



ANDRZEJ CZAPSKI: REAKTYWACJA

MIASTO WYGRAŁO PROCES

RADZYŃ PODLASKI | 2

Miasto wygrało sprawę o uznanie wniosku o dotację w wysokości 10 mln zł na realizację projektu „Rokoko na Nowo – rewitalizacja centrum Radzyna Podlaskiego”, obejmującego również remont korpusu głównego Pałacu Potockich. Wyrok został ogłoszony 5 lutego w Wojewódzkim Sądzie Administracyjnym w Lublinie. Oznacza to, że wniosek o dotację zostanie rozpatrzony ponownie, przez obecny Zarząd Województwa Lubelskiego.

20 LAT POD ŻAGLAMI

RADZYŃ PODLASKI | 2

Gdy zimą 1999 r. siedmiu pasjonatów, wśród których był i obecny komandor Zbigniew Wojtaś postanowiło założyć w Radzynie Podlaskiej klub żeglarski, niewiele wróżyło im sukces. W miniony weekend jubileusz 20-lecia klubu żeglarskiego „Korab” uświetnił wernisaz fotografii, dokumentujących wieloletnie żeglowanie radzynian, koncert „Ryczących dwudziestek” oraz tradycyjny bal żeglarski z udziałem „Hiszpańskich dziewczyn”.

CZŁOWIEK – INSTYTUCJA

BIAŁA PODLASKA | 5

49 wystaw i prelekcji od Skoków na Białorusi po Legnicę, 40 artykułów prasowych, zamieszczonych w lokalnych tygodnikach oraz periodykach naukowym, książka „Chwała Bohaterom. Miejsca Pamięci Narodowej żołnierzy niepodległości 1914-1920 r. w powiecie białskim” – to dorobek dr. Szczepana Kalinowskiego w minionym roku.

DOBRA WIEŚĆ DLA RADZYNIAN

RADZYŃ PODLASKI | 5

Radzyńscy radni wyrazili zgodę na udzielenie 85% bonifikaty osobom fizycznym, będącym właścicielami domów lub lokali mieszkalnych od opłaty jednorazowej za przekształcenie prawa użytkowania wieczystego we własność w odniesieniu do gruntów stanowiących własność miasta.

POSIŁKI DLA UCZNIÓW

GOSPODARKA | 6

Rząd Prawa i Sprawiedliwości konsekwentnie realizuje obietnice złożone wyborcom. Właśnie rusza program „Posiłek w domu i szkole”. Z budżetu państwa przeznaczono na ten cel 2,5 miliarda złotych.



Nie przebrzmiały jeszcze echa odwołania Bernadety Puczki i zastąpienia jej na stanowisku prezesa ZGL przez politycznego nominata Wojciech Chilewicza, a już mamy nową bombę! Andrzej Czapski, były prezydent Białej Podlaskiej, wraz z Bronisławem Broniewiczem w ostatnich wyborach samorządowych poparli w drugiej turze kandydaturę Michała Litwiniuka, kierując się – a jakże – dobrem miasta i mieszkańców. Drugi został przewodniczącym rady miasta. Andrzej Czapski czekał na rewanż trochę dłużej, ale opłaciło się: otrzymał stanowisko dyrektora finansowego miejskiej spółki Wod-Kan.

BIAŁA PODLASKA | 3

Nie trzeba jechać w góry

Wreszcie ferie! Aby poszusować na nartach nie trzeba jechać w góry. W woj. lubelskim – poza całorocznym międzyrzeckim stokiem – działa 8 stacji narciarskich. Wszędzie śniegu jest pod dostatkiem.



W województwie lubelskim działa 8 stacji narciarskich

WOJEWÓDZTWO LUBELSKIE

Wreszcie ferie. W woj. lubelskim działa 8 stacji narciarskich. Przy wszystkich oprócz tras i wyciągów otwarte są restauracje, w większości – dostępne także noclegi. Niestety – wszystkie oprócz stoku narciarskiego w Międzyrzeczu Podlaskim – położone są w południowej części województwa, ale to i tak znacznie bliżej niż do Tatr.

Na Roztoczu Zachodnim stacje narciarskie znajdują się w Batorzu i Chrzanowie (pow. janowski). Ośrodek Batorz Ski proponuje trzy oświetlone trasy zjazdowe o długości 350, 400 i 480 m, dwa wyciągi orczykowe, a także snow park i szkółkę dla dzieci. Na miejscu działa wypożyczalnia i serwis sprzętu oraz restauracja.

Nartraj w Chrzanowie to największa stacja narciarska z dziesięcioma trasami o długości 80 (ośla łączka) – 700 m, jedyną w województwie kolejką krzeselkową i trzema wyciągami orczykowymi. Na stoku działa też snow park, szkółka narciarska dla początkujących, wypożyczalnia sprzętu i restauracja.

Dwie stacje narciarskie działają na Roztoczu Środkowym – w Jacni koło Krasnobrodu oraz w Szopowym koło Józefowa.

Jacnia zaprasza na 6 oświetlonych tras zjazdowych o długości 200 – 460 m, z wyciągami orczykowymi. Atrakcją stacji jest tor snowtubingu, umożliwiający zjazdy w pontonach śnieżnych. Na miejscu można wypożyczyć sprzęt, a goście mogą skorzystać z restauracji i pokoi noclegowych.

Szopowe to 6 tras narciarskich długości do 400 m, z dwoma wyciągami orczykowymi, a także oddzielna trasa saneczkowa oraz ośla łączka. W pobliżu znajduje się karczma i obiekt noclegowy.

W niedalekim sąsiedztwie Roztocza – we wsi Bobliwo koło Izbicy – znajduje się stok z dwoma trasami o dł. 200 i 650 m, z 2 wyciągami talerzykowymi i wypożyczalnią sprzętu. W położonym w sąsiedztwie gościńcu możemy zjeść i przenocować.

Wśród stoków nadwiślańskich najbardziej oblegana jest Stacja Narciarska Kazimierz Dolny, zlokalizowana przy wjeździe do miasta od strony Lublina i Warszawy. Dysponuje ona pięcioma oświetlonymi trasami o długości 100 – 590 m, czterema wyciągami orczykowymi i wyciągiem taśmowym. Z boku stoku jest też trasa saneczkowa, a w budynku stacji działa wypożyczalnia sprzętu i restauracja.

W pobliżu Kazimierza, przy drodze do Puław, znajduje się ośrodek narciarski w Parchatce. Narciarze mają do wyboru trzy oświetlone trasy o długości 80 – 420 m, z wyciągami orczykowymi. Na miejscu działa szkółka narciarska, wypożyczalnia i serwis sprzętu, a w pobliskiej karczmie można nie tylko zjeść, ale i przenocować.

Trzeci z narciarskich ośrodków lubelskiego Powiśla – NartSport w Rąbłowiu dysponuje czterema oświetlonymi trasami o długości 160 – 420 m, ośłą łączką ze szkółką narciarską i snowparkiem. Na stoku jest pięć wyciągów orczykowych, działa wypożyczalnia sprzętu, jest gdzie zjeść i przenocować.

MIASTO WYGRAŁO PROCES

RADZYŃ PODLASKI

Miasto wygrało sprawę o uznanie wniosku o dotację w wysokości 10 mln zł na realizację projektu „Rokoko na Nowo – rewitalizacja centrum Radzyna Podlaskiego”, obejmującego również remont korpusu głównego Pałacu Potockich. Wyrok został ogłoszony 5 lutego w Wojewódzkim Sądzie Administracyjnym w Lublinie. Przypominamy, że Urząd Marszałkowski – instytucja zarządzająca Regionalnym Programem Operacyjnym Województwa Lubelskiego – ocenił projekt negatywnie. Oznajmił to 5 września na konferencji prasowej w Starostwie Powiatowym ówczesny marszałek Sławomir Sosnowski. Burmistrz Jerzy Rębek, uważając tę decyzję za zagrywkę polityczną, zapowiedział szukanie sprawiedliwości na drodze sądowej.

Wyrok Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego oznacza, że wniosek o dotację zostanie rozpatrzony ponownie, przez obecny Zarząd Województwa Lubelskiego.



Wniosek o dotację w wys. 10 mln na rewitalizację centrum Radzyna zostanie rozpatrzony ponownie

20 lat pod żaglami

RADZYŃ PODLASKI

Gdy zimą 1999 r. siedmiu pasjonatów, wśród których był i obecny komandor Zbigniew Wojtaś postanowiło założyć w Radzynie Podlaskim klub żeglarski, niewiele wróżyło im sukces. Gdzie Radzyń, a gdzie duża woda – chciało by się zapytać. A jednak udało im się! Od 20 lat radzyńscy żeglarze pływają nie tylko po jeziorze w pobliskim Firleju, gdzie mają swoją bazę, w której odbywają się inauguracje i zakończenia sezonów żeglarskich. Tam również stacjonują trzy mniejsze jachty, w tym regatowa 470, będąca klasą olimpijską. Cztery pozostałe, kabinowe, stanowią własność maszoperii, złożonych z członków klubu i pływają po Wielkich Jeziorach Mazurskich. Od wielu lat radzynianie żeglują też wycarterowanymi jachtami po Bałtyku i Morzu Śródziemnym.

W miniony weekend jubileusz 20-lecia klubu żeglarskiego „Korab” uświetnił wernisaż fotografii, dokumentujących



Od 20 lat radzynianie żeglują również po Bałtyku i Morzu Śródziemnym

wieloletnie żeglowanie radzynian, koncert „Ryczących dwudziestek” oraz tradycyjny bal żeglarski z udziałem „Hiszpańskich dziewczyn”. Stopy wody pod kilem!

Rekolekcje dla małżeństw

PARCZEW

Sanktuarium Matki Bożej Królowej Rodzin (ul. Kościelna 53) zaprasza na Remanent Małżeński – weekendowe rekolekcje,

które rozpoczną się w piątek 15 lutego br. o godz. 18, a poprowadzą je Monika i Daniel Leszczyńscy oraz ks. Łukasz Kałaska. Bliższe informacje i zapisy pod numerami telefonów 509 529 154 i 500 777 468.

Bajkał tam i powrotem

RADZYŃ PODLASKI

Gościem Roberta Mazurka podczas 27 edycji „Radzyńskich Spotkań z Podróżnikami” będzie Monika Radzikowska, która w środę 13 lutego o godz. 18 opowie w Filii nr 2 Miejskiej Biblioteki Publicznej (ul. Spółdzielcza 8) o swojej pięciomiesięcznej podróży nad Bajkał. – Będzie to „opowieść o opowieściach”: o ludziach spotkanych na syberyjskich drogach, o życiu w rosyjskim tirze, mafijnych porachunkach, oszustwach podatkowych, pijanych Buriatach wychodzących z mgły, gotyc-

kich drzewach, śpiących wojownikach, szamanach i duchach. I o Bajkale, który jest sercem Syberii – zapowiada Robert Mazurek.

Monika Radzikowska jest z wykształcenia archeologiem, a z zamiłowania włośczykijem. W 2013 r. odbyła pięciomiesięczną podróż po Rosji, Gruzji i południowej Europie, w 2014 przejechała archeologicznym szlakiem Norwegię, a w 2015 – autostopem całą Islandię. W ostatnich latach podejmuje głównie wyprawy na wschód (Mongolia, Ukraina, Białyorusz, Rosja). Prowadzi blog „W plecaku niesione.



Monika Radzikowska – archeolog z wykształcenia, włośczykij z zamiłowania

Historie zbierane po drodze”. Jest też autorką książki „Bajkał tam i z powrotem”.

Warsztaty podróżnicze „Zrozumieć świat”

Monika Radzikowska zaprasza dzieci w wieku 7 – 12 lat na warsztaty podróżnicze pt. „Zrozumieć świat”, które odbędą się również w środę 13 lutego o godz. 11 w sali kameralnej Radzyńskiego Ośrodka Kultury (ul. Jana Pawła II 4).

ZAWSZE Z TORA
tygodnik
Podlaski

BIAJA PODLASKA RADZYŃ PODLASKI MIĘDZYRZEC PODLASKI PARCZEW TERESPOL
TYGODNIK BEZPŁATNY
Nakład 10 000

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

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

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

WYDAWCA: APELLA Spółka Akcyjna
ul. Legionów 126-128, 81-472 Gdynia

REDAKTOR NACZELNY: Wojciech Hryniewicz
ZESPÓŁ: Piotr Frankowski (sport),
Ilona Gabrylewska, Agata Panasiuk

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

NA KRÓTKO

Znowu narkotyki

MIĘDZYRZEC PODLASKI

W styczniu informowaliśmy o zatrzymaniu przez białskich policjantów czterech dilerów, u których znaleziono amfetaminę i marihuanę, stanowiących równowartość 1166 porcji dilerkich. Luty rozpoczęli sukcesem mundurowi z Międzyrzecza Podlaskiego. Zatrzymali oni 27-latkę, posiadającą amfetaminę w ilości wystarczającej do sporządzenia prawie 300 „działek”.

Pomoc żywnościowa z UE

DIECZKA SIEDLECKA

Pomoc żywnościową z programu współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej mogą uzyskać osoby, których dochód miesięczny nie przekracza 1402,00 zł – w przypadku osoby samotnie gospodarującej i 1056,00 zł – dla osoby w rodzinie. Aby skorzystać z wsparcia należy zgłosić się do terenowego ośrodka pomocy społecznej i uzyskać skierowanie do udziału w programie, które stanowi podstawę przydziału artykułów żywnościowych.

Synekura Andrzeja Czapskiego

Jak się okazało, poparcie udzielone przez Andrzeja Czapskiego Michałowi Litwiniukowi przed drugą turą ubiegłorocznych wyborów samorządowych nie było bezinteresowne. Został on dyrektorem finansowym w miejskiej spółce Wod-Kan.

BIAŁA PODLASKA

Nie przebrzmiały jeszcze echa odwołania Bernadety Puczki i zastąpienia jej na stanowisku prezesa ZGL przez politycznego nominata Wojciecha Chilewicza, a już mamy nową bombę! Andrzej Czapski, były prezydent Białej Podlaskiej, otrzymał stanowisko dyrektora finansowego miejskiej spółki Wod-Kan.

Andrzej Czapski przez 16 lat był prezydentem Białej Podlaskiej. Po przegranych wyborach w 2014 roku pracował jako dyrektor Europejskiego Centrum Kształcenia i Wychowania w Roskoszy, a później zajmował stanowisko kierownika Oddziału Zezwoleń na Usunięcie Drzew i Krzewów filii Urzędu Marszałkowskiego w Białej Podlaskiej. W minionych wyborach kandydował na prezydenta miasta z KWW Radzyńskiego Stowarzyszenia Inicjatyw Lokalnych, a przed drugą turą, w której w szranki stanęli Dariusz Stefaniuk i Michał Litwiniuk, udzielił wraz z Bronisławem Broniewiczem, poparcia temu drugiemu. Było to o tyle dziwne, że nieco wcześniej jego kandydatura nie wzbudzała sympatii obu panów. Żaden z kandydatów, którzy weszli do drugiej tury nie jest z mojej bajki – mówił Bronisław Broniewicz, dodając, że gdyby poparł któregoś, zaprzeczyłby sensowi swojego startu w wyborach. Wtórował mu Andrzej Czapski, pytając retorycznie – Trudno jest poprzeć pana Litwiniuka, bo jak wytłumaczyć się z 4 lat koalicji z panem Stefaniukiem? Dlatego też zawarty sojusz zaowocował domniemaniami o podziale stanowisk: pierw-



Andrzej Czapski, dyrektor finansowy Wod-Kan

szy miał zostać przewodniczącym rady miasta, a drugi wiceprezydentem. Tę jednak informację zdementował Andrzej Czapski podczas pierwszej wspólnej konferencji prasowej stwierdzając, że nie interesują go funkcje polityczne. Pierwsze z przewidywań sprawdziło się, Bronisław Broniewicz został przewodniczącym rady miasta, choć wśród 23 radnych jest wraz z nim tylko trzech reprezentantów Białej Samorządowej. Andrzej Czapski zaś został dyrektorem finansowym miejskiej spółki Wod-Kan.

NA KRÓTKO

Warsztaty muzyczne

DRELÓW

Gminne Centrum Kultury (ul. Ogrodowa 2) zaprasza od 12 lutego br. we wtorki i czwartki do sali widowiskowej, gdzie w godz. 14 – 16 odbywać się będą otwarte warsztaty dla młodzieży i dorosłych. W programie: nauka gry na gitarze, akordeonie, śpiew oraz spotkania z muzykami. Wstęp wolny.

Laurka dla szkoły trenerów

BIAŁA PODLASKA

Jan Tomaszewski komentując dla wp.pl dwie bramki strzelone przez Krzysztofa Piątka z meczu Milanu z Napoli, wyraził się bardzo pochlebnie o białskiej Szkole Trenerów PZPN. – Dublet Piątka nie zrobił na mnie wrażenia, bo on potwierdza to, że prezes Boniek zmienił w ogóle system szkolenia i szkołę trenerską, która jest w Białej Podlaskiej. Ta szkoła siedem lat temu zaczęła szkolić trenerów, których głównym celem było przygotowanie młodych zawodników do gry w seniorach, a nie skupianie się na wynikach U-15, U-18. Po prostu Zbyszek dostosował ją do zachodnich wzorów – powiedział legendarny bramkarz.

Zaradni Polacy

Niemcy słyną z dobrej organizacji, Włosi z ognistego temperamentu, Francuzi z zamiłowania do kuchni. A jakie są cechy narodowe Polaków? Co odróżnia nas od reszty Europejczyków?

Jacy jesteśmy?

Gościnność, pracowitość, wytrwałość – oto trzy główne wyróżniki Polaków. Lubujemy się w przyjmowaniu gości, potrafimy ciężko pracować na sukces oraz uparcie dążymy do celu. Jednakże jest jeszcze jedna cecha, która wyróżnia nas na tle naszych sąsiadów...

Zaradność

Niespodziewana awaria w domu, nagły wydatek bądź inne nieoczekiwane zdarzenia – życie potrafi bardzo zaskakiwać. Co w takiej okoliczności zrobi typowy Polak? Wykaże się zaradnością i jak najszybciej zacznie szukać właściwego rozwiązania!

Właśnie z myślą o takich sytuacjach Kasa Stefczyka, z okazji jubileuszu 25-lecia, przygotowała Pożyczkę Zaratka, której comiesięczna rata jest tak mała, że z pewnością nie obciążą zanedo domowego budżetu!

To proste – wystarczy przyjść do najbliższej placówki i zapytać naszego eksperta!

Wybierz to, czego potrzebujesz:

1000 zł	Rata 25 zł
2000 zł	Rata 50 zł
3000 zł	Rata 75 zł
4000 zł	Rata 100 zł

Poznaj atuty Pożyczki Zaratka:

- mała rata - tylko 25 zł miesięcznej raty za każdy pożyczony 1000 zł!
- brak prowizji - absolutne 0%!
- szybkość - wstępna decyzja kredytowa już w 15 minut!
- RRSO tylko 9,38%

Chcesz wiedzieć więcej? Zapraszamy

Przykład reprezentatywny z dnia 1.04.2018 r. dla Pożyczki Zaratka: Całkowita kwota kredytu wynosi 1000,00 zł. Zmienna roczna stopa oprocentowania dla całkowitej kwoty kredytu wraz z kredytowanymi

kosztami (provizją 0 zł) wynosi 9%. Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO): 9,38%. Czas obowiązywania umowy – 48 miesięcy, 47 miesięcznych rat równych: 24,89 zł oraz ostatnia, 48. rata: 24,93 zł. Całkowita kwota do zapłaty: 1194,76 zł, w tym odsetki: 194,76 zł.

Pożyczka Zaratka dostępna wyłącznie w kwotach 1000 zł, 2000 zł, 3000 zł lub 4000 zł, dla Członków nieposiadających pożyczek lub kredytów w Kasie w okresie co najmniej 6 miesięcy przed dniem złożenia wniosku. Decyzja kredytowa zależy od indywidualnej oceny zdolności kredytowej.



Już teraz
złóż wniosek!

801 600 100
(koszt wg taryfy operatora)

PARTNEREM RUBRYKI PODLASIE Z KULTURĄ JEST SALTUS UBEZPIECZENIA

SALTUS
UBEZPIECZENIA

MUZEUM POWIĘKSZYŁO ZBIORY

Muzeum Południowego Podlasia posiada największy zbiór ikon w Polsce, w zdecydowanej większości pochodzących z przemytu z wschodniej granicy. W ubiegłym tygodniu dołączyły do nich dwie kolejne oraz ponad 200 innych zabytkowych przedmiotów, przekazanych przez Lubelską Służbę Celno-Skarbową.

BIAŁA PODLASKA

Na wschodniej granicy służby celne robią wszystko, aby przez unijną granicę nie „przebiekała” kontrabanda. Mimo, że pomysłowość osób przekraczających granicę bardzo często zadziwia, odpowiednio wyszkoleni ludzie i środki techniczne pozwalają na skuteczne „uszczelnienie” granicy.

Ze statystyk służb granicznych wynika, iż najczęściej przemycane są papierosy, natomiast drugie miejsce zajmują przedmioty zabytkowe i kolekcjonerskie. W ubiegłym tygodniu Lubelska Służba Celno-Skarbowa kolejny raz przekazała białskiemu muzeum cenne przedmioty zatrzymane na granicy.

– Muzeum Południowego Podlasia otrzymało z lubelskiej izby agencji skarbowej ponad 200 zabytkowych przedmiotów, zatrzymanych podczas przemytów na granicy wschodniej. Wśród przekazanych obiektów są dwie ikony,

monety kolekcjonerskie, odznaczenia wojskowe, medale z zawodów sportowych z lat 30. XX w. i niemieckie aparaty fotograficzne z lat 30. XX w. Zanim przedmioty te trafią na wystawę będą musiały być skatalogowane i opracowane naukowo – mówi dyrektor Violetta Jarząbkowska.

W białskim muzeum trwa remont głównego budynku. Po ukończeniu prac ekspozycje będą jeszcze bardziej atrakcyjne dla odbiorców.

– Już w tym roku będziemy realizowali nowe wystawy stałe ze zbiorów własnych Muzeum Południowego Podlasia: archeologiczną, historyczną, etnograficzną, wystawę malarstwa i ikon – zapowiada dyrektor Jarząbkowska.

Największy zbiór ikon w Polsce

Słowo „ikona” (eikon) w języku greckim oznacza: obraz, portret, wizerunek. W sztuce tym mianem określa się obrazy sakralne charakterystyczne dla chrześci-

jańskich kościołów obrządku wschodniego. Najczęściej przedstawiają Chrystusa, Jego mękę, Matkę Bożą, świętych oraz sceny z ich życia. Malarstwo ikony to wytwór kontemplacji, duchowości i przeżyć religijnych. Zdecydowana większość ikon jakie posiada Muzeum Południowego Podlasia pochodzi z przemytu z wschodniej granicy. Biała Podlaska jest największym miastem przy granicy polsko-białoruskiej. W zbiorach muzeum są obrazy powstałe od XVII do początku XX wieku. W kolekcji znajdują się ikony pisane tradycyjną techniką, czyli na desce, jak również ikony metalowe oraz szaty i księgi liturgiczne. – Muzea w Polsce organizują wystawy ikon z własnych zbiorów bądź ze zbiorów wypożyczanych z innych placówek muzealnych. Białskie muzeum wielokrotnie prezentowało ikony w innych muzeach na terenie całego kraju – mówi dyrektor Jarząbkowska.

AGATA PANASIUK



W ubiegłym tygodniu Lubelska Służba Celno-Skarbowa kolejny raz przekazała białskiemu muzeum cenne przedmioty zatrzymane na granicy



Dietetyczne pulpety

Dzisiaj danie szczególnie polecane preferujących lekkostrawną dietę. Pulpety przyrządzone z indyczego filetu, zawierają znikomą ilość tłuszczu. Dodatek warzyw wzbogaca ich smak, a kurkuma przyspiesza proces trawienia.

Składniki:

- 0,5 kg fileta indyczego
- 3-4 łyżki kaszki kukurydzianej
- 1 jajko
- 2 łyżki mąki pszennej
- marchewki
- kawałek pora
- nać pietruszki
- przyprawy: 2 ziarenka czarnego pieprzu, sól, szczypta kurkumy

Wykonanie:

Mięso myjemy i mielimy w maszynce. Następnie dodajemy kaszkę kukurydzianą, jajko, sól do smaku. Wszystko razem wyrabiamy na gładką masę i formujemy pulpety. Każdy z nich obtaczamy w mące.

W garnku gotujemy wywar z czarnego pieprzu oraz pokrojonych w kostkę marchewki i pora. Pulpety wkładamy do wrzątku, gotujemy ok. 35 minut na małym ogniu. Na koniec zagęszczamy sos mąką pszenną oraz doprawiamy do smaku solą i kurkumą. Całość gotujemy chwilę bez przykrycia. Przed podaniem potrawę posypujemy natką pietruszki.



Tekst i foto: MirKa



Czerwona kapusta

PORADY

Swój cudowny czerwono-fioletowy kolor ta kapusta zawdzięcza głównie antocyjanom, które są przeciwutleniaczami. A jak wiadomo mają one potężne właściwości antynowotworowe i przeciwzapalne. Ma w składzie przeciwutleniacze o wartości ORAC (Oxygen Radical Absorbance Capacity) wynoszącej:

- 2496 gdy jest surowa
- 3145 po ugotowaniu

To oznacza, że zdolność pochłaniania tlenu przez przeciwutleniacze zawarte w kapuście modrej wzrasta po jej ugotowaniu. Kapusta czerwona jest źródłem kwasu mlekowego, powstałego w czasie fermentacji, który oczyszcza organizm i wzmacnia system immunologiczny. Kwas mlekowy reguluje florę bakteryjną jelit, wspomaga trawienie i wchłanianie produktów przemiany materii oraz zmniejsza poziom cholesterolu.

Kapusta czerwona, podobnie jak i biała ma dużo cennych mikroelementów, jak potas, sód, magnez, żelazo czy wapń. Witaminy z grupy C, E i zawarty w niej betakaroten zmniejszają również ryzyko występowania zmian miażdżycowych. Oprócz bogactwa właściwości odżywczych czerwona kapusta jest niskokaloryczna. Jej 100 g zawiera tylko 31 kcal. Sok z kapusty ma udowodnione właściwości przeciwzapalne, a okłady z niego i samych liści łagodzą obrzęki i potłuczenia. To również naturalny środek na pozbycie się nadmiaru wody z organizmu. Sprawdzone jest jego zastosowanie również przy owrzodzeniach układu pokarmowego. Oczywiście wszystko to wymaga systematyczności w stosowaniu. Należy co najmniej przez 2-3 tygodnie regularnie pić sok z kapusty. A dzienna porcja to 1 szklanka. Możemy go również zmieszać z sokiem wyciśniętym z innych owoców, jak np. jabłek lub dodać odrobinę wody.

OPRAC. MAŁGORZATA TYMOSZUK

TeleKino z całą rodziną!

Hit w Kinie



Planeta Singli 3

MERKURY | BIAŁA PODLASKA

Każdy ma problemy z rodziną. Tomek i Ania wreszcie decydują się na ślub. Wesele – na prośbę Ani – odbędzie się na wsi, u krewnych Tomka, z którymi ten od pewnego czasu nie utrzymuje kontaktów. Okazuje się, że jego bracia i matka są jak włoska rodzina – każda rozmowa grozi wybuchem, a od wielkiej miłości do awantury jest czasami tylko krok. Do tego matka Ani, która przyjeżdża na wesele z dużo młodszym partnerem, rozmija się z wyobrażeniami matki Tomka o statecznej teściowej dla syna. Nie zabraknie nowych problemów w życiu weselnych gości – Oli i Bogdana, których małżeństwo zostanie wystawione na ciężką próbę przez raczkującego Mikołaja, a także Zośki, która polską wieś oglądała dotychczas tylko na Instagramie. Ale prawdziwą iskrą pod beczką prochu będzie dopiero niespodziewany przyjazd na ślub od lat niewidzianego ojca Tomka.

Repertuar kinowy

BIAŁA PODLASKA

Kino Merkury

„Chłopiec z burzy” (dubbing) – Australia, familijny/przygodowy: 12.02. godz. 8:45
„LEGO® PRZYGODA 2” (dubbing) – Australia/Dania/USA, animowany/przygodowy: 8.02. godz. 17:00; 9–10.02. godz. 10:30, 12:30, 16:30; 11–13.02. godz. 10:30, 14:30, 16:30; 14.02. godz. 11:00, 15:00



„Mia i biały lew” (dubbing) –



Francja, familijny/przygodowy: 11.02. godz. 8:40



„Planeta Singli 3” – Polska, komedia/romantyczny: 8.02. godz. 15:00, 20:45; 9–10.02. godz. 14:30, 18:30, 20:40; 11–13.02. godz. 18:30, 20:40; 14.02. godz. 13:00, 17:00, 19:00, 21:00



„Zimna wojna” – Francja/Polska/Wielka Brytania, dramat: 8.02. godz. 19:00



Filmowe Ferie za 11 zł: „Ralph Demolka w internecie” (dubbing) – USA, animowany/familijny/przygodowy: 11.02. godz. 12:30

Filmowe Ferie za 11 zł: „Sekretny świat kotów” – Chiny, animowany/komedia: 12.02. godz. 12:30



Filmowe Ferie za 11 zł: „Księżniczka i smok” – Rosja, animowany: 13.02. godz. 12:30

TANIE PONIEDZIAŁKI – 11 lutego bilety na wszystkie seanse – 14 zł

Bilet do kina „Merkury” dla Czytelników

Aby wziąć udział w konkursie i mieć szansę na wygranie jednej z dwóch pojedynczych wejściówek do Kina Merkury na film „Planeta Singli 3” wystarczy wysłać SMS-ową odpowiedź na pytanie dotyczące tego filmu: jakie są imiona głównych bohaterów komedii?

a) Zenon i Beata

b) Tomek i Ania

Wyslij SMS pod numer 7248 o tre-

ści tpkino.X, gdzie (po kropce) w miejsce „X” należy wpisać odpowiedź na pytanie.

Koszt SMS-a to 2,46 zł z VAT. Na SMS-y czekamy od 8 lutego do 10 lutego 2019 r. do godz. 23:59. Wygrywają dwie pierwsze osoby, które najszybciej prawidłowo odpowiedzą na pytanie postawione powyżej. O wygranej poinformujemy SMS-em. Wejściówki na film do zrealizowania w środę 13

lutego 2019 r. Udział w konkursie jest jednoznaczny z akceptacją regulaminu konkursu, który dostępny jest w siedzibie redakcji „Tygodnika Podlaskiego” przy ul. Francuskiej 36, 21-500 Biała Podlaska, od poniedziałku do piątku w godz. od 9.00 do 16.00 z wyjątkiem dni ustawowo wolnych od pracy oraz na stronie www.tygodnikpodlaski.pl w zakładce „Konkursy”.

PIĄTEK

8 LUTEGO

TVP 1

TVP 1

5:00 Telezakupy
5:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
6:15 Wieczna miłość (111) telenowela
7:05 Elif (420) serial obyczajowy
8:00 Wiadomości
8:10 Pogoda
8:15 Kwadrans polityczny
8:40 Blondynka (12) serial obyczajowy
9:40 Komisarz Alex 5 (64) serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz 2 (28) serial kryminalny
11:30 Korona królów (171) telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:35 Agropogoda program informacyjny
12:40 Rok w zagrodzie: Jagnięcina – zdrowa alternatywa
13:00 Natura w Jedynce: U wybrzeży Nowej Zelandii 2: Półwysep Banksa (5) serial dokumentalny
14:00 Elif (421) serial obyczajowy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! magazyn interwencyjny
15:35 Magazyn śledczy Anity Gargas (101)
16:05 Wieczna miłość (112) telenowela
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:00 Klan (3427) telenowela
18:30 Korona królów – taka historia... (21)
18:55 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:35 The Wall. Wygraj marzenia (46) teleturniej
21:35 Taniec pustyni dramat biograficzny, Zjednoczone Emiraty Arabskie/Rumunia/Wielka Brytania 2014
23:25 El Principe – dzielnica zła (11/49) serial
0:25 El Principe – dzielnica zła (12/49) serial
1:20 Dzika ziemia dramat przygodowy, Niemcy 2013
3:35 Magazyn kryminalny 997
4:25 Ocaleni reality show
5:25 Zakończenie programu

TVP 2

TVP 2

5:20 Koło fortuny (174) teleturniej
6:00 Egzamin z życia (24) serial obyczajowy
6:50 Anna Dymna – spotkajmy się: Katarzyna, Ireneusz i Maja Jońscy
7:20 Na sygnale: Polowanie na małpy (214) serial fabularno-dokumentalny
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:35 Pogoda
8:40 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Panorama
8:50 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Panorama
11:05 Pogoda
11:10 Pytanie na śniadanie magazyn
11:25 Rodzinka.pl: Zazdrość (108) serial komediowy
11:55 Barwy szczęścia (1997) serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny (175) teleturniej
13:15 Miłosne potyczki (19) serial obyczajowy
14:00 Coś dla ciebie magazyn
14:30 Operacja zdrowie! (16) magazyn medyczny
15:10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział: Złe emocje (28) serial obyczajowy
16:00 Koło fortuny (415) teleturniej
16:35 Familiada teleturniej
17:10 Łzy Cennet (110/116) serial obyczajowy
18:00 Panorama
18:25 Pogoda
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Rodzinka.pl: Opiekunki (2) serial komediowy
19:05 Na sygnale: Sytuacja podbramkowa (44) serial fabularno-dokumentalny
19:35 Barwy szczęścia (1997) serial obycz.
20:10 Barwy szczęścia (1998) serial obycz.
20:45 E-mc2 komedia sensacyjna, Polska 2002
22:35 La La Poland (5) program rozrywkowy
23:15 Sherlock 4: Sześć razy Thatcher (1/3) serial kryminalny
1:00 Księżyc i Valentino film obyczajowy, Wielka Brytania/USA 1995
2:50 American Hustle. Amerykański przekręt dramat kryminalny, USA 2013
5:05 Zakończenie programu

TV TRWAM

TRWAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Polski punkt widzenia
8:40 Słowo życia
8:45 Jezus. Królestwo bez granic
9:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat
9:45 Duc in altum rozważania
10:00 Informacje dnia
10:15 Lodowa podróż film dok., USA 2015
11:00 Ziemia Święta – ziemia bez chrześcijan
11:25 Głos Polski: Antoni Macierewicz
11:35 W Solankowej Dolinie film dok.
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Jakby w zwierciadle film dok., USA 2011
13:15 Chłopcy z Namugongo film dok.
14:00 «Będę jej głównym Patronem» – Andrzej Bobola 1809 r. film dok., Polska
14:45 Pocztówka z Indii. Dom Matki Teresy z Kalkuty film dokumentalny, Polska 2014
14:55 Słowo życia
15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia
15:20 Mocni w wierze
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia
16:10 Siódmy sakrament
16:35 Świat na wyciągnięcie ręki
17:00 Aktywna zima: Nauka jazdy na nartach biegowych, część 1
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Westerplatte młodych
18:55 Przegląd tygodnika «Niedziela»
19:00 Warto zauważyć w mijającym tygodniu
19:45 Modlitwa z telef. udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Wysłuchaj Ojczyzna: Ks. prof. Paweł Bortkiewicz TChr
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Księżyc i Valentino (20) serial religijny
22:50 Jestem gotowy na wszystko film dokumentalny, Polska 2002
23:35 Życie Karola Wojtyły film dokumentalny, Włochy 2008

TVN

tvn

5:10 Uwaga! magazyn reporterów
5:35 Mango telezakupy
6:50 Kuchenne rewolucje: Franc Josef, Katowice (3) program rozrywkowy
7:50 Doradca smaku (24)
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn paradokumentalny
11:00 Ukryta prawda (654) serial paradokumentalny
12:00 Szpital (496) serial paradokumentalny
13:00 Szkoła (397) serial paradokumentalny
14:00 Zakochani po uszy (14/120) telenowela
14:30 Kuchenne rewolucje: Małdyty, Zajazd pod Kłobukiem (12) program rozrywkowy
15:30 Szkoła (398) serial paradokumentalny
16:30 Szpital (497) serial paradokumentalny
17:30 Ukryta prawda (655) serial paradokumentalny
18:30 Zakochani po uszy (15/120) telenowela
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Na skraju jutra film SF, Australia/USA 2014
22:35 Wyspa thriller SF, USA 2005
1:15 Życie bez wstydu (9) reality show
2:20 Kuba Wojewódzki: talk-show
3:15 Uwaga! magazyn reporterów
3:30 Moc magii interaktywny program rozrywkowy

TVN7

7

4:45 Gotowe na wszystko 2 (22/24) serial obyczajowy
5:40 Ukryta prawda: Wirtualna miłość (472) serial paradokumentalny
6:45 Sąd rodziny: Decyzja z miłości (8/52) serial fabularno-dokumentalny
7:45 Szpital (206) serial paradokumentalny
8:45 Przyjaciele (13/25) serial komediowy
9:15 Przyjaciele (14/25) serial komediowy
9:45 Zakochani po uszy (14/120) telenowela
10:15 Mango telezakupy
11:55 19+ (15/38) serial paradokumentalny
12:25 Ukryta prawda: Nierozważny trójgiąt (270) serial paradokumentalny
13:25 Sąd rodziny: Co do grosza (9/52) serial fabularno-dokumentalny
14:25 Sędzia Anna Maria Wesołowska (45) serial fabularno-dokumentalny
15:25 Szpital (207) serial paradokumentalny
16:25 Gotowe na wszystko 2 (23/24) serial obyczajowy
17:25 Przyjaciele (15/25) serial komediowy
17:55 Przyjaciele (16/25) serial komediowy
18:25 Brzydula (183) serial komediowy
18:55 Brzydula (184) serial komediowy
19:30 Zakochani po uszy (15/120) telenowela
20:00 Miłość jak narkotyk komedia romantyczna, USA 1997
22:10 Mission: Impossible 3 film sensacyjny, Niemcy/Chiny/USA 2006
0:40 W garniturach (9/12) serial obyczajowy
1:40 Oszuści 2 (6/10) serial obyczajowy
2:40 Moc magii interaktywny program rozrywkowy
4:50 Druga strona medalu (1/8) talk-show
5:25 Zakończenie programu

POLSAT

POLSAT

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Telezakupy TV Okazje magazyn reklamowy
6:00 Nowy dzień program informacyjny
9:00 SuperPies (9) magazyn poradnikowy
9:30 Malanowski i partnerzy (626) serial fabularno-dokumentalny
10:00 Dzień, który zmienił moje życie (71) serial paradokumentalny
11:00 Dlaczego ja? (834) serial paradok.
12:00 Gliniarze (115) serial paradok.
13:00 Trudne sprawy (781) serial paradok.
14:00 Pierwsza miłość (2818) serial obyczajowy
14:45 Dlaczego ja? (707) serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 (170) serial paradokumentalny
17:00 Gliniarze (100) serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość (2819) serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (382) serial komediowy
20:10 Kochaj albo rzuć komedia, Polska 1977
22:40 Poszukiwacze zaginionej Arki film przygodowy, USA 1981
1:00 Opętani horror, Zjednoczone Emiraty Arabskie/USA 2010
3:25 Tajemnice losu program rozrywkowy

SOBOTA

9 LUTEGO

TVP 1 TVP 1

5:35 Klan (3423) telenowela
6:00 Klan (3424) telenowela
6:25 Sprawa dla reportera magazyn interw.
7:20 Rok w ogrodzie (730) magazyn
7:45 Rok w ogrodzie extra magazyn
8:00 Pełnosprawni (287) magazyn dla niepełnosprawnych
8:25 Natura w Jedyńce: Planeta Lasów: Gaj oliwiny serial przyrodniczy
9:00 Studio Raban magazyn dla młodzieży
9:25 Spis treści (51) rozmowy z A. Doboszem
10:00 Korona królów – taka historia... (21)
10:30 Korona królów (168) telenowela hist.
11:00 Korona królów (169) telenowela hist.
11:30 Korona królów (170) telenowela hist.
12:00 Korona królów (171) telenowela hist.
12:30 Podmuch energii (8) cykl reportaży
12:50 Jak to działa?: Ewolucja (156)
13:20 Spis treści (51) rozmowy z A. Doboszem
13:30 Okrasa łamie przepisy
14:05 Blondynka 7 (88) serial obyczajowy
15:00 Sanatorium miłości (3) reality show
16:00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Lahti konkurs drużynowy (w przerwie Teleexpress)
18:55 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! magazyn interwencyjny
20:25 Sport magazyn sportowy
20:30 Komisarz Alex 12: Fatalny przypadek (149) serial kryminalny
21:30 Echo serca (4) serial obyczajowy
22:30 Hit na sobotę: Saga wikingów film przyg., Niemcy/Szwajcaria/RPA 2014
0:15 Funny Games U.S. thriller, Francja/Niemcy/Włochy/USA/Austria 2007
2:10 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
2:40 Taniec pustyni dramat biograficzny, Zjednoczone Emiraty Arabskie/Rumunia/Wielka Brytania 2014
4:30 Spis treści (51) rozmowy z A. Doboszem
4:35 Zakończenie programu

TVP 2 TVP 2

5:15 Koto fortuny (176) teleturniej
5:55 Barwy szczęścia (1994) serial obyczajowy
6:25 Barwy szczęścia (1995) serial obyczajowy
7:00 M jak miłość (1417) serial obyczajowy
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
11:15 Pogoda
11:20 Pytanie na śniadanie magazyn poradnikowy
11:45 To je Borowicz. Podróże ze smakiem (8) magazyn kulinarny
12:20 Wymarzona dziewczyna komedia, USA 2015
14:00 Familiada teleturniej
14:35 Koto fortuny (416) teleturniej
15:15 Kabaret w samo południe (8) program rozrywkowy
16:15 Stowo na niedzielę: Blisko Boga
16:25 Rodzinka.pl serial komediowy
17:00 Alternatywy 4: Wesele (8/9) serial komediowy
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:25 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Postaw na milion teleturniej
19:25 Kulisy «Postaw na milion»
19:35 Lajki! magazyn kulturalny
20:05 The Voice Kids 2. Bitwa (12) widowisko
21:40 The Voice Kids 2. Sing Off (12) widowisko
22:20 American Hustle. Amerykański przekręt dramat kryminalny, USA 2013
0:40 The Good Doctor 2 (26) serial obyczajowy
1:30 La La Poland (5) program rozrywkowy
2:05 Sherlock 4: Sześć razy Thatcher (1/3) serial kryminalny
3:40 E=mc2 komedia sensacyjna, Polska 2002
5:14 Zakończenie programu

TV TRWAM TRWAM

8:00 Informacje dnia
8:15 Westerplatte młodych serial obyczajowy
8:55 Stowo życia
9:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny VII rok
10:00 Informacje dnia
10:15 100 cudownych miejsc na świecie
10:25 Myśląc Ojczyzna: Ks. prof. Paweł Bortkiewicz TChr
10:35 Polski punkt widzenia
11:00 Kropelka radości
12:00 Anioł Pański
12:03 Informacje dnia
12:20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu
12:50 Porady medyczne bonifratrów
13:20 Siódmy sakrament
13:45 Ocalić od zapomnienia
13:55 Święty na każdy dzień
14:00 Pionierzy dramatu obyczajowy, USA 2012
15:30 Wierzę w Boga
15:45 Przyroda w obiektywie (9) magazyn przyrodniczy
16:00 Informacje dnia
16:10 Edward Stachura z tego świata film dokumentalny, Polska 2014
17:00 Z Parlamentu Europejskiego
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:25 Przegląd tygodnika «Niedziela»
19:30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
19:45 Modlitwa z telef. udziałem dzieci
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Prof. Mieczysław Ryba
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Polski punkt widzenia
22:00 Historia królowej Estery (3) serial
22:55 Kartka z kalendarza
23:00 Pamięć Sybiru film dok., Polska 2017

TVN TVN

5:20 Uwaga! magazyn reporterów
5:45 Mango teledaktyki
8:00 Dzień Dobry TVN
11:00 Na Wspólnej (2819) serial obyczajowy
11:25 Na Wspólnej (2820) serial obyczajowy
11:50 Na Wspólnej (2821) serial obyczajowy
12:25 Na Wspólnej (2822) serial obyczajowy
12:50 Domowe rewolucje (8-ost.) program rozrywkowy
13:50 Ameryka Express (12) reality show
15:25 Zakochani po uszy (11/120) telenowela
15:55 Zakochani po uszy (12/120) telenowela
16:25 Zakochani po uszy (13/120) telenowela
17:00 Zakochani po uszy (14/120) telenowela
17:30 Zakochani po uszy (15/120) telenowela
18:00 Kuchenne rewolucje: Esencja i Smak, Pszów (13) program rozrywkowy
19:00 Fakty
19:25 Sport magazyn sportowy
19:35 Pogoda
19:40 Raport smogowy
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Zimowa opowieść dramat obyczajowy, USA 2014
22:25 To skomplikowane komedia, USA 2009
1:00 28 dni później horror, Francja/Wielka Brytania/USA 2002
3:25 Uwaga! magazyn reporterów
3:45 Moc magii interaktywny program rozrywkowy

TVN7 TVN7

5:30 Ukryta prawda: Pechowiec (473) serial paradokumentalny
6:45 Mango teledaktyki
8:50 Brzydula (175) serial komediowy
9:25 Brzydula (176) serial komediowy
10:00 Brzydula (177) serial komediowy
10:35 Brzydula (178) serial komediowy
11:05 Brzydula (179) serial komediowy
11:45 Brzydula (180) serial komediowy
12:15 Brzydula (181) serial komediowy
12:50 Święteczne psiaki film familijny, Kanada/USA 2009
14:45 Agent Cody Banks komedia sensacyjna, Kanada/USA 2003
16:55 RRRrrrr!!! komedia, Francja 2004
19:00 Młode szpady film przygodowy, Francja 2001
21:05 Komediowa sobota: Co z oczu, to z serca komedia kryminalna, USA 1998
23:40 W cieniu chwały dramat kryminalny, Niemcy/USA 2008
2:25 Moc magii interaktywny program rozrywkowy
4:35 Druga strona medalu (2/8) talk-show
5:05 Druga strona medalu (3/8) talk-show
5:35 Zakończenie programu

POLSAT POLSAT

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Teledaktyki TV Okazje magazyn reklamowy
6:00 Nowy dzień program informacyjny
8:30 Królowa Śniegu 2 film animowany, Rosja 2013
10:00 Ewa gotuje (318) magazyn kulinarny
10:30 Brzdąc w opałach komedia, USA 1994
12:35 Wyznania zakupoholiczki komedia romantyczna, USA 2009
14:45 Queen of Poland 2018 (1) program rozr.
15:25 Queen of Poland 2018 (2) program rozr.
15:50 Kabaret na żywo: Przychodzi baba do lekarza (1)
17:50 Chtopaki do wzięcia (143) serial dokumentalny
18:20 Chtopaki do wzięcia (144) serial dokumentalny
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (383) serial komediowy
20:10 Noc w muzeum film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2006
22:35 Speed – niebezpieczna szybkość film sensacyjny, USA 1994
1:05 Abraham Lincoln: Łowca wampirów film fantasy, USA 2012
3:20 Tajemnice losu program rozrywkowy

NIEDZIELA

10 LUTEGO

TVP 1 TVP 1

4:55 Klan (3425) telenowela
5:15 Klan (3426) telenowela
5:40 Klan (3427) telenowela
6:05 Słownik polsko@polski talk-show
6:35 wojsko-polskie.pl cykl reportaży
7:00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
8:00 Tydzień magazyn rolniczy
8:30 Zakochaj się w Polsce: Świnoujście (103)
9:00 Ziarno: Co to jest miłość? program dla dzieci
9:35 Panama papieża Franciszka
10:05 Pisane na wietrze melodramat, USA 1956
11:55 Między ziemią a niebem magazyn
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem magazyn
12:40 Misja w Afryce: Wiaderko wody reportaż
13:00 Spis treści (52) rozmowy z A. Doboszem
13:10 BBC w Jedyńce: Kamery wśród zwierząt (2/3) film dokumentalny, Wielka Brytania/USA 2018
14:10 Komisarz Alex 12 (149) serial krym.
15:05 Kuloodporne serce (5/8) serial obycz.
16:05 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Lahti (w przerwie Teleexpress)
18:35 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
20:00 Pogoda
20:10 Sport magazyn sportowy
20:15 Blondynka 7 (89) serial obyczajowy
21:15 Sanatorium miłości (4) reality show
22:15 Zakochana Jedyńka: Znow cię Kocham komedia romantyczna, USA 2015
23:50 Saga wikingów film przygodowy, Niemcy/Szwajcaria/RPA 2014
1:40 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
2:35 Funny Games U.S. thriller, Francja/Niemcy/Włochy/USA/Wielka Brytania/Austria 2007
4:25 Spis treści (52) rozmowy z A. Doboszem
4:30 Zakończenie programu

TVP 2 TVP 2

5:15 Stowo na niedzielę: Blisko Boga
5:25 Barwy szczęścia (1996) serial obyczajowy
5:55 Barwy szczęścia (1997) serial obyczajowy
6:25 Barwy szczęścia (1998) serial obyczajowy
7:00 M jak miłość (1418) serial obyczajowy
7:55 Pytanie na śniadanie magazyn
8:45 Pogoda
8:50 Panorama
8:55 Pytanie na śniadanie magazyn
10:45 Pogoda
10:55 Rodzinne oglądanie: Impale i gazelopki z Serengeti film przyrodniczy, Holandia 2008
11:55 Gwiazdy w południe: Królowie Słońca film przygodowy, USA 1963
14:00 Familiada teleturniej
14:35 Koto fortuny (417) teleturniej
15:15 Bake off – Ale ciacho! 5 (8) widowisko
16:15 Bake off – Ale przepis 5 (8) widowisko
16:30 The Voice Kids 2. Bitwa (12) widowisko
17:35 The Voice Kids 2. Sing Off (12) widowisko
18:00 Panorama
18:20 Pogoda
18:25 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Na dobre i na złe: Męski problem (730) serial obyczajowy
19:30 Rodzinka.pl serial komediowy
20:05 Kwiat pustyni dramat biograficzny, Niemcy/Wielka Brytania/Austria 2009
22:20 Ostatni taki ZAYAZD – jubileusz Lecha Makowieckiego koncert
23:40 Kino bez granic: Slow West western, Nowa Zelandia/Wielka Brytania 2015
1:15 Performer film obyczajowy, Polska 2015
2:35 Kwiat pustyni dramat biograficzny, Niemcy/Wielka Brytania/Austria 2009
4:40 Zakończenie programu

TV TRWAM TRWAM

8:00 Słowo życia
8:05 Polski punkt widzenia
8:30 Z Parlamentu Europejskiego
9:00 Myśląc Ojczyzna: Prof. Mieczysław Ryba
9:10 Spotkanie z Magdą Buczek
9:15 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
9:30 Msza święta z kapłicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze
10:35 Przegląd tygodnika «Niedziela»
10:40 Cuda Jezusa (11) serial religijny
11:35 Królowa Śnieżka (11) serial animowany
12:00 Anioł Pański z Ojcem Św. Franciszkiem
12:20 Wieś – to też Polska
13:30 Papież Polak do rodaków
14:35 Kartka z kalendarza
14:40 100 cudownych miejsc na świecie
14:55 Kosmos film dok., Polska 2006
15:55 Familiada teleturniej
16:00 Informacje dnia
16:10 Koncert zyczeń
17:00 Tam, gdzie Bóg płacze serial dok.
17:30 Okiem kamery
18:00 Anioł Pański
18:05 Informacje dnia
18:15 Rozmowy niedokończone
19:00 Msza święta w intencji ofiar katastrofy smoleńskiej w Bazylice Archikatedralnej pw. Męczeństwa św. Jana Chrzyciela w Warszawie
20:00 Informacje dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzna: Prof. Mirosław Piotrowski
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Informacje dnia
21:40 Lisieux, dom małej Tereski film dokumentalny, Francja 2016
22:35 Śladami historii: Kresy Wschodnie
22:40 Tydzień z Ziemi Świętej
23:00 Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej
23:30 Wspomnienia Sybiraków «10 luty będziemy pamiętać!»

TVN TVN

5:20 Uwaga! magazyn reporterów
5:45 Mango teledaktyki
8:00 Dzień Dobry TVN magazyn
11:00 Co za tydzień
11:40 Potop (1/2) film historyczny, Polska 1974
15:00 Farciarz Gilmore komedia, USA 1996
17:00 Historia Kopciuszka komedia romantyczna, Kanada/USA 2004
19:00 Fakty
19:25 Sport magazyn sportowy
19:35 Pogoda
19:40 Raport smogowy
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Tu się gotuje! (9) magazyn kulinarny
20:05 John Carter film przygodowy, USA 2012
22:55 Uniwersalny żołnierz thriller SF, USA 1992
1:10 MasterChef (14-ost.) program rozrywkowy
2:40 Uwaga! magazyn reporterów
3:00 Moc magii interaktywny program rozrywkowy

TVN7 TVN7

5:40 Ukryta prawda: Stalking (474) serial paradokumentalny
6:50 Mango teledaktyki
8:55 Przyjaciele (15/25) serial komediowy
9:30 Dziewczyny z Hollywood: Joan Crawford (15/17) program rozrywkowy
9:50 Brzydula (182) serial komediowy
10:25 Brzydula (183) serial komediowy
11:00 Brzydula (184) serial komediowy
11:35 Zakochani po uszy (11/120) telenowela
12:05 Zakochani po uszy (12/120) telenowela
12:40 Zakochani po uszy (13/120) telenowela
13:15 Zakochani po uszy (14/120) telenowela
13:45 Zakochani po uszy (15/120) telenowela
14:20 Beethoven 7: Święteczna przygoda film familijny, Kanada/USA 2011
16:05 Młode szpady film przygodowy, Francja 2001
18:10 Liceum Avalon film dla młodzieży, USA 2010
20:00 Mission: Impossible 4 – Protokół duchów film sensacyjny, Czechy/Zjednoczone Emiraty Arabskie/USA 2011
22:50 Stan zagrożenia film sensacyjny, USA 1994
1:45 Agentka o stu twarzach 2 (19/22) serial sensacyjny
2:45 Moc magii interaktywny program rozrywkowy
4:40 Zakończenie programu

POLSAT POLSAT

4:55 Disco Gramy program muzyczny
5:40 Teledaktyki TV Okazje magazyn reklamowy
6:00 Nowy dzień program informacyjny
9:10 Sindbad: Legenda siedmiu mórz film animowany, USA 2003
10:55 Noc w muzeum film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2006
13:20 Poszukiwacze zaginionej Arki film przygodowy, USA 1981
15:50 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 10: Special program rozrywkowy
17:50 Nasz nowy dom (104) reality show
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w państwie program publicystyczny
20:05 Opolska Noc Kabaretowa 2017 – 800 lat Opola
23:20 Gliniarz z Beverly Hills 3 komedia sensacyjna, USA 1994
1:40 Prometheus horror SF, Wielka Brytania/USA 2012
4:10 Kabaretowa Ekstraklasa (112) program rozrywkowy

Emerycie, Rencisto,
odbierz 50 zł

Spełnij warunki i skorzystaj z promocji „Senior z wpływem”

Jeżeli swoje świadczenie zaczniesz teraz przelewać na swój rachunek płatniczy w Kasie Stefczyka, otrzymasz od nas jednorazowo 50 złotych.

Dbamy o naszych seniorów!



CZŁOWIEK – INSTYTUCJA

49 wystaw i prelekcji od Skoków na Białorusi po Legnicę, 40 artykułów prasowych, zamieszczonych w lokalnych tygodnikach oraz periodykach naukowym, książka „Chwała Bohaterom. Miejsca Pamięci Narodowej żołnierzy niepodległości 1914-1920 r. w powiecie bialskim” – to dorobek dr. Szczepana Kalinowskiego w minionym roku.

BIAŁA PODLASKA

Dr Szczepan Kalinowski nikomu z mieszkańców Południowego Podlasia bliżej przedstawiać nie trzeba. Poprosił historyka, publicystę, kolekcjonera i bibliofila, chętnie i bezinteresownie

dzielącego się swą wiedzą i zbiorami, o dokonanie podsumowania minionego roku – 100 lecia odzyskania niepodległości.

Red. Jaki był dla pana ten rok, szczególnie – z racji 100 rocznicy odzyskania niepodległości, zbieżnej z pańskimi za-

interesowaniami?

Szczepan Kalinowski – Nie ukrywam, że pracowitszy niż poprzednie. Więcej niż zwykle wygłosiłem prelekcji, więcej też przygotowałem wystaw. Największa, obejmująca ponad 400 eksponatów „Generał T. Kościuszki i jego sekretarz J. U. Niemcewicz”, odbyła się na Białorusi, w muzeum w pałacu Niemcewiczów w Skokach. Dodać do tego trzeba tysiące kilometrów spędzonych za kierownicą i częstą nieobecność w domu.

Red. Jest pan już na emeryturze. Ciepłe pantofle i telewizor nie kuszą? Skąd bierze pan tyle energii?

Szczepan Kalinowski – Ignacy Józef Kraszewski pisał: Są ludzie stworzenie do czynu. Jest to nałóg, jest to niepokój ducha, jest to już taka natura... Taką mam naturę i ...bardzo wyrozumiałą żonę.

Red. Otrzymał pan w ubiegłym roku statuetkę patrona Białej Podlaskiej Św. Michała Archanioła, za kultywowanie patriotycznych wartości i tytuł Honorowego Obywatela Gminy Kąkolewnica...

Szczepan Kalinowski – To bardzo miłe, ale pamiętać trzeba, że robię to przede wszystkim dla ludzi, nie dla splendorów.

Red. A jak, wśród tylu zajęć, znalazł pan jeszcze czas na napisanie książki?

Szczepan Kalinowski – Ta książka, „Chwała Bohaterom. Miejsca Pamięci Narodowej żołnierzy niepodległości 1914-1920 r. w powiecie bialskim” to efekt wieloletniej pracy i badań. Wystarczyło usiąść i napisać. Ukończyłem ją już w ubiegłym roku, ale ukaże się w roku bieżącym, ponieważ – aby była kompletna – postanowiłem uzupełnić ją o miejsca powstałe w ostatnim czasie.



foto: Archiwum Szczepana Kalinowskiego

Ze kultywowanie wartości patriotycznych dr. Szczepan Kalinowski otrzymał statuetkę patrona Białej Podlaskiej Św. Michała Archanioła wartości i tytuł Honorowego Obywatela Gminy Kąkolewnica

Dobra wieść dla radzynień

Radzyńscy radni wyrazili zgodę na udzielenie 85% bonifikaty osobom fizycznym, będącym właścicielami domów lub lokali mieszkalnych od opłaty jednorazowej za przekształcenie prawa użytkowania wieczystego we własność w odniesieniu do gruntów stanowiących własność miasta.

RADZYŃ PODLASKI

Koniec z opłatami za użytkowanie wieczyste. Zamiast 99 opłat z tytułu użytkowania wieczystego zapłacimy 20 rocznych opłat przekształceniowych. W dniu 1 stycznia 2019 r. użytkownicy wieczystości gruntów, na których stoją ich domy, na mocy obowiązującej ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. o przekształceniu prawa użytkowania wieczystego

gruntów zabudowanych na cele mieszkaniowe w prawo własności tych gruntów stali się ich właścicielami.

W świetle ustawy rada miasta może podjąć uchwałę określającą wysokość bonifikaty przysługującej osobom fizycznym będącym właścicielami budynków mieszkalnych jednorodzinnych lub lokali mieszkalnych lub spółdzielniom mieszkaniowym od opłaty za dany rok w odniesieniu do gruntów stanowią-

cych własność miasta. Radzyńscy radni skorzystali z tej możliwości i wyrazili zgodę na udzielenie tym osobom 85% bonifikaty. Trzeba dodać, że bonifikata ustawowa dla gruntów stanowiących własność Skarbu Państwa to 60%.

W ciągu 12 miesięcy użytkownicy wieczystości otrzymają urzędowe zaświadczenie potwierdzające przekształcenie użytkowania wieczystego we własność. Zaświadczenia z urzędu otrzymają także



foto: Karol Niewęglowski

85% bonifikaty to medalowa i modelowa decyzja radnych Radzyna Podlaskiego

sądy rejonowe, które dokonają wpisów w księgach wieczystych. W zaświadczeniu właściciele, którzy uwłaszczyli się na danym gruncie, otrzymają informacje o wysokości opłaty za przekształcenie.

Ci użytkownicy wieczystości, którzy będą mogli i chcieli skorzystać z bonifikaty, po otrzymaniu zaświadczenia złożą wniosek i wówczas urząd miasta wyliczy im kwotę, którą powinni zapłacić.

POSIŁEK W DOMU I SZKOLE

Rząd Prawa i Sprawiedliwości konsekwentnie realizuje obietnice złożone wyborcom. Właśnie rusza program „Posiłek w domu i szkole”. Z budżetu państwa przeznaczono na ten cel 2,5 miliarda złotych.

GOSPODARKA

Walka z mafiami wyłudzającymi VAT, dobre gospodarowanie środkami i bardzo szybki rozwój gospodarczy Polski pozwalają rządowi uruchamiać programy realnie wpływające na nasze codzienne życie. Po 500 plus, obniżeniu wieku emerytalnego czy bezpłatnych lekach dla seniorów przyszedł czas na pomoc uczniom.

Dbanie o Polskę, dbanie o dzieci

Rząd przyjął rozporządzenie w sprawie programu „Posiłek w domu i szkole”, o czym poinformowali premier Mateusz Morawiecki, szefowa Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Elżbieta Rafalska i minister edukacji narodowej Anna Zalewska.

– Dbanie o Polskę zaczyna się od dbałości o polskie dzieci, o polską młodzież. Państwo musi wpierać dzieci i my tym samym dajemy temu bardzo wyraźny wyraz – powiedział podczas specjalnej konferencji prasowej premier Morawiecki.

Szef rządu przedstawił podstawowe za-

łożenia programu.

– Przeznaczamy 200 mln złotych na zakup sprzętu, remont stołówek, dostosowanie ich do standardów europejskich. Nasz program zakłada wydatki na poziomie 2,5 mld złotych, by sfinansować zdrowe, polskie, pyszne

program to zdrowa, polska żywność, która będzie służyć dzieciom przez wiele, wiele lat – dodał premier Mateusz Morawiecki.

Narzędzie edukacyjne

Minister edukacji narodowej Anna

dów, przede wszystkim do szkół, bo wakacje to dobry moment na remonty. – Zamiast były w szkole zapewniony będzie ciepły, smaczny, dobrej jakości posiłek – powiedziała z kolei szefowa MRPiS Elżbieta Rafalska. – Nasz program będzie obowiązywał w latach

będą mogły przeznaczyć dotacje właśnie na pomoc dla nich. Kryterium będzie dochód – dla osób samotnych maksymalny dochód uprawniający do skorzystania z programu to 1051 złotych a dla rodzin 792 złotych na osobę w gospodarstwie domowym. W ra-

Walka z mafiami wyłudzającymi VAT, dobre gospodarowanie środkami i bardzo szybki rozwój gospodarczy Polski pozwalają rządowi uruchamiać programy realnie wpływające na nasze codzienne życie. Po 500 plus, obniżeniu wieku emerytalnego czy bezpłatnych lekach dla seniorów przyszedł czas na pomoc uczniom.

jedzenie. Każde dziecko będzie miało możliwość spożycia przynajmniej jednego posiłku w szkole. Trudno przyswoić wiedzę z pustym żołądkiem i my ten głód wiedzy zaspokajamy tak, by wszystkie dzieci miały co jeść, bo w zdrowym ciele zdrowy duch. Nasz

Zalewska podkreśliła, że posiłek i jedzenie to rodzaj „narzędzia edukacyjnego”.

– Posiłek i jedzenie to narzędzie edukacyjne – powiedziała Minister Edukacji Narodowej Anna Zalewska. – Do końca czerwca pieniądze trafią do samorządów

2019-2023. Może z niego skorzystać ponad 2 tys. samorządów.

Także dla seniorów

Jak wyjaśniła Rafalska, z programu będą mogli skorzystać także seniorzy i osoby najbiedniejsze – samorzady

mach programu przewidziano wsparcie finansowe gmin w udzieleniu pomocy w formie posiłku, zasiłku celowego na zakup posiłku lub żywności oraz świadczenia rzeczowego w postaci produktów żywnościowych.

FP

ZIELONA WYSPA CZY RUCHOME PIASKI

Nowoczesna „Wiosna” w tęczowym kolorze

nowy urzędnik – rzecznik przyrody – wreszcie ktoś się zajmie futrzakami i poranną rosą, bo smog zlikwiduje przy pomocy zamknięcia kopalń (na Śląsku poparcie wyborcze mrowane). Nie będzie już wycinki drzew, zniesiony zostanie konkordat i lekcje religii, będzie za to antykoncepcja przed i po, a klauzula sumienia pójdzie w niebyt. Jakby tego było mało, będzie 500 Plus na każde dziecko, co oznacza ok. 25 mld

(2 700 zł), co będzie kosztować kolejne 7-8 mld zł. Rekord wydatków planu gospodarczego nowej partii Roberta Biedronia, o uroczej nazwie Wiosna bije jednak na głowę propozycja likwidacji wszystkich kopalń do 2035 r., co oznaczałoby wydatki idące raczej w setki miliardów złotych. Tylko likwidacja kilku kopalń w latach 2007-2015 zakładała koszt od 8 do 13 mld zł, a łączny koszt z rentami i emeryturami,

energii od Niemców. I wtedy będziemy mieli najczystsze powietrze w Europie, koniec smogu, tyle, że będziemy siedzieć po ciemku. Nowa, tęcząca partia Roberta Biedronia obiecuje też likwidację kontroli skarbowych i kontrolę przez internet, a przecież jeszcze prościej by było np. poprzez jasnowidza. Partia Wiosna będzie ścigać za łapanie Konstytucji, choć wydaje się, że sama w swym programie naru-

realistyczny ugrupowania Roberta Biedronia ma ponoć kosztować tylko 35 mld zł, ale raczej zapomniano dopisać do tego rachunku jedno 0. Swoją drogą ciekawe kto ufundował tę wspianą konwencję partii Wiosna? Czyżby otwarty jak zawsze na antynarodowe, neoliberalne, globalistyczne i lewackie nowinki George Soros? Można też sądzić, że swym wspianym, programowym wystąpieniem Robert Biedroń

Kompetencji ani uczciwości nie nabywa się tylko z tytułu własnych preferencji w sferze miłości, seksualność nie gwarantuje profesjonalizmu i trafionych wizji programowych i gospodarczych.

zł więcej niż obecnie. Nie wiadomo tylko jeszcze co z dziećmi adoptowanymi przez pary homoseksualne. Żeby było jeszcze bardziej bogato i sympatycznie wszyscy dostaną emerytury (1 600 zł), a najniższa płaca minimalna w przyszłym roku wzrośnie aż o 500 zł

kosztami polikwidacyjnymi, rekultywacyjnymi, to nawet kwota ok. 60 mld zł. Zamknięcie wszystkich kopalń w Polsce jak proponuje Robert Biedroń oznaczałoby w praktyce albo zamknięcie prawie wszystkich elektrowni albo wielki import węgla lub zakup

szą ją w kilku co najmniej artykułach. Ciekawe choćby jak chce zlikwidować KRRi? Podobno partia Wiosna nikogo nie wyklucza, a co z sympatykami zimy: tzw. morsami, narciarzami czy hokeistami? Cały ten program skrajnie populistyczny i mało

przekonał wielu niezdecydowanych, by głosować jednak na PiS. Niestety kompetencji, ani uczciwości nie nabywa się tylko z tytułu własnych preferencji w sferze miłości, seksualność nie gwarantuje profesjonalizmu i trafionych wizji programowych i gospodarczych.



JANUSZ SZEWCZAK
Poseł PiS

Choć luty, to podobno w Polsce wiosna wkoło. Tyle tylko, że Wiosna trwa u nas do 21 czerwca, skoro więc nie może być mądrzej, to niech będzie chociaż weselej. Konwencja nowej partii Roberta Biedronia, to rzeczywiście czy stał się imaginacja, prawie jak u Johna Lennona. Były poseł Ruchu Palikota wszystkim zadeklarował miłość i każdemu chce zrobić dobrze, w razie kłopotów z nadmiarem uczuć zapewnienia aborcję na życzenie do 12 tygodnia. Obiecuje wypełnić testament śp. prezydenta Gdańska, tylko nie do końca wiadomo czy oznacza to, że każdy Polak będzie miał szansę na 5 mieszkań i 30 kont bankowych. Obiecuje koniec nienawiści, oczywiście nie dotyczy to kościoła, księży czy katolików, będzie in-vitro, śluby homoseksualne i związki partnerskie i każdy będzie miał teraz szczęście w miłości. Jednocześnie uwolni matpy i misie z cyrków oraz zlikwiduje hodowle zwierząt futerkowych, nie wiadomo jednak co z dorożkami, chomikami i papugami w klatkach. Będzie

AGD

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

BUDOWLANE

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

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

MATRYMONIALNE

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

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

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

MEBLE

BIURKO meblowe. Tel. 697611976

MOTORYZACJA

MAZDA 323F, 2003 r., 1.6b, 3 tys. zł. Tel. 603376572

NIERUCHOMOŚĆ SPRZEDAM

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

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

NAUKA

POMAGAM pisać prace. Tel. 506059858

ODZIEŻ

GARNITURY XXL, Modne Wzory, ul. Zamkowa, Biała Podlaska. Tel. 535 939 512

STRÓJ narciarski nowy. Tel. 697611976

PRACA ZATRUDNIĘ

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

ROLNICZE

KUPIĘ wszystkie ciągniki i maszyny rolnicze. Dobre i uszkodzone. Spalone i bez papierów. Dzwon dogadamy się. Tel. 693888308

SKUP zboża, kukurydzy, grochu, łubinu, min. 20t, zapewniam transport. Tel. 691278002

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

RÓŻNE

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

USŁUGI

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

ZDROWIE

MEDYCINA estetyczna i anti-aging, lek. med. Małgorzata Konon-Kisiel, botox, kw. hialuronowy, peelingi medyczne, leczenie łysienia i nadmiernej potliwości. Tel. 501620981

TWOJA REKLAMA

w Tygodniku Podlaskim (10 tysięcy nakładu)

tel. 695 353 321 reklama@tygodnikpodlaski.pl

Ogłoszenie drobne w Tygodniku Podlaskim.

To proste. Wystarczy wysłać SMS.

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

1. Co wpisać w SMS-ie?

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

2. Jak umieścić ogłoszenie w odpowiedniej rubryce?

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

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

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

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

3. Pod jaki numer wysłać SMS?

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

4. Kiedy ukaże się moje ogłoszenie?

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

5. Ile to kosztuje?

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

Nieudany weekend pingpongistów

TENIS STOŁOWY

W II lidze Wola Osowińska przegrała z Grot-Michałem Werbkowice 2:8. Trzecioligowy Baczyński Biała Podlaska zre-

misował w Biłgoraju 5:5. W IV lidze Huragan Międzyrzec Podlaski uległ w Lubartowie STS-owi 2:10, a Ekonomik Biała Podlaska również w Lubartowie przegrał z kobiecą ekipą Lewartu 4:10.

Wola Osowińska – Grot-Michał Werbkowice 2:8

Wola: Ł. Bernat, Baran 1, Wardzyński 1, Mateusiak, Wardzyński – Mateusiak, Bernat – Baran



UMKS Biłgoraj – Baczyński Biała Podlaska 5:5

Baczyński: Kroszczyński 1, Nowosielski 1, Naumiuk 2, Borodziuk, Chojnowski, Kroszczyński – Nowosielski 1, Naumiuk – Borodziuk



Lewart (K) Lubartów – Ekonomik Biała Podlaska 10:4

Ekonomik: Szot 1, Płusko 1, Bondarzewski 1, Skrzyński, Szot-Skrzyński 1, Płusko-Bondarzewski



STS Lubartów – Huragan Międzyrzec Podlaski 10:2

Huragan: Wawryniuk, Sawczuk, Karpiuk, Staniszewski 1, Staniszewski-Wawryniuk 1, Sawczuk – Karpiuk



Awans Olimpii

PIŁKA RĘCZNA

Olimpia Biała Podlaska we własnej hali toczyła boje 1/16 Mistrzostw Polski Juniorów. Okazała się zdecydowanie najlepsza i z kompletem zwycięstw zapewniła sobie udział w kolejnej rundzie tych rozgrywek.

W najbliższą sobotę o godz. 18 w hali

przy ul. Marusza AZS AWF Biała Podlaska podejmie Uniwersytet Radom, Olimpia zaś w niedzielę o godz. 15 zagra w Siemiatyczach.

Pozostałe mecze turnieju:

TS Siemiatycze – Juwenia Rzeszów 26:21
Kusy Kraków – TS Siemiatycze 26:26
5:4

Kusy Kraków – Juwenia Rzeszów 36:20

KOŃCOWA TABELA TURNIEJU

	1.	2.	3.	4.
	Olimpia	Kusy	Siemiatycze	Juwenia
	3	3	3	3
	9	5	4	0
	110:60	88:80	70:83	57:102

Olimpia Biała Podlaska – Kusy Kraków

34:26 (16:15)

Olimpia: Stroiński, Niedzielski – Jaszczuk 5, Fic 4, Cielecki 1, Polok 10, Michalczyk 1, Olichwiruk 3, Szyszko 6, Tarasiuk 1, Grochowski, Kobyliński 1



Olimpia Biała Podlaska – Juwenia Rzeszów

40:16 (21:6)

Olimpia: Polak, Stroiński – Leszczuk, Jaszczuk 1, Cielecki 1, Polok 9, Michalczyk 1, Olichwiruk 4, Szyszko 10, Tarasiuk 9, Winnicki 1, Grochowski 1, Kobyliński 1



Olimpia Biała Podlaska – TS Siemiatycze

36:18 (13:6)

Olimpia: Polak, Stroiński, Niedzielski – Leszczuk 1, Jaszczuk 3, Fic 1, Cielecki 1, Polok 10, Michalczyk, Olichwiruk 6, Szyszko 9, Tarasiuk 3, Grochowski 1, Kobyliński 1



WYGRANA I PORAŻKA

PIŁKA NOŻNA

W Sulejówku Orłeta Radzyń Podlaski mimo, że strzeliły jedną bramkę, a rywale dwie, wygrały 3:0. Zawodnikiem ekipy Rafała Borysiuka został Tomasz Zaręba. Sebastian Kaczyński zaś nie był zadowolony z zaproponowanych warunków finansowych i opuścił Radzyń. Kolejnym przeciwnikiem radzynian będzie Olimpia Zambrów.

Podlasie sparowało w Zambrowie i uległo miejscowej Olimpii 0:2.

W najbliższy weekend Orłeta zagrają w Zambrowie, a Podlasie w sobotę o godz. 11 podejmie juniorów Motoru Lublin.

Victoria Sulejówek – Orłeta Radzyń Podlaski

0:3 (0:2)

Bramki: Parobczyk 25 (sam.), Kiczuk 30, Uthke-Nowak 48 (sam.)



Orłeta: Stężala (65 Klebaniuk) – Ciborowski, Kiczuk, Kursa (65 Jaworski), Szymala, A. Kot (80 G. Kot), Panufnik (65 Bożym), Kalita (46 Rycaj),

Zaręba (46 Waniowski), Ilczuk (75 Musiatowicz), Wojczuk (85 Kania)

Olimpia Zambrów – Podlasie Biała Podlaska

2:0 (2:0)

Bramki: Jackiewicz 25, Zalewski 35



Podlasie: Zagórski – Renkowski, Mitura, Konaszewski, Komar, Korol, Dmitruk, Kosieradzki, Dmowski, Tkaczuk, Chmielewski oraz Wrzosek,

Andrzejuk, Całka, Leśniak, Chyta, Hołownia, Siemieniuk, Syryjczyk, Kruczyk, Tabałow

Sparingi

PIŁKA NOŻNA

AZS PSW BIAŁA PODLASKA

???

ORLETA RADZYŃ PODLASKI

2:0 Mazovia Mińsk Maz., 1:3 Podlasie Biała Podlaska, 3:0 Victoria Sulejówek, 9.02 – Olimpia Zambrów, 16.02 – Avia Świdnik, 20.02 – Chełmianka, 23.02 – Stal Kraśnik, 2.03 – Lewart Lubartów

PODLASIE BIAŁA PODLASKA

3:1 Orłeta Radzyń Podlaski, 0:2 Olimpia Zambrów, 9.02 – Motor Lublin (CLJ), 13.02 – Mazovia Mińsk Maz., 16.02 – Lublinianka, 23.02 – Chełmianka, 2.03 – KS Wasilków, 10.03 – Tytan Wisznice

Transferowa karuzela

PIŁKA NOŻNA



PODLASIE BIAŁA PODLASKA

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

TOP-54 Biała Podlaska)

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



ORLETA RADZYŃ PODLASKI

Przychodzą: Tomasz Zaręba (Sparta Szepietowo)

Odchodzą: Juri Perin (szuka klubu), Michał Panufnik (Pogoń Siedlce?)

Kolejne mecze bez zwycięstwa

SIATKÓWKA

Międzyrzec Huragan choć prowadził w Augustowie już 2:0, to ostatecznie – zgodnie ze starą siatkarską maksymą – przegrał 2:3. AZS AWF po bardzo wyrównanych setach uległ Cisom 0:3 i wciąż zamyka tabelę III ligi.

18. kolejka

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

II LIGA, GRUPA II

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
	BAS	Legia	Metro	AZS UWM	Wola	Huragan M.P.	Centrum	Huragan W.	AZS UW
	16	16	16	16	16	16	16	16	16
	47	37	32	24	20	18	15	12	11
	48:6	42:20	36:23	32:32	27:34	29:40	23:38	21:41	18:42

9. kolejka

Kudłaty – Tempo 2:3

Powiślak – Krasnik 3:1

Cisy – AZS AWF 3:0

III LIGA

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
	Cisy	Arka	Powiślak	Tempo	Kudłaty	Betzyce	Kraśnik	AZS AWF
	8	8	9	9	9	6	8	9
	21	20	15	11	10	9	7	6
	23:6	22:7	19:18	15:17	13:19	13:12	11:20	6:23

Zaproszenie na brydża

BRYDŻ SPORTOWY

UKS Kraszak zaprasza w poniedziałki do Hotelu Delfin, gdzie o godzinie 18. rozgrywane są turnieje brydżowe w ramach Mistrzostw Miasta Biała Podlaska w cyklu rocznym, zaś w każdy drugi poniedziałek miesiąca – turnieje w ramach Korespondencyjnych Mistrzostw Polski. Zapraszamy.

Centrum Augustów – Huragan Międzyrzec Podlaski

3:2

(22:25, 20:25, 25:17, 25:10, 15:11)

Huragan: Sobieszczak, Nowacki, Gołębiowski, Łęgowski, Gajosz, Kępka, Michał Bielecki (L) oraz Szabaciuk, Malczewski, Ostapowicz, Sulej, Robert



Cisy Natęczów – AZS AWF Biała Podlaska

3:0

(26:24, 25:22, 26:24)

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

