących do bogatych polskich właścicieli. Stosunki z biedniejszymi rolnikami układały się poprawnie. W 1939 roku ukończyłem gimnazjum, uzyskując tzw. małą maturę. Zamierzałem podjąć naukę we Lwowie. Wybuch wojny pokrzyżował te plany. Nasze tereny zajęła wkrótce Armia Czerwona. Tak Edward Popiel wspominał swoją młodość.

Ósmy października 1946 roku. Taką datę nosi rozkaz wyjazdu Edwarda Popiela do Zgorzelca na ekshumację żołnierzy poległych na wojnie. W pułku, którego szefem sztabu był już Polak, wlny przyjaciel Edwarda, kapitan Józef Domaradzki, wytypowano grupę dwudziestu żołnierzy i oficera. Miejsce pod budowę cmentarza żołnierzy Wojska Polskiego zostało wyznaczone 10 października 1946 roku, na podstawie umowy, którą w imieniu generała dywizji Stanisława Popławskiego podpisał kapitan Józef Czapaluk oraz referent budownictwa Starostwa Powiatowego Michał Kajzer. Pierwotnie miejsce pochówku wyznaczono pomiędzy Rothenburgiem a Toporowem, gdzie dowodził generał Karol Świerczewski, jednakże z uwagi na brak dróg zdecydowano się założyć nekropolię w Zgorzelcu.

Grupa ekshumacyjna składała się z 35 oficerów, 104 podoficerów i 272 szeregowych. W pracach uczestniczyli żołnierze pięciu dywizji piechoty i dwóch pułków czołgów prowadzących wcześniej działania wojenne w okolicach nadgranicznego miasta. Do 29 października 1946 roku do Zgorzelca przywieziono 56 odnalezionych zwłok żołnierzy.

W pracę przy ekshumacji włożyłem całe moje serce i duszę. Wykopywałem przecież swoich najlepszych wówczas



przyjaciół - towarzyszy broni. Ludzi, z którymi żyłem w okresie największych dla mnie niebezpieczeństw (po banderowcach). Nigdy od nich nie usłyszałem złego słowa, nie zobaczyłem grymasu skrzywdzonych. Z całego okresu mojej służby w wojsku, pracę przy ekshumacji cenię sobie najbardziej. Jestem nawet z niej dumny - podkreślał ppłk Edward Popiel.

Podczas akcji ekshumacji i zakładania cmentarza wojennego odczuwano dotkliwy brak drewna na trumny. W jednym z pomieszczeń w Bogatyni znajdował się poniemiecki magazyn bomb lotniczych, gotowych do wysyłki i opakowanych w skrzynie z doskonałego drewna. Jak wspominał Edward Popiel, żołnierze rozbijali te skrzynie, bomby wyrzucali przez okno, a z drewna zbijali żołnierskie trumny. Poświęcenia cmentarza dokonano 1 listopada 1946 roku podczas mszy polowej odprawionej przez księdza Józefa Rogożę.

- Gdy postanowiłem napisać o osadnikach wojskowych w Zgorzelcu, pierwszą postacią był dla mnie Edward Popiel. Poznałem Go w 1962 roku, pracując w Kopalni Węgla Brunatnego „Turów” - mówi autor albumu „Turoszowska brać”, wydanego w 2012 roku, Andrzej Żuber. - Końcowy fragment wspomnień Edwarda dotyczy wielkiego zgorzeleckiego cmentarza wojskowego, na którym spoczywają zwłoki bohaterów II Armii Wojska Polskiego.

Z ekshumacji w latach 1946 i 1947 roku jest 3880 grobów - wylicza ppłk Popiel. - Na środku cmentarza znajduje się obelisk, wokół którego był napis: „Zginęli za Pokój, Wolność i Socjalizm”. Wraz z powstaniem Solidarności urzędowo usunięto napis Socjalizm. Przecież myśmy w czasie wojny za socjalizm nie walczyli. Nam to wmówiono. Kilka lat po przebudowie cmentarza, jeszcze w czasach PRL-u, w Hucie Łabędy wykonano kilkutonowego Orła. Oczywiście bez korony i zorganizowano uroczyste odsłonięcie. Obecni byli ówczesny

premier, minister obrony narodowej i dużo, dużo generałowie polskiej i radzieckiej. W połowie pierwszego rzędu, od strony Orła, tabliczki nagrobne z blaszanych wymieniono na mosiężne. Oczywiście telewizja pokazała je nie tylko na Polskę. Przecież relacje poszły na cały świat. Oł, jakie zakłamanie. Nam wtedy mówiono, że na tę uroczystość nie zdążono zrobić mosiężnych tabliczek na wszystkie groby. Miały być wykonane w terminie późniejszym. Tylko że później zdjęto te założone mosiężne, a przymocowano poprzednie, stare blaszane. Oł socjalizm.

- Takie ono jest, synu - zapewniał każdego Edward Popiel, dumając na tym, co niosło nam życie. Dla Niego najważniejsze były trzy rzeczy: Bóg, rodzina i praca. Ubolewał, że nie we wszystkim go naśladowano, ale był dumny, gdy koledzy i znajomi odnosili własne sukcesy i chwalił się tym każdemu bez wyjątku. Uszczęśliwiła Go najmłodsza wnuczka Agata, doczekał się prawnuczki Karolinki. Agi trzymała Edka za rękę, gdy odchodził w wieku 91 lat. Świadomość, że byli przy Nim najbliżsi, na pewno Jego śmierć uczyniła lżejszą - wspomina kolega z KWB „Turów”, pan Zenon.

- Została ogromna pustka i mnóstwo wspomnień, bo to wokół Dziadzia toczyło się życie rodzinne - mówi pani Agata. - Wakacje u Dziadzia zawsze będą kojarzyć się z kręceniem miodu, bulgocącym w gąsiorku winem i hałaśliwym autem marki zaporozec. W tle babcia łamiąca głowę nad krzyżówkami, awanturujący się pies Kleksio i pachnące piwonie.

- Jeszcze cztery miesiące temu, w sierpniu 2008 roku, graliśmy z Edkiem w karty, raczył nas swoją wyborną śliwowicą - wspominał na pogrzebie kombatan, pan Józef. - Wydawało się, że tak będzie zawsze. Zabrakło czasu, aby przygotować się na pożegnanie i odpowiedzieć ważne słowa. Pozostała nadzieja, że jeszcze kiedyś się spotkamy.

Henryk Stobiecki

REKLAMA I PROMOCJA

**Zakład Usług  
Pogrzebowych  
„ANUBIS”  
Dom Pogrzebowy  
KREMATORIUM**

Jelenia Góra  
ul. Sudecka 68A  
(Parking Nowego cmentarza)  
Jelenia Góra  
ul. Wiejska 4b  
Cieplice ul. Jagiellońska 26  
(wjazd od ulicy Sobieszowskiej)  
tel. 757522582;  
kom. 601748441  
www.anubis-pogrzeby.pl

**Zapraszamy  
Czytelników  
do wspominania  
swoich bliskich,**

75 64 244 20

Z wielkim żalem i smutkiem  
żegnamy tragicznie zmarłego

## Tomka Majochę

Naszego zasłużonego pracownika  
i wspaniałego kolegę,  
dobrego Człowieka.

Dziękujemy za wszystkie zrealizowane projekty,  
nieustające poczucie humoru,  
zaangażowanie i pomoc w organizowaniu  
naszej wspólnej przestrzeni do pracy.  
Będziesz na zawsze w naszych myślach i sercach.

Wyrazy głębokiego współczucia i wsparcia  
składamy  
Marii, Amelii oraz Bliskim.

**Zespół ORM Digital Poland  
w Jeleniej Górze**



**PREZYDENT MIASTA JELENIEJ GÓRY**

Obwieszczeniem Nr 84.2019.VIII z dnia 25 czerwca 2019 r. podał do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości lokalowej nr 7 położonej w budynku przy ul. Wolności 196 w Jeleniej Górze, stanowiącej własność Skarbu Państwa, przeznaczonej do sprzedaży w trybie przetargu ustnego nieograniczonego.

W/wym. obwieszczenie wywieszone jest na tablicy ogłoszeń w Wydziale Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Ptasiej nr 2-3.

Pełną treść obwieszczenia opublikowano na stronie internetowej Miasta Jelenia Góra [www.jeleniagora.pl](http://www.jeleniagora.pl) i w Biuletynie Informacji Publicznej Dolnośląskiego Urzędu Wojewódzkiego we Wrocławiu pod adresem [www.bip.duw.pl](http://www.bip.duw.pl).

URZĄD MIASTA JELENIA GÓRA

**OGŁOSZENIE****BURMISTRZA MIASTA  
I GMINY WLEŃ**

Na podstawie art. 17 pkt. 1 i art. 27 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (tj. Dz.U.2018.1945 ze zm.) oraz art. 39 ust.1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (tj. Dz. U. z 2018 r. poz. 2081 ze zm.) - zawiadamiam o podjęciu Uchwały Nr 57/IX/19 Rady Miasta i Gminy Wleń z dnia 30 maja 2019 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta i gminy Wleń w granicach administracyjnych, dla cz. działki nr 131/2, obręb Bystrzyca.

Przedmiotem zmiany planu jest cz. działki nr 131/2, obręb Bystrzyca z przeznaczeniem na cele zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej.

Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. opracowania. Wnioski na piśmie należy składać w Urzędzie Miasta i Gminy Wleń, Plac Bohaterów Nysy 7, 59-610 Wleń, w terminie 21 dni od daty ukazania się niniejszego ogłoszenia.

Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Uwagi i wnioski z zakresu ochrony środowiska można składać w formie pisemnej, ustnie do protokołu lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej, bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, na adres: [inwestycje@wlen.pl](mailto:inwestycje@wlen.pl).

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Burmistrz Miasta i Gminy Wleń.

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PRZETARGOWEGO  
NA ZBYCIE NIERUCHOMOŚCI z dnia 04.07.2019 r.

**Burmistrz Gminy  
i Miasta Gryfów Śląski**

ogłasza pierwszy ustny przetarg  
nieograniczony na sprzedaż prawa  
własności nieruchomości niezabudowanej,

położonej w obrębie UBOCZE, oznaczonej numerami działek 759, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772 o łącznej pow. 8500 m kw., wpisane do KW JG1S/00031176/6 (dz.759,764,770), JG1S/00006654/7 (dz.765), JG1S/00007503/1 (dz.766), JG1S/00026262/8 (dz.767,771), JG1S/00007346/2 (dz.768), JG1S/00007383/3 (dz.769), JG1S/00001101/3 (dz.772) w Sądzie Rejonowym w Lwówku Śląskim, IV Wydziale Ksiąg Wieczystych.

W miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego uchwalonym dla 2 wyodrębnionych obszarów położonych w miejscowości Ubocze, w gminie Gryfów Śląski, zbywana nieruchomość jest oznaczona symbolem 3 P,U, którego podstawowym przeznaczeniem są tereny obiektów produkcyjnych, składów, magazynów oraz tereny usług. Plan wyklucza lokalizację obiektów mogących zawsze znacząco oddziaływać na środowisko. Zbycie nieruchomości następuje na cele zgodne z ustaleniami planu.

Przetarg odbędzie się w dniu 23 sierpnia 2019 roku o godz. 10<sup>00</sup>, w sali nr 7 Urzędu Gminy i Miasta Gryfów Śląski ul. Rynek 1

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi 128.000,- zł, plus 23 proc. podatku VAT.

Cena ustalona w przetargu plus podatek Vat będą płatne jednorazowo.

Wpłata wadium w pieniądzu w kwocie 12.800,- zł na konto Gminy Gryfów Śląski nr 89 1020 2124 0000 8202 0011 1443, najpóźniej w dniu 19 sierpnia 2019 roku.

Pełna treść ogłoszenia przetargowego dostępna jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie UGIM Gryfów Śląski oraz na stronie [www.bip.gryfow.pl](http://www.bip.gryfow.pl) - zakładka przetargi. Szczegółowe informacje o przedmiocie i warunkach sprzedaży można uzyskać w UGIM Gryfów Śląski ul. Rynek 1, pok. Nr 10B, tel. 757812954 lub elektronicznie e-mail - [nieruchomosci@gryfow.pl](mailto:nieruchomosci@gryfow.pl)

**OGŁOSZENIE O SPRZEDAŻY****TAURON Dystrybucja S.A. Oddział w Jeleniej Górze  
ZAPRASZA**

do III nieograniczonego, pisemnego przetargu  
na zbycie nieruchomości położonej we Lwówku Śląskim  
przy ul. Betleja, po byłym Pogotowiu Energetycznym  
(dz. 15/8 i 15/3) tj.:

- 1) prawo własności: budynku socjalnego (budynek zalepca PE Lwówek) o pow. użytkowej 150,42 m kw., budynku magazynowego o pow. użytkowej 97,41 m kw., czterech garaży oraz wiaty wolnostojącej wraz z prawem wieczystego użytkowania zabudowanej nieruchomości gruntowej oznaczonej geodezyjnie jako działka nr 15/8 o powierzchni 1670 m kw., obręb Lwówek Śląski - 3, miejscowość Lwówek Śląski, gmina Lwówek Śląski, powiat lwówecki, województwo dolnośląskie;
  - 2) prawo wieczystego użytkowania niezabudowanej nieruchomości gruntowej oznaczonej geodezyjnie jako działka nr 15/3 (droga dojazdowa) o powierzchni 124 m kw., obręb Lwówek Śląski - 3, miejscowość Lwówek Śląski, gmina Lwówek Śląski, powiat lwówecki, województwo dolnośląskie. (księga wieczysta KW nr JG1S/00011494/5 prowadzona przez Sąd Rejonowy we Lwówku Śląskim).
- Zbycie prawa użytkowania wieczystego działki nr 15/8 i 15/3 nastąpi pod warunkiem jednoczesnego ustanowienia przez nabywcę na rzecz TAURON Dystrybucja S.A. bezterminowej służebności przesyłu dla urządzeń elektroenergetycznych stanowiących własność TAURON Dystrybucja S.A. posadowionych na zbywanej działce oraz dla działki nr 15/3 nastąpi pod dodatkowym warunkiem jednoczesnego ustanowienia przez nabywcę bezterminowej służebności przechodu i przejazdu na rzecz właścicieli lokali położonych w budynku przy ul. Betleja 4 we Lwówku Śląskim.
- Łączna cena wywoławcza za nieruchomość opisaną powyżej wynosi 151 725,00 złotych netto  
(słownie: sto pięćdziesiąt jeden tysięcy siedemset dwadzieścia pięć złotych 00/100)
- Przedmiot zbycia podlega częściowemu zwolnieniu przedmiotowemu „ZW”, tj. proporcjonalnie od kwoty 133 735,00 zł stawka „ZW”, a od kwoty 17 990,00 zł - stawka 23 proc.



Termin i miejsce składania ofert: do 08.08.2019 r. do godz. 11:00 w kancelarii Spółki mieszczącej się przy ul. Bogusławskiego 32 w Jeleniej Górze.  
Termin i miejsce przeprowadzenia przetargu: 08.08.2019 r. o godzinie 12:30 w pokoju nr 6 TAURON Dystrybucja S.A. Oddział w Jeleniej Górze przy ul. Bogusławskiego 32 w Jeleniej Górze.

Termin i miejsce, w którym można uzyskać informacje dotyczące przedmiotu przetargu: oględzin nieruchomości można dokonać w dni robocze od godz. 8:00 do 14:00, po wcześniejszym telefonicznym uzgodnieniu terminu z pracownikiem TAURON Dystrybucja S.A., pod numerem telefonu: 75 88 91 203 lub 75 88 91 205 do dnia 06.08.2019 r.

Szczegółowe warunki przetargu udostępnione są na stronie internetowej Spółki [www.tauron-nieruchomosci.pl](http://www.tauron-nieruchomosci.pl) oraz w siedzibie Spółki. Złożenie oferty jest równoznaczne z oświadczeniem oferenta, iż zapoznał się z treścią Klauzuli informacyjnej TAURON Dystrybucja S.A., stanowiącej załącznik do ogłoszenia zamieszczonego na stronie internetowej.

TAURON Dystrybucja S.A.  
ul. Podgórska 25A, 31-035 Kraków  
TAURON Dystrybucja S.A. Oddział w Jeleniej Górze  
ul. Bogusławskiego 32, 58-500 Jelenia Góra  
tel. +48 75 889 12 03

[www.tauron-dystrybucja.pl](http://www.tauron-dystrybucja.pl)
**OGŁOSZENIE O SPRZEDAŻY****TAURON Dystrybucja S.A. Oddział w Jeleniej Górze  
ZAPRASZA**

do III nieograniczonego, pisemnego przetargu  
na zbycie nieruchomości lokalowej położonej  
we Lwówku Śląskim przy ul. Betleja 4, tj.:

- prawo własności lokalu użytkowego nr 1 po byłym Pogotowiu Energetycznym, o powierzchni użytkowej 53,50 m kw. wraz z udziałem w wysokości 3106/10000 w prawie wieczystego użytkowania zabudowanej nieruchomości gruntowej oznaczonej geodezyjnie jako działka nr 15/6 o powierzchni 459 m kw., obręb Lwówek Śląski - 3, miejscowość Lwówek Śląski, gmina Lwówek Śląski, powiat lwówecki, województwo dolnośląskie (księga wieczysta KW nr JG1S/00025396/9 prowadzona przez Sąd Rejonowy we Lwówku Śląskim);
- Łączna cena wywoławcza za nieruchomość opisaną powyżej wynosi 76 788,00 złotych netto  
(słownie: siedemdziesiąt sześć tysięcy siedemset osiemdziesiąt osiem złotych 00/100)
- Nieruchomość zwolniona z podatku VAT.



Termin i miejsce składania ofert: do 08.08.2019 r. do godz. 11:00 w kancelarii Spółki mieszczącej się przy ul. Bogusławskiego 32 w Jeleniej Górze.  
Termin i miejsce przeprowadzenia przetargu: 08.08.2019 r. o godzinie 12:00 w pokoju nr 6 TAURON Dystrybucja S.A. Oddział w Jeleniej Górze przy ul. Bogusławskiego 32 w Jeleniej Górze.

Termin i miejsce, w którym można uzyskać informacje dotyczące przedmiotu przetargu: oględzin nieruchomości można dokonać w dni robocze od godz. 8:00 do 14:00, po wcześniejszym telefonicznym uzgodnieniu terminu z pracownikiem TAURON Dystrybucja S.A., pod numerem telefonu: 75 88 91 203 lub 75 88 91 205 do dnia 06.08.2019 r.

Szczegółowe warunki przetargu udostępnione są na stronie internetowej Spółki [www.tauron-nieruchomosci.pl](http://www.tauron-nieruchomosci.pl) oraz w siedzibie Spółki. Złożenie oferty jest równoznaczne z oświadczeniem oferenta, iż zapoznał się z treścią Klauzuli informacyjnej TAURON Dystrybucja S.A. stanowiącej załącznik do ogłoszenia zamieszczonego na stronie internetowej.

TAURON Dystrybucja S.A.  
ul. Podgórska 25A, 31-035 Kraków  
TAURON Dystrybucja S.A. Oddział w Jeleniej Górze  
ul. Bogusławskiego 32, 58-500 Jelenia Góra  
tel. +48 75 889 12 03

[www.tauron-dystrybucja.pl](http://www.tauron-dystrybucja.pl)



# BIURO OGŁOSZEŃ

tel. 75/75-247-81; e-mail: bo@nj24.pl

OGŁOSZENIA PRZYJMUJEMY DO CZWARTKU DO GODZ. 14.00

## OGŁOSZENIE

**w sprawie wyłożenia do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla wybranych terenów położonych przy ul. Wiejskiej Jeleniej Górze**

Na podstawie art. 17 pkt 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2018 r. poz. 1945, z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1 pkt 2, 3, 4, art. 46 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2018 r. poz. 2081, z późn. zm.) oraz uchwały nr 350.XLIV.2017 Rady Miejskiej Jeleniej Góry z dnia 17 października 2017 r.

### zawiadamiam o

wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla wybranych terenów położonych przy ul. Wiejskiej w Jeleniej Górze wraz z prognozą oddziaływania na środowisko

w dniach od 17 lipca 2019 r. do 8 sierpnia 2019 r. w siedzibie Wydziału Architektury, Urbanistyki i Budownictwa Urzędu Miasta Jelenia Góra, przy ul. Ptasiej 6a (pokój nr 201) w godzinach pracy Urzędu; w dniach wolnych od pracy w siedzibie Straży Miejskiej, ul. Armii Krajowej 19, 58-500 Jelenia Góra; oraz na stronie internetowej [www.bip.jeleniagora.pl](http://www.bip.jeleniagora.pl) w zakładce Prezydent: Obwieszczenia Prezydenta; Ogłoszenia Prezydenta.

**Dyskusja publiczna** nad przyjętymi rozwiązaniami w projekcie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla wybranych terenów położonych przy ul. Wiejskiej w Jeleniej Górze odbędzie się w dniu 1 sierpnia 2019 r. w sali nr 13, ul. Sudecka 29, Urząd Miasta Jelenia Góra, o godzinie 11.00.

Zgodnie z art. 17 pkt 11 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2018 r. poz. 1945 z późn. zm.), osoby prawne i fizyczne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej, mogą wnieść uwagi. Uwagi należy składać na piśmie do Prezydenta Miasta Jeleniej Góry, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia 23 sierpnia 2019 r.

Zgodnie z art. 40 i 54 ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2018 r. poz. 2081, z późn. zm.), uwagi do prognoz oddziaływania na środowisko mogą być wnoszone w formie:

- pisemnej na adres: Wydział Architektury, Urbanistyki i Budownictwa Urzędu Miasta Jelenia Góra, ul. Ptasia 6A, 58-500 Jelenia Góra,
- ustnie do protokołu w Wydziale Architektury, Urbanistyki i Budownictwa Urzędu Miasta Jelenia Góra, ul. Ptasia 6A (pokój 201) w godzinach pracy Urzędu,
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres email: [urbanistyka\\_um@jeleniagora.pl](mailto:urbanistyka_um@jeleniagora.pl)

Uwagi powinny zawierać imię i nazwisko lub nazwę jednostki organizacyjnej oraz adres, oznaczenie nieruchomości, której uwaga dotyczy.

Uwagi należy składać w nieprzekraczalnym terminie do dnia 23 sierpnia 2019 r.

Jako wniesione na piśmie uznaje się również uwagi wniesione w postaci elektronicznej opatrzone bezpiecznym podpisem elektronicznym weryfikowanym przy pomocy ważnego kwalifikowanego certyfikatu.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag złożonych do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego jest Prezydent Miasta Jeleniej Góry.

Obowiązek informacyjny dotyczący przetwarzania danych osobowych dostępny jest są na stronie internetowej [www.bip.jeleniagora.pl](http://www.bip.jeleniagora.pl) w zakładce Poradnik Klienta / Wydział Architektury, Urbanistyki i Budownictwa.

Prezydent Miasta Jeleniej Góry

URZĄD MIASTA JELENIA GÓRA

1. Prezydent Miasta Jeleniej Góry Ogłoszeniem Nr 03/N/SP /2019 z dnia 26 czerwca 2019 r. zaprasza do składania ofert na oddanie w najem pomieszczeń biurowych usytuowanych w budynku położonym w Jeleniej Górze przy ul. Morcinka 33 A, stanowiącym własność Skarbu Państwa.

2. W/wym. ogłoszenie wywieszone jest na tablicy ogłoszeń w Wydziale Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Ptasiej nr 2- 3. Pełną treść ogłoszenia opublikowano na stronie internetowej Miasta Jelenia Góra [www.jeleniagora.pl](http://www.jeleniagora.pl) i w Biuletynie Informacji Publicznej Dolnośląskiego Urzędu Wojewódzkiego we Wrocławiu pod adresem [www.bip.duw.pl](http://www.bip.duw.pl)

URZĄD MIASTA JELENIA GÓRA

**Korzystnie sprzedam działkę budowlaną w JELENIEJ GÓRZE**  
(Czarne wzdłuż ul. Nowej)  
powierzchnia 10.400 m kw. (1.04 ha)  
Cena 70 zł/m kw.  
Tel. 694 494 961, 32/ 291-70-05.

**nj24.pl**

## LOKALE

**SPRZEDAM** lub zamienię na większe mieszkanie 30 m kw, 1 pokojowe ul. Sudecka, parter, Co gazowe, Tel. 506-668-747. M531-G

**KUPIĘ** mieszkanie w kamienicy do remontu ok. 120 tys, 501-188-255. M551-G

**SPRZEDAM** mieszkanie 51 m, 2 pokoje, ul. Bacewicz. Tel. 503-167-357, 506-102-950. M553-G

**KUPIĘ** mieszkanie bez pośredników, gotówka, 694-559-227. M555-G

**KUPIĘ** mieszkanie, 573-181-121. M636-G

**SPRZEDAM** mieszkanie 55 m kw, Kiepur, 3 pokoje, dobra cena, 518-942-709. M637-G

**WYNAJMĘ** garaż w centrum Jeleniej Góry, Tel. 501-252-495. M644-G

**MIESZKANIE** kupię 792-485-189. L1016-K

**WYNAJMĘ** kawalerkę, noclegi pracownicze i apartamenty Karpacz. tel. 603-622-848. M550-K

## NIERUCHOMOŚCI

**SPRZEDAM** 1 ha ziemi w Barcinku lub więcej rolniczej, Tel. 663-121-922. M509-G

**KARPACZ.** Sprzedam dwie duże malowniczo położone u podnóża góry „Strzelec” działki około 3ha- możliwość podziału i zabudowy, niedaleko centrum, 609-485-413. M526-G

**SPRZEDAM:** Jaghiątków, działka budowlana uzbrojona 1.4 ha podział możliwy, Tel. 791-820-259. M575-G

**ZADŁUŻYŁEŚ** mieszkanie? mamy propozycję, zadzwoń, 794-608-608. M590-G

**SPRZEDAM** nieruchomość zabudowaną- hala +budynek biurowo -mieszkalny +plac ul. Wiejska, Jelenia Góra, pow. 3.300 m kw, tel. 600-220-280. M613-G

**SPRZEDAM** tanio pawilon usługowy z działką w centrum miasta Piechowice. Tel. 516-361-733. M622-G

**OKAZJA** - sprzedam działkę budowlaną 65 zł/m kw. przy wjeździe do Jezowa Sudeckiego, 609-23-58-51. M645-G

## MOTORYZACYJNE

**KUPIĘ** każde auto, całe, powy-padkowe, 693-82-82-83. L910-G

**KUPIĘ** każde auto zdecydowanie. Tel. 785-524-378.

**AUTO** złomowanie, auto skup. Tel. 785-524-378. M408-G

**KUPIĘ** każdy ciągnik i sprzęt rolniczy, 602-811-423. M577-G

**WYPOŻYCZALNIA MULTIVAN** 9 osób autolaweta, lawety, przyczepa przeprowadzki, Kadilac na ślubu Karpacz 603-622-848. M551-K

**SKUP** aut. Płacę najlepiej! Kupię każde auto osobowe dostawcze ciężarowe motocykle, ciągniki rolnicze wszystkie od 1 do 50 tys. zł całe i uszkodzone legalnie umowa, najlepsze ceny na rynku gotówka w 20 min konkretnie 788-345-470; dawgoz@interia.pl M578-K

**SKUP AUT** tel. 501-108-102. M598-K

**URZĘDOWA KASACJA POJAZDÓW**  
Jeżów sudecki, Długa 17  
75/713-74-12

## KUPNO

**KUPIĘ** każde auto, całe, powy-padkowe, 693-82-82-83. L911-G

**KUPIĘ** butle tlenową, ewentualnie inną. tel. 75-76-46-636. M547-G

## SPRZEDAŻ

**DREWNO** kominkowe bukowe, sezonowane, 781-832-104, 603-781-271. L987-G

**DREWNO** kominkowe- sezonowane, różne wymiary, 601-799-452.

**PODŁOGI** tradycyjne z drewna parkiety, podbitki, boazerie, 601-799-452. M7-G

**DREWNO** opałowe- rozpałkowe oflisy okorki 90 zł/m długie; pocięte, porąbane na 25 cm po 110 zł/m, darmowy transport, 727-235-168. M493-G

**KOZIE** mleko, sery- dostawa, 514-904-993. M549-G

**ROWERY** elektryczne, 518-125-337. M578-G

**DREWNO** opałowe, kominkowe- dowóz Jelenia Góra, okolice, 607-604-558. M587-G



## SPRZEDAŻ C.D.

**WYPRZEDAŻ:** maszyny stolarskie, tarcica dębowa sucha, tel. 600-968-145. M614-G

**SPRZEDAM** lodówkę, 666-648-860. M640-G

**SPRZEDAM** uzdę dla konia, 666-649-860. M641-G

**SPRZEDAM** książki, 666-649-860. M642-G

**SPRZEDAM** lodówkę małą, 666-649-860. M643-G

**DREWNO** kominkowe opałowe, 757-125-026. M37-K

**FIRMA** prowadzi sprzedaż złota i srebra inwestycyjnego (sztabki, monety) oraz udziela korzystnych pożyczek pod zastaw w/w produktów. Tel. 535-860-355, 530-836-416. M59-K

## USŁUGI

**DOMOFONY** - montaż, naprawa, serwis, tel. 601-76-57-35. L955-G

**PRZEPROWADZKI** kompleksowe z ekipą do załadunku, 694-559-227. L1072-G

**CYKLINOWANIE**, układanie, profesjonalnie, 601-313-541. L1100-G

**ROLETY**, roletki, żaluzje, markizy, moskitiery, daszki. Producent, 76/870-53-48; 608-289-703. L1116-G

**PIECE** gazowe - przeglądy i naprawy, 604-569-785. L1126-G

**PODCIŚNIENIOWE** dogłębne czyszczenie dywanów, wykładzin, tapicerki meblowej. Profesjonalnie-Karcher, 792-216-960. L1154-G

**PRZEPROWADZKI**, TRANSPORT, kompleksowo od A do Z, trzy samochody, różne gabaryty, miasto - kraj - za granicą. Wycena gratis. tel.880-044-951. L1162-G

**OGÓLNOREMONTOWE**, 579-258-419. L1201-G

**ELEKTRYK**, 579-258-419. L1202-G

**HYDRAULIK**, 739-692-774. L1203-G

**ANTENY** zbiorcze, RTV/SAT, Antemon, 75/644-50-80. L1210-G

**TELEWIZJA** hotelowa, pensjonaty. Antemon, 75/644-50-80. L1211-G

**DACHY**, rynny, obróbki, kominy, 784-196-933. M49-G

**VIDEOFILMOWANIE** 792-546-054. M79-G

**STUDIO** Parkiet „Kornik”: cyklizowanie bezpyłowe, układanie parkietów, sprzedaż parkietów, klei, lakierów, olei, 609-736-480. M97-G

**MALOWANIE** 606-734-030. M327-G

**USŁUGI** koparkoładowarką - młot. Tanio, 886-666-896. M330-G

**DACHY** nowe pokrycia, naprawy, konserwacja, ekspresowo, tanio, 736-755-030. M353-G

**PRZEPROWADZKI**. Tel. 660-468-908. M369-G

**ARCHITEKT**, kierownik budowy, projekty budowlane, 665-960-337. M412-G

**MUZYK** orkiestra oraz trębacz, 609-299-524.

**MUZYCZNA** obsługa wesel, 609-299-524. M417-G

**BAGAŻÓWKA**, przeprowadzki. 533-232-637. M424-G

**KOSZENIE** trawy, cięcie drzewa - wycinka, rąbanie - profesjonalnie. 511-097-022. M435-G

**MALOWANIE**, gładzie bezpyłowe, czysto, bez nałogów, 660-854-939. M457-G

**BRUKARSTWO**- kompleksowo. Tel. 608-658-351. M460-G

**REMONTY** tanio gwarancja, 509-924-523.

**REMONTY**, 604-992-041. M479-G

**SPRZĄTANIE**, pranie dywanów, mycie okien; 792-036-065. M487-G

**SPRZĄTANIE** nagrobków, całoroczna opieka 792-036-065. M489-G

**KOSZENIE** trawników, przycinanie drzewek, krzewów, 661-924-133. M490-G

**DACHY** 601-872-363. M495-G

**PRZEPROWADZKI**, transport, 535-197-611.

**REMONTY** mieszkań, usługi hydrauliczne, elektryczne, 535-197-611. M496-G

**USŁUGI** koparkoładowarką - młot- tanio, 886-666-896. M500-G

**DACHY** 723-943-958. M518-G

**DEZYNFEKCJA** dezynsekcja deratyzacja. Monitoring obecności szkodników sanitarnych. Odstraszenie kun, eliminowanie os, szerszeni. www.dezder.jgora.pl 692-061-312. M527-G

**AUTORYZOWANY** Serwis RTV naprawa telewizorów LCD, Plasma, dekodery, monitory TV/SAT montaż instalacji TV cyfrowej monitoring- dojazd do klienta, 75/642-11-93; 533-656-622; 533-656-630. M545-G

**MALOWANIE**, tapetowanie, czyszczenie, starannie, gwarancje, 514-904-993. M548-G

**PRZEPROWADZKI** z ekipą tel. 736-627-869.

**PRZEPROWADZKI**, tel. 733-299-117.

**PRZEPROWADZKI**, tel. 694-559-229. M554-G

**DACHY**, 602-88-44-80. M556-G

**OGÓLNOBUDOWLANE**- remonty, prace zewnętrzne, roboty ziemne, 530-397-645.

**BRAMY**, ogrodzenia, 724-521-470.

**KOSZENIE** traw, wycinka drzew i krzewów, 795-730-114. M559-G

**HYDRAULICZNE**, elektryczne, 794-098-737. M562-G

**ŚLUSARTSTWO** zamki, otwieranie, montaż. 881-731-064. M579-G

**ŁAZIENKI** kompleksowo: kafelki, hydraulika, panele, malowanie, gładzie, ogólnobudowlane, 601-148-406. M583-G

**HYDRAULIKA** kanalizacyjna, gaz-tanio, solidnie, 604-922-815. M591-G

**NAPRAWA** pralek, kuchenek, AGD- dojazd 783-616-565. M595-G

**HYDRAULIK**, 575-064-436. M597-G

**REMONTY** mieszkań, 691-631-082. M607-G

**DACHY** kompleksowo, tel. 731-788-952. M615-G

**REGIPSY**, gipsy, wykonstwo, 500-309-679, 601-748-983. M625-G

**DOMOFONY**, MONT - SAT, 602-810-896

**ANTENY** - naziemne, MONT - SAT, 602-810-896.

**ANTENY** - satelitarne, MONT - SAT, 602-810-896

**TELEWIZJA** hotelowa, MONT - SAT, 602-810-896. M626-G

**NAPRAWA** maszyn do szycia tel. 603-324-921. M638-G

**SPRZĄTANIE** mieszkań, pisać sms, tel. 534-349-963. M646-G

**ROLETY**, plisy, moskitiery, montaż, naprawa, 604-460-139. L1369-K

**WKLADY** kominowe, 608-49-55-34. M136-K

**TECHNIKA** grzewcza, pellet, podłogówka, Wolności 208, 797-252-379. M476-K

**KOMINKI**, piecyki, ul. Wolności 208, 797-252-379. M477-K

**MALOWANIE** mieszkań, drobne remonty, 601-33-59-57. M478-K

**PRANIE** dywanów Tel. 792-351-763. M563-K

**PODNOŚNIKI** koszone 27 m, wynajem, tel. 608-404-760. M574-K

**TELEWIZJA** Cyfrowa, instalacje DVB-T/SAT, LCD, Plasma, naprawy domowe RTV Hi-Fi SAT serwis. Tel. 602-373-343. M575-K

**MEBLE** na wymiar, meble kuchenne, szafy, garderoby. Tel. 733-101-353; www.stolwir.pl

**CYKLINOWANIE** bezpyłowe, profesjonalne układanie parkietów, podłóg, paneli. www.stolwir.pl Tel. 733-101-353. M597-K

## LEKARSKIE

**VIAGRA**, cialis, 601-960-615; 605-405-855. M385-G

**PSYCHIATRA** Czesława Gierczak, zmiana adresu praktyki lekarskiej: Henryka Wieniawskiego 4, 58-500 Jelenia Góra, rej. tel. 502-591-364. M409-G

**PSYCHIATRA** - Ryszarda Czerniawska, specjalistyczna terapia nerwic i zaburzeń psychicznych. Jelenia Góra, pl. Piastowski 30, ul. Cieplicka 223/1. Rejestracja telefoniczna: 693-583-915. M600-G

**PSYCHIATRA** Bogusław Zasępa, nerwice, depresje, zaburzenia psychiczne, odtrucie, wizyty domowe. Tel. 602-804-195. M603-G

**WSZYWKI** przeciwalkoholowe, 601-83-50-12.

**WSZYWKI** przeciwalkoholowe. Tel. 603-78-57-80. M609-G

**STOMATOLOG** Jacek Łoś, Kłownica 2 lok. 5, również RTG- zdjęcia panoramiczne i boczne głowy, 75/752-60-43; 607-106-335. M630-G

**GINEKOLOG** NFZ Kowary, Zamkowa 5 Andrzej Drabarek, rejestracja 8.00- 12.00. Tel. 603-13-99-22 lub 75/718-20-99. Pełny zakres usług NFZ. M503-K

**ANGIOLOG** Joanna Olszewska- Rocznik, leczenie chorób żył, zakrzepicy, miażdżycy, diagnostyka obręzków kończyn, kwalifikacja do operacji naczyniowych, przepływy naczyniowe szyjne i kończyn dolnych USG- DOPPLER, Ogińskiego 1B, wejście A poziom -1, gabinet 7, rejestracja 516-815-337. M576-K

**SPECJALISTA** protetyki stomatologicznej stomatologii ogólnej Wojciech Z. Kulig. Wszystkie rodzaje odbudowy, leczenia zębów, wszystkie rodzaje koron, protez, mostów protetycznych, mikroskop zabiegowy, implanty, ceramika adhezyjna, piaskowanie, naprawy, wybielanie zębów, rentgen. Jelenia Góra, 1 Maja 28/2, I piętro, pon.- pt. 10.00- 19.00. Tel. 75/76-75-473; 601-773-396. M577-K

**USG** stawów biodrowych dziecięcych

**SPECJALISTA ORTOPEDII i CHIRURGII URAZOWEJ**

**UPRAWNIONY DO BADAŃ NURKÓW**

**Zbigniew Rudnicki**

przyjmuje:  
poniedziałek 17.00-18.00  
środa 17.00-18.00

sobota 9.30-11.00  
pl. Piastowski 30 - obok apteki  
Jelenia Góra - CIEPŁICE

Tel. kom. 601-75-14-74

Wizyty domowe: poniedziałek, środa, czwartek, sobota.

**Chirurgia plastyczna, pełny zakres zabiegów**

specjalista chirurgii plastycznej dr med.  
**Jakub Kratochwil**  
rejestracja  
75 6424558

**GABINET OKULISTYCZNY**  
**LEK. MED. OKULISTA**  
**KRYSTYNA WIĄCEK-MIERZWA**

ul. Letnia 2 (budynek "Klinika"  
- przychodnia lekarzy specjalistów)  
Przyjmuje od pon. do pt. 9.00 do 17.00  
Rejestracja telefoniczna  
75/645-76-50/51  
tel. kom. 502-612-616  
75/649-50-25

**Prywatny Gabinet Dermatologiczny**

wtorki i czwartki 17.30-19.00. Inne terminy  
przyjąć i wizyty domowe - po uzgodnieniu.  
Bez rejestracji 601-898-289

**Specjalista dermatolog**  
**Alicja Lecheta-Prawdzik**

Jelenia Góra ul. Morsinka 1 (mała poczta przy aptece)  
PRYWATNE POGOTOWIE DERMATOLOGICZNE  
601-898-289

**KRZYSZTOF CZERKASOW**

specjalista chirurg ortopeda  
przyjmuje poniedziałek od godz. 16.00

Jelenia Góra, Letnia 2  
Rejestracja telefoniczna 75 64 57 651

**Okulista** Małgorzata MARKIEWICZ  
specjalista chorób oczu

■ Leczenie chorób oczu  
■ komputerowe badanie wad wzroku  
■ dobór okularów ■ pole widzenia  
■ pachymetria ■ bezdotykowy  
■ pomiar ciśnienia śródgałkowego  
■ płukanie dróg łzowych.  
Przyjmuje od pon. do pt. 10.00-17.00  
Jelenia Góra, 1 Maja 15/17 "Optyk"  
(vis a vis hotelu Europa)  
Rejestracja telefoniczna 603-613-058

**Specjalista chirurgii ogólnej**  
**Dr n.med. Marek Kaźmierczyk**

• diagnostyka i leczenie chorób przewodu pokarmowego  
• choroby odbytu /hemoroidy i inne/  
• kwalifikacja do zabiegów operacyjnych  
• inne schorzenia chirurgiczne-żylaki kończyn dolnych i inne  
Jelenia Góra ul. Ogińskiego 4 "KLINIKA"  
Poniedziałek 16-17.

Lwówek Śl. pl. Wolności 28  
obok apteki w Ryliku  
Wtorek 16-17  
kom. 602635191

## PRACA

**AGENCJA** pracy Sachse Personaldienstleistungen GmbH  
Poszukuje do pracy w Austrii oraz Niemczech: hydraulików, elektryków, spawaczy, ślusarzy, dekarzy, stolarzy, lakierników i mechaników. Atutem byłaby znajomość języka niemieckiego oraz prawo jazdy kat. B. Bardzo dobre warunki! Zakwaterowanie zapewnione! Kontakt: filia Zgorzelec/Görlitz, tel: +48-532-093 696, praca@sachse.pl, mailto: praca@sachse.pl M94-G

**AVON-AMBASADORKA** (konsultantka), dołącz do nas. Tel. 692-494-164; avonowinki@wp.pl M155-G



## EURO - SALON prasowy

Ogólnopolska sieć franchisingowa  
skupiająca około 80 punktów sprzedaży

poszukuje Partnerów do prowadzenia  
w systemie franczyzowym  
lub agencyjnym  
atrakcyjnie zlokalizowanych  
salonów prasowych:

### Jelenia Góra

Zaoferujemy Ci:

- zabudowany i wyposażony w meble obiekt,
- sprawdzonych dostawców towarów handlowych,
- lokalizacje w marketach dyskontowych!

Informacje: **501 55 88 11**

lokalizacje: **www.eurokiosk.pl**

**W E P A**  
**PIECHOWICE Sp. z o.o.**  
producent papierów higienicznych



zatrudni

**AUTOMATYKÓW, MECHANIKÓW,  
ŚLUSARZY, ELEKTRYKÓW  
ORAZ PRACOWNIKÓW OBSŁUGI  
PRODUKCJI.**

#### Wymagania:

- ▶ mile widziane wykształcenie o kierunku mechanicznym, elektromechanicznym, elektrycznym lub podobnym
- ▶ gotowość do pracy w systemie zmianowym,
- ▶ automatyk, elektryk mile widziane uprawnienia SEP do 1 kV.

#### Oferujemy:

- ▶ atrakcyjne warunki pracy i wynagrodzenia, możliwość rozwoju zawodowego, bogaty pakiet socjalny, pakiet zdrowotny.

Oferty pracy prosimy składać w siedzibie Spółki  
w Piechowicach ul. Pakoszowska 1B lub przesłać na adres:  
**rekrutacja@wepa.eu** z dołączoną zgodą na przetwarzanie  
danych osobowych zgodnie z rozporządzeniem  
o ochronie danych osobowych - RODO.  
Tel. kont: **75/75 47 818.**

**SKLEP** z kawą i herbatą zatrudni  
studentki, panie 50+, emerytki,  
rencistki niepełny wymiar czasu,  
na stałe, 602-101-096. M599-G

**PRACA**-kawiarnia- Szwajcaria  
osoby tylko z jęz. niemieckim,  
młodzież (mężczyźni i kobiety) CV  
belindaa56@gmail.com M604-G

**PRACA** w anglii- opieki nad  
seniorami, zarób 20 tys. zł net-  
to za wyjazd, żadnych kosztów  
podróży, pobytu. Pełna orga-  
nizacja wyjazdu. Promedica24,  
zadzwoń: 789-218-034 M628-G

**OPIEKA** Niemcy Legalnie,  
725-248-935. M302-K

**OPERATORA**  
koparkoładowarki zatrudnię,  
886-666-896. M549-K

**DOBRE** płatna praca dla opie-  
kunów osób starszych w Niem-  
czech PRO-Senior tel. 774-428-338,  
www.prosenior.pl M595-K

**LBF Sp. z o.o.** w Starej  
Kamienicy zatrudni kierowcę  
samochodu dostawczego do  
3,5 t kat. B. Oferujemy umowę  
zlecenie. Informację po nume-  
rem telefonu 75-75-283-26 lub  
b.swidzinski@lbf.home.pl M564-K

**DO PROFESJONALNEJ** pralni  
zatrudnię, 886-666-896. M579-K

#### MATRYMONIALNE

**„AMOR”** Jelenia Góra,  
600-983-771. M158-G

**DUET**- Lubań, 604-361-418.  
M153-K

#### RÓŻNE

**DOMOFONY**, tel.  
601-765-735. L954-G

#### TOWARZYSKIE

**POZNAM** Panią, 518-125-337.  
M568-G

**ZAPRASZAM** Panie do  
współpracy, 797-171-046.

**POWRÓT** Asi w centrum,  
509-644-864.

**NOWA** Ola, 511-603-693.  
M594-G

**WYJAZDY** 24h- 578-581-720.  
M620-G

**SARA** 40-latką zaprasza na  
miłą zabawę. 691-943-975.  
M632-G

**IZA** 30-latką zaprasza  
na niezapomniane chwile.  
783-149-596. M633-G

**VANESSA** nowy numer,  
796-691-135.

**DOJRZAŁA** od 9.00,  
885-319-656.

**LENA**, 782-115-982.

**SEKSOWNA** trzydziestolatka,  
796-691-134.

**NIE** piękne lecz umiejętnie,  
697-577-650.

**22** - latka puszysta zaprasza,  
781-363-127. M634-G

#### TURYSTYCZNE

**LOTNISKA**- przewozy, Tel.  
607-763-204. M411-G

**LOTNISKA**- przewozy, Tel.  
607-763-204. M514-G

**LOTNISKA** przewozy tel.  
602-120-624. M584-G

**REWAL** 50m morze, wczasy,  
502-550-864, www.tedi.pl.  
M139-K

**PRZEWOZY** okazjonalne  
busami, krajowe, zagraniczne  
601-556-495. M390-K

#### BIZNES

**POŻYCZKI** - większe kwoty,  
szybko tanio, Tel. 500-320-777.  
M416-G

**PRAWNIK** porady, spo-  
rządzanie pism, windykacja,  
606-245-298. M422-G

**OD** teraz icredit również w  
Jeleniej Górze, skontaktuj się z  
naszym przedstawicielem, Tel.  
724-161-190, 533-371-222.  
M574-G

**BEZPŁATNE** porady praw-  
ne- dla wszystkich osób zain-  
teresowanych- każdy wtorek w  
Jeleniej Górze od 11.00- 15.00  
po wcześniejszej rejestracji te-  
lefonicznej 602-46-78-12, ul.  
Teatralna 1 pok. 101. M598-G

**BALBINA** księgowość  
PIT, CIT, VAT, ZUS Jelenia  
Góra, Kilińskiego 20/1u, tel.  
75-76-57-434. M479-K

**POŻYCZKA** NA DO-  
WÓD. Bez zaświadczeń, mini-  
mum formalności. Zadzwoń:  
717-276-009. M565-K

HOTEL \*\*\*  
**Tango**  
www.hotel-tango.pl  
**Wesela  
marzeń**  
tel. 601 834 644  
kontakt@hotel-tango.pl

#### Burmistrz Miasta Kowary ogłasza:



1. I (pierwsze) przetargi ustne nieograniczone na oddanie w dzierżawę nieruchomości będących własnością Gminy Kowary, które odbędą się:

1) **09.08.2019r. godz. 9.00** - działka nr 212/8 obręb 0003 o powierzchni **197 m kw.** położona przy al. Wolności - cena wywoławcza - wysokość rocznego czynszu dzierżawnego wynosi **39,40 zł** plus podatek VAT 23 proc. - **z przeznaczeniem na ogród zielony,**

2) **09.08.2019r. godz. 10.00** - część działki nr 441/14 obręb 0003 o powierzchni **45 m kw.** położona przy ul. Kowalskiej - cena wywoławcza - wysokość rocznego czynszu dzierżawnego wynosi **20,00 zł** plus podatek VAT 23 proc. - **z przeznaczeniem na ogród zielony,**

3) **09.08.2019r. godz. 11.00** - część działki nr 109/2 obręb 0003 o powierzchni **76 m kw.** położona przy ul. Pocztowej - cena wywoławcza - wysokość miesięcznego czynszu dzierżawnego wynosi **456,00 zł** plus podatek VAT 23 proc. - **z przeznaczeniem na ogródek rekreacyjny przy lokalu użytkowym.**

Blizsze informacje dotyczące warunków uczestnictwa w przetargu można uzyskać w Wydziale Rozwoju Miasta Urzędu Miejskiego w Kowarach ul. 1 Maja 1a w pokoju nr 3 lub telefonicznie **75 64 39 228.**

#### SPRZEDAŻ

#### SPRZEDAŻ

Teraz taniej nawet do 30 %\*\*

**Hörmann - Fan Jelenia Góra**  
Autoryzowany Partner Hörmann Polska

ul. Wincentego Pola 8  
58-500 Jelenia Góra  
tel./fax 75/75-333-65  
e-mail: biuro@bramydrzwi.pl tel. 75/75-357-46

Drzwi Roku 3950 zł  
Brama Roku 2690 zł

**nowiny** www.nj24.pl

**E-WYDANIE**  
CZYTAJ NA TABLECIE, SMARTFONIE,  
KOMPUTERZE, LAPTOPIE!

TYLKO 2,00 zł, za miesiąc płacisz 8 zł.

Kup na egazety.pl / eprasa.pl



 **HELIOS**

  
Kino Konesera

Zapraszamy na lipcowe  
seanse z cyklu Kino Konesera!

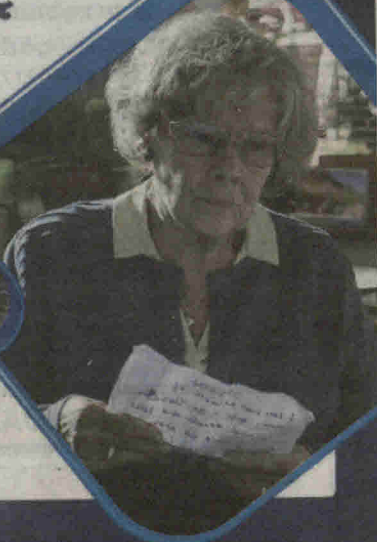
01.07 **Tajemnice Joan**

08.07 **Wymarzony**

15.07 **Gloria Bell**

22.07 **Królowa Kier**

29.07 **Kobieta idzie  
na wojnę**



Kino Helios Jelenia Góra  
al. Jana Pawła II 51  
rezerwacja: 75 718 64 19

www.helios.pl



Warto czytać

## Odkryj skarby polskiej przyrody

Nasz ulubiony „pan od przyrody”, czyli Adam Wajrak, znów na tropie! Każda z pór roku w lesie ma swój charakter i specyfikę, czego możecie dowiedzieć się z „Wielkiej Księgi Prawdziwych Tropicieli”. Książka w dłoń i do lasu! Chcesz zostać prawdziwym tropicielem/tropicielką? Weź Adama Wajraka za przewodnika i przeżyj niezapomniane przygody!

- Po diabła nam egzotyczne dżungle i sawanny, skoro mamy takie skarby? - dziwi się Adam Wajrak i zabiera nas w Polskę: do lasów, na łąki i bagna, nad morze, rzeki i stawy, w góry, do Puszczy Białowieskiej, a także na ulice miast i miasteczek. Pokazuje nam, że wszędzie tam, przy odrobinie wiedzy, cierpliwości i spostrzegawczości można zobaczyć fascynującą przyrodę.

Wiosna, lato, jesień, zima - cztery części „Wielkiej Księgi Prawdziwych Tropicieli” pełne są wskazówek, jak przeżyć wspańnię, ekscytujące, a czasem mrożące krew w żyłach tropielskie przygody. Możesz się sprawdzić w roli detektywa tropiącego groźnego mordercę, poszukiwacza najbardziej tajemniczych mieszkańców polnych norek czy twardego pokonującego zaspy śnieżne i bagna.

Nie zabraknie też okazji, by wprosić się na kolację do wilczej watahy, podejrzeć rodzinny ptasi piknik czy posłuchać najlepszego koncertu w okolicy...

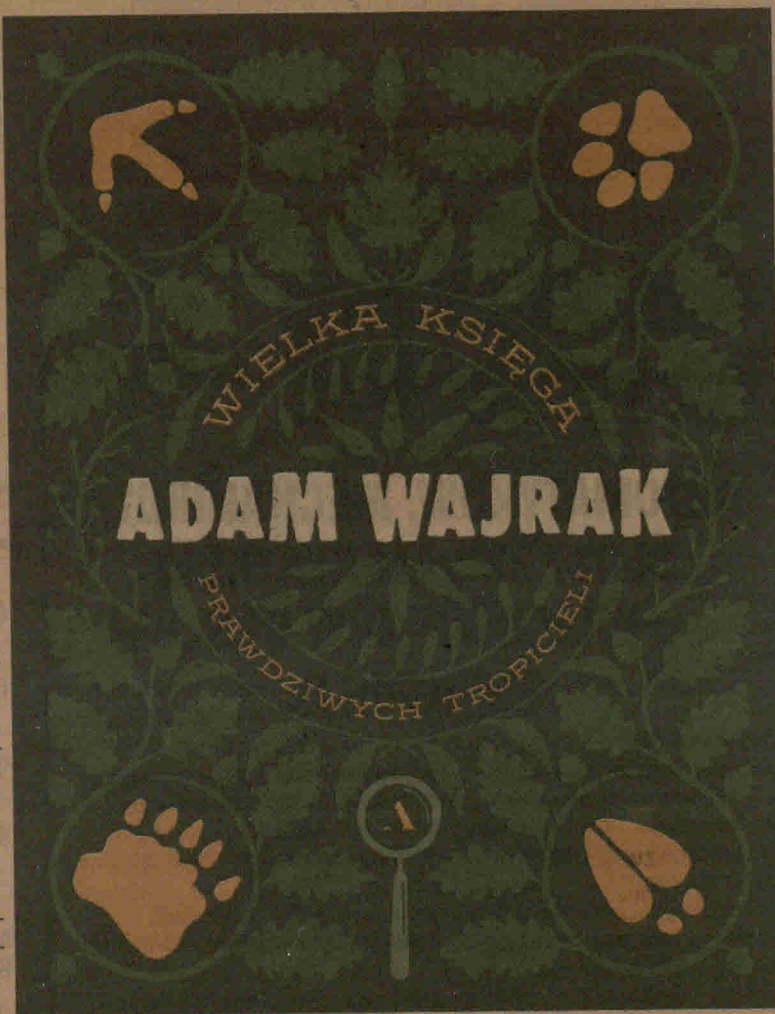
Dzięki tej książce zdobędziesz też mnóstwo wiedzy na temat polskiej flory i fauny. A do tego wciąż gające opowieści Adama Wajraka zilustrowane są licznymi zdjęciami jego autorstwa.

Zobaczcie - w Polsce mamy wszystko, co potrzebne prawdziwym tropicielom!

Gotowi? No to w drogę!

**Uwaga!** Dla naszych Czytelników mamy trzy egzemplarze tej właśnie książki. Rozdamy je osobom, które najszybciej zatelefonują na redakcyjny numer 757524781 w środę, 17 lipca, po godz. 13.00. Warunkiem odbioru książki jest posiadanie aktualnego wydania Nowin Jeleniogórskich.

Zapraszamy!



**POZIOMO:** 1) mielonka w puszcze; 6) dawny statek głębinowy do badań; 10) nadaje audycje; 11) serwis Marka Zuckerberga; 13) mieszkanka Gruzji; 15) francuskie „żegnaj”; 16) stan w USA z Chicago; 18) dochodzenie; 20) ze żrenicą; 22) stolica Holandii; 25) głośny film z Antonio Banderasem; 28) płynie przez Niżny Nowogród i Riazan; 30) koń brązowej maści z czarną grzywą; 33) ośrodek hodowli koni; 35) syn Macieja Boryny z „Chłopów”; 36) z trzciny lub buraka; 37) tradycyjny ormiański chleb; 38) ukochana dzwonnika z Notre-Dame; 39) pomost naczyniowy między tętnicami; 40) wyższa izba parlamentu Irlandii.

**PIONOWO:** 1) pobudzający składnik kawy; 2) Sarkozy, były prezydent Francji; 3) r - w alfabecie greckim; 4) syn Zeusa i Kallisto; 5) twarde zgrubienie naskórka; 6) mały Bogdan; 7) 19. litera alfabetu greckiego; 8) miasto w Maroku, dawniej Port Lyautey; 9) późna marchew; 12) rzeka w Kamerunie i Nigerii; 14) Smith, autorka powieści „Białe zęby”; 17) główna rzeka Pakistanu; 19) Ferenc, węgierski kompozytor i pianista; 20) jedna z największych rzek w Etiopii; 21) „... do młodości” Mickiewicza; 23) zmienne wiatry podzwrotnikowe; 24) witamina B1; 26) renault potocznie; 27) córka Juranda ze Spychowa; 29) zasłona z grubej tkaniny, portiera; 31) jednostka czasu, część ery; 32) katarakta; 33) rozpiętość głosu ludzkiego; 34) góry w Maroku, Algierii i Tunezji.

**W rozwiązaniu należy podać hasło z oznaczonych pól. Na odpowiedzi czekamy 10 dni od daty ukazania się numeru. Do wygrania książka Emily Bronte „Wichrowe wzgórza”.**

**Rozwiązanie krzyżówki 26/2019:**

**POZIOMO:** 1) pokrywka; 6) szatynka; 10) gracz; 11) Lamizana; 13) represje; 15) wapno; 16) teologia; 18) Narodowy; 20) PSL; 22) katatonia; 25) porcelana; 28) dar; 30) tsutsumu; 33) Maggiore; 35) czoło; 36) prerie; 37) Muninn; 38) Wieliczka; 39) altana; 40) lizaki.

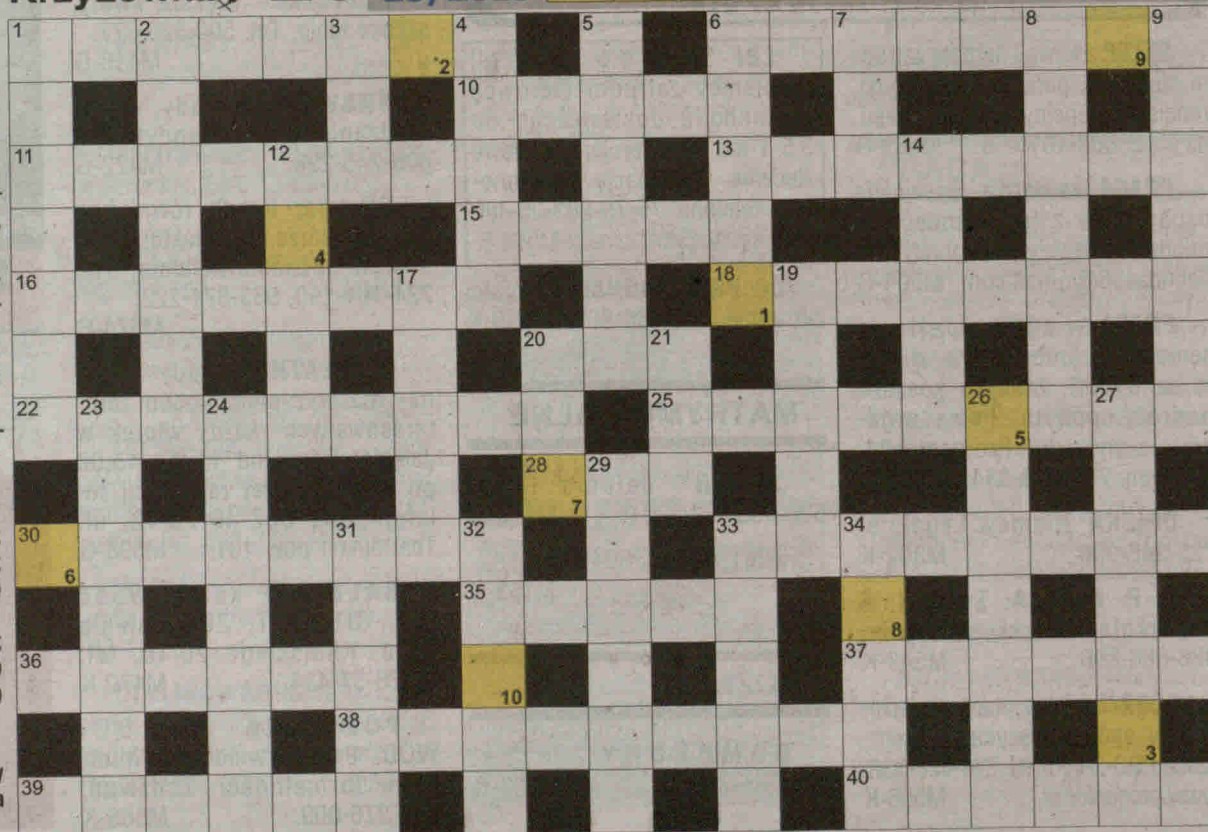
**PIONOWO:** 1) polityk; 2) kompost; 3) WTA; 4) Agawa; 5) kampus; 6) szron; 7) AFP; 8) nasłona; 9) Ameryka; 12) zrost; 14) Rhode; 17) Ignam; 19) Adria; 20) Pad; 21) LPR; 23) austral; 24) Asturia; 26) Leibniz; 27) nartnik; 29) anonim; 31) ulewa; 32) uczeń; 33) Monza; 34) Gamal.

**HASŁO: KRAŻKOPLAW**

Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki nr 26 nagrodę, książkę Joanny Chmielewskiej „Poduszka w różowe słonie”, otrzymuje Maria Chorażyczewska z Jeleniej Góry. Prosimy o kontakt z redakcją.

Krzyżówka **28**

KUPON NR  
28/2019





## JELEN SALONOWY

Członek Zarządu Powiatu Lwóweckiego, starosta czwartej kadencji, **Józef Stanisław Mrówka** jest... kucharzem na rozmaitych imprezach i festynach wiejsko-miejskich. W stroju ludowym piecze podpiomyki czyli chleb słowiański. Ciasto wyrabia i ugniata na oczach klientów. Nam zdradził, że używa maki żytniej, pszennej lub orkiszowej (może być przesiewana), kwaśnego mleka, soli, kminku i czasem wody. Jesienią Józef Mrówka piekł podpiomyki na Słowacji, ostatnio we Włocławku. Będzie można ich skosztować jedenastego sierpnia w Strzyżowcu podczas wyścigów samochodowych wraków. - W domu rzadko jestem kucharzem, tylko jak trzeba, coś pichcę. Teraz lubię jeść młode oskrobane ziemniaki, koniecznie z koperkiem, maślanką, jogurtem lub kefirem, bo o kwaśne mleko teraz trudno - potwierdza pan Józef. (5)



Sierzanci sztabowi z Działu Prewencji Komendy Miejskiej Policji w Jeleniej Górze, **Maja Struk i Beata Sosulska-Baran** oraz starszy inspektor Straży Miejskiej **Grzegorz Rybarczyk** na rowerach prewencyjnie i informacyjnie patrolują różne regiony miasta. - Jesteśmy wszędzie tam, gdzie trzeba być, bo swoimi służbowymi „pojazdami” wszędzie wjedziemy. Robimy to dwa razy w tygodniu, od pięciu lat, w dwuosobowych patrolach mieszanych. Na swoich „szutrówkach” i „góralach” obie panie jeżdżą też prywatnie, najczęściej w góry z dziećmi. Ile łącznie kilometrów już przejechały? Nie sprawdzają rowerowego licznika, ale na pewno były to tysiące służbowo-rodzinnych kilometrów. Gratulujemy doskonale wyposażonych „narzędzi pracy”, kondycji i rowerowej pasji. (5)



Wychowanka jeleniogórskiego KPR-u, **Natalia Janas** (rocznik 1999), przez ostatnie dwa sezony z powodzeniem występowała w barwach SPR Pogoni Szczecin z kobiecej Superligi. Do sportowego CV wpisała dwa srebrne medale w Pucharze Polski i grę w finale Challenge Cup w sezonie 2018/2019. Swoją pasję Natalia umiejętnie łączy z edukacją. Zaliczyła pierwszy rok na kierunku logistyka w Wydziale Zarządzania i Ekonomii Usług Uniwersytetu Szczecińskiego. Niestety, szczytności z Jeleniej Góry nie jest już zawodniczką klubu o barwach granatowo-bordowych. Mimo apelu Natalii Janas i koleżanek z drużyny nie udało się uratować prężnie do tej pory prosperującej Pogoni, która nieoczekiwanie zniknęła ze sportowej mapy Polski. To jednak nie koniec kariery młodej piłkarki. W nowym sezonie Natalia może zagrać w klubie niemieckim lub jednym z Superligi. (5)

## Kwestionariusz banalny

Imię i nazwisko: **Zofia Pawluk**

Zajęcie: obecnie doradca ubezpieczeniowy, przed emeryturą ekonomista-bibliotekarz, absolwentka Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu.

## 1. Mieszkam tu, bo:

Przyjechałam do Jeleniej Góry „za mężem”, który otrzymał tutaj propozycję pracy i mieszkanie służbowe. W moim przypadku nie była to więc wielka miłość do gór, ale zwykła, życiowa ekonomia. Z czasem zaczęłam doceniać urok tego miejsca.

## 2. Lekcja z dzieciństwa, którą zapamiętałam:

Wakacje u rodziny na wsi. Dla mnie frajdą był sam wyjazd z miasta, z Wałbrzycha. Jednak nie jechaliśmy wyłącznie na letnisko. Na wsi trzeba było też pracować - ja pomagałam przy krowach i w pracach ogrodowych, rodzice przy żniwach. Takie wakacje były i miłe, i pożyteczne. W podzięk za pomoc dostawaliśmy mąkę i ziemniaki na zimę.

## 3. Ten pierwszy raz:

Wyjazd do NRD w ramach Studenckich Ochotniczych Hufców Pracy. Ten wyjazd uświadomił mi, jak cenny i ważny jest bezpośredni kontakt z obcym językiem. Przez te dwa miesiące nauczyłam się dużo więcej niż przez lata nauki w szkole.

## 4. Przebieg życia:

Książki i podróże. I nie wiem, co bardziej. Na szczęście w każdą moją podróż mogę zabrać ze sobą książkę, a każda książka przenosi mnie w nowe miejsca.

## 5. Wkurza mnie:

Narzekań i cześć dyskusje o polityce. Dla mnie jest to niepotrzebna strata energii. Denerwuje mnie również brak odpowiedzialności ze strony właścicieli psów i pozostawianie psich kup na chodnikach i placach zabaw. To, co z psa „wypadnie”, wypada posprzątać.

## 6. W życiu nie umiem się obejść bez:

Bez mojego męża, dzieci i wnucząt. Rodzina była i jest dla mnie najważniejsza.

## 7. Gdybym dostała 100 tys. zł...

Dysponując takimi pieniędzmi, z pewnością zabrałabym całą moją rodzinę w podróż dookoła świata. Jest jeszcze tak wiele różnych miejsc na świecie, które chciałabym przeżyć razem z bliskimi...

## 8. Gdyby Polska była monarchią, królem uczyniłabym:

W stosunku do kraju nie zakładam nawet takiego scenariusza. Współczesną monarchią jest dla mnie rodzina - od mądrości króla i/lub królowej zależą losy ich podopiecznych, a od decyzji podejmowanych na tym szczeblu - przyszłość całego „dworu”.



## 9. Za późno na:

„Na naukę jazdy samochodem.

## 10. Ulubiona anegdota:

W związku małżeńskim należy iść na kompromis - raz twoja żona ma rację, raz ty nie masz racji.

Tekst i zdjęcie: Elżbieta Plucińska

## Horoskop

**BARAN**  
21 III - 20 IV

Zapomnij o tym, co mówią nieżyczliwie Ci osoby. Pora zrealizować ambitne plany, na które od dawna masz ochotę. Tydzień sprzyja mądrym decyzjom.

**BYK**  
21 IV - 21 V

Nie daj się tylko sprowokować do ostrej wymiany zdań z kimś, kto poucza innych, ale sam nie ma doświadczenia ani racji. Zaczniij dbać o siebie i szanuj swoje nerwy.

**BLIŹNIĘTA**  
22 V - 21 VI

Dobry moment, aby bez wyrzutów sumienia poświęcić więcej czasu na odpoczynek i troskę o zdrowie. Przed Tobą ważna i poważna decyzja finansowa.

**RAK**  
22 VI - 22 VII

W miłości zacznij się w końcu układać, ale... nie opowiadaj o problemach, tylko zorganizuj jakąś romantyczną kolację. W pracy kolejne kłopoty.

**LEW**  
23 VII - 22 VIII

Zrobi się naprawdę przyjemnie i wszyscy na tym skorzystają, szczególnie samotni. Nowe znajomości i osoba, która od początku wyda Ci się dobrym materiałem na nowego partnera.

**PANNA**  
23 VIII - 22 IX

Jeżeli będziesz dbał o swoje zdrowie tak jak dotąd, to nie powinno być żadnych problemów. Korzystaj z życia - siłownia, rower, tańce, a w piątek postaw na szaloną imprezę.

**WAGA**  
23 IX - 22 X

Pojawią się przelotne problemy i życie uczuciowe tak Cię pochłonie, że zapomnisz o pracy. I błąd. Nie spodoba się to Twojemu szefowi.

**SKORPION**  
23 X - 22 XI

Pamiętaj, że pozory często mylą, więc daj sobie czas i nie przekreślaj niczego na samym początku tygodnia. Nie powinno być większych rewolucji, ale bądź czujny.

**STRZELEC**  
23 XI - 21 XII

Musisz potwierdzić, że jesteś godnym zaufania pracownikiem, który zasługuje na pochwały, podwyżkę lub awans. Nikt Cię w tym nie wyręczy. Jeśli zapragniesz zmian, licz na Barana.

**KOZIOROŻEC**  
22 XII - 20 I

Odkrywaj i wyciągaj wnioski. Najbliższe dni bardzo pracowite i zawodowo, i towarzysko. W natłoku zajęć uważaj na słowa - możesz kogoś bardzo zranić.

**WODNIK**  
20 I - 20 II

Tydzień korzystny dla finansów. Nie ulegaj jednak nadmiernemu apetytowi na luksus, stróń od hazardu i nie inwestuj pod wpływem alkoholu.

**RYBY**  
20 II - 20 III

Ciekawe kontakty zawodowe, a także pewne szanse na sukces. Bądź szalenie praktyczny i dokładnie przeanalizuj pod względem materialnym swoje zaangażowanie w związek.

(ep)



# DESKA KOMPOZYTOWA

2,1 X 14,5 X 220 CM  
DOSTĘPNA W 3 KOLORACH



**32<sup>98</sup>**  
**szt.**

OFERTA WAŻNA DO WYCZERPANIA ZAPASU.

**castorama**

JELEŃ GÓRA  
Al. JANA PAWŁA II 11