

# GŁOS

## TYGODNIK NOWOHUCKI

13 marca 2020 r., nr 11 (1510)

cena 3,00 zł (w tym 8% VAT)

www.glos-tn.krakow.pl

Zamieszkać na granicy  
Wieliczki i Krakowa już od **5250 zł/m<sup>2</sup>**

Wieliczka, ul. Różana  
12 km od Rynku Głównego w Krakowie  
600 m od granicy Krakowa  
mieszkania o pow. 49,62 do 113,11 m<sup>2</sup>  
mieszkania z ogródkiem  
garaże, miejsca postojowe

www.ostoya.wieliczka.pl  
t. 503 037 097, 501 890 300



W NUMERZE M.IN. • W NUMERZE M.IN. • W NUMERZE M.IN. • W NUMERZE M.IN.

**Koronawirus w Krakowie...** ➔ str. 2

**Zdrowie od pszczoł, czyli o apiterapii** ➔ str. 5

**Zaproszenie do programu Aktywni Młodzi** ➔ str. 9

**22 marca Światowy Dzień Wody** ➔ str. 15



## Łąki kwietne w Nowej Hucie Czytaj na str. 11

### TRADYCYJNE WĘDLINY

Józef Aksamit zaprasza  
do swojego pawilonu nr 466  
na bazarze „Tomex”.

Czynne: wt.–pt. 8.00–15.00,  
sob. 7.30–14.00.

**Wędliny z małych masarni!**

### FUNDACJA WIĘCEJ SERCA

organizacja non profit

W ramach zadań statutowych  
organizuje bezpłatne warsztaty  
dla zainteresowanych grup  
pod hasłem „**UCZMY SIĘ RATOWAĆ ŻYCIE**”

W celu pozyskania środków na ten cel  
Fundacja prowadzi obsługę firm,  
osób fizycznych i prawnych (także online) w zakresie:  
• ksiąg rachunkowych • KPIR • ryczałtów  
• obsługi kadrowo-płacowej • ZUS

**ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY**  
**Tel. 503 602 661**

F.H.U. „ELMAR”

Plac Targowy „Piast”, paw. 3 (os. Piastów 60A)

### ROWERY:

sprzedaż, komis, części i akcesoria rowerowe, serwis

Santander  
CONSUMER BANK

# 10x0%

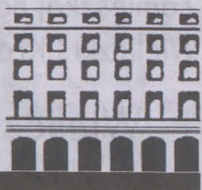
raty

10x0%

SPRAWDŹ



9 771231 858005 1 1



## DYŻUR W „GŁOSIE”



Głosy i interwencje Czytelników są inspiracją wielu naszych tekstów. Dlatego zapraszamy na nasze dyżury redakcyjne (NCK, pok. 206).

W najbliższy piątek, 13.03, w godzinach 12.00–13.00, dyżurować będzie w redakcji red. Sławomir Pietrzyk (tel.: 12 643-44-33).

W pozostałe dni tygodnia można się z nim kontaktować za pomocą poczty sp64@onet.pl.

## ZMARLI KRONIKA PAMIĘCI

W rubryce podajemy bezpłatnie imię, nazwisko i wiek Zmarłego. Natomiast na życzenie rodzin zamieścimy dodatkowe informacje.

\*\*\*

- Franciszek BRÓZDA, lat 73
- Stanisław BURNAT, lat 82
- Maria CYBULSKA, lat 89
- Edward GWIAZDA, lat 86
- Lucja HOFBAUER, lat 85
- Zofia JANUS, lat 83
- Maria JARZYŃSKA, lat 87
- Edmund KIELIBA, lat 79
- Józef KOWALIK, lat 82
- Marian KOZIEŃ, lat 91
- Stanisława KUBASIAK, lat 87
- Helena KUCHARCZYK, lat 95
- Emilia KUPCZYK, lat 96
- Zofia PACIORA, lat 86
- Bronisław PERLICKI, lat 84
- Emilia PRZYBEK, lat 94
- Zbigniew RÓSNER, lat 79
- Helena SIEROSŁAWSKA, lat 90
- Marian SKRZYPEK, lat 89
- Agnieszka SZCZYGIEL, lat 36
- Krzysztof SZNAJDER, lat 84
- Zofia WALCZAK, lat 83
- Henryk WARYLAK, lat 80
- Cecylia WOLAK, lat 85
- Józef ZIEMBIŃSKI, lat 57

Ogłoszenia zakładów pogrzebowych i nekrologi drukujemy na str. 12.

Powstaną buspasy i zężenia jezdni preferujące pieszych

# ALEJA ANDERSA MA SIĘ ZMIENIĆ

W najbliższym czasie, już na wiosnę tego roku, zostanie przeprowadzony remont jednej z najważniejszych nowohuckich arterii komunikacyjnych. Mają tu być wykonane: nowe oświetlenie, linie akustyczne, buspasy dla komunikacji miejskiej i, co najważniejsze, słupki przed przejściami dla pieszych. Podobne rozwiązanie funkcjonuje na ul. Armii Krajowej w Bronowicach. Jedno z największych przejść dla pieszych w rejonie dawnego kina „Świt” ma być rozdzielone wysepkami na krótsze przejścia, ułatwiając tym samym przemieszczenie się na drugą stronę jezdni. Te rozwiązania wynikają z wytycznych przeprowadzonego audytu przejść dla pieszych twierdzi Michał Pyclik z Zarządu Dróg UMK.



Niektórzy mieszkańcy osiedli przylegających do al. Andersa obawiają się korków na tej arterii komunikacyjnej, które już się zdarzają w godzinach szczytu rejonie Ronda Kocmyrzowskiego. Jak twierdzi mieszkaniec os. Niepodległości J.S. (nazwisko i imię dla wiadomości redakcji), obecnie już trudno jest wyjechać z tego osiedla w godzinach szczytu. Ograniczenie al. Andersa przez buspasy do jednej jezdni oraz wprowadzenie dodatkowych zężeń dla pieszych spowoduje totalne zakorkowanie tej alei i jeszcze bardziej utrudni wjazd na tą aleję z sąsiadujących ulic osiedlowych.

Michał Pyclik z ZD UMK wyjaśnia, że większość zężeń będzie tylko optyczna i sprowadzi się tylko do zamontowania słupków przy przejściach dla pieszych. Zężenie jezdni do jednego pasa zostanie wykonane jedynie przed Rondem gen. Maczka. Tam jest

jedno a najbardziej niebezpiecznych przejść, gdzie dochodzi do licznych wypadków.

Zdaniem radnego miejskiego Sławomira Pietrzyka buspasy sprawdzają się w centrum Krakowa. Trzeba dawać pierwszeństwo komunikacji miejskiej z której korzysta coraz większa grupa mieszkańców. Z buspasa korzystają także samochody uprzywilejowane zmierzające do udzielenia pomocy. Al. Andersa podobnie jak aleja Trzech Wieszców w centrum Krakowa odgrywa ważną rolę komunikacyjną i buspasy tam się sprawdzają. Trzeba z tych doświadczeń skorzystać w Nowej Hucie. W przypadku przejść dla pieszych też należy korzystać z rozwiązań preferujących pieszych. Jednak należy obserwować zastosowane rozwiązania i w razie ich się nie sprawdzania dokonywać korekt na bieżąco.

(mp) Fot. autor

# KORONAWIRUS W KRAKOWIE...

... i w Nowej Hucie, albowiem pierwszy pacjent w Małopolsce zarażony COVID-19 trafił 8 marca do powiatowego szpitala im. Stefana Żeromskiego w Nowej Hucie. Ponad 60-letni pacjent wrócił 29 lutego br. z Włoch samolotem na lotnisko Chopina w Warszawie i stamtąd swoim samochodem powrócił do Krakowa. Jak poinformowano na konferencji prasowej w poniedziałek 9 bm. u Wojewody Małopolskiego ten pacjent zachował się w Warszawie i stamtąd swoim samochodem powrócił do Krakowa. Jak poinformowano na konferencji prasowej w poniedziałek 9 bm. u Wojewody Małopolskiego ten pacjent zachował się w Warszawie i stamtąd swoim samochodem powrócił do Krakowa. Jak poinformowano na konferencji prasowej w poniedziałek 9 bm. u Wojewody Małopolskiego ten pacjent zachował się w Warszawie i stamtąd swoim samochodem powrócił do Krakowa.

zarażonych tą chorobą. Na dzień 10 marca stwierdzono w Polsce 22 przypadki zachorowania osób zarażonych COVID-19, 230 osób jest hospitalizowanych, a ponad 1000 poddanych kwarantannie domowej. Z reguły są to osoby przyjeżdżające z Włoch, Niemiec lub Wielkiej Brytanii, a także osoby mające kontakt z takimi podróżnikami. Chorym nawet został dowódca wojska polskiego, który wrócił z narady w Niemczech.

W tej sytuacji w kraju zostają podejmowane zdecydowane działania zmierzające do zahamowania infekcji. Sejm uchwalił specustawę, która pozwala na szybką reakcję organów administracyjnych w razie rozprzestrzeniania się choroby. Zapewniono również środki finansowe na walkę z epidemią. Już zakazano organizacji imprez masowych, a kolejne zakazy są tylko kwestią czasu i przebiegu epidemii w poszczególnych rejonach kraju.

Na pewno trzeba zachować powagę i spokój i nie popadać w panikę. Najlepiej starać się ograniczać kontakty z większymi grupami ludzi. Starsze osoby, które najgorzej znoszą tę chorobę powinny przebywać raczej w domu i tylko w niezbędnych przypadkach kontaktować się z otoczeniem. I jeszcze jedno, należy przestrzegać zasad higieny i myć często ręce, a na pewno po powrocie z zewnątrz.

Polski Narodowy Fundusz Zdrowia prowadzi całodobową infolinię (tel. 800 190 590) udzielającą informacji o postępowaniu w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem lub zagładnąć na stronie [www.nfz.gov.pl](http://www.nfz.gov.pl) (sp)

# REMONT KOLEJNEGO FRAGMENTU UL. BULWAROWEJ

We wtorek, 10 marca br., rozpoczęły się kolejne prace na ul. Bulwarowej. Tym razem, nowe oblicze zyska fragment pomiędzy ulicami: Odmogile, a Wojciechowskiego (ok. 300 m). W czasie remontu wymieniona zostanie nawierzchnia jezdni. Odnowiony zostanie chodnik wraz z krawężnikami. Ruch prowadzony będzie wahadłowo. Prace

potrwają około miesiąca, a ich realizacja uzależniona jest od warunków pogodowych. Póki co te warunki są dobre i mamy nadzieję, że terminy zostaną dotrzymane. Zatem kolejny fragment nowohuckiej infrastruktury odzyska lepszą użyteczność dla pieszych i pojazdów z niej korzystających.

(MP)



**KARAWAN** GRUPA  
FIRM POGRZEBOWYCH  
TRADYCJE OD 1981 ROKU

# Rozliczenia bezzgotówkowe

**DYŻUR CAŁODOBOWY**  
również w Niedziele i Święta

tel.12 4 111 111

tel.12 658 21 11

ul.Sieroszewskiego 5b

Nowa Huta

ul.Bieżanowska 24 Tel. 12 658 21 11  
całą dobę

ul.Rakowicka 33a Tel. 12 412 89 83  
całą dobę Tel. 12 4 111 111

ul.Dolnych Młynów 3 Tel. 12 632 11 22  
8.00 - 15.00

ul.Sieroszewskiego 5b Tel. 12 686 61 20  
całą dobę 12 686 61 45

os.Na Skarpie 20 Tel. 12 686 43 40  
8.00 - 15.00

ul.Wrocławska 8 Tel. 12 631 77 95  
8.00 - 16.00

Cm. Grebałów Tel. 12 645 14 35  
8.00 - 15.30

Cm. Batowice Tel. 12 413 63 46  
8.00 - 15.30

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

Neon – rurka z gazem w środku – świecąca różnokolorowo. Kolor – zależy od składu gazu wewnątrz rurki i koloru szkła z którego rurki wykonano. W nocy dodaje miastu szyku i życia: świecąc, migocząc, mrugając... Technicznie „neon”, to popularna nazwa lamp reklamowych. Sama technologia, opracowana została w 1910 roku przez Francuza Georges’a Claude i od razu zastosowana – w reklamie.

## NEONY WRACAJĄ DO NOWEJ HUTY



Nowohuckie wieczory i noce w przeszłości rozświetlało wiele neonów. Pozostało ich tylko kilka, ale nie wszystkie świeciły pełnym blaskiem. Neony w latach 60. i 70. ubiegłego wieku, były integralną częścią dzielnicy; kształtowały jej krajobraz. Oczywiście miejscem dla eksponowania neonów był Plac Centralny i Aleja Róż. Potem nadszedł czas bez neonów. Zniknęły napisy reklamujące fabrykę kosmetyków, kojarzoną z pastą do zębów – „Lechia”, reklama banku PKO i charakterystycznej „Markizy”. Z tej ostatniej niestety pozostały już tylko kawałki rurek. Potem, przy okazji wprowadzania do budynku dawnego kina hipermarketu odnowiono stary neon – „Swit” (szkoda jednak że kina tam nie ma). Jako ostatni, w swoim pierwotnym kształcie przetrwał neon nad Teatrem Ludowym.

Dziś nieśmiało te kolorowe, świetliste ozdobniki powracają. Na razie na budynkach miejskich. W Alei Róż – neon „Zgody 7” reklamujący nowy punkt informacyjny i działań integracyjno-kulturalnych, czy na budynku NCK, gdzie zawisło neonowe hasło reklama – „Mamy cie w Hucie”.

Nowe neony (także ten który na fali przywracania neonów pojawił się jako pierwszy, na Ośrodku Kultury im. C.K. Norwida), nawiązują kształtem liter do neonów z lat sześćdziesiątych, które wykorzystywano w starych nowohuckich neonach. Literactwo wygląda jak staranne odręcznie pisane.

– Neony to naprawdę urokliwe reklamy. Nie ma porównania do cyfrowych billboardów przytłaczających wszystko w koło. Były elegancki i dyskretne – podkreśla Maciej Mieziak z Muzeum Krakowa. (k)

## DZIEŃ KOBIEŃ W KLUBIE ZAKOLE

Dzień Kobiet w Klubie Zakole Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta świętowano w tym roku nieco wcześniej niż nakazuje tradycja, bo już 4 marca. Na panie, które przybyły na zorganizowane z tej okazji spotkanie, czekała miła niespodzianka w postaci czerwonej róży.



Panowie nie pozostawili świętujących pań samymi sobie, toteż sala klubu pękała w szwach. Przed tak liczny audytorium życzenia, które złożyli zaproszeni oficjele oraz – w imieniu wszystkich mężczyzn – kierownik Klubu Zakole Jarosław Szvec, wypadły szczególnie okazałe.

Olbrzymią radość i dużą niespodziankę zgromadzonym paniom sprawiły występy artystyczne. Jako pierwszy wystąpił gospodarz klubu, a jednocześnie aktor Teatru Ludowego, Jarosław Szvec z recitaleem piosenek o kobietach. Po nim zaprezentował się jeden z najpopularniejszych polskich kabareciarzy – Marcin Daniec. Satyryk swoim występem rozruszał publikę komentując celnie otaczającą rzeczywistość i bieżące wydarzenia. Ofiarami słynącego z ciętego języka krakowianina stali się też zgromadzeni oficjele, którzy dzielnie przyjmowali kierowane w ich stronę drobne uszczypliwości, wiedząc, że wypowiedzane są z dystansem i przymrężonym okiem.

Występy Szveca i Dańca wprawiły zgromadzonych w tak świetny nastrój, że jeszcze długo po zakończeniu show zgromadzonym nie w głowie było opuszczanie Klubu Zakole.

(f) Fot. Paweł Kalina



Tydzień temu pisałem o tym, iż niemiecki „Frankfurter Allgemeine Zeitung” pochwalił nasz kraj. Minęło zaledwie kilka dni i materiał w podobnym tonie ukazał się również w Hiszpanii, w dzienniku internetowym „El Correo de Madrid”.

## Tydzień

## Chwała nas też Hiszpanie

Opublikowano w nim artykuł pt. „Dlaczego Hiszpania schodzi na psy, a Polska zamienia się w potęgę?”. Autor artykułu Nicolino Peralta porównał w nim sytuację gospodarczą i społeczną obu krajów. Przypomniał, że w roku 1989, po 44 latach komunizmu, Polska była krajem biednym, zapóźnionym, w ruinie społecznej i moralnej. Wskazał, że w tym czasie Hiszpania cieszyła się największym wzrostem gospodarczym, inwestycjami i konsumpcją, która rozkręcała gospodarkę.

„Dzisiaj sytuacja jest diametralnie różna. Polska zmierza do statusu potęgi” – konkludował autor. I podkreślał: „Prawie nie ma bezrobocia, a wzrost gospodarczy, nieprzerwany od 25 lat, osiągnął średnio 4 proc. Dodatkowo młodzież nie zna słowa »kryzys«”.

Wygłada na to, że i zachodnioeuropejscy dziennikarze coraz częściej zaczynają dostrzegać pozytywne zmiany jakie dokonują się w Polsce. Zaczynają mówić o tym w swoich krajach.

I dobrze.

Jan L. FRANCZYK

W Klubie „Dukat” Ośrodka Kultury Kraków Nowa Huta bawiono się z okazji Dnia Kobiet

## HUMOR W KAPELUSZU

Towarzystwo Przyjaciół Grębałowa od lat świętuje Dzień Kobiet. W tym roku po raz kolejny w Klubie Dukat Ośrodka Kultury Kraków Nowa Huta zorganizowano imprezę pod hasłem „Humor w kapeluszu – Pierogi u Grażynki”. Już przy wejściu do klubu panowie z TPG witali przybywające panie kwiatami. Imprezę rozpoczął Andrzej Dziedzic przewodniczący TPG, a zarazem przewodniczący Rady Dzielnicy XVII Wzgórza Krzesławickie witając wiceprzewodniczącą rady Miasta Krakowa Sławomira Pietrzyka, radnych Dzielnicy XVII, przybyłych zaprzyjaźnionych członków Stowarzyszeń z nowohuckich osiedli oraz Grębałowian.

Grupa Poetica przygotowała z okazji Dnia Kobiet specjalny program – Humor w kapeluszu – Pierogi u Grażynki. Wszystko rozpoczęło się od „mocnego wejścia” dwóch panów Jacka Cieśniarskiego i Konrada Patoły którzy próbowali wiodącą aktorkę przedstawienia Grażynę Piotrowicz sprowokować swoim z jednej strony agresywnym zachowaniem „pod wpływem”, a drugiej ugrzecznionym, do zdecydowanej reakcji, co się do czasu udawało. Mimo zdecydowanych sformułowań np. „czym się różni pani Grażyna od terrorystów – odpowiedź – że terrorysta potrafi negocjować”, wszystko zakończyło się dobrze i panowie zostali wreszcie zaproszeni na pierogi. Pięknym łącznikiem spektaklu były piosenki w wykonaniu gościnnie występują-

cej z Grupą Poetica Lucyny Rutkowskiej, która wykonała kilka charakterystycznych piosenek związanych z plcią piękną. Do jednej z wykonywanych



piosenek znanej ze słynnego Kabaretu Starszych Panów wykonywanej przez Barbarą Krafftówną „O kochaniu który odszedł w siną dal” udało się zaprosić do jej współwykonania samego Sławomira Pietrzyka, który jak powiedział naszemu reporterowi uczynił to z dużą satysfakcją, bo kilkanaście dni temu spotkał się z Barbarą Krafftówną na benefisie Dariusza Domańskiego. Jak zwykle w swoim numerze tym razem starszego, ale „jarego” faceta grał znakomity Kazimierz Niemierka. Z dużą satysfakcją odnotowujemy jeden z nu-

merów spektaklu z wykorzystaniem naszego tygodnika „Głosu” w którym można było wyczytać instrukcję jak należy obchodzić się z kobietami, a także z mężczyznami, przytaczaną przez aktorki spektaklu. Zresztą reżyser Magdalena Rutkowska-Oliwa złożyła panom życzenia, którzy – jej zdaniem – swoje święto obchodzą 10 marca. Natomiast wszystkie panie zostały obdarowane ostatnim numerem „Głosu” – w którym – w stałym felietonie „Sprawy duże i małe” red. Sławomir Pietrzyk pisząc o tradycji święta kobiet nawiązał do jego obchodów w Klubie Dukat.

Grupa Poetica wystąpiła w składzie: Alicja Mścichowska, Grażyna Piotrowicz, Renata Bobowiec, Kazimierz Niemierka, Jacek Cieśniarski, Konrad Patoła, Lidia Michalik, Magdalena Rutkowska-Oliwa. Gościnnie: Lucyna Rutkowska. Reżyseria i scenografia: Magdalena Rutkowska-Oliwa. Na koniec należy się wyjaśnienie, dlaczego spektakl nosił w nazwie Humor w kapeluszu, bo wszyscy aktorzy występowali w pięknych kapeluszach.

Po spektaklu życzenia wspaniałym paniom z okazji Dnia Kobiet złożył Andrzej Dziedzic prezes TPG oraz Sławomir Pietrzyk w imieniu Rady Miasta Krakowa. Przybyli na spotkanie zostali ugostzeni pysznymi ciastkami oraz zimnymi i gorącymi napojami.

(mp) Fot. autor

**GŁOS**  
TYGODNIK  
NOWOHUCKI

Redaktor naczelny: Jan L. Franczyk.  
Redaguje zespół.  
Telefon red.: 12 643-44-33. Faks 12 643-66-33.  
E-mail: redakcja@glos-tn.krakow.pl.  
Adres: al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków.  
Wydawca: „Graf-Press” sp. z o.o. Kraków.

SKŁAD, ŁAMANIE: „Graf-Press”.  
DRUK: POLSKA PRESS Sp. z o.o., Oddział Poligrafia,  
Drukarnia Sosnowiec, ul. Baczyńskiego 25A.  
Nr indeksu: 358835. ISSN: 1231-8582.  
Redakcja nie bierze odpowiedzialności za treść zamieszczanych ogłoszeń.



## Biuro Podróży „GALEON”

Laureat konkursu „ODYS 2007”  
za najlepszą ofertę własną  
w turystyce młodzieżowej

www.galeon.krakow.pl

zaprasza na

**NOWA STRONA WWW - ZAPRASZAMY**

## KOLONIE i OBOZY LATO 2020

### Morze

**JASTRZĘBIA GÓRA + WARSZAWA + REDA PARK!**

- 13 dni (21.07. - 02.08.) cena: 1850,-

**JASTRZĘBIA GÓRA + OCEAN PARK + REDA PARK!**

- 13 dni (02.08. - 14.08.) cena: 1750,-

**STEGNA K/ KRYNICY MORKIEJ + MALBORK + WARSZAWA**

- 13 dni (10.07. - 23.07.) cena: 1850,-

**SIANOŻĘTY i POMERANIA FUN PARK!**

- 12 dni (05.07. - 16.07.) cena: 1690,-

**LUKĘCIN K/ POBIEROWA + NIEMCY TRUSKAWKOWE MIASTECZKO**

- **KOSEROW!** - 14 dni (19.07. - 01.08.) cena: 1790,-

### Jeziora i góry

**KRASNOBRÓD + JEZIORO + ZAMOŚĆ + PARK WODNY!**

- 8 dni (31.07. - 07.08.) cena: 1299,-

### Góry

**MURZASICHLE z basenem i 2 PARKI WODNE!**

- 11 dni (16.07. - 26.07.) cena: 1320,-

**SUCHE K / GUBAŁÓWKI z basenem i 2 PARKI WODNE!**

- 8 dni (06.07. - 13.07.) cena: 1099,-

**GLICZARÓW GRN. + SŁOWACJA i 2 PARKI WODNE!**

- 8 dni (13.07. - 20.07.) cena: 1099,-

**KORBIELÓW + BASEN + PARK ROZRYWKI ENERGYLANDIA m. in.  
ze STREFĄ WODNĄ!** - 11 dni (24.07. - 03.08.) cena: 1350,-

**KARPACZ + AFRYKARIUM Wrocław + PARK WODNY + ADRSPACH  
(Czechy)** - 10 dni (30.07. - 08.08.) cena 1399,-

**ZATRUDNIMY** dod. WYCHOWAWCÓW-NAUCZYCIELI (b. dobre warunki współpracy)

## WYCIECZKI ZAGRANICZNE oraz PIELGRZYMKI

**MEDZIUGORJE (8 dni) - terminy wkrótce**

(oraz ponad 50 propozycji dla grup z firm, szkół, organizacji, parafii)  
m. in.:

SŁOWACJA - Wysokie Tatry, Słowacki Raj, Drawa, baseny termalne, PRAGA i MORAWSKI KRAS, WIEN, BUDAPESZT, BRATYSŁAWA. RZYM, PARYŻ i WERSAL i EURODISNEYLAND, LONDYN, WILNO, PETERSBURG, LWÓW, KAMIENIEC PODOLSKI itd. RUMUNIA, BUŁGARIA, CHORWACJA, ZAMKI BAWARSKIE, DREZNO, BERLIN, WŁOCHY, GRECJA, HISPANIA, RZYM, SAN GIOVANNI ROTONDO, ASYŻ, LORETO, LANCIANO, MANOPELLO, CASCIA, FATIMA, LOURDES, PARYŻ, LISIEUX, NEVERS, LA SALETTE, SANTIAGO DE COMPOSTELA, MONTSERRAT, MARIAZELL, WILNO, ŚLADAMI ŚW. S. FAUSTYNY KOWALSKIEJ, sanktuaria w Polsce i Europie, NORWEGIA - Śladami św. Olafa, ZIEMIA ŚWIĘTA

i wiele innych, ciekawych pielgrzymek i wycieczek oraz programy na życzenie!

**WYCIECZKI SZKOLNE i DLA FIRM, ORGANIZACJI - Polska i Europa**

Zapraszamy do współpracy **ORGANIZATORÓW IMPREZ**  
(dla grup specjalne zniżki!)

### ZAPISY i INFORMACJE:

Biuro Podróży „GALEON” 31-959 Kraków, os. Górali 5  
czynne: pon. - piątek 10.30 - 17.00  
budynek Ośrodka Kultury C.K. Norwida i Kina „Sfinks”

tel./fax: 12 642 26 20, tel. 12 684 01 48, tel. 511 440 930

e-mail: galeon@galeon.krakow.pl

www.galeon.krakow.pl

Zapraszamy do wspólnych wyjazdów, pielgrzymowania i do kontaktu z nami.

ArcelorMittal Poland nagrodził studentów Akademii Górniczo-Hutniczej

# ONI PRZEŁAMUJĄ BARIERY

Trzech studentów AGH w Krakowie zostało nagrodzonych za działalność na rzecz uczelni, ale także poza nią: m.in. zaangażowanie w wolontariat, działania kół naukowych oraz pomoc osobom niepełnosprawnym. Stypendia dla nich w ramach ósmej edycji konkursu „STALe przełamując bariery” ufundował ArcelorMittal Poland. Od 2012 roku firma przeznaczyła na stypendia dla 26 studentów już łącznie 180 tys. zł.

Studenci, którzy w tym roku otrzymali stypendia w ramach programu Biura ds. Osób Niepełnosprawnych Akademii Górniczo-Hutniczej i ArcelorMittal Poland „STALe przełamując bariery”, nie tylko aktywnie zdobywają wiedzę, ale i chętnie pomagają innym i realizują różnorodne projekty: badawcze, naukowe czy edukacyjne. Swoją aktywnością pokazują, jak dobrze można wykorzystać studencki czas z pożytkiem dla rozwoju własnego i innych.

– *Dzięki naszej wieloletniej współpracy z ArcelorMittal Poland mogliśmy docenić i zmotywować do dalszego wysiłku naprawdę zdolnych i pełnych pasji studentów* – mówi Anna Lulek z Biura ds. Osób Niepełnosprawnych Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie. – *Dwa lata temu poszerzyliśmy też grono adresatów tego konkursu – skierowaliśmy go nie tylko do studentów z niepełnosprawnościami, ale również tych, którzy nieśli pomoc swoim niepełnosprawnym kolegom* – dodaje.

W tym roku przeznaczono łącznie 30 tys. zł na stypendia w dwóch kategoriach: dla studentów z niepełnosprawnościami, którzy przełamują swoje bariery i udzielają się społecznie oraz dla studentów, którzy działają na rzecz niepełnosprawnych kolegów z AGH.

Stypendium otrzymał Krzysztof Kuliński, student Wydziału Inżynierii Mechanicznej i Robotyki, który działa w kole naukowym FENEC. Krzysztof prowadził badania nad projektem konstrukcyjnym egzoskieletu ręki, który mógłby pomóc osobom z chorobami górnych kończyn, a także zaprojektował i wraz z innymi studentami skonstruował układ zasilania wodoro-owego dla roweru elektrycznego. Włączył się również w organizację studenckiego Rajdu na Wózkach i Małopolskiej Nocy Naukowców.

Już po raz drugi stypendium w ramach programu „STALe przełamując bariery” nagrodzony został także Mateusz Krzyszkowski z Wydziału Humanistycznego, który jest jednym z

siadająca niepełnosprawność związaną z niedosłuchem oraz retinopatią zaczął aktywnie działać na rzecz integracji studentów z niepełnosprawnościami na AGH. Został sekretarzem Zrzeszenia Studentów Niepełnosprawnych, współorganizował coroczny Rajd na Wózkach, a obecnie kończy realizację projektu chwytaka odwzorowującego ludzką rękę.

– *Nieustannie zaskakuje mnie zaangażowanie i ogromna chęć działania*



założycieli Fundacji na rzecz rozwoju kultury fizycznej „Nie widząc przeszkód”. Poza tym, że promuje sport wśród dzieci i młodzieży z dysfunkcją wzroku współpracuje również ze Stowarzyszeniem „Warto Być Razem” (KRS) oraz Stowarzyszeniem na Rzecz Wsparcia Osób Zagrożonych Wykluczeniem Społecznym „Świstak”. W ubiegłym roku był m.in. członkiem zespołu organizującego XX Tydzień Osób z Niepełnosprawnościami „Kocham Kraków z Wzajemnością”.

Stypendium za swoje osiągnięcia i zaangażowanie w tym roku zdobył także Łukasz Leśny, student Automatyki i Robotyki. Sam jako osoba po-

tych studentów, którzy zdobywają stypendia w programie „STALe przełamując bariery”. Ich determinacja w osiąganiu założonych celów jest naprawdę imponująca. Dzięki nim banalne zdawałoby się stwierdzenie, że nie ma rzeczy niemożliwych nabiera wartości, bo przecież choć Ci młodzi ludzie często dotknięci są różnymi niepełnosprawnościami potrafią osiągać tak wiele i tym dobrem dzielić się także z innymi. Mam nadzieję, że to stypendium będzie pewną formą docenienia ich starań i pokazaniem, że warto brać z nich przykład – podkreśla Karolina Muza-Adamiec, szef Biura Odpowiedzialności Biznesu w ArcelorMittal Poland.



KRS 0000052378

**Wielu może  
więcej**

**Podaruj sobie 1%**

Jednocześnie informujemy, że Przewlekła Choroba Nerek:

- już we wczesnych stadiach zwiększa około pięciokrotnie ryzyko miażdżycy i chorób serca,
- nie leczona prowadzi do zatrucia organizmu przez toksyny, które uszkadzają prawie wszystkie narządy.

Najbardziej narażeni na PChN są ludzie z: cukrzycą, nadciśnieniem, chorobami nerek w rodzinie, powyżej 65 roku życia.

Typowe objawy PChN to: uczucie stałego zmęczenia, trudności z koncentracją, osłabiony apetyt, bezsenność, kurcze mięśni występujące w nocy, obrzęki nóg i twarzy, suchość i swędzenie skóry, częste oddawanie moczu (szczególnie w nocy), nadciśnienie tętnicze.

Zapraszamy także do skorzystania z programu do rozliczania podatku za 2019 rok lub za pośrednictwem naszej strony internetowej: [www.hfoz.pl](http://www.hfoz.pl)

## Hutnicza Fundacja Ochrony Zdrowia i Pomocy Społecznej

zaprasza

**z okazji Światowego Dnia Nerek**

**na bezpłatne badania**

**umożliwiające wykrycie**

**Przewlekłej Choroby Nerek (PChN),**

tj. badania poziomu kreatyniny we krwi

(wraz z wyliczeniem wskaźnika GFR)

dla pełnoletnich KOBIEC i MĘCZYCZYN,

począwszy od 12 marca 2020 r.

do wyczerpania puli (100 badań)

w Centrum Medycznym Ujastek Sp. z o.o. ul. Ujastek 3

(bezpośrednio w Rejestracji Głównej – badania laboratoryjne)

# Zdrowie od pszczoł, czyli o apiterapii

Nawet małe dziecko zapytane co dają pszczoły bez wahania odpowiada – miód! I chociaż to prawda to można powiedzieć, że to wierzchołek góry lodowej. Te małe pracowite owady są w stanie zaferować ludzimi dużymi, dużo więcej. Okazuje się bowiem, że zdrowe dla ludzi są nie tylko liczne produkty pszczelej pracy, ale również ulowe powietrze.

O tym tych wyjątkowych owadach i o tym co mogą nam zaferować rozmawiam z Violetta Bratuń, koordynatorką miejskiego projektu Pasięka Kraków i redaktorką miesięcznika „Pszczelarz polski”.

● **Pszczoły to chyba jedyne „udomowione” owady, od dawna towarzyszą człowiekowi? I które pszczele produkty były pierwszymi wykorzystywanymi przez ludzi?**

– Paleolodzy ustalili, że pszczoły żyły na Ziemi wraz z dinozaurami i że zdołały przetrwać kataklizm, który doprowadził do zagłady tych gadów przed ok. 65 mln laty. Najstarszą zachowaną w bursztynie pszczoła jest ta znaleziona w New Jersey w USA, której wiek oceniono na ok. 80 mln lat. Kilka gatunków pszczoł znaleziono także w bursztynie bałtyckim. Pszczoła miodna, czyli *Apis mellifera* jest zatem bardzo starym gatunkiem owadów. I faktycznie uważa się je za udomowione, bo człowiek czerpie korzyści z ich pracy od tysięcy lat. Garncze z miodem archeolodzy znajdowali w egipskich piramidach. Jest także legenda, że po śmierci Aleksandra Macedońskiego (323 r. przed Chrystusem) jego zwłoki zanurzone w miodzie. Miód miał je zakonserwować aż na dwa lata, bo tyle

w miejscu, w którym jest możliwy dostęp światła, zmienia barwę z ciemnobrunatnej do prawie czarnej. Jest więc uważany za najciemniejszy ze wszystkich miodów. Ze względu na substancje wzmacniające i oczyszczające naczynia krwionośne (rutynę) do jego spożywania zachęca się między innymi osoby starsze, osoby ze zdiagnozowaną miażdżycą. Cukry proste (fruktoza i glukoza) w nim zawarte są bezproblemowo wchłaniane do krwiobiegu i potrafią w dość niedługim czasie odżywić mięsień sercowy. W miodzie gryczanym znajduje się także żelazo, które jest bardzo łatwo przyswajalne i białko. Rutyna w nim zawarta poprawia również przyswajalność witaminy C, zapobiegając jej rozkładowi i przyspiesza gojenie ran. Jej obecność w pokarmie powoduje lepszą przyswajalność niektórych witamin i aminokwasów. Podobnie jak wszystkie ciemne miody, miód gryczany ma w sobie dużo soli mineralnych oraz substancji odpornościowych. A więc w tym miodzie jest samo zdrowie. Ale jak już wspomniałam miód to nie wszystko. Są dwa produkty z ula, które powinny nam towarzyszyć niemal cały rok, zwłaszcza od drugiej połowy lata do wiosny, żeby nas wzmocnić. Chodzi o pyłek pszczelej i pierzęgę. Pyłek pszczelej to po prostu

ku także swoje enzymy i miód. Pierzęga to naprawdę doskonały środek wzmacniający. Myślę, że nie zdradzę tajemnicy informując, że z produktów pszczelej korzystają sportowcy. Profesor Artur Stojko, znany w środowisku zwolenników apiterapii, przygotował specjalną miksturę energetyczną dla pięściarza Tomasza Adamka. I to wła-

znane było człowiekowi bartnictwo, zbieranie miodu z leśnych barci. Jeden z najstarszych dowodów na to, że człowiek znał i doceniał miód znajduje się w jednej z hiszpańskich jaskiń. Tam około 6 tys. lat temu praprzodkowie umieścili malowidło przedstawiające zbieracza miodu. W starożytności Wergiliusz w swoim dziele „Georgica”

na choroby. Dziś nie zostawia się hodowli pszczoł samej naturze. Dlatego niektórzy pszczelarze bardzo sceptycznie patrzą na zjawisko nazywane modą na pszczelarstwo, bo boją się, że kiedy pasieka stanie przy każdym domu, to wyrządzi to pszczołom więcej szkody niż pożytku. Moda wydaje się czymś powszechnym. W przypadku pszczelarstwa potrzebna jest raczej profesjonalizacja. Dlatego do mody na pszczelarstwo trzeba podchodzić ostrożnie. I trzeba podkreślić, że pszczoły są bardzo wymagające, bardziej niż kot lub pies, które mamy w domu. Jeśli można się cieszyć z zainteresowania pszczelarstwem to dlatego, że rośnie świadomość, że pszczoły są ważne i że wszyscy musimy dbać o czystość środowiska. Ja na przykład sadzę rośliny miododajne i w ten sposób pomagam owadom. To jest najlepszy sposób na ratowanie pszczoł.

● **Na koniec perelka... „ulowe powietrze” co o takiego? Kto i gdzie mógłby skorzystać?**

– Ułowe powietrze to powietrze z ula. Ma ono bardzo dobry wpływ na nasze samopoczucie. Wewnątrz ula panuje specyficzny mikroklimat. Jest bardzo ciepło, wilgotno, czysto i zero jakichkolwiek czynników chorobotwórczych. Mieszkanie pszczoł jest naprawdę sterylne, bez bakterii, wirusów i pasożytów. To wręcz idealna atmosfera do życia.

Powietrze ulowe ma od 25 do 35 stopni Celsjusza. Jest więc, jak na ludzkie warunki, wręcz komfortowe. Co więcej, jest czyste, pozbawione drobnoustrojów chorobotwórczych. Apiinhalacja to wisienka na torcie w terapii pszczelemi skarbami. Podczas niej przebywa się w specjalnie przystosowanym do tego pomieszczeniu, gdzie stoi ul z otwartą pokrywą. Wierzech ula jest przykryty siatką, więc pszczoły nie mają możliwości „ucieczki”. Jednocześnie do wypoczywającego przy kojącym brzęczeniu pszczoł kuracjusza dociera wartościowe, czyste powietrze ulowe. Taka sesja usprawnia działanie układu oddechowego, jest więc korzystna dla osób borykających się z astmą. Zauważmy, że pszczelarze zwykle żyją długo i cieszą się dość dobrym zdrowiem. Jest to zjawisko na tyle powszechne, że warto przyjrzeć się prozdrowotnym właściwościom ulowego mikroklimatu. W Krakowie taką okazję daje domek do uloterapii, który dzięki fundacji Apikultura stanął ubiegłego lata w parku Specjalistycznego Szpitala im. Babińskiego. Można do takiego domku wejść i oddychać powietrzem z ula. Jest to możliwe dzięki jego budowie. Stoi od bowiem na ulach, które zamiast tradycyjnych daszków nakryte są siatką, przez którą wydobywa się powietrze. Taki domek w środku ma legowiska, które leżą właśnie na tych okrytych siatką ulach. Być może domek do apiinhalacji zachęci tamtejszych lekarzy do zbadania, jaki wpływ na zdrowie pacjentów ma powietrze z ula. Co prawda tego typu badania prowadzi się już na całym świecie, ale doświadczenia krakowskie mogłyby być bardzo cenne, bo prowadzone na terenie zurbanizowanym mogłyby rzucić na problem nowe światło. Ja jestem ogromną zwolenniczką apiterapii i każda jej forma jest dla mnie ważna. I przy każdej okazji zachęcam innych, by także spróbowali produktów z ula. (al)



śnie profesor Stojko jest wielkim orędownikiem korzystania z pierzęgi na co dzień. On także od lat pracuje nad właściwościami propolisu, nazywanego też kitem pszczelej. Propolis to naturalny produkt wytwarzany przez pszczoły do zalepiania szpar w ulu i zabezpieczania wlotu do niego. Chroni rodzinę pszczelej przed drobnoustrojami zagrażającymi ich zdrowiu i życiu. Nim pszczoły przytwierdzają plastry miodu do ścian oraz do balsamują intruzów, którym udało się dostać do ula. Stanowi on mieszaninę żywicy drzew i krzewów oraz wydzielin gruczołów pszczelej o charakterystycznym balsamicznym zapachu i smaku. Naukowcy wyodrębnili ponad 300 substancji wchodzących w skład propolisu, w tym m.in.: flawonoidy, kwasy fenolowe, kwasy tłuszczowe, kwasy aromatyczne, estry oraz sterole, terpeny i kumaryny. Te substancje sprawiają, że propolis ma zdolność niszczenia i blokowania różnych bakterii, grzybów, wirusów oraz pierwotniaków. Z kolei dzięki zawartości witamin A, E, B1, B2, B5, B6 i D zapewnia skórze bardzo dobrą kondycję. Oprócz tego ma wpływ na regenerację skóry głowy i odpowiednio nawilżenie włosów. Propolis znalazł zastosowanie w profilaktyce oraz leczeniu przeziębień i grypy. Wiele bakterii wykazuje wrażliwość na działanie propolisu. Wykazano na przykład, że kit pszczelej blokuje rozwój szczepów bakteryjnych odpornych na antybiotyki. Właściwości propolisu powodują, że znajduje on zastosowanie przy leczeniu zapaleń jamy ustnej i gardła oraz w terapii leczniczej paradontozy. Znajduje się także w specjalistycznych medykamentach, których używa się w operacjach kardiologicznych. Oprócz tego propolis używa się z powodzeniem w nieżytach żołądka, przy leczeniu wrzodów i pełni funkcję ochronną dla wątroby. ma on wpływ na obniżenie ciśnienia krwi i zmniejszenie poziomu cholesterolu.

● **Jak przez lata rozwijało się pszczelarstwo? Czy obecnie jest „modne”?**

– Pszczelarstwo to wieki doświadczeń. Zanim jednak rozwinęło się jako hodowla pszczoł, to przez tysiące lat

opisywał pszczelarstwo jako część rolnictwa. W średniowieczu pojawiło się pszczelarstwo, które już przypomina nam współczesne; czyli stawiano ule w pobliżu domów. W drugiej połowie XVIII wieku cesarzowa Austro-Węgier Maria Teresa założyła w Wiedniu pierwszą na świecie szkołę pszczelarską. Dopiero jednak wiek XIX to początek współczesnego pszczelarstwa. Wielkie zasługi położył w tej dziedzinie Polak ksiądz Jan Dzierżon, który opracował budowę ula z wyjmowanymi ramkami. Jemu także zawdzięczamy odkrycie partenogenezy u pszczoł. To on pierwszy postawił hipotezę, że samce pszczoł, czyli trutnie powstają z niezaplodzonego jaja. Trutnie nie mają więc ojca.

Rozwój pszczelarstwa przyspieszył w wieku XX. Wtedy rozpoczęto sztuczne unasiennianie matek pszczelej. W tej dziedzinie zasługi polskich hodowców też są ogromne. Dziś każda profesjonalna hodowla pszczoł opiera się na hodowli matek, czyli królowych, od których zależy bardzo wiele – cały dobór ras pszczoł. Na przykład zwraca się uwagę na to, czy nie są rojliwe, czy są łagodne, ile miodu produkują lub czy mają wrodzoną większą odporność



czasu upłynęło zanim pogrzebano ciało. To jest jednak raczej tylko legenda, bo ciało Aleksandra Wielkiego nie dotarło do oczyszczonej Macedonii i dziś nie wiemy, gdzie jest jego grób, nie można więc potwierdzić, że faktycznie z balsamowano je miodem. Jednak sam fakt przekazywania tej legendy z pokolenia na pokolenie świadczy o tym, że miód jest znany od wieków. Ale pamiętajmy, że nie tylko miód powstaje w ulu.

● **Właśnie, z jakich produktów pszczelej pracy korzystamy i jakie mają zastosowanie?**

– Naprawdę warto poznać i korzystać z bogactwa jakie oferują nam pszczoły a więc z takich produktów jak pierzęga, propolis, pyłek pszczelej, mleczko pszczele i wosk. Choć oczywiście nie zaprzeczalnie najbardziej popularnym pszczelej produktem pozostaje miód. Ja na co dzień używam właśnie miodu, bo jest pyszny i każdy z jego rodzajów ma inny smak i zapach. Ja uwielbiam gryczany, który charakteryzuje dość ostry, taki troszkę drapiący smak. Dodaje go do Muesli i białego sera na śniadanie. Miód gryczany to w ostatnich latach odkrycie dietetyków, którzy zalecają, by go włączyć do codziennego menu. Charakterystyczny wygląd miodu gryczanego pozwala go w łatwy sposób odróżnić od innych rodzajów miodu. Ma ciemny kolor mocnej herbaty. Przechowywany przez dłuższy czas

pyłek zebrany przez pszczoły z kwiatów. Myli się ten, kto sądzi, że znoszą go pszczoły, by robić z niego miód. Miód pszczoły robią z kwiatowego nektaru nie z pyłku! Pyłek to bogactwo prozdrowotnych składników, wśród których naukowcy zidentyfikowali 250 różnych związków. Znajdują się w nim cukry proste, kwasy tłuszczowe, ponad 30 aminokwasów oraz składniki mineralne, takie jak potas, fosfor, wapń, magnez, sód, żelazo i cyn. Pyłek kwiatowy jest też źródłem wielu witamin. Wśród nich najważniejszymi są: A, B1, B2, B3, E, C, PP i D. To taki naturalny suplement diety. Znacznie lepiej przyswajalny przez nasz organizm niż sztuczne drażetki, które kupujemy w aptece. Jeśli zaś chodzi o przyswajalność, to znacznie lepsza pod tym względem jest pierzęga. Pierzęga to sfermentowany pyłek, który nazywa się także pszczelej chlebkiem. I tu wypada wyjaśnić, dlaczego pszczoły zbierają pyłek, skoro nie jest im potrzebny do robienia miodu. Otóż jako środek bogaty w potrzebne do życia składniki jest zbierany do pszczelej spiżarni i wykorzystywany do karmienia larw. Pszczoły muszą go jeść, by żyć. Przerobiony pyłek w postaci pierzęgi służy w ulu jako pokarm dla całej pszczelej rodziny. Pszczoły przygotowują go na zimowo, podobnie jak my kisiemy różne warzywa, najczęściej ogórki. W tym procesie owady dodają do pyl-

# OŚRODKI KULTURY PRODUKUJĄ

## OŚRODEK KULTURY IM. C.K. NORWIDA, OS. GÓRALI 5

- 13 III, godz. 16.15 – Warsztaty wokalne dla dzieci. Wstęp: 35 zł.
- 14 III, godz. 10 – Matka karmicielka. Dookoła kulturotwórczej roli kombinatu – wykład Marii Wąchały-Skindzier w ramach 19. edycji konkursu historycznego Od Wandy do Sendzimira. Wstęp wolny.
- 14 III, godz. 11 – Magiel sztuki: Lustra i detale. Warsztaty twórcze Zaleczone Artystyczne Galerii Huta Sztuki. Wstęp: 8 zł.
- 16 III, godz. 18 – „Moje odkrywanie Nowej Huty”. Wernisaż wystawy fotografii Roberta Werbanowa. Wstęp wolny
- 16 III, godz. 19 – Szczecin zapomniany. Szczecin ukryty (cz.2). Slajdowisko Tomasza Gromowskiego. Spotkanie z cyklu Podróże z historią w tle. Wstęp wolny.

- 17 III, godz. 19 – Chór Vox Populi: warsztaty śpiewu dla dorosłych. Prowadzenie: Rafał Marchewczyk. Wstęp wolny.

## ARTZONA OŚRODKA KULTURY NORWIDA, OS. GÓRALI 4

- 13 III, godz. 9 – Gimnastyka dla seniorów. Prowadzenie: Marta Mrozowska. Wstęp 80 zł/miesiąc.
- 13 III, godz. 19 – Poster Challenge. Wernisaż wystawy plakatów studentów z Kola Naukowego Projektowania Graficznego Wydziału Sztuki Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. Wstęp wolny.
- 16 III, godz. 19.30 – Taniec dla seniorów. Prowadzenie: Beata Marszałek. Wstęp: 50 zł/miesiąc (solo), 40 zł/miesiąc (od osoby w parze).
- 17 III, godz. 16 – Balet dla dzieci, grupa I (4-5 lat); godz. 17 – Balet dla dzieci, grupa II (6-8 lat). Prowadzenie: Agnieszka Zielant. Wstęp: 100 zł/miesiąc.
- 18 III, godz. 17 – Mała ARTzona. Kreatywny recycling. Prowadzenie: Malgorzata Hajto i Katarzyna Szczęśniak. Wstęp wolny.

## KLUB KUŹNIA OŚRODKA KULTURY NORWIDA, OS. ŻŁOTEGO WIEKU 14

- 13 III, godz. 17 – Violino. Zespół wokalny dla seniorów. Wstęp wolny.
- 16 III, godz. 15 – Klub Jednoróżca. Zajęcia plastyczne dla osób z upośledzeniem umysłowym w wieku od 8 do 22 lat. Prowadzenie: Magdalena Lis.
- 17 III, godz. 17 – DKK dla dorosłych: Anna Cieplak „Ma być czysto”. Prowadzenie: Barbara Cygan. Wstęp wolny.
- 18 III, godz. 17 – Rękodzielnia: Szyjemy interaktywne zabawki dla zwierzków. Prowadzenie: Magdalena Lis, Joanna Kornas. Wstęp: 10 zł.
- 19 III, godz. 17 – Bajki nie tylko europejskie: bajki amerykańskie. Prowadzenie: dr Anna Mazela. Wstęp: 6 zł.

## KLUB 303 OK KRAKÓW-NOWA HUTA, OS. DWYZWIZJONU 303 NR 1

- 14 III, godz. 10 – Cyrkowa sobota. Wiosenny cyrk – ach to Ty! Wszystko budzi się z zimowego snu, budzimy i my! Koniec spania godzinę dłużej, nakładania kołdry na głowę, narzekania na zimową chandrę! Cyrk wiosenną porą jest najpiękniejszy, a jak głosi starocyrkowe przysłowie „Gdy marcowe słońce ogrzewać zaczyna, Cyrkowej soboty wybija godzinę!”. Zapraszamy wyłącznie w wiosennych nastrojach i sportowych strojach – konieczne włożyć buty na przebranie, w skarpetkach i zimowych butach nie wpuszczamy! W programie spotkania znajdują się cirkowe gry i zabawy dla najmłodszych oraz warsztaty dla wszystkich zainteresowanych (z nastawieniem na początkujących). Propozycja skierowana jest do każdej grupy wiekowej. Wstęp wolny.
- 17 III, godz. 16.00 – Zajęcia muzyczno-ruchowe dla dzieci w wieku od 2 do 4 lat w ramach Klubu Rodziców. To zabawy, które uwrażliwiają dzieci na rytm i muzykę. Podczas zajęć aktywność ruchowa łączy się płynnie z zajęciami twórczymi dla dzieci. Prace plastyczne z elementami sensoplastyki kładą nacisk na wykorzystanie przeróżnych materiałów dostępnych w naszej codzienności – nierzadko wtórych – w niekonwencjonalny sposób.

## KLUB JEDRUŃ OK KRAKÓW-NOWA HUTA, OS. CENTRUM A 6A

- 14 III, godz. 11.30 – Rodzina w kadrcze. Warsztaty dla rodziców, dla których fotografowanie własnego dziecka i utrwalanie wspomnień jest ważne. Zajęcia poprowadzi Paweł Łubkowski – artysta fotograf, a jednocześnie tata dwuletniej córki. Fotograf podzieli się swoim doświadczeniem zawodowym i podpowie, jak pokazać na zdjęciach emocje oraz ważne chwile z życia Waszej rodziny.

## KLUB POD KASZTANAMI OK KRAKÓW-NOWA HUTA, UL. PŁOSZCZYZNY 1

- 16 III, godz. 17.30 – Dzień Kobiet w Klubie Pod Kasztanami. Dzień Kobiet to całkiem niezły pretekst, by oderwać na chwilę od codziennych obowiązków i spotkać w kobiecym gronie przy dobrej kawie i ciastku. Na takie właśnie, niezobowiązujące i pozbawione sztywnych ram ściśle pilnowanego harmonogramu spotkanie zaprasza mieszkanka osiedla Kościelniki i okolic Klub Pod Kasztanami. Wstęp wolny.

## KLUB KARINO OK KRAKÓW-NOWA HUTA, UL. TRUSKAWKOWA 4

- 17 III, godz. 16 – Zajęcia taneczno-rytmiczne. Zajęcia w ramach Klubu Rodziców, które mają na celu doświadczenie ruchu poprzez zabawę. Pozwalają na zbudowanie komunikacji pozawerbalnej pomiędzy rodzicami i dziećmi. W czasie zajęć dziecko może poprawić procesy motoryczne, poznać i wyrazić własne emocje.

- 17 III, godz. 17 – Bajkowe wieczory. Klub Rodziców w Klubie Karino zaprasza na niezwykle spotkania z literaturą dziecięcą. Wspólna lektura dzieł najwybitniejszych bajkopisarzy i mniej znanych autorów książek dla najmłodszych przeniesie uczestników spotkania w baśniowe światy, gdzie czekać będą na nich poważne zadania: Budowa smoczyczej jamy albo domku z piernika, poszukiwanie skarbu piratów, podróż latającym dywanem.

## KLUB ZAKOLE OK KRAKÓW-NOWA HUTA, UL. ZAKOLE 31

- 17 III, godz. 17 – Bystry bobas. Zajęcia, które stymulują i wspierają rozwój psychofizyczny niemowląt i dzieci do 3 lat. Przyzwyczajają najmłodszych do funkcjonowania w grupie, wzmacniają więzi między rodzicem a dzieckiem. Podczas zajęć, w trakcie różnorodnych zabaw, angażowane są prawie wszystkie zmysły bobasów (słuch, wzrok, dotyk, węch). Dzieci poznają między innymi piosenki w języku polskim i angielskim.

## KLUB DUKAT OK KRAKÓW-NOWA HUTA, UL. STYCZNA 1

- 18 III, godz. 17 – Magnetyczne wyklejanki. Drzwi do rodzinnej kawiarenki są szeroko otwarte dla mieszkańców Grębałowa i okolicznych osiedli, by wspólnie spędzać czas, wymieniając się doświadczeniami i w swobodnej atmosferze rozmawiając o sprawach ważnych dla rodzin z małymi dziećmi.

## KLUB KRZESŁAWICE OK KRAKÓW-NOWA HUTA, UL. M. WANKOWICZA 17

- 18 III, godz. 17 – Wernisaż wystawy obrazów. Surowa biel śnieżnej zimy, wielokolorowy kobierzec kwitnących łąk wiosną, soczysta zieleń i żółtnące łany zbóż latem, wrzosowy fiolet i deszcz spadających liści w świetle jesiennego słońca – wyobraźnia przyrody w malowaniu świata barwami od zawsze inspirowała artystów, zwłaszcza malarzy. Klub Krzesławice zaprasza na poświęconą barwom natury wystawę obrazów autorstwa członków Stowarzyszenia Plastyków Ziemi Krakowskiej. Wernisaż uświetni koncert muzyki klasycznej w wykonaniu duetu Carmello. Wstęp wolny.

## Notowania cenowe

# DOMOWE JEDZENIE

Domowe, świeże i tanie jedzenie jest w barze w os. Jagiellońskim 7 (pawilon). Takiego drugiego baru mlecznego w Krakowie na pewno nie ma. Specjalizuje się w obiadach przygotowywanych na bieżąco i podawanych prosto z patelni i garnka. Trzeba zatem chwilę poczekać, bo dania nie są wyjmowane z podgrzewanej ludy, ale serwowane prosto z kuchni i przyrządzane po zamówieniu. Podawany tutaj przez panią Ewę chrupiący schabowy z frytkami lub ziemniaczkami i kapustą zasmażaną lub surówkami jest rewelacyjny. Bar jest sa-



moobstęgowy, ale bywa, że osobom starszym lub niepełnosprawnym pani Ewa podaje obiad do stołu. Istotne jest też to, że ceny są przystępne, a można zamówić połowę porcji w niższej cenie, bo są naprawdę duże. Dla dzieci i niektórych osób starszych takie pół porcji jest zupełnie wystarczające.

Podajemy ceny niektórych dań. Pierogi ruskie kosztują 7,80 zł, a z mięsem 9,50 zł. Kto lubi naleśniki może zamówić z serem po 8,60 zł. Jest zawsze kilka zup do wyboru, począwszy od żurku z jajkiem i kiełbasą za 6,40 lub z samym jajkiem za 4,80 zł. Pozostałe zupy domowe kosztują 4,50 i są codziennie inne takie jak ziemniaczana, jarzynowa, pieczarkowa, pomidorowa, kapuśniak, czy barszcz ukraiński. Wspomniany schabowy kosztuje 8,40 zł, rumszyk 7,80 zł, zrazy w sosie 7,80, mielony 7,80 zł, a także są smażone na bieżąco kotlety z indyka, dewolaje, filety z kurczaka grilowane w cenie od 8,40 do 9,50 zł. Bywa także golonka gotowana po 9,20 zł. Do tego można zamówić ziemniaczki, porcja za 3,50 zł, frytki za 4,50 zł oraz różne surówki po 4,50 zł (solidna porcja). Można także zamówić obiad dnia razem z zupą w promocyjnej cenie np. nogę pieczoną z kurczaka z surówką i zupą za 12 zł lub zrazy w sosie z kaszą i ogórkiem i zupą za 13 zł, a także bywa kaszanka wiejska z ziemniakami i kapustą za 11 zł. Do popicia są domowe kompoty po 1,50 zł lub napoje po 3 zł. Bar jest czynny od poniedziałku do piątku w godz. 11–18.30 oraz w soboty od godz. 11 do 16 i jak zapewnił mnie właściciel baru obiady są sporządzane ze świeżych produktów, kupowanych na bieżąco w sprawdzonych miejscach. (sp) fot. autor

## WALUTA

Paradoksalnie, zagrożenie koronawirusem umocniło złotówkę.

W kantorze na pl. Bieńczyńce, paw. 24, tel. 12-641-46-29 zanotowano następujące kursy walut: USD: 3,79–3,82 zł, euro: 4,30–4,33 zł, GBP: 4,92–4,96 zł, CHF: 4,04–4,08 zł. (mp)

## TRADYCYJNE

## WĘDLINY

Józef Aksamit zaprasza do swojego pawilonu nr 466 na bazarze „Tomex”.



wędliny u Józefa

Czynne: wt.–pt. 8.00–15.00, sob. 7.30–14.00.

Wędliny z małych masarni!

Od 13 do 19 marca

# W KINIE SFINKS

● „SALA SAMOBÓJCÓW. HEJTER” Druga część głośnej „Sali samobójców” Jana Komasy („Boże ciało”, „Miasto 44”) to elektryzujący cyber-thriller – współczesna wersja „Romea i Juli”, będąca uniwersalną opowieścią o miłości, która przetrwała się w hejt. Tomek, student prawa, zostaje przyłapany na plagiacie i wydalony z uczelni. Postanawia jednak ukrywać ten fakt przed światem i nadal pobiera pomoc finansową od państwa Krasuckich – rodziców Gabi, przyjaciółki z czasów dzieciństwa. Kiedy oszustwo wychodzi na jaw, skompromitowany chłopak traci zaufanie swoich dobroczyńców. Przepełniony gniewem i żalem, odłączony od Gabi, w której skrycie podkochuje się od lat, planuje zemstę na Krasuckich. Szansa pojawia się, kiedy otrzymuje pracę w agencji reklamowej, a wraz z nią dostęp do najnowszych technologii i tajemnic stołecznej elity.



● „W LABIRYNCIE” Przebojowy włoski thriller w gwiazdorskiej obsadzie (m.in. Dustin Hoffman i Toni Servillo). Nastoletnia Samantha została porwana i uwięziona na piętnaście lat. Kiedy budzi się w szpitalu, niczego nie pamięta. Nikt nie wie, jak udało jej się uciec. Z pomocą policyjnego profilerka, doktora Greena, próbuje odzyskać wspomnienia z tajemniczego labiryntu – więzienia, w którym porywacz zmuszał ją do rozwiązywania zagadek, stosując przerażający system nagród i kar. Równocześnie sprawcę próbuje odnaleźć bezkompromisowy detektyw Bruno Genko. Potwór, który uwięził dziewczynę wciąż jest na wolności. Jedyny sposób, by złapać Człowieka z Labiryntu, to włamać się do umysłu Samantha...

● „JEZIORO DZIKICH GĘSI” Nowy film Diao Yinana, jednego z najważniejszych chińskich twórców, laureata berlińskiego Złotego Niedźwiezia za „Czarny węgiel, kruchy lód”, to stylowy kryminał neo-noir, w warstwie wizualnej mocno zainspirowany niemieckim ekspresjonizmem. Główny bohater, gangster Zhou wpada w poważne tarapaty. Po tym jak omyłkowo zastrzelił policjanta, sam staje się ruchomym celem. Jedyną szansą dla mężczyzny jest ucieczka. Pomocy Zhou szuka u miejscowej prostytutki. To właśnie kobieta ma być jego łącznikiem ze światem. Zwłaszcza, że nikomu oprócz niej nie może zaufać. W pogon za bohaterem rusza bowiem nie tylko żądna zemsty policyjna jednostka specjalna, ale i skuszeni potencjalnym zarobkiem łowcy nagród. W tle pojawia się również była żona mężczyzny. Seanse w Małym Metrażu

● „MONOS” Odkrycie festiwalu MFF Nowe Horyzonty. Wilk, Lady, Rambo, Yeti, Bum-Bum, Smurf, Szwedka i Pies to nastoletni partyzanci pilnujący amerykańskiej zakładniczej gdzieś w górach w Ameryce Południowej, pośród zjawiskowo sfilmowanych, soczystych i dzikich krajobrazów. Tajemnicza „Organizacja” daje im rozkazy przez radio, przydziela krowę Shakirę, karabiny do zabawy i pozwala na rytualne orgie po dniu ćwiczeń wojskowych. Kiedy przypadkowo ginie Shakira, zaczyna się walka o przywództwo w oddziale, który musi uciekać z gór do amazońskiej dżungli. Chaos i napięcie zamieniają się w brutalną walkę o przetrwanie. Młodzi rebelianci przypominający rozbitek z „Władcy much” stają twarzą w twarz ze swoimi demonami. Przedzierają się przez tropikalny las, a śmierć podąża za nimi... Seanse w Małym Metrażu

● „MARONA – PSIA OPowieść” Pokazy specjalne dla najmłodszych i nie tylko! Przejmująca, piękna animacja o świecie widzianym oczami zwierząt. Piękna, wielorasowa suczka Marona trafia w ręce coraz to nowych właścicieli. Świat ludzi bywa jednak skomplikowany, czasem aż za bardzo dla małego psa, który nie chce niczego oprócz kochającego ją człowieka. Każdy z napotkanych przez kundelkę ludzi nadaje jej nowe imię: akrobata Manole nazywa ją Aną, robotnik Istvan – Sarą, dziewczynka Solange – Maroną. Niestety żaden z domów nie jest na tyle odpowiedzialny, by suczka mogła zagościć w nim na stałe. A gdyby ludzie byli tak samo zależni od zwierząt, jak one od nich?

## WAŁY JAGIELLOŃSKIE W NCK

W środę 18 marca o godz. 19 w sali kameralnej 203 NCK usłyszymy najpiękniejsze piosenki Grzegorza Bukala i Wałów Jagiellońskich. Wystąpią: Grzegorz Bukala – śpiew, gitara, Tadeusz Leśniak – instrumenty klawiszowe, w tym i akordeon, Adam Pako-Budziński – gitarzysta uniwersalny, Tomasz Pasta-Pastuszak – harmonijkarz, Wojciech Dżako-Sokołowski – gitarzysta basista, Adam Skrzyński-Paszkowicz – pałker i Jarosław Kaczmarczyk – dzieciak na różne sposoby. Zapraszamy: Barbara Stępiak-Wilk. Bilet: 25 / 20 zł. (mp)

## KONCERT WIOSENNY Z PIT NOWA HUTA

W niedzielę 22 marca o godz. 17 na scenie NCK z koncertem wiosennym wystąpi Zespół Pieśni i Tańca Nowa Huta. Będzie to koncert pełen kolorów, radości i muzyki – energetyczne rozpoczęcie wiosny! W koncercie wezmą udział wszystkie grupy pracujące obecnie w zespole: grupy dziecięce, grupa młodzieżowa i grupa reprezentacyjna oraz kapela ludowa zespołu. Bilet: 20 zł. (mp)

## NOWOŚCI W BIBLIOTECE

Biblioteka Ośrodka Kultury im. C.K. Norwida, os. Górali 5 poleca:

● Piotr Derlatka, *Jego portret: opowieść o Jonuszu Kofcie*, Wydawnictwo Prószyński i S-ka 2019. Pierwsza biografia Jonasza Kofty – piekielnie inteligentnego ironisty, poety-szydercy zdolnego do wychycenia każdego paradoksu. Mówił o sobie, że jego warsztat twórcy to najtańszy długopis, bo często je gubi, i parę kartek papieru zwiniętych w kieszeni, a najlepsze utwory pisze, kiedy jest czymś zaskoczony. A pisywał dla największych: Hannu Banaszak, Zdzisławy Sośnickiej, Ireny Santor, Michała Bajora, Czesława Niemena i wielu innych. Indywidualista, dla którego najważniejsza była twórcza wolność, niezależność i dystans do świata. Dystans na pograniczu nieodpowiedzialności, bo pił za dużo, nie dbał o zdrowie i często nie dotrzymywał zobowiązań podjętych w euforii życia towarzyskiego. Zostawił za to po sobie ponad sześćset tekstów-piosenek i wierszy, jedenaście sztuk i scenariuszy teatralnych, obrazy, niezliczoną ilość tekstów pisanych do kultowych audycji radiowych. Z jednej strony satyryk, kabareciarz i teściarz, z drugiej – poeta zaangażowany.

# Moje odkrywanie Nowej Huty

Zapraszamy na wystawę fotografii Roberta Werbanowa w Ośrodku Kultury im. C.K. Norwida

Fotografowanie stało się dla Roberta Werbanowa formą rehabilitacji po ciężkiej chorobie. Aparat towarzyszył mu zawsze podczas zmagania z radioterapią. Ujęcia miejsc, przedmiotów i wszystkiego co go otaczało, czyli głównie szpitala i jego okolic, będzie można zobaczyć podczas wystawy artysty w Ośrodku Kultury im. C.K. Norwida.

„Pierwsze kadry były ascetyczne, przygnębione i statyczne – jakby czas właśnie się zatrzymał. Nie jest dobrze – myślałam. Zdjęć jednak przybywało, Robert zbierał pochlebne opinie, okazało się, że moje zmartwienie jest niepotrzebne.” – wspomina żona fotografa.

W ten oto sposób dzięki pasji i zaangażowaniu zrodziła się radość i satysfakcja, a trudna podróż przez chorobę stała się łatwiejsza. Nowa Huta, którą fotograf znalazł wcześniej jedynie z książek i opowieści, znalazła odwierciedlenie w jego twórczości i na zawsze zapisała się w jego życiu jako miejsce szczególne.

Jak wygląda i czym jest Nowa Huta w obiektywie Roberta Werbanowa? Wszystkich zainteresowanych zapraszamy na wernisaż wystawy fotografii „Moje odkrywanie Nowej Huty” już 16 marca o godzinie 18:00 w Ośrodku Kultury im. C.K. Norwida (os. Górali 5). Wernisaż uświetni koncert zespołu Ruty Uwite.

# KALENDARZ NOWOHUCKI

## NIEDZIELNE MSZE ŚW.

Bazylika w Mogile: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30, 14.00, 16.30, 18.00.  
 Kościół św. Bartłomieja: 10.00, 11.30.  
 Szklane Domy: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 17.00, 19.00, 20.30.  
 Arka Pana: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30, 16.00, 17.30, 19.00.  
 Czyżyny: 7.00, 8.30, 10.00, 11.30, 13.00, 18.00.  
 Dywizjonu 303: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 13.00, 16.00, 18.00, 19.15.  
 Mistrzejowice: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 13.00, 17.00, 19.00.  
 Kalinowe: 7.00, 9.00, 11.00, 13.00, 18.00.  
 Wzgórze Krzesławickie: 6.30, 8.00, 9.30, 11.00, 12.30, 16.00, 19.00.  
 Boh. Września: 6.00, 7.30, 9.00, 10.30, 12.00, 13.30, 16.30, 18.00, 19.30.  
 ul. Bulwarowa: 7.00, 8.30, 10.00, 11.30, 13.00, 18.00, 20.00.  
 Teatralne: 7.00, 8.30, 10.00, 11.30, 18.00, 19.30.  
 Krzesławice: sobota 17.00, niedziela 9.30.  
 Pleszów: 7.30, 11.30.  
 Kantorowice: 9.00, 11.00, 19.00, od X do IV – 18.00.  
 Ruszcza: 7.00, 9.00, 11.00, 16.00.  
 Górka Kościelnicka: 7.00, 12.00.  
 Kościelniki: 10.30, 18.30.  
 Wolica: 9.00, 18.00.  
 Lubocza: 8.00, 10.30, 17.00.

## Słowa na niedzielę

On prawdziwie jest Zbawicielem świata.

/por. J 4/

On, czyli Jezus Chrystus jest Zbawicielem świata. W czasach zawieruchy pogłódowej i kryzysu moralnego musimy powracać do prawd fundamentalnych. Bo nawet gdyby runęły największe ludzkie autorytety On zawsze będzie naszą kotwicą, dzięki której szalejące fale nie roztrząskają nas o skały.

I jeszcze jedno: nasze zbawienie ma o wiele dalsze horyzonty niżli tylko te, które zamykają się w latach spędzanych na ziemi. Zbawiciel zbawia nas na ziemi, ale chce byśmy widzieli swój cel w niebie. Bo kto patrzy dalej, kroczy pewniej.

ks. Piotr Gąsior

## DYŻURY SZPITALI

● **Ostre dyżury w zakresie chirurgii dziecięcej przez cały tydzień pełnią:** Instytut Pediatrii, ul. Wielicka 265, tel. 658-20-11 i Szpital im. Żeromskiego, tel. 644-01-44.

● Nie obowiązują już dyżury z zakresu chirurgii ogólnej i urazowej. Pacjenci mają zgłaszać się do szpitalnych oddziałów ratunkowych (w Nowej Hucie funkcjonują dwa takie oddziały – przy Szpitalu im. S. Żeromskiego i przy Szpitalu im. L. Rydygiera). Szczegóły pod numerem informacji medycznej 12 661-22-40.

## DYŻURY APTEK

● **Od piątku do czwartku:** os. Centrum A, bl. 3, tel. 12 425-75-40 (całą dobę).  
 ● **Ponadto przez cały tydzień dyżur pełni apteka w os. Kazimierzowskim 30,** tel. 12 648-59-57 – od poniedziałku do piątku w godz. 8–21, w soboty od godz. 8 do 16, w niedziele – nieczynna.

## NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA

● Szpital Rydygiera, Kraków os. Złotej Jesieni 1, tel. 12 64-68-792.  
 ● NZOZ OPC, Kraków os. Na Skarpie 66, tel. 12 357-52-48.

## MUZEUM ARCHEOLOGICZNE: ODDZ. N. HUTA

Muzeum Archeologiczne w Krakowie Oddział w Nowej Hucie zaprasza na ekspozycję poświęconą garncarstwu prahistorycznemu, która znajduje się w os. Branicie ul. Sasanek 2A w budynku Lamusa (renesansowy dwór). Wystawa jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 10–14, dodatkowo w sezonie maj–październik w każdą sobotę i niedzielę w godz. 14–18. Informacje: 12 640-80-60; www.ma.krakow.pl/oddzial\_Nowa\_Huta/informacje\_ogolne.

## MUZEUM CZYNU ZBROJNEGO

Małopolska Fundacja „Dom Kombatanta RP – Muzeum Czynu Zbrojnego” zaprasza na stałą ekspozycję do Muzeum Czynu Zbrojnego mieszczącego się w os. Górali 23 (pod czołgiem). Muzeum czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 10–16. Strona internetowa www.mczz.opx.pl. Tel. 12-357-19-19.

## KINO „SFINKS”

● **13.03. (piątek) – 17.00 – „Sala samobójców. Hejter” (Polska), 18.00 – „Jezioro dzikich gęsi” (Chiny/Francja) (MM), 19.25 – „W labiryncie” (Włochy).** ● **14.03. (sobota): 15.15 – „Marona – psia opowieść” (Francja/Belgia), 16.00 – „Jezioro dzikich gęsi” (MM), 17.00 – „Sala samobójców. Hejter”, 18.15 – „Monos” (Kolumbia/Argentyna) (MM), 19.25 – „W labiryncie”.** ● **15.03. (niedziela): 16.00 – „Marona – psia opowieść”, 16.00 – „Monos” (MM), 17.00 – „W labiryncie”, 18.30 – „Jezioro dzikich gęsi” (MM), 19.25 – „Sala samobójców. Hejter”.**

● **16.03. (poniedziałek):** kino nieczynne. ● **17.03. (wtorek): 14.30 – Filmowy Klub Seniora: „W labiryncie”, 17.00 – „Sala samobójców. Hejter”, 18.00 – „Monos” (MM), 19.25 – „W labiryncie”.** ● **18.03. (środa): 17.00 – „W labiryncie”, 18.00 – „Jezioro dzikich gęsi” (MM), 19.25 – „Sala samobójców. Hejter”.** ● **19.03. (czwartek): 17.00 – „Sala samobójców. Hejter”, 18.00 – „Monos”, 19.25 – „W labiryncie”.**

## W TEATRZE LUDOWYM

■ **Duża Scena, os. Teatralne 34:** ● 13 i 14 III (piątek i sobota), godz. 18 – Mistrz i Małgorzata. ● 15 III (niedziela), godz. 18 – Wszystko o kobietach.

■ **Scena Solarnia, os. Teatralne 26:** ● 13 III (piątek), godz. 10 i 12 – Lokomotywa przez świat. ● 15 III (niedziela), godz. 18 – Hańba.

■ **Scena Pod Ratuszem, Rynek Główny 1:** ● 13 III (piątek), godz. 19 – Zwierzenia pornogwiazdy. ● 14 III (sobota), godz. 19 – Wszystko o kobietach.

● 15 III (niedziela), godz. 19 – Tylko koniec świata. ● 17 i 18 III (wtorek i środa), godz. 19 – Sąsiedzi. ● 19 III (czwartek), godz. 19 – Via-gra.

Kraków



## MOJE ODKRYWANIE NOWEJ HUTY

WYSTAWA FOTOGRAFII  
ROBERTA WERBANOWA

16.03.2020 - 21.04.2020 / SEKTOR SZTUKI  
Ośrodek Kultury im. C. K. Norwida / os. Górali 5  
WERNISAJZ WYSTAWY - 16.03.2020 / godzina 18:00  
wstęp wolny

OŚRODEK KULTURY IM. C. K. NORWIDA - INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



Kraków

STOWARZYSZENIA  
PLASTYKÓW  
ZIEMI  
KRAKOWSKIEJ

wernisaż  
prac  
malarskich

## „Barwy Natury”

18.03.2020

17.00

Klub Krzesławice  
ul. M. Wańkowicza 17

WSTĘP WOLNY

W programie koncert  
muzyki klasycznej  
duetu Carmello.

OŚRODEK KULTURY KRAKÓW-NOWA HUTA · INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



OŚRODEK KULTURY  
KRAKÓW-NOWA HUTA  
KLUB KRZESŁAWICE

ul. M. Wańkowicza 17  
31-752 Kraków  
tel. 12 644 80 06, 504 419 195  
krzeslawice@krakownh.pl

WWW.KRAKOWNH.PL



OŚRODEK KULTURY  
KRAKÓW-NOWA HUTA

## WIOSNĘ ZACZĘLI OD WYGRANEJ

HUTNIK – PODLASIE BIAŁA PODLASKA 2-1 (2-0)  
1-0 – Kołodziej (6), 2-0 – Kołodziej (43. rzut karny), 2-1 – Kaznocha (83).  
HUTNIK: Dul – Antoniak, Kołodziej, Garzel, Tetych (76. Pyciak) – Sobala (63. Matysek), Drag, Gamrot (80. Kędziora), Świątek, Linca (85. Kurek) – Rak (69. Handzlik).  
Sędziował Daniel Detka z Kielc. Żółte kartki: Antoniak, Drag, Garzel, Kołodziej, Rak, Janiczak (trener) – Kasperek, Kaznocha. Widzów: 600.

Ten mecz mieli wygrać piłkarze Hutnika, którzy znajdują się w czołówce czwartej grupy III ligi – goście są ostatni – tak też się stało. Przeważali przez cały czas, ale niewiele brakło, a doszłoby do remisu. W ostatniej akcji meczu bliskie gola było bowiem Podlasie. Dla hutników jest to więc nauczka, że muszą być uważni do końca.

Gospodarze dobrze zaczęli ten występ. Po rzucie wolnym Bartosza Tetycha trafił Patryk Kołodziej, ale nie, jak to ma we zwyczaju z dystansu, lecz z bliska po uderzeniu głową. Ten gol wprowadził optymistów w dobry nastrój i liczyli oni na kolejne bramki. I okazji ku temu nie brakowało, gdyż hutnicy nie bali się atakować. Mogli je zdobyć m.in. Dawid Linca i Kołodziej. Szybko się jednak również przekonali, iż muszą zważać, co dzieje się na ich połowie. Przyjezdni bowiem także do-

cierali w pole karne krakowian i Adam Dul miał okazję do zaprezentowania swoich umiejętności. Aż w 42 min pokazał się debiutujący w Hutniku w spotkaniu ligowym Szymon Rak, który szarżując na bramkę gości został sfaulowany przez ich golkipera. Karnego pewnie wykorzystał Kołodziej.

Po zmianie stron wciąż częściej atakowała drużyna trenera Leszka Janiczaka i w 49 min wydawało się, że podwyższy prowadzenie. Jednak Kamil Sobala nie wykorzystał doskonałej okazji, a dziesięć minut później Arkadiusz Garzel główkował w poprzeczkę. Po nich szczęścia szukali Linca, Filip Handzlik, Piotr Matysek, ale wciąż bez pożądanego efektu. Za to z bramki cieszyli się rywale. Padła trochę przypadkowo. Po strzale Mychajło Kaznochy piłka odbiła się w toku od któregoś z zawodników, po czym pole-

ciała wysoko w powietrze i spadając wpadła do siatki, tuż pod poprzeczką, nad interweniującym Dulem.

Hutnik mógł jednak zakończyć mecz z lepszym dorobkiem. W 90 min sfaułowany został bowiem Tomasz Kurek, który uciekł jednemu z obrońców i miał przed sobą tylko bramkarza. Sędzia wtedy nie interweniował, a powinien być czerwona kartka i wolny. Żółtą kartkę dostał ... trener Janiczak. (dan)

1. Motor Lublin	19	36	36-16
2. Hutnik	19	36	34-27
3. Korona II Kielce	19	34	38-26
4. Wólczanka	19	32	26-17
5. Wisła Puławy	19	32	22-18
6. Siarka	19	30	30-23
7. Stal Kraśnik	19	28	29-20
8. Podhale N. Targ	19	28	30-24
9. Avia Świdnik	19	28	26-27
10. Wisłoka Dębica	19	27	22-14
11. Wisła Sand.	19	25	24-19
12. Sokół Sieniawa	19	25	17-18
13. KSZO Ostrowiec	19	24	21-21
14. Hetman Zamość	19	22	22-25
15. Orleń	19	16	15-25
16. Jutrzenka	19	16	14-30
17. Chelmsianka	19	11	12-35
18. Podlasie	19	8	20-53

## Z NOTESU KIBICA

13.03 (piątek) – godz. 18, I liga piłki nożnej: Puszcza Niepołomice – Chojniczanka

15.03 (niedziela) – godz. 15, IV liga piłki nożnej: Sokół Kocmyrzów – Dalin Myślenie.

Po raz ostatni nowohucki pięściarz wagi ciężkiej, Mariusz Wach, wystąpił na ringu w połowie grudnia. W stolicy Arabii Saudyjskiej, Rijadzie, chociaż przegrał na punkty z Brytyjczykiem Dillianem Whytem, po bardzo dobrej walce.

## WACH TRAFIŁ NA KURDA

Potem wydawało się, że w lutym jego kolejnym rywalem będzie były mistrz świata, Nowozelandczyk Joseph Parker. Do pojedynku w amerykańskim Frisco jednak nie doszło, gdyż Parker wybrał ostatecznie innego przeciwnika.

W połowie poprzedniego miesiąca Wach pojechał jednak do USA. W Nowym Jorku był sparingpartnerem Adama Kownackiego, szycującego się do walki z Finem Robertem Heleniusem, która miała przybliżyć go do pojedynku o mistrzostwo świata (Kownacki dostał bity i przegrał przez nokaut w IV rundzie). Mówiło się, że podczas tej gali może wystąpić również „Wiking” z Krakowa, ale nic z tego nie wyszło.

W końcu jednak udało się zakontraktować walkę dla Wacha. Dojdzie do niej 28 marca, niedaleko polskiej granicy, bo w Magdeburgu. Wach już kiedyś walczył w Niemczech. W Lipsku pokonał na punkty niemieckiego Turka, Erkana Tepera. Tym razem jego przeciwnikiem będzie niepokonany na zawodowym ringu reprezentujący Niemcy były mistrz Europy wagi ciężkiej, 27-letni Kurd, Agit Kabayel (19-0, 13 KO), który ostatni raz walczył rok temu. Zwycięzcy przypadnie pas WBA Continental.

Faworytem jest Kabayel, który ponad dwa lata temu miał pewne problemy z prawem. Został oskarżony o udział w zamachu na turecką kawiarnię w Essen. Udało mu się jednak z tego wywinąć. (dan)

## Z PIŁKARSKICH BOISK

Centralna Liga Juniorów. Hutnik – Jagiellonia Białystok 2-5 (1-1): Styrzcula, Wloch. Hutnicy dwa razy obejmowali prowadzenie, ale stać ich było na dotrzymanie kroku gościom tylko przez godzinę. Prowadzi Górnik Zabrze – 38 pkt, Hutnik jest ostatni – 4 pkt.

Centralna Liga Juniorów U-17 – grupa D. Hutnik – Stal Mielec 0-3 (0-1). Była to pierwsza kolejka spotkań w tych rozgrywkach. Gospodarze pierwszego gola stracili w 44 min, ale potem wystarczyły dwie minuty i ponieśli kolejne straty. (dan)

HUTNIK/WANDA – LKS BOBOWA 3-1 (21-25, 25-16, 25-12, 28-26)

HUTNIK/WANDA: Dylowicz, Krzyżak, Michalek, Żuchowski, Jedwabny, Filipczak – Mrozek (libero), Tabor, Kozłowski, Pawelec.

## WŁAŚCIWIE SĄ W BARAŻACH

W minionych tygodniach nowohuckim siatkarzom niezbyt się wiodło i po pierwszej partii wydawało się, iż grozi im kolejna porażka. Popełnili zbyt wiele błędów, ofiarując przyjeźdnym trochę punktów. Widmo przegranej sprawiło jednak, że w następnym starciu byli już bardziej skoncentrowani, choć przez jakiś czas gra była wyrównana. Hutnicy odskoczyli dopiero po serii zagrywek Tomasza Dylowicza, dzięki któremu uzyskali kilka punktów przewagi. Dołączyli do niego też inni hutnicy i rosła ona jeszcze bardziej. Podbudowani taką grą krakowianie w następnym secie zmieśli rywala z boiska. Ciągłe byli bardzo skuteczni w ataku, ale równie dobrze się bronili.

Najwięcej emocji przyniósł dopiero ostatni set, w którym przez cały prawie czas trudno było któregoś ze stron uzyskać większą przewagę (hutnicy mieli pewien zapas tylko na jego

początku). Duży wpływ na końcowe rozstrzygnięcie miała sytuacja do której doszło przy stanie 13-13. Jeden z arbitrow przyznał wtedy punkt gościom, ale główny sędzia orzekł, że należy się on Hutnikowi. Protesty graczy z Bobowej na nic się zdały. Mało tego jeden z nich został wy-

rzuty z boiska, co oznaczało kolejny punkt dla gospodarzy. Mimo to rywale znowu wyrównali i do końca gra była bardzo zacięta. Aż czołowy w tym sezonie nowohucki siatkarz, Michał Krzyżak, dał swojej drużynie zwycięstwo.

Liderem I Ligi Małopolskiej jest GKPS Gorlice. Hutnik/Wanda znowu zajmuje drugą lokatę – 33 pkt, a AS Niepołomice siódmą z 24 pkt, po wyjazdowym zwycięstwie 3-0 (25-18, 25-21, 27-25) nad rezerwami Kęczanina Kęty. Spotkanie Sparta/AGH z GKPS Gorlice zostało przełożone na inny termin. W najbliższy sobotę, 14 marca, odbędzie się ostatnia kolejka tych rozgrywek. Hutnik zagra w Tarnowie z ostatnią Iskierką, a Sparta spotka się na wyjeździe z AS Niepołomice (godz. 17). Udział w barażach o II ligę zapewnił sobie GKPS i właściwie to samo uczynił już Hutnik/Wanda. (dan)

## O DZIWO, PIĘĆ GOLI ZDOBYLI

ZAGŁĘBIE SOSNOWIEC – PUSZCZA NIEPOŁOMICE 3-5 (1-1)

1-0 – Pawłowski (34. rzut karny), 1-1 – Tomalski (40), 1-2 – Rodionow (60), 2-2 – Rubio (61), 2-3 – Rodionow (65), 3-3 – Rubio (69), 3-4 – Żurek (71), 3-5 – Czikosz (86).

PUSZCZA: Niemczycki – Czikosz, Stępień, Stefanik, Mikołajczyk – Sitek (70. Stawarczyk), Serafin, Żytek, Tomalski (90. Uwakwe), Eizenchart (39. Żurek) – Rodionow.

Sędziował Marek Opaliński z Legnicy. Żółte kartki: Słomka, Beneta, Rubio, Mularczyk – Stępień, Serafin. Widzów: 1871.

Gospodarze zaczęli pierwszoligową wiosnę od wygranej w Legnicy z Miedzią. Małopolscy piłkarze przegrali z kolei w domu z Chrobrym Głogów, co nie dziwiło, gdyż u siebie dostają regularne bity. Jednak występując na obcych boiskach spisują się znacznie lepiej. Ich wygrana nie była więc niespodzianką, były nią natomiast jej rozmiary. Dość przypomnieć, iż w dotychczasowych 21 występach zdobyli ledwie piętnaście bramek. W Sosnowcu obydwie drużyny

grały jednak beztrzęsco w obronie i w dużej mierze to zadecydowało o takim wyniku.

Przy pewnym współudziale arbitra, który raczej nie popisał się w 34 min, dyktując rzut karny, dla Zagłębia dzięki czemu objęło ono prowadzenie. Niewiele jednak trzeba było czekać i Hubert Tomalski, mając asystę dwóch przeciwników, doprowadził do wyrównania. Po przerwie lepiej zaczęli gospodarze, którzy mieli świetną okazję, ale Karol Niemczycki nie

dał się pokonać (także w I połowie dobrze sobie radził). Po kilku minutach gole jednak zaczęły się sypać i co najważniejsze częściej trafiali zawodnicy Puszczy. Najpierw Jewhen Rodionow pokonał bramkarza Krystiana Stępniewskiego – jest wychowankiem Hutnika – ale miejscowi też mieli niezłego strzelca. Tyle, że Rubio i jego kolegów stać było jedynie na remis 3-3, a „Żubry” miały jeszcze innych graczy, trafiających do siatki. Najpierw strzałem z okolic „jednostki” prowadzenie uzyskał Bartosz Żurek, a wynik ustalił debiutant Erik Czikosz, który po rzucie wolnym z dwóch metrów wpakował piłkę do bramki.

Po tym zwycięstwie drużyna z Niepołomicz wspięła się stopień wyżej i jest czternasta – 26 pkt. Nowym liderem zostało Podbeskidzie Bielsko-Biała – 43 pkt. (dan)

## Sport Sport Sport Sport Sport

W Nowej Hucie rozegrany został jeden z półfinałów mistrzostw Polski w siatkówce juniorek. W hali ZSOS 2 zaprezentowały się cztery zespoły. APS Rumia, Atena Warszawa, Legionovia Legionowo i gospodynie imprezy, Elite Volley.

## DOTARŁY DO FINAŁU MP

Nowohucka Elite Volley – prowadzone przez trenerów Dariusza Pomykałskiego i Ryszarda Pozlutkę – zaczęła występy od zwycięstwa 3-1 (25-16, 25-23, 19-25, 25-22) nad Ateną Warszawą. W kolejnym występie pokonała APS Rumia 3-0 (25-18, 25-18, 25-23). O pierwszym miejscu w turnieju miała zdecydować jej ostatni mecz z Legionovią. Nie sprostała w nim drużynie z Mazowsza, przegrywając 1-3 (14-25, 22-25, 25-18, 16-25). Ten wynik nie miał jednak wpływu, które zespoły awansują do finału MP (w ostatni weekend marca). Są to Elite Volley i Legionovia.

– Mamy bardzo mocny zespół, ale w rozgrywkach młodzieżowych wszystko może się zdarzyć i trudno wyrokować, które miejsce możemy zająć w finale – podkreśla Ryszard Pozlutko. – Nasz turniej oglądał skaut ze Stanów Zjednoczonych. Amerykanie mają swoich przedstawicieli w Polsce, którzy uważnie wcześniej śledzą rozgrywki i przyglądający wie już kogo ma oglądać. Ten, który teraz się pojawił, widziałby aż pięć naszych siatkarek za Atlantykiem, a przypomnę, że w ubiegłym roku dwie wyjechały na tamtejsze uczelnie.

Nie udało się natomiast dostać do finału MP juniorom Sparty/AGH, którzy wystąpili w półfinale w Częstochowie. W pierwszym meczu przegrali z gospodarzami z Norwida 0-3 (15-25, 13-25, 16-25), a w kolejnym ulegli Skrze Belchatów 2-3 (18-25, 25-21, 22-25, 25-21, 11-15). Na koniec pokonali MMKS Kędzierzyn-Koźle 3-0 (25-16, 25-22, 25-21), zajmując trzecie miejsce. Awans Norwid i Skra.

O lokacie siatkarzy z Nowej Huty przesądziło starcie ze Skrą. – Zaczęliśmy nawet nieźle, prowadziliśmy 5-2, potem 9-6 – opowiada trener Kacper Osuch. – Jednak w pewnym ustawieniu u rywali pojawił się zawodnik, z którego zagrywką nie umieliśmy sobie poradzić. Ale musimy zaznaczyć, że mimo porażki był to bardzo dobry mecz w naszym wykonaniu. (dan)

Największy klub sportowy Nowej Huty, Hutnik, 21 marca, będzie obchodził 70 rocznicę założenia. Z tej okazji dzień wcześniej miała odbyć się uroczysta gala.

## PRZEŁOŻONA GALA HUTNIKA

Niestety, nie dojdzie do niej w zaplanowanym terminie. Została bowiem przełożona na czerwiec i była to jedyna możliwa do podjęcia decyzja w panującej obecnie sytuacji. „Z przykrością informujemy, iż planowana na 20 marca 2020 r. uroczysta gala z okazji 70-lecia naszego klubu z uwagi na rozprzestrzeniającą się epidemię koronawirusa zostaje przesunięta w czasie. Nie chcemy narażać naszych szanownych gości na niepotrzebne ryzyko związane z zarażeniem się chorobą. Planowany nowy termin gali to 19 czerwca 2020 roku.” – można przeczytać w oświadczeniu zarządu stowarzyszenia.

Jak słyhać, nazajutrz po czwartym spotkaniu sportowców, szkoleniowców, działaczy i sympatyków Hutnika, ma dojść jeszcze do jednego jubileuszowego wydarzenia. Otóż trzećioligowa obecnie drużyna piłkarska ma zmierzyć się na Suchych Stawach z jakimś atrakcyjnym rywalem. Na razie jednak jeszcze nie podano, jaka może to być drużyna. (dan)



# Jedzień TELEWIZJA

## GŁOS

TYGODNIK  
NOWOHUCKI

PIĄTEK

13.03

TVP1

5.10 DNA doskonały lekarz – film dokumentalny, Francja (2016); reż.: Sarah Laine 6.15 Przysięga (128) – serial obyczajowy, Turcja (2019) 7.05 Elif (685) – serial, Turcja (2017) 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Kwadrans polityczny 8.40 Korona królów – taka historia... (41): Waż i krzyż – wieczna pamięć księcia Olgierda – telenowela historyczna TVP 9.10 Magazyn śledczy Anity Gargas (148) – magazyn 9.40 Okrasa łamie przepisy: Kuchnia nad Drwęcą – magazyn kulinarny 10.15 Komisarz Alex 10 (128): Śmierć w aquaparku – serial kryminalny TVP 11.05 Ojciec Mateusz (6): Anna – serial kryminalny TVP 12.00 Wiadomości 12.15 Agrobiznes 12.35 Agropogoda – magazyn 12.40 Magazyn rolniczy 13.00 Natura w Jedyńce: Nowe gatunki. Wyprawa stulecia (2) – film dokumentalny, Brazylia (2016) 14.00 Elif (686) – serial, Turcja (2017) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Alarm! – magazyn 15.35 Gra słów. Krzyżówka (121) – teleturniej 16.05 Przysięga (129) – serial obyczajowy, Turcja (2019) 17.00 Teleexpress 17.20 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (4293) – teleturniej muzyczny 18.00 Klan (3628) – telenowela TVP 18.30 Korona królów – taka historia... (61) – telenowela historyczna TVP 18.55 Jeden z dziesięciu (20/117) – teleturniej 19.25 Sport 19.30 Wiadomości 20.00 Dziennik Wiadomości 20.05 Pogoda 20.10 Alarm! – magazyn 20.35 Archiwista (10) – serial TVP (dozwolone od lat 16) 21.30 Idealny plan – thriller, Kanada (2011); reż.: Aaron Woodley; wyk.: Kevin Zegers, Ray Liotta, Laura Vandervoort, Victor Garber, Dustin Milligan (dozwolone od lat 16) 23.05 Zawód: Amerykanin 2 (16) – serial, USA (2014) (dozwolone od lat 16) 23.55 Kompania X 3 (25) – serial, Kanada (2015) 0.50 Siła strachu – thriller, Niemcy/USA (2005); reż.: John Polson; wyk.: Robert De Niro, Dakota Fanning 2.40 Magazyn kryminalny 997 – magazyn (dozwolone od lat 16) 3.30 Ocaleni – reality show (dozwolone od lat 16) 4.35 Notacje: Tomasz Knapik. Nie jestem dolar, żeby się wszystkim podobać – cykl dokumentalny 4.50 Zakończenie dnia

TVP2

4.35 Koło fortuny (340) – teleturniej 5.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (60): Ciemne chmury – serial, Niemcy (2014) 6.05 Anna Dymna – spotkajmy się 6.35 Familiada (2436) – teleturniej 7.05 Przepis dnia 2 (9) 7.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Rodzinka.pl 5 (112): Gips – serial komediowy TVP 12.05 Barwy szczęścia (2214) – serial obyczajowy TVP 12.35 Koło fortuny (670) – teleturniej 13.10 Va Banque (47) – teleturniej 13.40 Na sygnale (213): Trauma – serial fabularny TVP 14.10 Czterdziestolatek (9/21): Rodzina, czyli obcy w domu – serial TVP 15.10 Dok-

tor Kleist – lekarz rodzinny (87): Duże dzieci, duży kłopot – serial, Niemcy (2017) 16.00 Koło fortuny (727) – teleturniej 16.35 Familiada (2440) – teleturniej 17.10 Więzień miłości (261) – serial, Turcja (2018) 18.00 Panorama 18.20 Pogoda 18.30 Va Banque (48) – teleturniej 18.55 Rodzinka.pl 5 (113): Nowe gniazdo – serial komediowy TVP 19.30 Barwy szczęścia (2214) – serial obyczajowy TVP 19.55 Przepis dnia 2 (10) 20.10 Barwy szczęścia (2215) – serial obyczajowy TVP 20.35 Starovoice. Gwiazdy mają głos! (3) – program rozrywkowy 22.10 Starovoice. Gwiazdy mają głos! (3): Wyniki 22.35 Raz się żyje – film fabularny, USA (2018); reż.: Nash Edgerton; wyk.: David Oyelowo, Charlize Theron, Joel Edgerton (dozwolone od lat 16) 0.35 Ona to on – komedia, USA (2006); reż.: Andy Fickman; wyk.: Amanda Bynes, Channing Tatum, Jessica Lucas, James Kirk 2.25 McImperium – film obyczajowy, USA (2016); reż.: John Lee Hancock; wyk.: Michael Keaton, Laura Dern, Patrick Wilson, Nick Offerman, Linda Cardellini 4.20 Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.10 Leśniczówka (89) 6.35 Magazyn śledczy Anity Gargas (148) 7.05 Czy wiesz, że... (27) 7.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Na sygnale (251): To wszystko 12.15 Wiadomości 12.30 Wilnoteka 12.50 Polonia 24 13.15 Rozmowa Polonii 13.30 Halo Polonia 14.20 M jak miłość (1490) 15.15 Wiadomości 15.30 M jak miłość (1491) 16.30 Korona królów – taka historia... (59): Muzyka, instrumenty, tańce 17.00 Domisie: Co przestraszyło Strachowya? 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka (117) 18.25 Okrasa łamie przepisy: Na kieszkę do Supraśla 18.55 Wszystko przed nami (62) 19.25 Magazyn z Ameryki (76) 19.45 Dobranocka: Agatka: Agatka i mydło (2) 20.00 Wiadomości 20.30 Pogoda 20.35 Sport 20.45 Na dobre i na złe (768): Anioł – serial TVP 21.45 Polonia 24 22.05 Halo Polonia – magazyn 22.45 Wolny Ekran (188) – magazyn 23.00 Z pamięci (14) – felieton 23.10 Focus on Poland 23.30 Kabaret za kulisami (10): Piosenka kabaretowa – program rozrywkowy 35 Korona królów – taka historia... (59): Muzyka, instrumenty, tańce – telenowela historyczna TVP 1.00 Magazyn z Ameryki (76) – magazyn, USA (2020) 1.20 Powtórki programów

TELEWIZJA  
KRAKÓW

6.05 Dla niesłyszących: Telekurier 6.35 Wiadomości rolnicze 7.00 Telezakupy 7.30 Kronika dnia 7.45 Pogoda 7.49 Tematy dnia 8.01 Skarby architektury drewnianej UNESCO 8.15 Prosto z lasu 8.30 Kronika dnia 8.45 Muzealne opowieści 8.47 Kalendarz regionalny 9.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 9.10 Pogoda 9.15 Pogoda na narty (14) 9.30 Okrasa łamie przepisy: Ser, wino i to coś 10.00 Zraniona miłość (7) 10.45 Antenowe remanenty 11.00 Astronarium 11.35 W tyle wizji 12.15 Dla niesłyszących: Co niesie

dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej 13.00 Rok w ogrodzie 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda – magazyn 14.00 Telezakupy 14.30 Kronika dnia 14.45 Kryptonim „Muzeum”: Szlak Armii Krajowej – reportaż 15.05 Meandry uczuć (62) – serial, Turcja (2016) 15.50 Antenowe remanenty 16.00 Dla niesłyszących: Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna Siódemka – magazyn 16.45 Dziennik regionów 17.01 Kronika – zapowiedź 17.08 Pogoda 17.10 Msza święta dla chorych 18.01 Pogoda na narty – magazyn 18.15 Kronika kulturalna – magazyn kulturalny 18.25 Pogoda 18.30 Kronika – program informacyjny 18.51 Kronika sportowa 18.57 Pogoda 18.59 Tematy dnia – rozmowa 19.11 Turystyczna jazda 19.20 Wiara i życie – cykl reportaży 19.40 Pod Tatrami 19.48 Kalejdoskop regionalny 19.55 Pogoda 20.00 Ocaleni – reality show 21.00 Tygodnik polityczny – program publicystyczny 21.31 Kronika – program informacyjny 21.49 Kronika sportowa 21.54 Pogoda 22.00 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna Siódemka – magazyn 23.00 Alarm! 23.20 W tyle wizji – program publicystyczny 0.00 W tyle wizji extra 0.25 Listy do PRL-u: Bunt przedszkolaka 0.45 Sprawa dla reportera 1.50 Meandry uczuć (63) 2.40 Antenowe remanenty

POLSAT

5.40 Telezakupy TV Okazje 6.00 Nowy dzień w Polsat News 9.00 Malanowski i partnerzy (346, 347) – serial fabularno-dokumentalny 10.00 Sekrety rodziny – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 12.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 14.45 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia, sport, pogoda 16.15 Interwencja – magazyn reporterów 16.30 Na ratunek 112 – serial paradokumentalny 17.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 18.50 Wydarzenia, sport, pogoda 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy 20.05 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami 11 – program rozrywkowy 22.05 Tylko jeden. Droga do KSW – reality show 23.20 Piła 5 – horror USA/Kanda (2008) 1.20 Tajemnice losu

tvn

4.50 Uwaga! 5.15 Mango 6.20 Na Wspólnej – serial obyczajowy 6.50 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy 7.50 Doradca smaku 8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.30 Afera fryzjera – program rozrywkowy 12.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 13.15 Szpital – serial paradokumentalny 14.15 Detektywi (416, 417) – serial fabularno-dokumentalny 15.25 Milionerzy – teleturniej 16.00 Szpital – serial paradokumentalny 17.00 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy Polska 18.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 19.00 TVN Fakty 19.35 Sport, pogoda 19.50 Uwaga! –

magazyn reporterów 20.00 Jurassic World – film s.f. USA (2015) 22.40 Ultimatum Bourne'a – thriller USA/Niemcy (2007) 1.00 Kuba Wojewódzki – talk-show 2.00 Uwaga! 2.20 NOC Magii

TVN 7

tvn

5.10 Szkoła – serial paradokumentalny 6.10 Mango 7.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 8.35 Ukryta prawda (628, 629) – serial paradokumentalny 10.40 Mango 11.00 Idealna niania 6 – reality show 11.45 Zakochani po uszy 3 – telenowela 12.15 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny 13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 14.15 Szkoła – serial paradokumentalny 15.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 16.15 19+ – serial paradokumentalny 16.55 Brzydula (174, 175) – serial komediowy 18.00 Szkoła – serial paradokumentalny 18.55 Anna German – serial biograficzny 20.00 Hotel Paradise – reality show 21.00 Ślub od pierwszego wejrzenia 4 – reality show 22.00 Oczy węża – thriller USA (1998) 0.10 Zakochani – komedia romantyczna Polska (2000) 2.35 NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (43, 44) – serial sensacyjny 8.00 Nasz nowy dom – reality show 9.00 Sekrety sąsiadów – serial obyczajowy Polska 9.30 Demakijaż – program rozrywkowy 10.00 Przez żołądek do serca – magazyn 10.30 Demakijaż – program rozrywkowy 11.00 Awantura o kasę (19, 20) – teleturniej 13.00 Magicy z ulicy – program rozrywkowy 13.30 STOP Drogówka 14.30 Emil, pogromca mandatów – program rozrywkowy 15.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 16.00 Słoneczny patrol (18, 19) – serial przygodowy 18.00 Sekrety sąsiadów (10, 6) – serial obyczajowy 19.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 20.00 Gwiazdy Kabaretu – program rozrywkowy 21.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (369, 370) – serial kryminalny 23.05 Szósty zmysł – thriller USA (1999) 1.25 STOP Drogówka – magazyn policyjny 2.25 Interwencja 2.40 Disco Polo Life – program muzyczny 3.40 Top 10 – lista przebojów

PULS

PULS

6.00 Nash Bridges (50, 51) – serial sensacyjny 8.00 Reporterzy. Z życia wzięte – serial obyczajowy Polska Reporterzy. 9.00 Lombard. Życie pod zastaw – serial obyczajowy 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (31, 32) – serial fantasy 12.00 Kobra – oddział specjalny (14, 1) – serial sensacyjny 14.00 Lombard. Życie pod zastaw (3, 4) – serial obyczajowy 16.00 Reporterzy. Z życia wzięte (9, 10) – serial obyczajowy Polska 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (265, 266) – serial obyczajowy 20.00 Kickboxer: Odwet – dramat USA (2018) 22.25 Rzykanci – dramat sensacyjny USA (1997) 0.10 Zasady walki 3: Odkupienie – film sensacyjny USA (2009) 2.00 Zobacz to!

## PROPOZYCJE NA PIĄTEK

TVP 1, GODZ. 21.30

● IDEALNY PLAN – Thriller produkcji kanadyjskiej z 2011 roku. 24-letni Paul Dynan był uczciwym człowiekiem. Wierzył, że wykształcenie i ciężka praca zapewnią mu sukces. Jednak pewnego dnia przekonuje się, że dyplom uczelni nie ma takiej wartości, jaką mu przypisywał. Paul jest bezrobotny; wskutek kryzysu zatrudnienia nie ma też jego matka, Marsha. Żeby przezwyciężyć problemy finansowe, mężczyzna postanawia porwać nastoletnie dzieci z bogatych rodzin. Wraz z dwoma pomocnikami wprowadza troje nastolatków i zamyka ich w piwnicy. Wkrótce sytuacja wymyka się spod kontroli.

★★★

TVP II, GODZ. 22.35

● RAZ SIĘ ŻYJE – Film sensacyjny produkcji australijsko-amerykańsko-meksykańskiej z 2018 roku. Harold prowadzi spokojne życie. Ma Kochającą żonę, dom na przedmieściach i stabilną pracę w korporacji. Mężczyzna zostaje wysłany w delegację do Meksyku. Ma stać się kozłem ofiarnym w zaplanowanym oszustwie. Harold postanawia przechrzyć ludzi, którzy chcieli wzbogacić się jego kosztem. Układa plan działania, ale zapomina o tym, jak skomplikowany i bezlitosny jest świat meksykańskich karteli. Ścigany przez płatnego zabójcę, dawnych współpracowników i FBI Harold może liczyć tylko na siebie i uroczą amerykańską turystkę.

★★★

TVN, GODZ. 22.40

● ULTIMATUM BOURNE'A – Amerykańsko-niemiecko-francusko-hiszpański film sensacyjny z 2007 roku. Ministerstwo Obrony przejmuje tajny program Treadstone i nadaje mu nazwę Błackbriar. Były agent Jason Bourne wciąż musi walczyć o przetrwanie. Znając tajemnice projektu, stanowi ogromne zagrożenie dla dawnych zwierzchników.

★★★

TV POLSAT, GODZ. 23.20

● PIŁA V – Horror produkcji amerykańsko-kanadyjskiej z 2008 roku. Dwoje funkcjonariuszy FBI, Strahm i Perez, pomagało detektywowi Hoffmannowi w rozwiązaniu zagadki pozostawionej przez mordercę, Jigsaw. W wyniku dramatycznych wydarzeń agentka zginęła, a Strahm został oghuszony. Gdy odzyskuje przytomność, okazuje się, że jego głowa znajduje się w akwarium. Aby się nie utopił, Strahm przebija sobie tchawicę. Hoffmann twierdzi, że nikt nie przeżył akcji. Jest zdziwiony, widząc Strahma na noszach. Peter zostaje odsunięty od sprawy, nurtuje go jednak osoba detektywa Hoffmanna, a także jego rola w całej sprawie.

# TVP1

5.35 Klan (3626) 6.00 Klan (3627) 6.25 Sprawa dla reportera 7.20 Rok w ogrodzie 7.45 Rok w ogrodzie extra 8.00 Pelnosprawni (344) 8.25 wojsko-polskie.pl (92) 8.55 Studio Raban 9.25 Rodzinny ekspres: Żal za grzechy – magazyn 9.55 Najgorszy rewolwerowiec Dziki Zachód – komedia, USA (1968) 11.45 Dziewczyny ze Lwowa 2: Wypadki chodzą po ludziach – serial obyczajowy TVP 12.45 Fascynujący świat: Kawa, herbata i kakao. Historia w filizancie – film dokumentalny, Francja (2019); reż.: Jeanne Lefevre 13.50 Okrasa łamie przepisy: Z wojaskowej menażki – magazyn kulinarny 14.20 Z pamięci: Bazar Różycykiego – felieton 14.30 Jak to działa (154): Ogień – magazyn 15.05 Sanatorium miłości 2 (10) – reality show 16.05 Skoki Narciarskie: Puchar Świata w lotach – Vikersund (konkurs drużynowy) 17.30 Teleexpress 17.40 Skoki Narciarskie: Puchar Świata w lotach – Vikersund (konkurs indywidualny) 18.45 Jaka to melodia? (4307) – teleturniej muzyczny 19.25 Sport 19.30 Wiadomości 20.05 Pogoda 20.10 Alarm! – magazyn 20.35 Komisarz Alex 14 (167) – serial kryminalny TVP 21.35 Hit na sobotę: Tylko dla odważnych – film akcji, USA (2017); reż.: Joseph Kosinski; wyk.: Josh Brolin, Miles Teller, Jeff Bridges 23.55 Milczenie owiec – thriller, USA (1991); reż.: Jonathan Demme; wyk.: Jodie Foster, Anthony Hopkins, Scott Glenn, John Lighthow (dozwolone od lat 16) 2.00 Jaka to melodia? (4307) – teleturniej muzyczny 2.40 Idealny plan – thriller, Kanada (2011); reż.: Aaron Woodley; wyk.: Kevin Zegers, Ray Liotta, Laura Vandervoort, Victor Garber, Dustin Milligan (dozwolone od lat 16) 4.15 Z pamięci: Bazar Różycykiego 4.20 Zakończenie dnia

# TVP2

4.35 Koło fortuny (341) – teleturniej 5.15 Barwy szczęścia (2211) – serial obyczajowy TVP 5.45 Barwy szczęścia (2212) 6.20 Dla niesłyszących: M jak miłość (1500) – serial TVP 7.15 Pytanie na śniadanie 11.20 To je Borowicz. Podróże ze smakiem (38) – magazyn kulinarny 11.55 Starovoice. Gwiazdy mają głos! (3) – program rozrywkowy 13.35 Starovoice. Gwiazdy mają głos! (3): Wyniki 14.00 Familiada (2615) – teleturniej 14.35 Koło fortuny (728) – teleturniej 15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 (2) – widowisko muzyczne 16.20 Rodzinka.pl (280): Empatyczny grzechotnik – serial komediowy TVP 16.55 O mnie się nie martw 12 (2/13) – serial komediowy TVP 17.50 Dla niesłyszących: Słowo na niedzielę: Ra-

tunek dla kamiennego serca 18.00 Panorama 18.25 Pogoda 18.35 Echo serca 3 (35) – serial TVP 19.30 Lajk! 20.00 Dance Dance Dance 2 (3) (1) – widowisko 21.00 Dance Dance Dance 2 (3) (2) 22.05 Dance Dance Dance 2 extra (3) 22.35 Karate po polsku – film obyczajowy, Polska; reż.: Wojciech Wójcik; wyk.: Edward Żentara, Dorota Kamińska, Zbigniew Buczkowski, Jerzy Trela, Halina Buyno-Łoza, Bernard Ładysz, Piotr Grabowski, Stanisław Pąk, Franciszek Trzeciak, Michał Aniol (dozwolone od lat 16) 0.15 Hobbit: Niezwykła podróż – film przygodowy, Nowa Zelandia/USA (2012); reż.: Peter Jackson; wyk.: Ian McKellen, Martin Freeman, Hugo Weaving, Cate Blanchett, James Nesbitt 3.05 Zakończenie dnia

## TV POLONIA

6.10 Barwy szczęścia (2144) 6.40 Barwy szczęścia (2145) 7.15 Pytanie na śniadanie 11.20 Polonia 24 11.35 Halo Polonia 12.15 Okrasa łamie przepisy: Wielkopolskie potrawy jednogarnkowe 12.50 Ojciec Mateusz 22 (278): Guru – serial kryminalny TVP 13.40 Na dobre i na złe (768): Anioł 14.40 Kabaret za kulisami (10): Piosenka kabaretowa 15.40 Wolny Ekran (188) 16.00 Kulturalni PL (499) 17.00 Słownik polsko@polski – talk-show prof. Jana Miodka 17.30 program rozrywkowy 17.40 Teleexpress 17.55 M jak miłość (1492) 18.45 Szansa na sukces. Opole 2020 (2) 19.45 Dobranocka: Mami Fatale (3): Biegnij Prosie, biegnij (28) 20.00 Wiadomości 20.30 Pogoda 20.35 Sport 20.45 Wojenne dziewczyny (39) 21.40 Sanatorium miłości 2 (9) 22.35 Wino truskawkowe – komediodramat, Polska/Słowacja (2007); reż.: Dariusz Jabłoński; wyk.: Jiri Machacek, Zuzana Fialova, Marian Dziedziel, Mieczysław Grąbka, Jerzy Radziwiłowicz, Lech Łotocki, Maciej Stuhr, Marek Litewka, Maria Ciunelis, Cezary Kosiński 0.25 M jak miłość (1492) 1.20 Słownik polsko@polski 1.45 Powtórki programów

## TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Dla niesłyszących: Telekurier 6.30 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii 7.05 Spotkania w świecie ciszy 7.25 Pogoda 7.35 Turystyczna jazda 7.45 Pogoda na narty (14) – magazyn 8.00 Antenowe remanenty 8.30 Pieniądz w centrum uwagi 9.00 Nasz dziwny świat (12) – esej dokumentalny, Wielka Brytania (2016) 10.00 Pogoda 10.02 Muzealne opowieści 10.05 Pogoda na narty 10.16 Wiara i życie – cykl reportaży 10.38 Kronika kulturalna – magazyn kulturalny 10.49 Turystyczna jazda 11.00 Jedź bezpiec-

nie – cykl reportaży 11.10 Kwartet – magazyn regionów Czwórki Wyszehradzkiej 11.37 Koło się kręci – reportaż 11.50 Kwartet/felietony – magazyn 12.05 Antenowe remanenty 12.35 Reportaż 12.50 Wiosna w regionach – magazyn 13.15 Ukryte skarby – cykl reportaży 13.50 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – magazyn 14.20 Sanatorium miłości 2 (9) – reality show 15.15 Za zdrowie pań 16.40 Pogoda 16.45 Dziennik regionów 17.00 Wiosna w regionach – magazyn 17.15 Reportaż – cykl reportaży społecznych 17.30 Pogoda 17.37 Muzealne opowieści 17.40 Pod Tatrami 17.50 Skarby architektury drewnianej UNESCO 18.01 Kalejdoskop regionalny 18.10 Reporter – magazyn 18.25 Muzealne opowieści 18.30 Kronika – program informacyjny 18.52 Pogoda 18.54 Kronika kulturalna – magazyn kulturalny 19.03 Pogoda na narty – magazyn 19.15 Małopolska Panorama Kultury 20.00 Piosenka dla Ciebie – koncert życzeń 21.00 Piosenka u Ciebie – cykl reportaży 21.32 Kronika – program informacyjny 21.48 Pogoda 21.51 Speed 2 – magazyn 22.00 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 22.25 Regionalny magazyn sportowy 22.35 Pogoda 22.45 Kryminalna Siódemka – magazyn 23.05 W cywilu 3 – film akcji, USA (2013); reż.: Scott Wiper; wyk.: Mike Mizanin, Neal McDonough, Michael Eklund, Camille Sullivan (dozwolone od lat 16) 0.50 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – magazyn 1.20 Reportaż 1.40 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii 2.10 Dla niesłyszących: Spotkania w świecie ciszy 2.50 Antenowe remanenty 2.50 Piosenka dla Ciebie – koncert życzeń 4.00 Piosenka u Ciebie – cykl reportaży 4.30 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 5.00 Znikająca wyspa – film dokumentalny, Kanada (2017)

## POLSAT

4.55 Disco Gramy 5.40 Telezakupy TV Okazje 6.00 Nowy dzień – program informacyjny 8.45 Scooby-Doo! i upiorny strach – film animowany USA (2013) 8.15 Potwory kontra obey: Wielka ucieczka B.O.B.-a – film animowany USA (2009) 8.35 Scooby-Doo i KISS! Straszanie na scenie – film animowany USA (2015) 10.10 Ewa gotuje – magazyn kulinarny 10.45 Disco Polo 25 lat później (1) – program muzyczny 11.45 Jak długo jeszcze? – komedia USA/Kanada (2007) 13.45 The Four. Bitwa o sławę (1) – reality show 15.45 Kabaret na żywo. Przystanek Radio (2) – program rozrywkowy 17.50 Chłopaki do wzięcia (159, 160) – serial dokumentalny 18.50 Wydarzenia, sport, pogoda 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy 20.05 The Four. Bitwa o sławę (2) – reality show 22.10 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 13 – program rozrywkowy 0.25 Batallistic – film sensacyjny USA/Niemcy (2002) 2.20 Tajemnice losu

# tvn

8.00 Dzień Dobry TVN 11.00 Na Wspólnej (3034-3037) 13.20 MasterChef Junior (1) – program rozrywkowy 14.55 Olsnienia kultury – gala nagród Onetu i Miasta Kraków 17.00 Kuchenne rewolucje 18.00 36,6°C – program medyczny 19.00 Fakty 19.25 Sport, pogoda 19.44 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza 19.45 Uwaga! 20.00 Fryderyki 2020. Najpiękniejsza polska muzyka 22.40 Nadchodzi Polly – komedia romantyczna USA (2004) 0.45 Gniew tytanów – film przygodowy USA/Hiszpania (2012) 2.45 Uwaga! 3.05 NOC Magii

# TVN 7

5.50 Mango 7.55 Ukryta prawda (620, 623, 624) – serial paradokumentalny 10.50 Hotel Paradise (11-13) – reality show 13.50 Dziewczyny z drużyny 3 – komedia USA (2006) 15.50 Naga broń 2 1/2 – komedia sensacyjna USA (1991) 17.35 Nieoczekiwana zamiana miejsc – komedia USA (1983) 20.00 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygodowy USA/Wielka Brytania/Niemcy (2002) 23.20 Zakłète piętro – horror USA (2009) 1.00 Druga strona medalu 4 (1-3) – talk-show 2.40 NOC Magii

## TV 4

6.00 Przygody Kota w Butach (60, 61) – serial animowany 7.05 101 dalmatyńczyków (40-43) – serial animowany 8.55 Galileo (792, 793) 10.55 Święty (5-8) – serial komediowy 12.55 Mistrz kierownicy ucieka – komedia sensacyjna USA (1977) 15.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny 16.00 Policjantki i policjanci (630-632) – serial obyczajowy 19.00 Galileo 20.00 Policjantki i policjanci (633, 634) – serial obyczajowy 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (371, 372) – serial kryminalny 0.05 Wstrząsy – horror komediowy USA (1990) 2.10 Zagadkowe zgony – serial dokumentalny 2.40 Najdziwniejsze zwierzęta świata – serial dokumentalny 3.40 Top 10 – lista przebojów

# PULS

5.50 Czynne całą dobę 3 – serial komediowy 7.00 Taki jest świat 7.50 Bibliotekarze 3 – serial przygodowy 8.50 13 posterunek 2 (36, 37) – serial komediowy Polska 10.10 Reporterzy. Z życia wzięte (6-10) – serial obyczajowy 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (262-266) – serial obyczajowy Polska 20.00 Riddick – thriller USA/Wielka Brytania (2013) 22.20 Kickboxer. Odwet – dramat sensacyjny USA (2018) 0.45 Pogranicze – thriller USA (2008) 2.35 Zobacz to!

# PROPOZYCJE NA SOBOTE

TVP 1, GODZ. 21.35

● **TYLKO DLA ODWAŻNYCH** – Amerykański film sensacyjny z 2017 roku. Eric March służy w straży pożarnej od ponad 20 lat. Praca to jego powołanie i pasja. March namawia przełożonych do stworzenia jednostki specjalnie wyszkolonych strażaków. Młodzi ludzie starają się pogodzić pracę z życiem prywatnym i funkcjonować normalnie, zapominając o sytuacjach, w których otarli się o śmierć. W czerwcu 2013 roku załoga musi stawić czoła pożarowi, który trawi lasy Arizony i nieuchronnie zbliża się do miasta.

TVP II, GODZ. 22 35

● **KARATE PO POLSKU** – Polski dramat obyczajowy z 1982 roku. Dwaj plastycy, Piotr i Michał, przyjeżdżają do sennego miasteczka na Mazurach. Mają odnowić fresk w miejscowym kościele. Towarzyszy im partnerka Piotra, Dorota. Wkrótce po przyjeździe przybysze ratują z opresji byłego oficera AK, atakowanego przez grupę chuliganów, którym przewodził Roman. Po tym zdarzeniu konflikt artystów z miejscowymi przybiera na sile. Banda Romana czuje się bezkarna, wciąż prowokuje awantury. Dorota ma do Piotra, mistrza karate, pretensje, że ten boi się użyć siły i przeciwstawić zbrodni. Niebawem dochodzi do konfrontacji.

TVN, GODZ. 22.40

● **NADCHODZI POLLY** – Komedia romantyczna produkcji amerykańskiej z 2004 roku. Reuben Feffer, rzeczoznawca w firmie ubezpieczeniowej, zostaje zdradzony przez żonę podczas miodowego miesiąca. Upokorzony mężczyzna postanawia nigdy więcej nie wiązać się z kobietą. W słuszności podjętej decyzji utwierdza go przyjaciel, Sandy Lyle. Pewnego dnia obaj panowie spotykają znajomą ze szkolnej ławy, Polly Prince. Atrakcyjna dziewczyna rozpała wyobraźnię Reubena, choć jest jego przeciwieństwem. A jednak to dla niej mężczyzna unikający jak ognia niespodzianek, mający drobiazgowo zaplanowane życie, postanawia się zmienić.

TVP I, GODZ. 23.55

● **MILCZENIE OWIEC** – Amerykański thriller z 1991 roku. Młoda agentka FBI, Clarice Starling, zostaje przydzielona do sprawy seryjnego mordercy, który obdziera swoje ofiary ze skóry. By móc schwycić psychopata, potrzebna jest pomoc geniusza i jednocześnie zabójcy – Hannibala Lectera, pacjenta więziennego centrum psychiatrycznego. Agentka ma nawiązać z nim współpracę. Zauroczony nią Hannibal zgadza się odkryć tajemnicę morderstw w zamian za wyznania dotyczące życia osobistego Clarice i wydarzeń z jej przeszłości.

## Restauracja „Piastowska” Zaprasza!!!

pon.-czw. 12.00-21.00  
pt.-sob. 12-24  
niedz. 12.00-21.00

# 12 648 27 26, 606 205 558

## os. Na Lotnisku 4

(dawna restauracja „Wanda”)

www.restauracja-piastowska.com.pl  
e-mail: piastowska42@poczta.fm

◆ wesela ◆ komunie ◆ chrzty ◆ stypy

## Tanie obiady domowe od 16 zł

# PRZYJMujemy Zamówienia NA WIELKANOCNY STÓŁ

**Willa Kalina**  
oferuje pokoje do wynajęcia  
w Solcu Zdroju,  
gdzie są **najlepsze na świecie**  
**kąpiele siarkowe**

Anna i Henryk Wiśniewscy zapraszają



ul. Słoneczna 11,  
28-131 Solec Zdrój

tel. 500-031-078,

e-mail:

willakalina@gmail.com

www.kalina.solec-zdroj.com

5.35 Klan (3628) – telenowela TVP  
6.05 Słownik polsko@polski – talk-show prof. Jana Miodka 6.35 wojskopolskie.pl (92) – reportaż 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach 8.00 Tydzień 8.30 Zakochaj się w Polsce (159): Pławniowice – magazyn 9.05 Ziarno: Droga Krzyżowa – upadki Pana Jezusa – magazyn 9.40 Las bliżej nas (26) – magazyn 10.15 Noce i dnie (3/12): Babcia – serial TVP 11.20 Klasytorne smaki – magazyn kulinarny 11.50 Między ziemią a niebem – magazyn 12.00 Anioł Pański 12.15 Między ziemią a niebem 12.40 Życiowe wybory: Aborcja – telenowela dokumentalna TVP 13.20 BBC w Jedyńce: Serengeti (6) – serial dokumentalny, Wielka Brytania (2017) 14.20 Z pamięci: Jan Lenica – felieton 14.25 Weterynarz z sercem (83) 15.05 Komisarz Alex 14 (167) – serial kryminalny TVP 16.05 Skoki Narciarskie: Puchar Świata w lotach – Vikersund (konkurs indywidualny) 17.30 Telexpress 17.40 Skoki Narciarskie: Puchar Świata w lotach – Vikersund (konkurs indywidualny) 18.45 Jaka to melodia? (4294) – teleturniej muzyczny 19.25 Sport 19.30 Wiadomości 20.05 Pogoda 20.15 Stulecie Winnych 2 (14) – serial TVP 21.15 To był rok! 22.25 Zakochana Jedyńka: Legala blondynka 2 – komedia, USA (2003); reż.: Charles Herman-Wurmfeld; wyk.: Bob Newhart, Reese Witherspoon, Sally Field, Jessica Cauffiel, Ruth Williamson 0.10 Tylko dla odważnych – film akcji, USA (2017); reż.: Joseph Kosinski; wyk.: Josh Brolin, Miles Teller, Jeff Bridges 2.25 Jaka to melodia? (4294) – teleturniej muzyczny 3.00 Milczenie owiec – thriller, USA (1991); reż.: Jonathan Demme; wyk.: Jodie Foster, Anthony Hopkins, Scott Glenn, John Lighthow (dozwolone od lat 16) 4.55 Z pamięci: Jan Lenica – felieton 5.00 Zakończenie dnia

4.00 Koło fortuny (342) 4.30 Dla niesłyszących: Słowo na niedzielę: Ratupek dla kamiennego serca 4.40 Barwy szczęścia (2213) 5.10 Barwy szczęścia (2214) 5.45 Barwy szczęścia (2215) 6.20 Dla niesłyszących: M jak miłość (1501) 7.15 Pytanie na śniadanie 11.20 Dance Dance Dance 2 (3) (1) 12.25 Dance Dance Dance 2 (3) (2) 13.25 Dance Dance Dance 2 extra (3) 14.00 Familiada (2616) 14.35 Koło fortuny (729) – teleturniej 15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 (3) 16.20 Rodzinka.pl (281) 16.50 Lepsza połowa (5) – serial TVP 17.20 Lepsza połowa (6) 17.50 Zainwestuj w marzenia 2 (22) 18.00 Panorama 18.20 Pogoda 18.30 Na dobre i na złe (771): Kwestia wiary – serial TVP 19.25 Na sygnale (262): Tylko spokojnie, tato 20.00 Hobbit: Niezwykła podróż – film przygodowy, Nowa Zelandia/USA (2012); reż.: Peter Jackson; wyk.: Ian McKellen, Martin Freeman, Hugo Weaving, Cate Blanchett, James Nesbitt 22.55 Kino bez granic: Droga do zapomnienia – dramat, Australia/Wielka Brytania (2013); reż.: Jonathan Teplitzky; wyk.: Colin Firth, Nicole Kidman, Stellan Skarsgård, Jeremy Irvine, Hiroyuki Sanada (dozwolone od lat 16) 1.00 Księżyc i Valentino – dramat, USA (1995); reż.: David Anspaugh; wyk.: Elizabeth Perkins, Whoopie Goldberg, Gwyneth Paltrow, Kathleen Turner, Jon Bon Jovi 2.55 Karate po polsku – film obyczajowy, Polska; reż.: Wojciech Wójcik; wyk.: Edward Zentara, Dorota Kamińska, Zbigniew Buczkowski, Jerzy Treła, Halina Buyno-Łoza, Bernard Ładysz, Piotr Grabowski, Stanisław Pąg, Franciszek Trzeciak, Michał Anioł (dozwolone od lat 16) 4.30 Zakończenie dnia

6.25 The extra Mile 6.50 Powroty (11) – magazyn 7.15 Pytanie na śniadanie 11.20 Ziarno: Droga Krzyżowa – upadki Pana Jezusa – magazyn 11.50 Między ziemią a niebem 12.00 Anioł Pański 12.15 Między ziemią a niebem 13.00 Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. Joachima w Sosnowcu 14.15 Lalka (3/9): Wielkopolskie zabawy – serial TVP 15.50 Powroty (11) – magazyn 16.10 Lajk! 16.30 Leśniczówka (139) 16.55 Leśniczówka (140) 17.30 program rozrywkowy 17.40 Telexpress 17.55 M jak miłość (1493) – serial TVP 18.50 Przyrodnik na tropie (1): Bielik – cykl dokumentalny; reż.: Małgorzata Kosturkiewicz 19.15 Czy wiesz, że... (28) – program edukacyjny 19.25 Nela Mała Reporterka (80): Spotkanie z wodnymi krowami – magazyn 19.45 Dobranocka: Podróże na burzowej chmurze: Chustka Browniego (7) – serial animowany 20.00 Wiadomości 20.30 Pogoda 20.35 Sport 20.45 Zniewolona (21) – serial kostiumowy, Ukraina (2019) (dozwolone od lat 16) 21.45 Teatr Telewizji: Negocjator – spektakl, Polska; reż.: Jarosław Żamojda; wyk.: Robert Talarczyk, Hubert Zduński, Sławomir Orzechowski, Piotr Polk, Robert Czebota, Stanisław Górka, Wojciech Solarz, Karol Pocheć, Mateusz Kmieciak, Piotr Toloczko 23.35 Niedziela z... twórczością Anny Jantar 0.25 M jak miłość (1493) – serial TVP 1.20 Zakochaj się w Polsce (156): Sierpiec – magazyn 1.45 Powtórki programów



TELEWIZJA  
KRAKÓW

6.00 Ukryte skarby 6.30 Astronarium (19): Czas 7.05 Sanatorium miłości 2 (10) 8.00 Rok w ogrodzie 8.20 Pogoda 8.30 Agape 9.00 Wolność jak piłmię – film dokumentalny 10.00 Pogoda 10.02 Muzealne opowieści 10.05 Pod Tatrami 10.16 Reporter – magazyn 10.30 Magazyn medyczny 10.45 Kryptonim „Muzeum”: Szlak Armii Krajowej – reportaż 11.01 Wolę dokument – dyskusja 12.05 Głos regionów 13.00 Piłka nożna: II liga: 23 kolejka: GKS Katowice–Górnica Łęczna 15.15 Kościół z bliska 15.40 Nasz dziwny świat (13) – esej dokumentalny, Wielka Brytania (2016) 16.40 Pogoda 16.45 Dziennik regionów 17.00 Tydzień 17.30 Pogoda 17.35 Muzealne opowieści 17.40 Twarze i pejzaże Małopolski 18.30 Kronika – program informacyjny 18.54 Pogoda 18.56 Bliżej polityki 19.10 Reporter – magazyn 19.25 Z widokiem na Wawel – magazyn publicystyczny 20.00 Szansa na sukces. Opole 2020 (2) – widowisko muzyczne 21.00 Cafe piosenka – talk-show 21.32 Kronika – program informacyjny 21.48 Pogoda 21.51 Kronika sportowa 21.59 Golexpress (70) 22.00 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 22.25 Regionalny magazyn sportowy 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna Siódemka extra – magazyn 23.05 Sady, przesady: Rozróżby u Kuby – magazyn publicystyczny 23.45 Sady, przesady: Wstęp do filmu 0.00 Sady, przesady 1.00 Sady, przesady: W powiększeniu 1.45 Antenowe remanenty 2.00 Ukryte skarby – cykl reportaży 2.30 Reportaż – cykl reportaży społecznych 2.50 Rok w ogrodzie 3.30 Głos regionów 4.30 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 5.00 Cafe piosenka 5.35 Agape



POLSAT

4.55 Disco Gramy – program muzyczny 5.40 Telezakupy TV Okazje 6.00 Nowy dzień 8.35 Epoka lodowcowa: Wielkanocne niespodzianki – film animowany USA (2016) 9.05 Księga smoków – film animowany USA (2011) 9.30 Krowy na wypasie – film animowany Niemcy/USA (2006) 11.15 Tata kontra tata – komedia USA (2015) 13.30 Smerfy – film familijny USA (2011) 15.40 Twoja

Twarz Brzmi Znajomo 13 – program rozrywkowy 17.40 Nasz nowy dom – reality show 18.50 Wydarzenia 19.20 Sport, pogoda 19.30 Państwo w państwie 20.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość (3) – program rozrywkowy 22.10 W rytmie serca – serial obyczajowy Polska 23.10 Ślad – serial kryminalny Polska 0.10 Deadpool – film s.f. USA (2016) 2.40 Tajemnice losu

tvn

8.00 Dzień Dobry TVN 11.30 Efekt Domina – serial dokumentalny 12.05 Co za tydzień – magazyn informacyjny Polska 12.40 Kod genetyczny – serial obyczajowy 13.40 Ameryka Express – reality show 15.15 Jurassic World – film s.f. USA (2015) 18.00 Dorota inspiruje – reality show 19.00 Fakty 19.25 Sport, pogoda 19.44 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza 19.45 Uwaga! 20.00 MasterChef Junior – program rozrywkowy 21.30 Gniew tytanów – film przygodowy USA/Hiszpania (2012) 23.35 Motyw – serial kryminalny Polska 0.35 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy 1.35 Uwaga! – magazyn reporterów 1.55 NOC Magii

TVN 7

tvn

4.55 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 5.55 Mango 7.55 Wpadki filmowe – program rozrywkowy 8.30 Ukryta prawda (627, 628) – serial paradokumentalny 10.30 Hotel Paradise – reality show 11.25 Hotel Paradise – Rajske rozdanie – reality show 12.25 Zakochani po uszy 3 (173–176) – telenowela 14.35 Anna German – serial biograficzny 15.40 Ślub od pierwszego wejrzenia 4 – reality show 16.45 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygodowy USA/Wielka Brytania/Niemcy (2002) 20.00 Szyby i wściekły 5 – film sensacyjny USA (2011) 22.40 Oczy węża – thriller USA (1998) 0.50 Druga strona medalu 4 (4, 5, 6) – talk-show 2.35 NOC Magii

TV 4

6.00 Przygody Kota w Butach (62, 63) – serial animowany 7.05 101 dalmatyńczyków (44, 45) – serial animowany 8.00 Kod Karola Wielkiego – film przygodowy Niemcy (2008) 10.30 Galileo (793, 794) – program popularnonaukowy 12.35 Gwiazdy kabaretu (40, 28) – program rozrywkowy 14.45 Kun Fu Yoga – komedia przygodowa USA/Chiny/Indie/Nepal/Hongkong/Zjednoczone Emiraty Arabskie/Islandia (2017) 16.55 Mistrz kierownicy ucieka – komedia sensacyjna USA (1977) 19.00 Galileo – program popularnonaukowy 20.00 Kickboxer – film sensacyjny USA (1989) 22.05 Wszyscy jesteście Chrystusami – dramat Polska (2006) 0.25 Kobiety i mafia (1, 2) – serial dokumentalny 2.25 Interwencja 2.40 Disco Polo Life – program muzyczny 3.40 Top 10 – lista przebojów

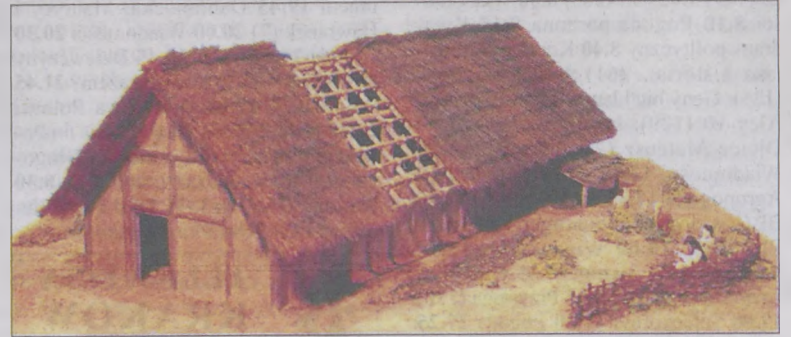


PULS

5.25 Tajemnice medyczne (24, 25) – serial fabularno-dokumentalny 7.10 Lombard. Życie pod zastaw 3 (146) – serial obyczajowy 8.10 Lombard. Życie pod zastaw (1) – serial obyczajowy 9.05 Mali geniusze – komedia USA (1999) 11.05 Rozbitkowie na Pacyfiku – film przygodowy USA (1998) 13.20 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: O soli cenniejszej niż złoto – baśń filmowa Niemcy (2015) 14.30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Woda życia – baśń filmowa Niemcy (2017) 15.45 Góra Czarownic – film przygodowy USA (2009) 17.45 Pamiętnik księżniczki – komedia USA (2001) 20.00 John Wick 2 – film sensacyjny USA/Hongkong (2017) 22.20 Osaczony – thriller USA/Niemcy (2005) 0.50 Czas zbrodni – thriller USA (2011) 2.55 Na wariackich papierach 3 – serial sensacyjny 3.55 Zobacz to!

# OD JASKINI DO CHATY

W czasach boomu budowlanego, lokalami mieszkaniowymi wypełnia się każdą wolną przestrzeń. Barięra w zakupie własnego M jest brak środków finansowych. Kto chce wybudować własny dom, musi się pośpieszyć z kupnem ostatnich wolnych działek, lub nabyć je poza miastem. Czasy, w których nie potrzebne były żadne pozwolenia dawno minęły.



Podkrakowska chata pierwszych rolników.

Ludzkość od początku swego istnienia szukała jakiegoś schronienia, przed drapieżnikami, złą pogodą, sąsiadami. Początkowo wystarczającą ochronę dawały jaskinie. Jednak nie wszędzie one występowały. Ówczesny tryb życia powodował, że człowiek wędrował za zwierzętami, których mięso było podstawą pożywienia. Jaskinie nie dało się przenieść. Budowano więc szałas, wykarczując, wskutek braku drzew i krzewów, dostępne wtedy surowce. Dobrym przykładem są odkryte w Krakowie, przy ulicy V. Hofmana (nieдалеко Kopecia Kościuszki), obozowisko łowców mamutów. Łowcy tych wymarłych ssaków swoje schronienia budowali z kości upolowanych zwierząt. Ich szałas miały kształt kolisty, a fundamenty i ściany składały się z żuchw, i ciosów oraz innych kości mamutów. Całość przykrywały zwierzęce skóry zapewne uszczelniane ziemią i mchem. W Środkowej Europie, po ociepleniu klimatu szałas nadal pełnił podstawowe funkcje mieszkalne. Łatwiej go można było zrobić, ponieważ wokół było sporo drzew i krzewów, które dobrze się nadawały do takich konstrukcji.

Pierwotny bardziej trwały budowlę powstał na Bliskim Wschodzie i wiązał się ze społecznościami prowadzącymi bardziej osiadły tryb życia. Ściany chat (na planie kolistym) początkowo lepiono z gliny na kamiennym fundamencie. Z czasem surowiec ten zastąpiono suszonym na słońcu glinianymi ceglami. Niekiedy między cegły wkładano kamienie. Podłogi miały podobną konstrukcję. Jednak je starannie wygładzano. Kolejną nowością była zmiana kształtu domu na prostokątny. Zaczęto też budować domy o konstrukcji słupowej i plecionkowej, z zewnątrz obłożone kamieniami, a wewnątrz pomazane gliną. Chaty takie przykrywano dachem jednosłupowym wykonanym z drewnianych krokwi przykrytych trawą lub trzciną. W Grecji, szczególnie w jej

południowej części, także powstawały czworoboczne chaty wykonane z suszonej cegły i kamieni. Im bardziej na północ Bałkanów, tym więcej domów wykonywano z drewna i plecionki. Wydaje się, że ta zmiana została wymuszona klimatem. Gliniane, niewypalone cegły były, przy częstych deszczach, słabym budulcem i słabym izolatorem przed zimnem. Bałkańskie ludy rolnicze wykształciły nowy typ drewnianej konstrukcji budowlanej przydatnej w klimacie umiarkowanym. Była to chata na planie prostokątnym lub trapezowatym, o słupowej (palisadowej) konstrukcji ścian. Jej dłuższe boki miały nawet kilkadziesiąt metrów długości. Belki uszczelniano plecionką i gliną, którą pobierano bezpośrednio w sąsiedztwie budynku, przez co obok powstawały jamy lub rowy. Zrezygnowano też z mało przydatnego płaskiego dachu. Konstrukcja więźby dachowej opierała się na solidnych słupach, a właściwie rzędach słupów. Podtrzymywały one liczne, większe i mniejsze belki długiego dwuspadowego dachu, przykryte prawdopodobnie trzciną. Taki dom mógł mieć poddasze (strych). Prawdopodobnie też część „długiego domu” była obora. Dookoła chaty znajdowało się kilka przynależnych do niej jam o różnym przeznaczeniu. Zamieszkiwały go jedna lub dwie rodziny, w sumie kilkanaście osób. Taki typ budownictwa przyniosły ze sobą do Małopolski, siedem tysięcy lat temu, pierwsze ludy rolnicze przybyłe z Karpata. Ślady po tego typu chatach odkryto między innymi w Olszanicy i Mogile.

Wygląd domu sprzed wielu tysięcy lat świadczy o tym, że sporo zmieniło się w pomysł na mieszkanie. Miejska ciasnota sprawia, że z powodu oszczędności mieszkania ułożone są jedne nad drugimi. Co przyniesie przyszłość, tego nie wiemy.

Janusz Bober  
Fot. Archiwum MAK



KRAKOW  
AL. SŁOWACKIEGO 52  
pn-pt 11:00-17:00

TEL. 575 550 302  
www.belferek.pl

**WIELKANOC 2020**

**ZAKOPANE - 4 dni SZCZAWNICA - 6 dni**

**10.04-13.04**

**09.04-14.04**

**Cena 610 zł/os.**

**Cena 790 zł/os.**

*z dojazdem*

*z dojazdem*

Cena zawiera:

- Transport
- Zakwaterowanie
- Wyżywienie
- Śniadanie Wielkanocne

Cena zawiera:

- Transport
- Zakwaterowanie
- Wyżywienie - bufet
- Śniadanie Wielkanocne
- Bankiet



**5.05** Jeden z dziesięciu (20/117) **5.35** Jaka to melodia? (4293) **6.15** Przysięga (129) **7.05** Elif (686) **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda poranna **8.15** Kwadrans polityczny **8.40** Korona królów – taka historia... (61) **9.20** Ranczo 10 (121): Geny nie kłamią **10.15** Komisarz Alex 10 (129): In vino veritas **11.00** Ojciec Mateusz (7): Pomyłka **12.00** Wiadomości **12.15** Agrobiznes **12.30** Agropogoda **12.35** To się opłaca **12.50** BBC w Jedynce: Serengeti (6) **14.00** Elif (687) **15.00** Wiadomości **15.10** Pogoda **15.15** Alarm! **15.35** Gra słów. Krzyżówka (122) **16.05** Przysięga (130) **17.00** Teleexpress **17.20** Pogoda **17.25** Jaka to melodia? (4295) **18.00** Klan (3629) **18.30** Korona królów (348) **18.55** Jeden z dziesięciu (21/117) **19.25** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.10** Alarm! **20.30** Leśniczówka (206) **21.00** Teatr Telewizji: Wykapany zięć – spektakl teatralny, Polska; reż.: Paweł Szkotak **22.50** Świat bez fikcji: Niemcy – powrót nazizmu **23.50** Archiwista (10) (dozwolone od lat 16) **0.45** To był rok! **1.55** Legalna blondynka 2 – komedia, USA (2003); reż.: Charles Herman-Wurmfeld; wyk.: Bob Newhart, Reese Witherspoon, Sally Field, Jessica Cauffiel, Ruth Williamson **3.40** Jak powstrzymać stwardnienie rozsiane? – film dok. **4.10** Wielki przełom w medycynie: Edytowanie genów **4.45** Notacje **4.55** Zakończenie dnia



**4.40** Koło fortuny (343) – teleturniej **5.15** Doktor Kleist – lekarz rodzinny (61): Sprawy miłosne **6.10** Coś dla Ciebie **6.35** Familiada (2437) **7.05** Przepis dnia 2 (10) **7.15** Pytanie na śniadanie **11.35** Rodzinka.pl 5 (113): Nowe gniazdo **12.00** Barwy szczęścia (2215) **12.30** Koło fortuny (671) **13.05** Va Banque (48) **13.35** Na sygnale (214): Polowanie na małpy **14.05** Coś dla Ciebie **14.30** Operacja Zdrowie **15.05** Doktor Kleist – lekarz rodzinny (88): Jak pies z kotem **15.50** Zainwestuj w marzenia 2 (23) **16.00** Koło fortuny (730) **16.35** Familiada (2441) **17.10** Więzień miłości (262) **18.00** Panorama **18.20** Pogoda **18.30** Va Banque (49) **18.55** Rodzinka.pl 5 (114): Dziadkowie kontratakują **19.30** Barwy szczęścia (2215) – serial obyczajowy TVP **19.55** Przepis dnia 2 (11) **20.10** Barwy szczęścia (2216) – serial obyczajowy TVP **20.45** Kulisy serialu „M jak miłość” (1235) **20.55** M jak miłość (1502) – serial TVP **21.50** O mnie się nie martw 12 (3/13) – serial komediowy TVP **22.50** Trzy dni Kondora (3) – serial, USA (2018) **23.50** Życie jest piękne – dramat, Włochy/USA (1997); reż.: Roberto Benigni; wyk.: Roberto Benigni, Nicoletta Braschi, Giorgio Cantarini, Sergio Bustric, Amerigo Fontani **1.55** Głęboka woda 2 (11): Więzienie – serial TVP **2.55** Droga do zapomnienia – dramat, Australia/Wielka Brytania (2013); reż.: Jonathan Teplitzky; wyk.: Colin Firth, Nicole Kidman, Stellan Skarsgård, Jeremy Irvine, Hiroyuki Sanada (dozwolone od lat 16) **4.50** Zakończenie programu



**6.20** wojsko-polskie.pl **6.45** Zwierzaki Czytaki (89): Glutoplazmator **7.00** Figu Migu (28): Pokazuj i dokazuj **7.15** Pytanie na śniadanie **11.35** Barwy szczęścia (2146) **12.05** Rok 1920. Kalendarium **12.15** Wiadomości **12.30** Magazyn z Ameryki (76) **12.50** Kulturalni PL (499) **13.50** Racja stanu (186) **14.20** Wojenne dziewczyny (39) **15.10** Teatr Telewizji: Negocjator – spektakl, Polska; reż.: Jarosław Żamojda; wyk.: Robert Talarczyk, Hubert Zduńiak, Sławomir Orzechowski, Piotr Polk, Robert Czebotar, Stanisław Górka, Wojciech Solarz, Karol Po-

cheć, Mateusz Kmieciak, Piotr Toločko **16.30** Korona królów (333) **17.00** Zwierzaki Czytaki (89): Glutoplazmator **17.15** Figu Migu (28): Pokazuj i dokazuj **17.30** Teleexpress **17.55** Gra słów. Krzyżówka (118) **18.25** Reportaż **18.55** Barwy szczęścia (2146) **19.25** Nad Niemnem **19.45** Dobranocka: Maurycy i Hawranek (7) **20.00** Wiadomości **20.30** Pogoda **20.35** Sport **20.45** Dziewczyny ze Lwowa 4 (52): Znowu razem? **21.45** Polonia 24 **22.05** Rozmowa Polonii **22.20** Halo Polonia **23.10** Focus on Poland **23.30** Życie nie umierać. Długowieczni na Kaukazie – film dok. **0.30** Korona królów (333) **1.00** Nad Niemnem **1.20** Powtórki programów



TELEWIZJA  
KRAKÓW

**6.05** Moja praca **6.35** Wiadomości rolnicze **7.00** Telezakupy **7.30** Kronika dnia **7.45** Pogoda **7.49** Bliżej polityki **8.01** Z widokiem na Wawel **8.30** Kronika dnia **8.45** Muzealne opowieści **8.47** Kronika sportowa **9.00** Dla niesłyszących: Co niesie dzień **9.10** Pogoda **9.15** Pod Tatrami **9.30** Okrasa łamie przepisy **10.00** Zraniona miłość (8) **10.45** Antenowe remanenty **11.00** Agape **11.35** W tyle wizji – program publicystyczny **12.15** Dla niesłyszących: Co niesie dzień **12.30** Gra słów. Krzyżówka (121) – teleturniej **13.00** Tygodnik polityczny – program publicystyczny **13.35** Agrobiznes **13.55** Agropogoda – magazyn **14.00** Telezakupy **14.30** Kronika dnia **14.45** Magazyn medyczny **15.05** Meandry uczuć (63) – serial, Turcja (2016) **15.45** Antenowe remanenty **16.00** Dla niesłyszących: Telekurier **16.25** Pogoda **16.30** Kryminalna Siódemka – magazyn **16.45** Dziennik regionów **17.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – magazyn **17.31** Kronika – zapowiedź **17.38** Pogoda **17.40** Muzealne opowieści **17.42** Parafia z sercem – cykl reportaży **18.05** Jedź bezpiecznie – cykl reportaży **18.14** Kalejdoskop regionalny **18.25** Pogoda **18.30** Kronika – program informacyjny **18.52** Kronika sportowa **18.57** Pogoda **18.59** Tematy dnia – rozmowa **19.11** Nowohucka Kronika Filmowa (651) – magazyn **19.19** Nicodzieńnik (39): Katowski Biecz **19.30** Magazyn medyczny: Nowoczesne zabiegi bariatryczne w walce z otyłością **19.45** Kwartet: Etno – magazyn **19.55** Pogoda **20.00** Korona królów – telenowela historyczna TVP **20.30** Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny **21.00** Twój wybór – program publicystyczny **21.31** Kronika – program informacyjny **21.49** Kronika sportowa **21.55** Pogoda **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.20** Echa dnia **22.40** Pogoda **22.45** Kryminalna Siódemka – magazyn **23.00** Alarm! – magazyn **23.20** W tyle wizji **0.00** W tyle wizji extra **0.25** Listy do PRL-u: Suchy kufel **0.45** Ocaleni – reality show **1.50** Meandry uczuć (64) **2.40** Antenowe remanenty



POLSAT

**4.55** Disco Gramy – program muzyczny **5.40** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **9.00** Malanowski i partnerzy (348, 350) – serial fabularno-dokumentalny **10.00** Sekrety rodziny – serial paradokumentalny **11.00** Dłaczego ja? – serial paradokumentalny **12.00** Gliniarze – serial paradokumentalny **13.00** Trudne sprawy – serial paradokumentalny **14.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **14.45** Dłaczego ja? – serial paradokumentalny **15.50** Wydarzenia, sport, pogoda **16.15** Interwencja – magazyn reporterów **16.30** Na ratunek 112 – serial paradokumentalny **17.00** Gliniarze – serial paradokumentalny **18.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **18.50** Wydarzenia, sport, pogoda **19.30** Świat według Kiepskich – serial komediowy **20.05** Deadpool – film s.f. USA (2015) **22.20** Elizjum – dramat s.f. USA (2013) **0.50** Niezniszczalni 3 – film sensacyjny USA/Bulgaria/Francja (2013) **3.35** Tajemnice losu



**8.00** Dzień Dobry TVN – magazyn **11.30** Afera fryzjera – program rozrywkowy **12.15** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **13.15** Szpital – serial paradokumentalny Polska **14.15** Detektywi (418, 419) – serial fabularno-dokumentalny **15.25** Efekt Domina – serial dokumentalny **16.00** Szpital – serial paradokumentalny Polska **17.00** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy Polska **18.00** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **19.00** Fakty **19.35** Sport, pogoda **19.49** Raport smogowy – poznaj kolory powietrza **19.50** Uwaga! **20.10** Doradca smaku **20.15** Na Wspólnej – serial obyczajowy **20.55** Milionerzy – teleturniej **21.30** Kod genetyczny – serial obyczajowy Polska **22.30** Nieuchwytny – film sensacyjny USA (1996) **0.30** Co za tydzień **1.05** Wewnętrzny wróg – serial szpiegowski **2.00** Uwaga! **2.25** NOC Magii

TVN 7



**5.10** Szkoła – serial paradokumentalny **6.10** Mango **7.50** Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny **8.55** Ukryta prawda (630, 631) – serial paradokumentalny **11.00** Idealna niania 6 – reality show **11.45** Zakochani po uszy 3 – telenowela **12.15** Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny **13.15** Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny **14.15** Szkoła – serial paradokumentalny **15.15** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **16.15** 19+ – serial paradokumentalny **16.55** Brzydula (176, 177) – serial komediowy Polska **18.00** Szkoła – serial paradokumentalny **19.00** 19+ – serial paradokumentalny **19.30** Zakochani po uszy 3 – telenowela **20.00** Hotel Paradise – reality show **21.00** Volta – komedia Polska (2017) **23.15** Harry Potter Komnata Tajemnic – film przygodowy USA/Wielka Brytania/Niemcy (2002) **2.35** NOC Magii

TV 4

**6.00** Strażnik Teksasu (45, 46) – serial sensacyjny **8.00** Nasz nowy dom **9.00** Święty – serial komediowy **9.30** Demakijaż – program rozrywkowy **10.00** Przez żółdek do serca – magazyn **10.30** Demakijaż – program rozrywkowy **11.00** Awantura o kasę (21, 22) – teleturniej **13.00** Magicy z ulicy – program rozrywkowy **13.30** STOP Drogówka **14.30** Emil, pogromca mandatów – program rozrywkowy **15.00** Policjantki i policjanci – serial obyczajowy **16.00** Słoneczny patrol (20, 21) – serial przygodowy **18.00** Sekrety sąsiadów – serial obyczajowy **18.30** Święty – serial komediowy **19.00** Policjantki i policjanci – serial obyczajowy **20.00** Święty – serial komediowy Polska **20.30** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny **21.40** Wstrząsy – horror USA (1990) **23.40** Czas apokalipsy – dramat wojenny USA (1979) **2.25** Graffiti **3.35** SuperLudzie – serial dokumentalny Polska **4.05** Atleci – magazyn sportowy



PULS

**6.00** Nash Bridges (52) – serial sensacyjny **7.00** Lombard. Życie pod zastaw – serial obyczajowy Polska **8.00** Reporterzy. Z życia wzięte – serial obyczajowy **9.00** Lombard. Życie pod zastaw 6 – serial obyczajowy **10.00** Zaklinczak duchów 2 (32, 33) – serial fantasy **12.00** Kobra – oddział specjalny (1, 2) – serial sensacyjny **14.00** Lombard. Życie pod zastaw (4, 5) – serial obyczajowy **16.00** Reporterzy. Z życia wzięte (10, 11) – serial obyczajowy **18.00** Lombard. Życie pod zastaw 6 (266, 267) – serial obyczajowy **20.00** Triumf sprawiedliwości – thriller USA (2016) **21.45** John Wick 2 – film sensacyjny USA/Hongkong (2017) **0.10** Zamknięty krąg – thriller Francja/Włochy (2009) **2.05** Zobacz to!

# KAMPAANIA W CIENIU EPIDEMII

W cieniu rozszerzającej się epidemii koronawirusa trwa kampania przed wyborami prezydenckimi. W końcu minionego tygodnia rozstrzygały się losy ustawy, pozwalającej finansować telewizję publiczną ze środków budżetowych. Jest to forma rekompensaty, jaką państwo wypłaca polskiej telewizji i radiu za tę część abonamentu, którą obejmują zwolnienia na rzecz seniorów, kombatantów itp. Opozycja kłamliwie przedstawiała tę wpłatę, jako pieniądze, które mogą być przeznaczone na służbę zdrowia. Tymczasem państwo musi finansować różne dziedziny życia, np. szkolnictwo, budowę i utrzymanie dróg, kolej, armię, opiekę społeczną. Przekazywanie informacji, ale także funkcje edukacyjne czy upowszechnianie sztuki to także ważne zadanie, z którego państwo nie może zrezygnować. Czym jest codzienny i rzetelny obieg informacji przekonujemy się choćby w czasie trwającej epidemii. Dlatego telewizja i radio musiały dostać odpowiednie wsparcie i słusznie Prezydent podpisał ustawę, przyjętą wcześniej przez Parlament. Histeria, jaką przy tej okazji usiłowała wywołać opozycja, świadczy wyłącznie o jej słabości programowej i koncentrowaniu się wyłącznie na upowszechnianiu kłamstw i prowokowaniu awantur.

Ostatnie sondaże są nadal pomyślne dla Andrzeja Dudy: za jego ponowną prezydenturą chce oddać głosy 42 procent badanych. Opozycja wciąż słaba, najlepiej wypada Kidawa-Błońska, z poparciem na poziomie 24 procent. Reszta właściciel się nie liczy, Biedroń musi zadowolili się poparciem 11 procent ankietowanych, Kosiniak-Kamysz i Hołownia mają po 9 procent, a Bosak 5 procent. Można się spodziewać, że o ile dojdzie do drugiej tury (tzn. w pierwszej Duda nie zdobędzie 50 procent), wtedy wszyscy kandydaci prześlą swoje poparcie Kidawie-Błońskiej. Wiele zależy wtedy od mobilizacji zwolenników dobrej zmiany, żeby poszli i głosowali na kandydata prawicy. A trzeba pamiętać, że są tacy, którzy chętnie pobierają 500 plus na swoje dzieci albo chętnie korzystają z dodatkowej trzynastej emerytury, a głosują na opozycję. Można sobie wyobrazić ich miny, gdyby wygrała Kidawa-Błońska i gdyby zaczęła blokować ustawy, utrzymujące wsparcie dla rodzin na obecnym poziomie. Wszyscy pamiętamy jak jej partia głosiła, że „pieniędzy nie ma i nie będzie” wtedy, gdy bezkarnie rozkradano miliardy z kasy polskiego państwa. Warto też przypomnieć, że Kidawa-Błońska wraz ze swoją partią wstrzymała się od głosu, kiedy Sejm uchwalał 300 plus.

Nie wiem czy kandydatka Platformy występowała na odbywających się w ostatnią niedzielę (w dniu Święta Kobiet!) demonstracjach feministek pod hasłami m.in. „Łączy nas aborcja” czy „Aborcja jest OK.”. Ze wsparciem dla zwolenniczek zabijania dzieci pospieszył za to Biedroń. Z kolei żona Kosiniaka-Kamysza, która chętnie udziela się w kampanii, oświadczyła, że państwo powinno finansować metodę in vitro, a związki partnerskie powinny zostać uznane tak jak małżeństwa. Powiedziała też, że osoby żyjące w takich związkach „są w wielu kwestiach pokrzywdzone”. Na pytanie o adopcję dzieci przez pary homoseksualne oświadczyła, że „w każdej kwestii trzeba rozmawiać”. A przypomnijmy, że Kosiniak-Kamysz po swoich występach zeszedł wiosny pod tężową flagą udawał, że ostro zmienił kurs i dostosował się do konserwatywnych poglądów mieszkańców wsi. Tak to jest, kiedy nie ma się własnych przekonań i usiłuje przypodobać wyborcom.

RYSZARD TERLECKI

## Sprawy duże i małe

# NIE DAJMY SIĘ KORONAWIRUSOWI

Niestety stało się. Choroba z dalekich Chin dotarła nie tylko do Europy, ale także do Polski. W minionym tygodniu pojawił się w Zielonej Górze pacjent „0”, który koronawirusa COVID-19 przywiózł nam z Niemiec. W tym tygodniu hospitalizowano pierwszego pacjenta w Krakowie w nowohuckim szpitalu im. S. Żeromskiego, który zaraził się chorobą we Włoszech (szerzej o tym piszemy na str. 2 GTN).

Koronawirus COVID-19 został odkryty pod koniec grudnia 2019 roku w mieście Wuhan w prowincji Hubei w Chinach. Ponoć źródłem zakażenia są dziwne rodzaje mięsa jak np. z wężów. Zatem świadczy to o tym, że jest to choroba, którą spowodowały na nas zwierzęta. To jest jedna z prawdopodobnych hipotez. Jednak nie jedyna, bo pojawiły się także informacje o tym, że groźny wirus wydostał się z laboratorium prowadzącego różne zaskakujące badania. Nie ulega wątpliwości, że COVID-19 dotarł do nas z Chin, gdzie epidemia najbardziej się rozwinęła, a do Europy, a konkretnie Włoch przewiózł ją obywatel tej nacji. Co nie znaczy, że mamy obrócić się przeciwko Chińczykom i uważać ich za przyczynę wszelkiego zła, jak to niektórzy czynią. Na pewno Chińczycy muszą wyciągnąć wnioski z tej epidemii i z większą ostrożnością traktować swoje upodobania do kulinarnych dziwactw.

Skąd się wzięła nazwa COVID-19? Nazwa została wybrana jako łatwa do wymówienia i nie posiadająca negatywnie etykietującego kraj pochodzenia lub jego mieszkańców. CO oznacza w nazwie koronę (stad koronawirus), VI – wirus, a „D” disease (ang. choroba). Liczba 19 wskazuje rok jej pojawienia się – 2019. Ten koronawirus należy do tego samego typu wirusów co SARS i MERS. Może być przenoszony z człowieka na człowieka drogą kropelkową. Daje objawy podobne do grypy. Pojawia się wysoka temperatura, kaszel, bóle mięśni. Jeśli wirus dotrze tylko do górnych dróg oddechowych to przebieg choroby jest w miarę łagodny i kończy się dość szybkim wyzdrowieniem. Gorzej gdy wirus dotrze do płuc powodując stany zapalne pustoszące organizm. Wtedy dochodzi do najgorszego, czyli śmierci. Najgorzej przechodzą chorobę ludzie starsi z osłabioną barierą immunologiczną, którzy już mają różne choroby i następuje ich zaostrzenie. Wtedy nawet trudno określić ostateczną przyczynę śmierci. Na szczęście umieralność na COVID-19 nie jest wysoka i jak wskazują statystyki zwykła grypa, poprzez swoje komplikacje powoduje większe zniwo.

Nie ulega jednak wątpliwości, że tej choroby nie wolno lekceważyć i należy szybko reagować w przypadku podejrzenia ataku koronawirusa. Najważniejszym jest w ogóle nie dopuszczenie do jego ataku.

W obecnej sytuacji, gdy koronawirus już atakuje w Polsce, trzeba unikać możliwości z nim kontaktem. Zatem ograniczamy nasze wycieczki ze zbiorowościami ludzkimi. Stosujemy podstawowe zasady higieny, myjąc często ręce. Nie popadamy w panikę i stosujemy się do zaleceń proponowanych przez organy władzy, która po raz pierwszy w obliczu tej choroby zjednoczyła się i podjęła wspólne działania. I tu jest akcent optymistyczny, że Polacy w obliczu zagrożenia potrafią się porozumieć. Mimo, że dopadł nas koronawirus, to nie dajmy mu triumfować, ale zróbmy wszystko, aby go pokonać. Sądzę, że stać nas na to, rezygnując często z rozlicznych upodobań i przyzwyczajaj.

SŁAWOMIR PIETRZYK



5.00 Jeden z dziesięciu (21/117) 5.40 Jaka to melodia? (4295) 6.15 Przysięga (130) 7.10 Elif (687) 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Kwadrans polityczny 8.40 Korona królów (348) 9.20 Ranczo 10 (122): Wszystko jest teatrem 10.15 Komisarz Alex 10 (130): Trzeci człowiek 11.05 Ojciec Mateusz (8): Wyrok 12.00 Wiadomości 12.15 Agrobiznes 12.30 Agropogoda 12.35 Magazyn rolniczy 12.50 Natura w Jedynie: Olbrzymy z antarktycznych głębin – film dokumentalny, Japonia (2017) 14.00 Elif (688) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Alarm! 15.35 Gra słów. Krzyżówka (123) – teleturniej 16.05 Przysięga (131) – serial obyczajowy, Turcja (2019) 17.00 Teleexpress 17.20 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (4296) – teleturniej muzyczny 18.00 Klan (3630) – telenowela TVP 18.30 Korona królów (349) – telenowela historyczna TVP 18.55 Jeden z dziesięciu (1/118) – teleturniej 19.25 Sport 19.30 Wiadomości 20.05 Pogoda 20.10 Alarm! – magazyn 20.30 Leśniczówka (207) 20.55 Magazyn Ekspresu Reporterów 20.55 Zniewolona – kulis (26) (dozwolone od lat 16) 21.05 Zniewolona (26) – serial kostiumowy, Ukraina (2019) (dozwolone od lat 16) 21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów 23.00 Ocaleni – reality show (dozwolone od lat 16) 0.05 Głębia ostrości – cykl reportaży 0.35 Jeźdźcy – film fabularny, USA (1971); reż.: John Frankenheimer; wyk.: Omar Sharif, Jack Palance, Leigh Taylor-Young, David de Keyser, Peter Jeffrey 2.35 Bez tożsamości (28) – serial, Hiszpania/Niemcy (2016) (dozwolone od lat 16) 3.25 Bez tożsamości (29) (dozwolone od lat 16) 4.05 Magazyn Ekspresu Reporterów 4.55 Zakończenie dnia



5.15 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (62): Obawy 6.10 Radość... – reportaż 6.35 Familiada (2438) – teleturniej 7.05 Przepis dnia 2 (11) 7.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Rodzinka.pl 5 (114): Dziadkowie kontratakują 12.00 Barwy szczęścia (2216) 12.30 Koło fortuny (672) – teleturniej 13.05 Va Banque (49) – teleturniej 13.35 Na sygnale (215): Ani słowa – serial fabularny TVP 14.10 Dla niesłyszących: M jak miłość (1502) – serial TVP 15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (89) – serial, Niemcy (2004) 16.00 Koło fortuny (731) – teleturniej 16.35 Familiada (2442) – teleturniej 17.10 Więzień miłości (263) – serial, Turcja (2018) 18.00 Panorama 18.20 Pogoda 18.30 Va Banque (50) – teleturniej 18.55 Rodzinka.pl 5 (115): Rywalizacja ojciec – syn – serial komediowy TVP 19.30 Barwy szczęścia (2216) – serial obyczajowy TVP 19.55 Przepis dnia 2 (12) 20.10 Barwy szczęścia (2217) 20.45 Kulisy serialu „M jak miłość” (1236) 20.55 M jak miłość (1503) – serial TVP 21.50 Echo serca 3 (36) – serial TVP 22.45 Zainwestuj w marzenia 2 (23) – serial TVP 22.55 Ludzkie historie: Kontrapunkt: Siła modlitwy 23.55 Rodzinka.pl (281) – serial komediowy TVP 0.25 O mnie się nie martw 12 (3/13) – serial komediowy TVP 1.25 Nowa (3) – serial TVP (dozwolone od lat 16) 2.20 Życie jest piękne – dramat, Włochy/USA (1997); reż.: Roberto Benigni; wyk.: Roberto Benigni, Nicoletta Braschi, Giorgio Cantarini, Sergio Bustric, Amerigo Fontani 4.15 Spotkanie ze Stephenem Hawkingiem – film dokumentalny, Wielka Brytania (2015) 5.00 Zakończenie programu



6.10 Pożyteczni.pl 6.45 Przyjaciele Misia i Margolci (3): Zwierzątko domowe 7.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Barwy szczęścia (2147) 12.15 Wiado-

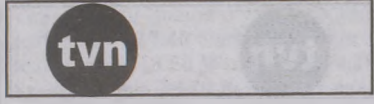
mości 12.30 Nad Niemnem 12.50 Polonia 24 13.15 Rozmowa Polonii 13.30 Halo Polonia 14.20 Dziewczyny ze Lwowa 4 (52): Znowu razem? 15.15 Wiadomości 15.30 Życie nie umierać. Długowieczni na Kaukazie 16.30 Korona królów (334) 17.00 Przyjaciele Misia i Margolci (3): Zwierzątko domowe 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka (119) 18.25 Przystanek Załóżcie 18.40 Pod Tatrami 18.55 Barwy szczęścia (2147) 19.25 Magazyn z Wysp (91) 19.45 Dobranocka: Pomyślowy Dobromir (15/20): Zimowy ogród 20.00 Wiadomości 20.30 Pogoda 20.35 Sport 20.45 Ojciec Mateusz 22 (279): Przesyłka 21.45 Polonia 24 22.05 Rozmowa Polonii 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Ocaleni (dozwolone od lat 16) 0.30 Korona królów (334) 1.00 Magazyn z Wysp (91) 1.20 Powtórki programów



6.05 Dla niesłyszących: Telekurier 6.35 Wiadomości rolnicze 7.00 Telezakupy 7.30 Kronika dnia 7.45 Pogoda 7.49 Tematy dnia 8.00 Parafia z sercem 8.30 Kronika dnia 8.45 Muzealne opowieści 8.47 Koło się kręci 9.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 9.10 Pogoda 9.15 Turystyczna jazda 9.30 To je Borowicz. Podróże ze smakiem (37) 10.00 Zraniona miłość (9) 10.40 Antenowe remanenty 11.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie 11.35 W tyle wizji 12.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka (122) 13.00 Operacja Zdrowie! 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Telezakupy 14.30 Kronika dnia 14.45 Niecodziennik (39): Katowicki Bieć 15.05 Meandry uczuć (64) 15.50 Antenowe remanenty 16.00 Dla niesłyszących: Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna Siódemka 16.45 Dziennik regionów 17.00 Książki pod specjalnym nadzorem (4): Biblioteka Naukowa PAU i PAN w Krakowie 17.31 Kronika – zapowiedź 17.38 Pogoda 17.40 Muzealne opowieści 17.42 Niech zstąpi duch twój 18.05 One. Kobiety kultury 18.25 Pogoda 18.30 Kronika 18.52 Kronika sportowa 18.57 Pogoda 18.59 Tematy dnia – rozmowa 19.11 Bohater Polski i Węgier (Rzecz o prof. Wacławie Felczaku) – film dokumentalny 19.55 Pogoda 20.00 Korona królów – telenowela historyczna TVP 20.30 To je Borowicz. Podróże ze smakiem (37) – magazyn kulinarny 21.00 Twój wybór – program publicystyczny 21.31 Kronika – program informacyjny 21.49 Kronika sportowa 21.55 Pogoda 22.00 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna Siódemka 23.00 Alarm! 23.20 W tyle wizji 0.00 W tyle wizji extra 0.25 Listy do PRL-u: Komu w drogę 0.45 Determinator (4/13) 1.35 Antenowe remanenty 1.50 Meandry uczuć (65) 2.40 Antenowe remanenty



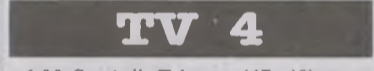
4.55 Disco Gramy 5.40 Telezakupy 6.00 Nowy dzień 9.00 Małanowski i partnerzy (352, 353) – serial fabularnodokumentalny 10.00 Sekrety rodziny – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 12.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 14.45 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia, sport, pogoda 16.15 Interwencja – magazyn reporterów 16.30 Na ratunek 112 – serial paradokumentalny 17.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 18.50 Wydarzenia, sport, pogoda 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy Polska 20.10 Niezniszczalni 3 – film sensacyjny USA/Bulgaria/Francja (2014) 22.55 Stan oblężenia – thriller USA (1998) 1.20 Falszeryż – thriller USA (2014) 3.35 Tajemnice losu



7.50 Doradca smaku – magazyn kulinarny 8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.30 Afera fryzjera – program rozrywkowy 12.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 13.15 Szpital – serial paradokumentalny Polska 14.15 Detektywi (420, 421) – serial fabularnodokumentalny Polska 15.25 Milionerzy 16.00 Szpital – serial paradokumentalny Polska 17.00 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy Polska 18.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 19.00 Fakty 19.35 Sport, pogoda 19.49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku – magazyn kulinarny 20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy 20.55 Milionerzy 21.30 Motyw – serial kryminalny Polska (2019) 22.30 Kuba Wojewódzki – talk-show 23.30 Superwizjer 0.05 36,6°C – program medyczny 1.05 Zabójcza broń 2 – serial sensacyjny 2.05 Uwaga! 2.30 NOC Magii



5.10 Szkoła – serial paradokumentalny 6.10 Mango 7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularnodokumentalny 8.55 Ukryta prawda (632, 633) – serial paradokumentalny 11.00 Idealna niania 6 – reality show 11.45 Zakochani po uszy 3 – telenowela 12.15 Sąd rodzinny – serial fabularnodokumentalny 13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularnodokumentalny 14.15 Szkoła – serial paradokumentalny 15.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 16.15 19+ – serial paradokumentalny 16.55 Brzydula (178, 179) – serial komediowy 18.00 Szkoła – serial paradokumentalny 19.00 19+ – serial paradokumentalny 19.30 Zakochani po uszy 3 – telenowela 20.00 Hotel Paradise – reality show 21.00 Z ust do ust – komedia romantyczna USA (2005) 23.05 Volta – komedia Polska (2017) 1.20 Druga strona medalu 4 – talk-show 1.55 Druga strona medalu (1/8) – talk-show 2.30 NOC Magii



6.00 Strażnik Teksasu (47, 48) – serial sensacyjny 8.00 Nasz nowy dom – reality show 9.00 Święty – serial komediowy Polska 9.30 Demakijaż – program rozrywkowy 10.00 Przez żołądek do serca – magazyn 10.30 Demakijaż – program rozrywkowy 11.00 Awantura o kasę (23, 24) – teleturniej 13.00 Magicy z ulicy – program rozrywkowy 13.30 STOP Drogówka 14.30 Emil, pogromca mandatów – program rozrywkowy 15.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 16.00 Słoneczny patrol (22, 1) – serial przygodowy 18.00 Sekrety sąsiadów – serial obyczajowy 18.30 Święty – serial komediowy Polska 19.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 20.00 Święty – serial komediowy Polska 20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny 21.40 Zabójcze wody – horror Kanada/USA (2006) 23.30 Nocna bestia – horror Wielka Brytania (2010) 1.10 Galileo 2.15 Interwencja



6.00 Nash Bridges (53) – serial sensacyjny 7.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 – serial obyczajowy Polska 8.00 Reporterzy. Z życia wzięte – serial obyczajowy 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (33, 34) – serial fantasy 12.00 Kobra oddział specjalny (2, 3) – serial sensacyjny 14.00 Lombard. Życie pod zastaw (5, 6) – serial obyczajowy Polska 16.00 Reporterzy. Z życia wzięte (11, 12) – serial obyczajowy 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (267, 268) – serial obyczajowy 20.00 Uciec, ale dokąd? – film sensacyjny USA (1993) 22.55 Rzykanci – dramat sensacyjny USA (1997) 23.50 Piątek, trzynastego – horror USA (2009) 1.45 Zobacz to!

# OJCOWSKI INSTYKNT CIERNIKÓW

Do cierników, chociaż wędkarze ich nie łowią, mam sentyment. To były pierwsze rybki, jakie spotkałem w naturze. Jako dziecko widziałem je w dopływającym z Lesiska do Wisły niewielkim kanale. W cieklu tym było też dużo rzęsy wodnej, którą wybierałem, by przenieść ją do swojego akwarium. I wtedy po raz pierwszy zobaczyłem cierniki. To małe rybki. Forma osiadła dorasta do 6-8 centymetrów, a wędrowna maksymalnie do 10-11 centymetrów.

W naszych wodach coraz rzadziej, niestety, można spotkać ryby ciernikowate (*Gasterosteidae*). Kiedyś występowały bardzo licznie nawet w niewielkich rzeczkach, stawach i jeziorach. Obecnie coraz trudniej je tam znaleźć. Co prawda w Polsce są jeszcze miejsca, w których pojawiają się dość licznie, ale jest ich coraz mniej.

Bardzo ciekawe jest „prorodzinne” zachowanie samców ciernika. Otóż w okresie godowym, który trwa od kwietnia do czerwca, samce są bardzo agresywne, walczą pomiędzy sobą o utrzymanie zajętego terytorium lęgowego oraz odganiając następców, którzy zagrażają gniazdu. Przystępując do budowy gniazda samiec najpierw wybiera odpowiednie miejsce, a następnie kopie w piasku płytkie zagłębienie i buduje w nim misterne gniazdo z kawałków butwiejących liści i łydzyłek miękkich roślin, fragmentów korzonków, nitek glonów itp. Gromadząc budulec stara się uformować coś na kształt podłużnej mułki z szerszym wejściem i węższym wyjściem. W tym celu wielokrotnie opływa gniazdo dookoła umacniając poszczególne jego elementy specjalną substancją kleistą, wytwarzaną przez nerki. Czasami wpływa pod samo gniazdo starając się jakby unieść je nieco do góry.

U cierników występuje zjawisko poligamii. Mleczak wykonujący charakterystyczny zygzakowaty taniec stara się bowiem zwać do gniazda jak największą liczbę samic (zwykle dwie do czterech), w czasie zalotów pyskiem pokazując im wejście do gniazda. Gotowa do odbycia tarła ikrzyca w pewnym momencie przyjmuje jego zaproszenie i wślizguje się do wnętrza w taki sposób, że ogon i głowa wystają na zewnątrz. Podczas składania jaj jest dodatkowo pobudzana przez samca, który delikatnie uderza ją pyskiem w tylną część ciała. Po złożeniu ikry samica wypływa z gniazda, a jej miejsce zajmuje samiec, który zapładnia znajdujące się wewnątrz jaja. Ikrzyca składa 90-250 jaj (według niektórych autorów nawet do 400-450). Jaja są bezbarwne lub też lekko jasnopomarańczowe. W 10 minut po złożeniu ikra pęcznieje, staje się sprężysta, a poszczególne jaja sklejają się ze sobą.

Po tarle samiec przegania samiczkę i od tej chwili sam przejmuje wyłączną i troskliwą opiekę nad jajeczkami, a potem narybkami. Zaciekle broni gniazda i terytorium lęgowe przed intruzami, nawet o wiele większymi od siebie. Przez cały czas opiekuje się ikrą wachlując płetwami piersiowymi i usuwając z gniazda spleśniałe ziarna. A gdy już narybek się wylęgnie roztacza nad nim troskliwą opiekę. Szczególnie nad młodymi próbującymi bez pozwolenia opuścić gniazdo. Z zapałem chwytą w pysk każdego takiego uciekiniera i ponownie wypłują go do gniazda. Prawdziwy wzór troskliwego ojca.

JAKUB KLEŃ

## Za kierownicą

# WITAJ, DOBRA ZMIANO!

Grecki bóg wina, Bacchus, przedstawiany jest zazwyczaj pod postacią tęgawego starszego mężczyzny siedzącego na beczce. Czy można sobie wyobrazić Prezesa Wszystkich Prezesów siedzącego na kanistrze wypełnionym benzyną? Ja mogę, bo przed kilkunastoma laty widziałem już coś podobnego. Co prawda rzeczony nie siedział, ale kanister stał obok niego na konferencji prasowej poświęconej zbyt wolnemu powstrzymywaniu cen paliw przez ówczesny rząd PO. Zresztą kanister pasuje idealnie do obecnie nami rządzących. Przypomnę, że przed laty premier Marcinkiewicz niemal natychmiast po objęciu rządów podniósł akcyzę na paliwa naftowe, którą kilka miesięcy wcześniej obniżył rząd premiera Belki w trosce o pobudzenie gospodarki. PiS i jego konfratryzki lubią bowiem majstrować przy cenach ropy naftowej i pochodnych od niej wyrobów ze szczególną lubością. Licząc zapewne, iż przy okazji da się uszczknąć trochę pieniędzy (na potrzeby suwerena rzecz jasna), a nie wszyscy zorientują się w podatkowo-akcyzowych manipulacjach.

Ogromną „zasługą” rządzących w ostatnich latach jest wprowadzenie tzw. opłaty paliwowej do ceny paliw na stacjach benzynowych. Zapewniano wprawdzie, że w żadnym stopniu nie wpłynie to na podwyżkę cen benzyny i oleju napędowego, ale zasad ekonomicznych ominąć się nie da. Dzięki czemu podróżowało pieczywo, bo żaden z piekarzy nie zechciał zmienić swej floty samochodów dostawczych z napędzanych paliwami naftowymi na pojazdy elektryczne. Ba, opłata paliwowa wymyślona została w trosce o kilkanaście tysięcy posiadaczy aut z napędem elektrycznym, a płacimy wszyscy, także konsumenci chleba powszedniego. Opłata bowiem ma sprzyjać rozwojowi sieci stacji ładowania. Nie wszyscy jednak wiedzą, iż na potrzeby zelektryfikowanej motoryzacji idzie tylko 80 proc. tej opłaty. Pozostałe 20 proc. ma zasilić rozwój infrastruktury... kolejowej. Zwłaszcza na kierunkach podążających w stronę planowanego na razie centralnego lotniska.

Na razie jednak rzecz możemy – witaj, dobra zmiano! Za sprawą światowej epidemii COVID-19 drastycznie spadły ceny ropy naftowej. Dzisiaj 167 litrów tego surowca, zwane baryłką kosztuje około 30 dolarów USA, czyli najmniej od 1991 roku. Postarały się o to Rosja i Arabia Saudyjska, które wbrew zachętom innych krajów wydobywających ropę naftową nie zamierzają zmniejszyć jej podaży na światowych rynkach. Przy tak niskich cenach przestaje być ekonomicznie opłacalne wydobywanie ropy naftowej z łupków. Tak więc Polska może się tylko cieszyć, że wbrew „łupkowej hysterii” sprzed kilkunastu lat nie jesteśmy wcale krajem zasobnym w ropę naftową w łupkach. „Dobra zmiana” na rynku ropy naftowej korzystnie odbiła się na cenach paliw z niej produkowanych, co widać na co dzień na pylonach stacji benzynowych. Ale nie myślcie sobie, że za sprawą tych niskich cen cokolwiek potanieje. Na pewno nie autobusowe bilety komunikacji miejskiej (najwyższej firmy zmniejsza swoje straty), tym bardziej, iż coraz więcej jest autobusów elektrycznych, a prąd tylko w Krakowie podróżował o 12 proc. Nie będzie też na pewno obniżki cen pieczywa, bo klienci sklepów już się do nich przyzwyczaili, a poza tym najskabsze finansowo grupy społeczne, czyli ludzie w podeszłym wieku niebawem otrzymają rekompensatę strat pod postacią tzw. trzynastej emerytury. Zatem – witaj, dobra zmiano (cen ropy naftowej)!

WOJCIECH MACHNICKI

**TVP1**

5.05 Jeden z dziesięciu (1/118) 5.35 Jaka to melodia? (4296) 6.15 Przysięga (131) 7.05 Elif (688) 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Kwadrans polityczny 8.40 Korona królów (349) 9.20 Ranczo 10 (123): Depresja Biskupa 10.15 Komisarz Alex 11 (131): Braterstwo krwi 11.05 Ojciec Mateusz (9): Aktor 12.00 Wiadomości 12.15 Agrobiznes 12.35 Agropogoda 12.40 Rok w ogrodzie extra 12.55 Natura w Jedyńce: Pole pełne życia 14.00 Elif (689) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Alarm! – magazyn 15.35 Gra słów. Krzyżówka (124) – teleturniej 16.05 Przysięga (132) – serial obyczajowy, Turcja (2019) 17.00 Teleexpress 17.20 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (4297) – teleturniej muzyczny 18.00 Klan (3631) – telenowela TVP 18.30 Korona królów (350) – telenowela historyczna TVP 18.55 Jeden z dziesięciu (2/118) – teleturniej 19.25 Sport 19.30 Wiadomości 20.00 Pogoda 20.10 Alarm! – magazyn 20.25 Leśniczówka (208) 20.55 Liga Mistrzów: 1/8 F: FC Barcelona–SSC Napoli 23.10 Historia bez tajemnic: Barbra Streisand: Narodziny gwiazdy – film dokumentalny, Francja (2017); reż.: Maupied Nicolas 0.15 Morderca miłość – thriller, USA (2016); reż.: Bram Coopers; wyk.: Wes Bentley, Jaimie Alexander, Cam Gigandet, Alexandra Breckenridge (dozwolone od lat 16) 1.50 wojsko-polskie.pl 2.15 Warto rozmawiać – program publicystyczny 3.10 Jeźdźcy – film fabularny, USA (1971); reż.: John Frankenheimer; wyk.: Omar Sharif, Jack Palance, Leigh Taylor-Young, David de Keyser, Peter Jeffrey 4.55 Zakończenie dnia

**TVP2**

5.15 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (63): Niezabliżnione rany 6.10 Historia dziewczynki z getta 6.35 Familiada (2439) 7.05 Przepis dnia 2 (12) 7.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Rodzinka.pl 5 (115): Rywalizacja ojciec – syn 12.00 Barwy szczęścia (2217) 12.30 Koło fortuny (673) 13.05 Va Banque (50) 13.35 Na sygnale (216): Miało być inaczej 14.10 Dla niesłyszących: M jak miłość (1503) 15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (90) 16.00 Koło fortuny (732) 16.35 Familiada (2443) 17.10 Więzień miłości (264) (2018) 18.00 Panorama 18.20 Pogoda 18.30 Va Banque (51) 18.55 Rodzinka.pl 5 (116): Dzieci nas wyprowadzają 19.25 Barwy szczęścia (2217) 19.55 Przepis dnia (2) (13) 20.05 Barwy szczęścia (2218) 20.40 Kulisy seriali „Na dobre i na złe” i „Na sygnale” (77) 20.50 Na dobre i na złe (772) 21.50 Na sygnale (263): Gorzkie szczęście 22.30 Kino relaks: Miłostka zagrywka – film obyczajowy, USA (2005); reż.: Bobby Farrelly, Peter Farrelly; wyk.: Drew Barrymore, Jimmy Fallon, Armando Riesco 0.25 Geniusz: Picasso (1) – serial, USA (2018); reż.: Kenneth Biller; wyk.: Antonio Banderas, Alex Rich, Clemence Poesy (dozwolone od lat 16) 1.25 Woda i władza: Kalifornijski przekręt – film dokumentalny, USA (2017) 3.00 Oficer (13/13): Sto rąk (dozwolone od lat 16) 4.00 Zakończenie dnia

**TV POLONIA**

6.10 Korona królów (173) 6.40 Radość... 7.05 A to polski właściciel...: Tost i tort inne smaki, inna odmiana 7.10 A to polski właściciel...: Marzanna 7.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Barwy szczęścia (2148) 12.15 Wiadomości 12.30 Magazyn z Wysp (91) 13.15 Rozmowa Polonii 13.30 Halo Polonia 14.20 Sanatorium miłości 2 (9) 15.15 Wiadomości 15.30 Polskie 100 lat: Niemiecka polityka okupacyjna na ziemiach polskich 16.00 Polskie 100 lat: Zagłada Żydów 16.30 Korona królów (335) 17.05 A to

polski właściciel...: Tost i tort inne smaki, inna odmiana 17.05 A to polski właściciel...: Marzanna 17.10 Nela Mała Reporterka (80): Spotkanie z wodnymi krowami 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka (120) 18.25 Racja stanu (187) 18.55 Barwy szczęścia (2148) 19.25 Kierunek Zachód (66) 19.45 Dobranocka: Fortele Jonatana Koota (2): Superreklama 20.00 Wiadomości 20.30 Pogoda 20.35 Sport 20.45 Echo serca (14) 21.45 Polonia 24 22.05 Rozmowa Polonii 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Polskie 100 lat: Niemiecka polityka okupacyjna na ziemiach polskich 23.55 Polskie 100 lat: Zagłada Żydów 0.30 Korona królów (335) 1.00 Kierunek Zachód (66) 1.20 A to polski właściciel...: Tost i tort inne smaki, inna odmiana 1.24 A to polski właściciel...: Marzanna 1.30 Powtórki programów

**TELEWIZJA KRAKÓW**

6.05 Dla niesłyszących: Telekurier 6.35 Wiadomości rolnicze 7.00 Telezakupy 7.30 Kronika dnia 7.45 Pogoda 7.49 Tematy dnia 8.00 Jedź bezpiecznie 8.15 Magazyn medyczny: Nowoczesne zabiegi bariatryczne w walce z otyłością 8.30 Kronika dnia 8.45 Muzealne opowieści 8.47 Turystyczna jazda 9.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 9.10 Pogoda 9.15 Drewnianym szlakiem 9.30 Nożem i widelcem 9.45 Słodka kuchnia Pszczółek 10.00 Zraniona miłość (10) 10.40 Antenowe remanenty 11.00 Mój pies i inne zwierzęta 11.15 Jedź bezpiecznie 11.35 W tyle wizji 12.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka (123) 13.00 Dla niesłyszących: Spotkania w świecie ciszy 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Telezakupy 14.30 Kronika dnia 14.45 Sekrety mnichów 15.05 Meandry uczuć (65) 15.45 Antenowe remanenty 16.00 Dla niesłyszących: Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna Siódemka 16.45 Dziennik regionów 17.00 Antenowe remanenty 17.31 Kronika – zapowiedź 17.38 Pogoda 17.40 Muzealne opowieści 17.42 Nowohucka Kronika Filmowa (651) 17.52 Marzyciele 18.15 Kalejdoskop regionalny 18.25 Pogoda 18.30 Kronika 18.52 Kronika sportowa 18.57 Pogoda 18.59 Tematy dnia 19.10 Jedź bezpiecznie 19.19 Kwartet 19.42 Niedziennik (39) 19.55 Pogoda 20.00 Korona królów 20.30 Nożem i widelcem 20.45 Słodka kuchnia Pszczółek 21.00 Twój wybór 21.31 Kronika 21.49 Kronika sportowa 21.55 Pogoda 22.00 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna Siódemka 23.00 Alarm! 23.20 W tyle wizji 0.00 W tyle wizji extra 0.25 Listy do PRL-u: Tajemnica umywalki 0.45 Biuro kryminalne (5) 1.35 Antenowe remanenty 1.50 Meandry uczuć (66)

**POLSAT**

4.55 Disco Gramy 5.40 Telezakupy TV Okazje 6.00 Nowy dzień 9.00 Malanowski i partnerzy (354, 355) – serial fabularno-dokumentalny 10.00 Sekrety rodziny – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 12.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 14.45 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia, pogoda 16.15 Interwencja – magazyn reporterów 16.30 Na ratunek 112 – serial paradokumentalny 17.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 18.50 Wydarzenia, sport, pogoda 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy Polska 20.05 Nasz nowy dom – reality show 21.10 Zawsze warto – serial obyczajowy Polska 22.10 To tylko seks – komedia romantyczna USA (2011) 0.35 Nasz nowy dom (150, 151) – reality show 2.35 Tajemnice losu

**tvn**

8.00 Dzień Dobry TVN 11.30 Afera fryzjera 12.15 Ukryta prawda 13.15 Szpital 14.15 Detektywi (422, 423) – serial fabularnodokumentalny 15.25 Milionerzy – teleturniej 16.00 Szpital – serial paradokumentalny Polska 17.00 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy Polska 18.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 19.00 Fakty 19.35 Sport, pogoda 19.49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku – magazyn kulinarny 20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy 20.55 Milionerzy – teleturniej 21.30 Ameryka Ekspres – reality show 23.00 Krwawa profesja – dramat sensacyjny USA (2002) 1.20 Mentalista 7 – serial kryminalny 2.20 Uwaga! 2.45 NOC Magii

**TVN 7**

5.10 Szkoła – serial paradokumentalny 6.10 Mango 7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularnodokumentalny 8.55 Ukryta prawda (634, 635) – serial paradokumentalny 11.00 Idealna niania 6 – reality show 11.45 Zakochani po uszy 3 – telenowela 12.15 Sąd rodzinny – serial fabularnodokumentalny 13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularnodokumentalny 14.15 Szkoła – serial paradokumentalny 15.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 16.15 19+ – serial paradokumentalny 16.55 Brzydula (180, 181) – serial komediowy 18.00 Szkoła – serial paradokumentalny 19.00 19+ – serial paradokumentalny 19.30 Zakochani po uszy 3 – telenowela 20.00 Hotel Paradise – reality show 21.00 Steve Jobs – dramat Wielka Brytania/USA (2015) 23.30 Kac Vegas 3 – komedia USA (2013) 1.35 Druga strona medalu (2, 3) – talk-show 2.40 NOC Magii

**TV 4**

6.00 Strażnik Teksasu (49, 50) – serial sensacyjny 8.00 Nasz nowy dom – reality show 9.00 Święty – serial komediowy Polska 9.30 Demakijaż – program rozrywkowy 10.00 Przez żołądek do serca – magazyn 10.30 Demakijaż – program rozrywkowy 11.00 Awantura o kasę (25, 26) – teleturniej 13.00 Magicy z ulicy – program rozrywkowy 13.30 STOP Drogówka 14.30 Emil, pogromca mandatów – program rozrywkowy 15.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 16.00 Słoneczny patrol (2, 3) – serial przygodowy 18.00 Sekrety sąsiadów – serial obyczajowy 18.30 Święty – serial komediowy Polska 19.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 20.00 Święty – serial komediowy Polska 20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny 21.40 Conan Niszczyciel – film fantasy USA (1984) 23.45 Zaginiony w akcji – film sensacyjny USA (1984) 1.55 Zagadkowe zgony 150 serial dokumentalny 2.25 Interwencja 2.40 Disco Polo Life 3.40 Top 10 – lista przebojów

**PULS**

6.00 Nash Bridges (54) – serial sensacyjny 7.00 Lombard. Życie pod zastaw – serial obyczajowy Polska 8.00 Reporterzy. Z życia wzięte – serial obyczajowy 9.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 – serial obyczajowy 10.00 Zaklinczak duchów 2 (34, 35) – serial fantasy 12.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny Niemcy 14.00 Lombard. Życie pod zastaw (6, 7) – serial obyczajowy 16.00 Reporterzy. Z życia wzięte (12, 13) – serial obyczajowy 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (268, 269) – serial obyczajowy 20.00 Władcy ognia – film s.f. USA/Irlandia/Wielka Brytania (2002) 22.05 Riddick – thriller s.f. USA/Wielka Brytania (2013) 0.35 Rasa – horror Niemcy/USA/RPA (2006) 2.10 Zobacz to!

# CZY EUROWIZJA JUNIOR 2020 TRAFI DO KRAKOWA?

Eurowizja Junior w minionym roku odbyła się w Gliwicach, gdyż zwyciężczynią edycji 2018 była Roksana Węgiel. W Gliwicach po raz drugi wygrała Polka, tym razem Nowohucianka Viki Gabor pochodzenia romskiego. Zatem Polska ma szansę zorganizować ponownie finał w Polsce. Podczas posiedzenia Europejskiej Unii Nadawców w Genewie Telewizja Polska zarekomendowała Kraków jako miasto w którym chciałaby zorganizować w tym roku Eurowizję Junior.

Prezes Telewizji Polskiej Jacek Kurcki podczas finału trzeciej edycji „The Voice Kids” w której zwyciężył młody artysta Marcin Maciejczak zapowiedział, że bierze się do roboty w celu zorganizowania tej imprezy w Polsce. Ponoć już odbyły się w tej sprawie rozmowy pana prezesa z prezydentem miasta Jackiem Majchrowskim. Przypomnijmy, że radni miasta podjęli uchwałę popierającą zorganizowanie finału Eurowizji Junior w Krakowie. Prezydent też nie jest jej przeciwny, ale należy wziąć pod uwagę koszty

przedsięwzięcia, a także rezultaty w obszarze wzmocnienia wartości marketingowej Marki Kraków. Jak poinformował pełnomocnik prezydenta Robert Piaskowski ostatnio zostały podjęte rozmowy ekipy producenckiej, która powinna uzgodnić szczegóły organizacyjne z operatorem Tauron Areny, gdzie miałyby się odbyć ta impreza. Jeśli tylko zapadną ostateczne decyzje w tej sprawie postaramy się o tym poinformować na naszych łamach.

(mp)

## SPROSTOWANIE

W artykule o lotnisku w Czyżynach z nr 10 GTN doszło do pomyłki w podpisie pod tekstem, przesłanym do redakcji przez Lesława Kuzaję. Jego autorem jest płk Tadeusz Krzywda, pułkownik w stanie spoczynku – nawigator lotnictwa transportowego (samoloty An-26, An-12). Przebieg służby: 13 Pułk Lotnictwa Transportowego – Kraków, SG WP, MON, KG NATO – Bruksela, MSZ. Uczestnik operacji poza granicami kraju: UNTAG Namibia, UNTAC Kambodża, UNIFIL Liban, Komisja Nadzorcza Państw Neutralnych – Korea.

Przepraszamy pana płk. Tadeusza Krzywdę i pana Lesława Kuzaję.

**Kraków**Patronat Honorowy  
Metropolita Krakowski  
Arcybiskup Marek Jędraszewski

## KONCERTY MISTRZEJOWICKIE

**ŚPIEWY SS. BENEDYKTYNEK NA WIELKI POST****15 III 2020  
godz. 18:00  
niedziela****Wykonawcy  
Zespół wokalny  
FLORES ROSARUM**s. Susi Fergolia – wirginał,  
kierownictwo muzyczne,  
Adrianna Bujak-Cyran,  
Liliana Pocięcha,  
Anita Pyrek-Nackiewicz,  
Katarzyna Śmiałkowska,  
Katarzyna Wiwer,  
Maria Klich – lira korbowa**Miejsce koncertu**Kościół pw. św.  
Maksymiliana M. Kolbego  
os. Tysiąclecia 86. Kraków  
(dolny kościół)

OSRODEK KULTURY IM. C. K. NORWIDA - INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



**TVP1**

5.05 Jeden z dziesięciu (2/118) – teleturniej 5.35 Jaka to melodia? (4297) 6.15 Przysięga (132) 7.05 Elif (689) 8.00 Wiadomości 8.10 Pogoda poranna 8.15 Kwadrans polityczny 8.40 Korona królów (350) 9.15 Ranczo 10 (124): Wet za wet 10.10 Komisarz Alex 11 (132): Maestro – serial kryminalny TVP 11.00 Skoki Narciarskie: Mistrzostwa Świata w lotach – Planica (kwalifikacje) 12.10 Wiadomości 12.25 To się oplaca – magazyn 12.45 Natura w Jedyńcu: Chile: Dzika podróż – film dokumentalny, USA (2017) 14.00 Elif (690) – serial, Turcja (2017) 15.00 Wiadomości 15.10 Pogoda 15.15 Alarm! – magazyn 15.35 Gra słów. Krzyżówka (125) – teleturniej 16.05 Przysięga (133) – serial obyczajowy, Turcja (2019) 17.00 Teleexpress 17.20 Pogoda 17.25 Jaka to melodia? (4298) – teleturniej muzyczny 18.00 Klan (3632) – telenowela TVP 18.30 Korona królów (351) – telenowela historyczna TVP 18.55 Jeden z dziesięciu (3/118) – teleturniej 19.25 Sport 19.30 Wiadomości 20.05 Pogoda 20.10 Alarm! – magazyn 20.35 Ojciec Mateusz 23 (294) – serial kryminalny TVP 21.30 Sprawa dla reportera 22.25 Magazyn śledczy Anity Gargas (149) – magazyn 23.00 Magazyn kryminalny 997 – magazyn (dozwolone od lat 16) 23.50 Magazyn Ekspresu Reporterów 0.55 Tanie Drame: Moroz i Kłopotowski komentują świat – talk-show 1.35 Godziny grozy (5/8) – serial, Wielka Brytania (2016) (dozwolone od lat 16) 2.30 Ratownicy (3/13) – serial TVP 3.30 Sprawa dla reportera 4.25 Magazyn śledczy Anity Gargas (149) – magazyn 4.55 Zakończenie dnia

**TVP2**

4.30 Koło fortuny (344) 5.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (64): Poczucie odpowiedzialności 6.05 Operacja Zdrowie 6.35 Familiada (2440) – teleturniej 07.05 Przepis dnia 2 (13) 07.15 Pytanie na śniadanie 11.35 Rodzinka.pl 5 (116): Dzieci nas wyprzedzają – serial komediowy TVP 12.00 Barwy szczęścia (2218) – serial obyczajowy TVP 12.35 Koło fortuny (674) – teleturniej 13.05 Va Banque (51) – teleturniej 13.35 Na sygnale (217): To się jeszcze okaże... – serial fabularny TVP 14.10 Na dobre i na złe (772) – serial TVP 15.10 Doktor Kleist – lekarz rodzinny (91) – serial, Niemcy (2004) 16.00 Koło fortuny (733) – teleturniej 16.35 Familiada (2444) – teleturniej 17.10 Więzy miłości (265) – serial, Turcja (2018) 18.00 Panorama 18.20 Pogoda 18.30 Va Banque (52) – teleturniej 18.55 Rodzinka.pl 5 (117): Powrót do szkoły – serial komediowy TVP 19.30 Barwy szczęścia (2218) – serial obyczajowy TVP 19.55 Przepis dnia 2 (14) 20.10 Barwy szczęścia (2219) – serial obyczajowy TVP 20.40 Filmowe czwartki: Wiesław Kot (17) – felieton 20.45 Filmowe czwartki: Wielki Gatsby – dramat, USA/Australia (2013); reż.: Baz Luhrmann; wyk.: Leonardo diCaprio, Tobey Maguire, Carey Mulligan 23.20 Szlak śmierci – film fabularny, USA (2009); reż.: James Cotten; wyk.: Ray Liotta, Danny Trejo, Andy Garcia 1.05 Na granicy – dramat, USA (1982); reż.: Tony Richardson; wyk.: Jack Nicholson, Harvey Keitel, Valerie Perrine, Warren Oates (dozwolone od lat 16) 3.00 Dzielnica bankowa (3/6) – serial sensacyjny, Szwajcaria/Belgia (2017) 4.00 Art Noc: Scena alternatywna: Król 4.30 Zakończenie dnia

**TV POLONIA**

6.10 Korona królów (174) 6.40 Turystyczna jazda (109): Park Nordseeküste i Morze Wattowe 6.55 Zaczarowany świat... (11) 7.15 Pytanie na śniadanie

11.35 Barwy szczęścia (2149) 12.15 Wiadomości 12.30 Kierunek Zachód (66) 13.15 Rozmowa Polonii 13.30 Halo Polonia 14.20 Echo serca (14) 15.15 Wiadomości 15.30 Szansa na sukces. Opole 2020 (2) 16.30 Korona królów (336) 17.05 Zaczarowany świat... (11) 17.20 Rok 1920. Kalendarium 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka (121) 18.25 Wschód 18.55 Barwy szczęścia (2149) 19.25 Wilnoteka 19.45 Dobranocka: Kulfon, co z ciebie wyrośnie (19) 19.50 Dobranocka: Cała Polska czyta dzieciom: Smok wawelski 20.00 Wiadomości 20.30 Pogoda 20.35 Sport 20.45 Miasto skarbów (1): Cezanne – serial kryminalny Polska (2017) (dozwolone od lat 16) 21.45 Polonia 24 22.05 Rozmowa Polonii 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Adampol – polska wieś nad Bosforem 0.00 Magazyn śledczy Anity Gargas 0.30 Korona królów (336)P 1.00 Wschód 1.25 Powtórki programów

**TELEWIZJA KRAKÓW**

6.05 Dla niesłyszących: Telekurier 6.35 Wiadomości rolnicze 7.00 Telezakupy 7.30 Kronika dnia 7.45 Pogoda 7.49 Tematy dnia 8.00 Kryptonim „Muzeum”: Szlak Armii Krajowej 8.15 Kronika kulturalna 8.30 Kronika dnia 8.45 Muzealne opowieści 8.47 EkoMałopolska. O środowisku bez trucia 9.00 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 9.10 Pogoda 9.15 Antenowe remanenty 9.30 Rączka gotuje 10.00 Zraniona miłość (11) 10.45 Antenowe remanenty 11.00 Reportaż 11.35 W tyle wizji 12.15 Dla niesłyszących: Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka (124) 13.00 Moja praca 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Telezakupy 14.30 Kronika dnia 14.45 To ty... 15.05 Meandry uczuć (66) 15.50 Antenowe remanenty 16.00 Dla niesłyszących: Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna Siódemka 16.45 Dziennik regionów 17.00 Astronarium 17.31 Kronika – zapowiedź 17.38 Pogoda 17.40 Muzealne opowieści 17.42 Małopolska na rowery 17.50 Turystyczna jazda 17.58 Speed 2 18.07 Pod Tatrami 18.15 Skarby architektury drewnianej UNESCO 18.25 Pogoda 18.30 Kronika 18.52 Kronika sportowa 18.57 Pogoda 18.59 Tematy dnia 19.11 Kronika kulturalna 19.20 Parafia z sercem 19.45 Uwolnić dobro: Fundacja im. Brata Alberta Radwanowice 19.55 Pogoda 20.00 Korona królów 20.30 Rączka gotuje 21.00 Twój wybór 21.31 Kronika 21.49 Kronika sportowa 21.55 Pogoda 22.00 Dla niesłyszących: Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna Siódemka 23.00 Alarm! 23.20 W tyle wizji 0.00 W tyle wizji extra 0.25 Listy do PRL-u: Portierka nocą 0.45 Krew z krwi 2 (3/10) (dozwolone od lat 16) 1.30 Antenowe remanenty 1.50 Meandry uczuć (67) 2.40 Antenowe remanenty

**POLSAT**

4.55 Disco Gramy – program muzyczny 5.40 Talaizakupy TV Okazje 6.00 Nowy dzień 9.00 Malanowski i partnerzy (356, 357) – serial fabularno-dokumentalny 10.00 Sekrety rodziny – serial paradokumentalny 11.00 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 12.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 13.00 Trudne sprawy – serial paradokumentalny 14.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 14.45 Dlaczego ja? – serial paradokumentalny 15.50 Wydarzenia, sport, pogoda 16.15 Interwencja 16.30 Na ratunek 112 17.00 Gliniarze – serial paradokumentalny 18.00 Pierwsza miłość – serial obyczajowy 18.50 Wydarzenia, sport, pogoda 19.30 Świat według Kiepskich – serial komediowy 20.05 Nasz nowy dom – reality show 21.10 Przyjaciółki – serial obyczajowy 22.10 Zdrady – serial paradokumentalny 23.10 Plan lotu – thriller USA (2005) 1.25 Chirurgowie (233, 234) – serial obyczajowy 3.25 Tajemnice losu

**tvn**

8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn 11.30 Afera fryzjera – program rozrywkowy 12.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 13.15 Szpital – serial paradokumentalny Polska 14.15 Detektyw (424, 425) – serial fabularno-dokumentalny 15.25 Milionerzy – teleturniej 16.00 Szpital – serial paradokumentalny Polska 17.00 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy 18.00 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 19.00 Fakty 19.35 Sport, pogoda 19.49 Raport smogowy – poznaj kolory powietrza 19.50 Uwaga! 20.10 Doradca smaku – magazyn kulinarny 20.15 Na Wspólnej – serial obyczajowy 20.55 Milionerzy – teleturniej 21.30 Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy 22.30 Ile waży koń trojański? – komedia Polska (2008) 1.05 Superwizjer 1.45 Uwaga! 2.10 NOC Magii

**TVN 7**

6.10 Mango 7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 8.55 Ukryta prawda (636, 637) – serial paradokumentalny 11.00 Idealna niania 6 – reality show 11.45 Zakochani po uszy 3 – telenowela 12.15 Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny 13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny 14.15 Szkoła – serial paradokumentalny 15.15 Ukryta prawda – serial paradokumentalny 16.15 19+ – serial paradokumentalny 16.55 Brzydula (182, 183) – serial komediowy 18.00 Szkoła – serial paradokumentalny 19.00 19+ – serial paradokumentalny 19.30 Zakochani po uszy 3 – telenowela 20.00 Hotel Paradise – reality show 21.00 Nieoczekiwana zamiana miejsc – komedia USA (1983) 23.30 Szybcy i wściekli 5 – film sensacyjny USA (2011) 2.05 Druga strona medalu – talk-show 2.40 NOC Magii

**TV 4**

6.00 Strażnik Teksasu (51, 52) – serial sensacyjny 8.00 Nasz nowy dom – reality show 9.00 Święty – serial komediowy Polska 9.30 Demakijaż – program rozrywkowy 10.00 Przez żołądek do serca – magazyn 10.30 Demakijaż – program rozrywkowy 11.00 Awantura o kasę (27, 28) – teleturniej 13.00 Magicy z ulicy – program rozrywkowy 13.30 STOP Drogówka 14.30 Emil, pogromca mandatów – program rozrywkowy 15.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 16.00 Słoneczny patrol (4, 5) – serial przygodowy 18.00 Sekrety sąsiadów – serial obyczajowy 18.30 Święty – serial komediowy Polska 19.00 Policjantki i policjanci – serial obyczajowy 20.00 Święty – serial komediowy Polska 20.30 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny 21.40 Kickboxer – film sensacyjny USA (1989) 23.40 Kobiety i mafia (3, 4) – serial dokumentalny 1.40 STOP Drogówka 2.40 Disco Polo Life 3.40 Top 10 – lista przebojów

**PULS**

6.00 Nash Bridges (55) – serial sensacyjny 7.00 Lombard. Życie pod zastaw – serial obyczajowy 8.00 Reporterzy. Z życia wzięte – serial obyczajowy Polska 9.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 – serial obyczajowy 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (35, 36) – serial fantasy 12.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5) – serial sensacyjny 14.00 Lombard. Życie pod zastaw (7, 8) – serial obyczajowy 16.00 Reporterzy. Z życia wzięte (13, 14) – serial obyczajowy Polska 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (269, 270) – serial obyczajowy 20.00 Uciekająca panna młoda – komedia romantyczna USA (1999) 22.20 Latynowski ogier – komedia USA (2017) 0.30 Fanfan Tulipan – film przygodowy Francja (2003) 2.25 Ojciec Ted 2 (3, 4) – serial komediowy 3.40 Zobacz to!

**Prawnik radzi**

**PACJENT DAWCĄ KASY**

*Wiosną zgłosiłem się do przychodni okulistycznej działającej (w ramach NFZ) jako NZOZ (...) spółka cywilna, ze skierowaniem od lekarza rodzinnego w celu leczenia łzawienia oczu, ale w „procesie leczenia” wystąpiło wiele nieprawidłowości. W przychodni nie przyjmuje lekarz okulista, lecz jest tylko komputerowe badanie oczu i sprzedaż okularów. W przychodni, gdzie miałem przeprowadzone badanie (której wspólnik okazał się także właścicielem zakładu optycznego), nakłoniono mnie do kupienia okularów, żeby łzawienie ustąpiło. Gdy po krótkim czasie zgłosiłem reklamację, powiedziano mi, że na urządzenie medyczne nie udziela się gwarancji. Czy pacjent ma prawo do dokumentacji medycznej dotyczącej jego stanu zdrowia? Czy na wniosek pacjenta można udostępnić nazwisko osoby badającej komputerowo wzrok? Czy okulary kupione w powyższej przychodni podlegają reklamacji?*

★★★

Każdy pacjent ma prawo do swojej dokumentacji medycznej i tu nie ma dyskusji. Zgodnie z treścią art. 23 ust. 1 ustawy z dnia 6 listopada 2008 r. „O prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta” (tekst jedn. Dz. U. z 2019 r., poz. 1127 z późn. zm.), „pacjent ma prawo do dostępu do dokumentacji medycznej dotyczącej jego stanu zdrowia oraz udzielonych mu świadczeń zdrowotnych”, zaś wedle art. 26 ust. 1 ww. ustawy, „podmiot udzielający świadczeń zdrowotnych udostępnia dokumentację medyczną pacjentowi lub jego przedstawicielowi ustawowemu, bądź osobie upoważnionej przez pacjenta”. Na podstawie art. 25 ust. 1 pkt 2 ww. ustawy, a także par. 10 ust. 1 pkt 3 rozporządzenia ministra zdrowia z dnia 9 listopada 2015 r. „W sprawie rodzajów, zakresu i wzorów dokumentacji medycznej oraz sposobu jej przetwarzania (Dz. U. z 2015 r., poz. 2069), „dokumentacja indywidualna, jeżeli przepisy rozporządzenia nie stanowią inaczej, zawiera oznaczenie osoby udzielającej świadczeń zdrowotnych oraz osoby kierującej na badanie diagnostyczne, konsultację lub leczenie: a) nazwisko i imię, b) tytuł zawodowy, c) uzyskane specjalizacje, d) numer prawa wykonywania zawodu – w przypadku lekarza (...), e) podpis”.

Odnosnie do wadliwości nabytych okularów, to przysługują Panu uprawnienia z gwarancji udzielonej przez jej producenta (zgodnie z zakresem opisanym w jej treści) lub z rękojmi wobec ich sprzedawcy. Zgodnie z treścią art. 556 Kodeksu cywilnego, „sprzedawca jest odpowiedzialny względem kupującego, jeżeli rzecz sprzedana ma wadę fizyczną lub prawną (rękojmia)”. Zgodnie z treścią art. 556 par. 1 k.c., „wada fizyczna polega na niezgodności rzeczy sprzedanej z umową. W szczególności rzecz sprzedana jest niezgodna z umową, jeżeli: 1) nie ma właściwości, które rzecz tego rodzaju powinna mieć ze względu na cel w umowie oznaczony albo wynikający z okoliczności lub przeznaczenia; 2) nie ma właściwości, o których istnieniu sprzedawca zapewnił kupującego, w tym przedstawiając próbkę lub wzór; 3) nie nadaje się do celu, o którym kupujący poinformował sprzedawcę przy zawarciu umowy, a sprzedawca nie zgłosił zastrzeżenia co do takiego jej przeznaczenia; 4) została kupującemu wydana w stanie niepełnym”. Wedle par. 2 ww. przepisu, „jeżeli kupującym jest konsument, na równi z zapewnieniem sprzedawcy traktuje się publiczne zapewnienia producenta lub jego przedstawiciela, osoby, która wprowadza rzecz do obrotu w zakresie swojej działalności gospodarczej (...)”.

**Pięć podwójnych zaproszeń do wylosowania**

**KONCERT ANNY WYSZKONI**



Zapraszamy na koncert Anny Wyszkonki w Kijów Centrum. Anna Wyszkonki to jedna z najbardziej doświadczonych i cenionych wokalistek na polskiej scenie muzycznej. Ma w swoim dorobku imponującą ilość przebojów, nagród i wyróżnień oraz ponad pół miliona sprzedanych płyt. Na polskiej scenie odnosi sukcesy od 23 lat. Najnowszy krążek w dorobku wokalistki to „Jestem tu nowa”. Pochodzący z niej utwór „Nie chcę cię obchodzić” zdobył tytuł Przeboju Lata 2017 radia RMF FM i Telewizji Polsat. Oprócz niego płyte promowały piosenki: „Oszucać los”, „Mimochodem” i „Zanim to powiem”. Album uzyskał status platynowej płyty. Wokalistka ma również w swoim dorobku albumy „Pan i Pani” (2009) i „Życie jest w porządku” (2012). Obydwa osiągnęły status podwójnie platynowych. Pochodzą z nich przeboje: „Czy ten pan i pani”, „Z ciszą pośród czterech ścian”, „Zapytaj mnie o to, kochany”, „Biegnij przed siebie”, „W całość ułożysz mnie”, czy nagrodzony Superjedynką za przeboj roku 2011 „Wiem, że jesteś tam”. Najnowszy utwór Ani „Księżyc nad Juratą” był jednym z Przebojów Lata 2019. Wśród czytelników, którzy wypełnią i dostarczą do sekretariatu redakcji (pok. 201 w budynku B NCK) poniższy kupon – wylosujemy pięć gratisowych podwójnych zaproszeń. Będą do odebrania także u nas.

**KUPON – ANNA WYSZKONI**

Imię i nazwisko Czytelnika: .....

Adres: .....



**GŁOS**  
TYGODNIK  
NOWOHUCKI

**POZIOMO:** 6. zaświadczenie o zgodności z normą, 9. ozdobna roślina doniczkowa rodem z Afryki południowej, 10. surowiec na pędzle i szczotki, 12. dawna nazwa knajpy, 13. skała na posągi i na posadzki, 14. miasto nad Wisłokiem, 18. kult diabła, 19. autor *Kordiana*, 20. fachowiec od zębów, 22. rodzaj wojsk lądowych, 25. ptak łowny z ozdobnymi piórami, 29. błyszczący materiał bawełniany, 30. ruch ciała wokół osi, 31. stopień podoficerski, 32. jeden z Zodiaku, 33. państwo z Bucharą i Samarkandą.

**PIONOWO:** 1. steruje siecią internetową, 2. zbiory map w formie książkowej, 3. maksyma, sentencja, 4. blaszka wzmacniająca lub łącząca, 5. miasto u ujścia Świdra do Wisły, 7. wypełnia ubytek w zębach, 8. roślinny symbol delikatności, 11. odmiana kapusty ogrodowej, 15. trucizna z tytoniu, 16. wytwórny ubiór, 17. naczynie na majonez, 21. cersarz rzymski, patron kolumny i forum, 23. zajmuje się wytopem stali, 24. leśne krzewinki z jagodami, 26. niebieskozielony kamień półszlachetny, 27. szałas pasterski, 28. autor ołtarza w kościele Mariackim, 29. imię byłego dyktatora Iraku.

**Rozwiązanie krzyżówki nr 9:**

**POZIOMO:** 5. Berlusconi, 8. mormon, 9. hasło, 12. jaspis, 13. kwarta, 14. pięść, 15. maślak, 17. stalle, 19. Beckett, 20. markiza, 23. polisa, 25. glista, 27. krypa, 28. listek, 30. klamra, 31. rampa, 32. miotła, 33. Aleksander.

**PIONOWO:** 1. Hermes, 2. Flandria, 3. oschłość, 4. borsuk, 6. izobara, 7. gopiel, 10. katalizatory, 11. Kawalerowicz, 16. aneks, 18. Tyrol, 21. paralaksa, 22. peppermint, 24. interna, 26. imadło, 29. Kamień, 30. klocek.

# Akcja dla Izy, Navigator 2020 i łęgowe budki

W 619. odcinku Nowohuckiej Kroniki Filmowej widzowie znajdą felietony poświęcone charytatywnemu kiermaszowi, festiwalowi Navigator i akcji czyszczenia budek łęgowych.

Izabelka urodziła się z wadą w postaci przepukliny oponowo-mózgowej oraz małego łowia. Lekarze nie dawali jej wielkich szans na przeżycie. Dzięki walce rodziców i serdeczności ludzkiej Iza ma dziś 18 lat. Na co dzień wymaga opieki całodobowej, rehabilitacji oraz specjalnego sprzętu. Dlatego narodziła się myśl zorganizowania kiermaszu, na którym można było kupić książki, zabawki, czy przedmioty rękodzieła, odbył się w siedzibie PAL na os. Na Skarpie 35. Nie zabrakło też loterii, a na miłośników słodkości czekały domowe wypieki, kawa, herbata.

W Nowohuckim Centrum Kultury odbył się „Navigator Festival 2020”.

Jest to wydarzenie dla ludzi, którzy kochają podróże i przygody. Festiwal gwarantuje potężną dawkę inspiracji, wiedzy i praktycznych informacji dla podróżników. Podczas takiego wydarzenia nie mogło zabraknąć atrakcji dla najmłodszych. To właśnie dla nich została stworzona kreatywna podróż dookoła świata, czyli warsztaty wypełnione ciekawostkami, muzyką, zabawami i autentycznymi, egzotycznymi rekwizytami.

Klub Złote Łabędzie jak co roku zorganizował czyszczenie budek łęgowych zawieszonych nad Zalewem Nowohuckim. W trakcie spotkania ornitologicznego Andrzej Chwierut opowiadał o ciekawostkach z życia ptaków. W budkach znaleziono 24 gniazda, w tym trzy szpaków i dwadzieścia jeden sikorek.

★★★

Do oglądania 619. wydania NKF zapraszamy do kina Sfinks od piątku 13 marca, a także na antenie TVP Kraków.

W minionym tygodniu w Straży Miejskiej Oddział Nowa Huta przyjęto 380 zgłoszeń, sporządzono 20 notatek pod wnioski do sądu o ukaranie, ukarano mandatami 83 sprawców wykroczeń, pouczone 118 osób, odwieziono 9 osób do MCPU.

## NA STRAŻY MIASTA

4 marca o godz. 12.10 dyżurny przyjął zgłoszenie, że do apteki na ul. Ujastek przyszedł starszy mężczyzna, jest zagubiony i nie potrafi określić skąd się znalazł w aptece, ani też podać miejsca zamieszkania. Miał przy sobie dokumenty. Strażnicy zastali mężczyznę w wieku 91 lat pod opieką pielęgniarki. Miał niedosłuch, również trudności z poruszaniem się. Strażnicy ustalili adres zamieszkania na os. Przy Arce. Został odwieziony do domu. Żona ucieszyła się na widok męża i przejęła pod opiekę. Oboje podziękowali za okazaną pomoc.

4 marca o godz. 14.55 patrol otrzymał zgłoszenie od zdenerwowanej i roztrzęsionej kobiety, która oświadczyła, iż w aptece os. Na Stoku znajduje się zakrwawiony mężczyzna, który dziwnie się zachowuje. Strażnicy zastali zakrwawionego mężczyznę, który zwracał uwagę na swoje zachowanie. Mężczyzna miał pocięte ręce na obu przedramionach (w wielu miejscach na całej długości), miał również ranę na głowie. Był po spożyciu alkoholu, o czym świadczyła wyraźna charakterystyczna woń alkoholu z ust. Przyznał, iż pociął sobie ręce dokonując samookaleczenia. Oświadczył również, że postanowił odebrać sobie życie. Swoje zachowanie tłumaczył problemami osobistymi i konfliktem w rodzinie. Nie widział sensu dalszego życia. Strażnicy wezwali ratowników medycznych. Podczas oczekiwania na przyjazd karetki pogotowia mężczyzna był bardzo pobudzony. Powtarzał, że nie ma żadnego powodu, by żyć. Funkcjonariusze udzielili mu wsparcia psychicznego, cały czas prowadząc rozmowę w celu wyciszenia emocji. Mężczyzna ostatecznie podziękował za pomoc i udzielone mu wsparcie. Został zabrany do szpitala.

7 marca o godz. 13.05 patrolujący rejon strażnicy zauważyli pojazd marki toyota jadący zrywkami ulicą Urszulki, następnie kierujący tym pojazdem próbował zaparkować przy jednym z bloków na os. Wysokim. Strażnicy zablokowali mu radiowozem możliwość dalszej jazdy oraz wyciągnęli kluczyki ze stacyjki. We wnętrzu pojazdu czuć było silną woń alkoholu. W trakcie interwencji podeszła do patrolu kobieta i oświadczyła, że od dłuższego czasu jechała z mężem z tym samochodem. Mieli do udostępnienia nagranie dokumentujące jazdę zrywkami. Ze względu na podejrzenie przestępstwa kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości, strażnicy wezwali patrol policji, który przejął dalsze czynności. Kierujący został przebadany na zawartość alkoholu w wydychanym powietrzu. Badanie potwierdziło, że znajduje się on w stanie nietrzeźwości – wykazało wynik 1,70 mg/l. (mp)

## Z KRONIKI POLICYJNEJ

### STADIONOWY CHULIGAN ZATRZYMANY

Po meczu derbowym jaki miał miejsce 3 marca na stadionie Cracovii pojawiły się doniesienia medialne dotyczące butelki rzuconej w kierunku piłkarzy Wisły.

Policjanci wszczęli w tej sprawie postępowanie, zabezpieczyli monitoring i potencjalne dowody (m.in. butelkę znajdującą na murawie stadionu). Śledczy przesłuchali świadków, w tym piłkarzy, a m.in. tego który został uderzony butelką w rękę.

W wyniku wspólnych działań operacyjnych policjanci z Wydziału dw. z Przystępnością Pseudokibiców KWP w Krakowie oraz z Wydziału dw. z Przystępnością Przeciwno Życiu KMP w Krakowie wytypowali potencjalnego sprawcę.

10 marca, po godz. 6.00 przyjechali do jednego z mieszkań na Podgórzu, gdzie miał znajdować się 27-letni mężczyzna podejrzany o ten chuligański wybrk.

Śledczy przeszukali mieszkanie oraz pojazd należący do 27-latka. Następnie młody mężczyzna został przewieziony do Komendy Miejskiej Policji w Krakowie gdzie przedstawiono mu zarzut naruszenia art. 60 ust. 2 Ustawy o bezpieczeństwie imprez masowych. Grozić mu może za to kara grzywny, ograniczenia wolności lub pozbawienie wolności do dwóch lat. Podejrzany przyznał się do rzucenia butelką w kierunku piłkarzy. Swoje zachowanie tłumaczył przyływem emocji. Wyraził skruchę i oświadczył, że nie chciał nikomu zrobić krzywdy. Butelkę (0,25 l) wódki miał zabrać z domu i ukrytą w spodniach wnieść na stadion.

Prokurator zastosował wobec niego środki zapobiegawcze w postaci dozoru policyjnego, zakazu opuszczenia miejsca pobytu oraz zakazu wstępu na imprezy masowe.

### FALSZERZE

#### JUŻ NIE POHANDLUJĄ

W minioną niedzielę, funkcjonariusze Wydziału dw. z Przystępnością Gospodarczą KMP w Krakowie pojechali w rejon jednego z placów handlowych na krakowskim Podgórzu, gdzie jak ustalili, do obrotu trafiały ubrania oraz obuwie z podrobionymi znakami towarowymi. Już kontrola pierwszego ze stoisk potwierdziła, że informacje posiadane przez śledczych były trafne, a oferowany do sprzedaży asortyment z logotypami światowych marek to tzw. podróbki. Na stanowisku należącym do 52-letka oraz w jego samochodzie policjanci znaleźli i zabezpieczyli 355 sztuk skarpet, czapek oraz bieliznę z podrobionymi znakami towarowymi. Straty producenta zostały oszacowane na kwotę nie mniejszą niż 32 tys. złotych. Tego samego dnia, około godz. 10 uwagę policjantów przykuło jeszcze jedno stoisko, na którym sprzedawano odzież, co do legalności której funkcjonariusze mieli poważne wątpliwości. Śledczy sprawdzili dane 37-letniego sprzedawcy, przeszukali stoisko na którym handlował oraz należący do niego pojazd. Policjanci znaleźli i zabezpieczyli niemal 400 sztuk odzieży i akcesoriów oraz ponad 70 par obuwia, które miały naniesione podrobione znaki towarowe. Straty jakie w tym przypadku mogły ponieść firmy posiadające prawa do znaków towarowych wyceniono na kwotę nie mniejszą niż 100 tys. złotych.

Ogółem policjanci zabezpieczyli asortyment liczący blisko 755 sztuk odzieży oraz 70 par butów. Kwota strat producentów została oszacowana na ponad 132 tys. złotych. Mężczyźni odpowiedzialni za to, że z handlu rzeczami z podrobionymi znakami towarowymi uczynili stałe źródło dochodu, za co grozić im może nawet do 5 lat pozbawienia wolności. (mp)



Prokocim  
działający  
od ponad 25 lat

#### BIURA:

■ os. Na Lotniku 1 U 24,  
tel. 12 648-40-92  
■ ul. Okólna 4 A, tel. 12 655-01-42

e-mail: [zaradca@prokocim.pl](mailto:zaradca@prokocim.pl)

## ZAPRASZA WSPÓLNOTY MIESZKANIOWE

### do współpracy w zarządzaniu nieruchomościami

- dysponujemy doświadczonym zespołem, którego członkowie posiadają licencje państwowe – ich kompetencje są rękojmią profesjonalnej i rzetelnej dbałości o wasz budynek
- gwarantujemy jasne i przejrzyste rozliczenie kosztów
- prowadzimy przygotowanie i realizację przedsięwzięcia budowy instalacji ciepłej wody użytkowej w budynkach Wspólnot Mieszkaniowych – alternatywnie do remontu przewodów kominowych

### TANIEJ Z „GŁOSEM”

Księgarnia „ZŁOTY WIEK” Grażyny Tabor w os. Złotego Wieku 19, pawilon, zaprasza Czytelników „Głosu. Tygodnika Nowohuckiego” na zakupy z 5-procentową bonifikatą książki promowanej w tym numerze.

Kupon jest ważny do 19 marca 2020 roku.

Imię i nazwisko: .....

Adres: .....

Księgarnia ZŁOTY WIEK poleca książkę Laili Shukri pt. „Jestem żoną terrorysty” (wyd. Prószyński i s-ka). Wstrząsająca historia Polki, która została żoną terrorysty. Opowieść o kobiecie, która została rozkochana i uwiędziona, aby urodzić terrorystę-samobójcę. Przemilczana prawda o rodzinach zaangażowanych w terroryzm. Autorka wysłuchała jedną z Polek, aby opowiedzieć o tym światu. Jak terroryści wykorzystują dzieci?



## AKTYWNI MŁODZI

Związek Centralny Dzieła Kolpinga w Polsce zaprasza do udziału w projekcie młodzieżowym – „Aktywni Młodzi – program rozwoju kompetencji społecznych”. W szczególności zapraszamy do udziału osoby z niepełnosprawnością.

Projekt adresowany jest do osób z Małopolski w wieku 15–29 lat. Dzieci udziałowi w nim uczestnicy będą

kompetencje społeczne oraz otrzymają Certyfikat Kompetencji Społecznych;

mięscach w Małopolsce – w Krakowie, Bochni i Wadowicach.

**AKTYWNI KRAKÓW**  
ul. Żułowska 51, 31-436 Kraków  
tel. 12 418 77 88  
aktywni.krakow@kolping.pl

### CZEKAJĄ NA CIEBIE:

BEZPŁATNE WARSZTATY  
BEZ PRZYNUDZANIA

SPOTKANIA  
Z CIEKAWYMI LUDZMI

INSPIRUJĄCY  
WOLONTARIAT

CERTYFIKATY

ROZWÓJ KOMPETENCJI  
PRZYDATNYCH  
NA RYNKU PRACY

ŚWIETNA  
PRZYGODA

### ZGŁOSZENIA I INFORMACJE:

**KOLPING KRAKÓW**  
ul. Żułowska 51, 31-436 Kraków  
AKTYWNI.KRAKOW@KOLPING.PL  
TEL. 12 418 77 88, 600 418 772

**KOLPING BOCHNIA**  
ul. Wojska Polskiego 1, 32-700 Bochnia  
AKTYWNI.BOCHNIA@KOLPING.PL  
TEL. 531 777 970

**KOLPING WADOWICE**  
ul. H. Sienkiewicza 7, 34-100 Wadowice  
AKTYWNI.WADOWICE@KOLPING.PL  
TEL. 12 418 77 83

AKTYWNI MŁODZI

### PATRONI HONOROWI:



JESTEŚ Z MAŁOPOLSKI?  
MASZ 15-29 LAT?  
WEŹ UDZIAŁ W PROJEKcie

AKTYWNI  
MŁODZI!

PROGRAM ROZWOJU KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

UDZIAŁ  
ZA FREE!



WWW.AKTYWNI.KOLPING.PL

mogli zupełnie za darmo rozwinąć kompetencje przydatne na rynku pracy, spotkać ludzi, którzy zmieniają świat na lepsze i przeżyć świetną przygodę.

Celem projektu jest zwiększenie wśród młodych osób tzw. „miękkich” kompetencji przydatnych na rynku pracy – m.in. umiejętności interpersonalnych, pracy zespołowej, liderstwa, komunikacji.

Każdy uczestnik zostanie objęty indywidualną opieką zespołu projektowego, obejmującą:

– przygotowanie Indywidualnego Planu Działania, w którym uczestnik wspólnie ze specjalistami określi swoje słabe i mocne strony, potrzeby i oczekiwania oraz drogę do ich realizacji

– młode osoby zostaną zaproszone na grupowe warsztaty wzmacniające

– każdy uczestnik zostanie zaproszony do udziału w spotkaniach z ciekawymi ludźmi – przedstawicielami organizacji pozarządowych, społecznikami;

– uczestnicy projektu będą mogli, przy wsparciu organizatora projektu, odbyć wolontariat w wybranej organizacji zgodny z własnymi zainteresowaniami i otrzymać portfolio wolontariackie. To z pewnością zaprotentuje w przyszłości, podczas poszukiwania pracy.

Wszystkie koszty udziału w projekcie w całości pokrywa organizator projektu – Związek Centralny Dzieła Kolpinga w Polsce.

Więcej informacji o projekcie dostępnych jest na stronie internetowej [www.aktwni.kolping.pl](http://www.aktwni.kolping.pl)

Biura projektu otwarte są w trzech

**AKTYWNI BOCHNIA**  
ul. Wojska Polskiego 1,  
32-700 Bochnia  
tel. 531 777 970  
aktywni.bochnia@kolping.pl

**AKTYWNI WADOWICE**  
ul. H. Sienkiewicza 7,  
34-100 Wadowice  
tel. 12 418 77 83, 512 718 298  
aktywni.wadowice@kolping.pl

★★★

Projekt „Aktywni Młodzi – program rozwoju kompetencji społecznych” jest realizowany w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój I. Osoby młode na rynku pracy, 1.4 Młodzież solidarna w działaniu.

Marzec w ARTzonie Ośrodka Kultury im. C.K. Norwida to miesiąc kobiet. Jesteśmy na półmetku szóstej edycji festiwalu „Heroina. Bohaterka”. Jego głównymi bohaterkami są właśnie kobiety. Za nami pierwsze warsztaty, których tematyka została dobrana tak, aby holistycznie zadbać o ciało i ducha.

## Heroina. Bohaterka

Szosta edycja Festiwalu Kobiet „Heroina. Bohaterka” trwa w tym roku od 1 do 28 marca 2020 roku. W tym czasie odbywa się aż kilkanaście bezpłatnych spotkań, warsztatów i wydarzeń skierowanych wyłącznie do kobiet. Motywem przewodnim festiwalu jest akceptacja i zrozumienie samej siebie – zadowolenie, harmonia i dobrostan. Tak dobrana tematyka ma skłonić kobiety do głębokiej refleksji nad ich indywidualnymi potrzebami i decyzjami. Do poprowadzenia spotkań zostały zaproszone wyjątkowe kobiety. Przy ich wsparciu uczestniczki festiwalu odbędą podróż w głąb siebie – w poszukiwaniu wewnętrznej motywacji do działania, pokonywania własnych słabości i ograniczeń.

Za nami m.in. „spotkanie z własnym głosem” poprowadzone przez Kasię i Dorotę, warsztaty pracy z głosem poprowadzone w połączeniu z pracą z ciałem. Ponadto spotkania poświęcone głębokiej relaksacji z Oliwią Jakubik-Pekalą i Zofią Noworól-Ostrowską. Na tych zajęciach uczestniczki miały możliwość wykorzystać w pracy nad ciałem techniki oddechow, wizualizacje, automasaż oraz elementy jogi regeneracyjnej, a także proste narzędzia jogi – nieskomplikowane asany i improwizacji tańca.

Heroina. Bohaterka” to miesiąc wyteżonej pracy nad sobą, której efektem

będzie oczyszczony umysł i ciało gotowe stawić czoła wszelkim trudom i wyzwaniom. Dlatego też organizatorzy zapraszają na takie warsztaty, jak „Moja mapa marzeń”, czyli symboliczna mapa naszych pragnień, celów i marzeń z Żanetą Lipiec-Goj oraz warsztat zatytułowany „Bądź sobą, bądź po swojemu, bądź tak jak chcesz” z Katarzyną Habowską, czyli krótki, ale intensywny skok w swoje JA, odkrywanie kim jesteśmy, odkrywanie i dostrzeganie tego co daje energię, a co ją odbiera.

Kolejne warsztaty przed nami, będzie intensywnie. Organizatorzy chcą pokazać, jak w obliczu natłoku pracy i zobowiązań nie zaniedbywać siebie, swojego rozwoju, aktywności i zdrowia. Co zrobić, żeby organizm funkcjonował w pełnej harmonii? Jak zadbać o każdy ważny obszar swojego życia? Czy można zrównoważyć ciało i umysł, rozwój i emocje, zdrowie i przyjemność?

★★★

Organizatorem Festiwalu Kobiet „Heroina. Bohaterka” jest ARTzona Ośrodka Kultury im. C.K. Norwida (os. Górali 4). Szczegółowy program wydarzenia znajduje się na stronie [www.okn.edu.pl](http://www.okn.edu.pl) oraz [fb/ARTzonaOKN](https://www.facebook.com/ARTzonaOKN). Wstęp na wszystkie wydarzenia festiwalu jest wolny, ale obowiązują zapisy: mailowo [k.szczesniak@okn.edu.pl](mailto:k.szczesniak@okn.edu.pl).

Kraków  
TEATR LUDOWY

Astrid Lindgren  
**PIPPi**  
Adaptacja: Staffan Götestam  
Reżyseria: Maćko Prusak  
Premiera: 22 lutego 2020 · Duża Scena

TEATR LUDOWY · INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA

Kraków BOZGA

# WŁADYSŁAW ROZPONDEK

Rodowity mieszkaniec Pleszowa. Roczniak 1930. Od 1950 do 1952 roku pracował na budowie Nowej Huty w Zjednoczeniu Budownictwa Mieszkaniowego. Zasadniczą służbę wojskową odbył w latach 1952–1955.

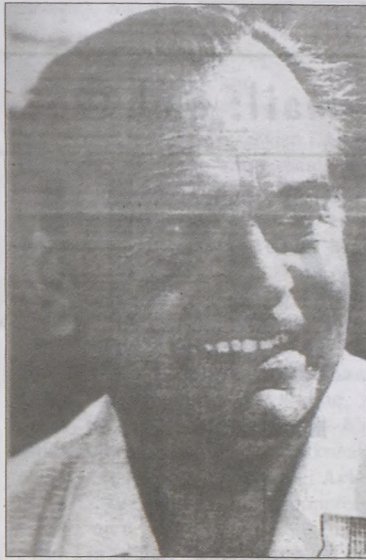
Od 1955 roku pracował w Hucie jako pracownik umysłowy. W 1956 roku ukończył szkołę średnią. W 1958 roku przeszedł na własne życzenie do produkcji jako brygadzysta. Stwierdza, że do pewnego stopnia budowa huty i miasta była słuszna, zlikwidowała zacofanie okolic Krakowa, poprawiła byt i zlikwidowała bezrobocie. Choć lokalizacja mogła być w innym miejscu, dalej od Krakowa. W cudysłowach podajemy jego pamiętnikarskie wypowiedzi. „Pamięć moja sięga roku 1935 i pogrzebu Marszałka Polski Józefa Piłsudskiego. Wraz z ojcem byliśmy w Krakowie na pogrzebie. Pamiętam 1937 rok, wybuchł wtedy drugi strajk chłopski na podłożu polityczno-gospodarczym. Został proklamowany w rocznicę czynu chłopskiego na znak protestu przeciwko wyzyskowi i biedzie chłopskiej. Strajk trwał 3 dni. Z mojej wioski z Pleszowa brali w nim udział Jan i Teodor Cygan, Ludwik Kowalczyk, Jan Gębala, rodzina Gajochów, Jan Partyła, i Stanisław Walczak”.

Policja szukała strajkujących. Jednak odbyło się bez aresztowań, gdyż dzięki „chłopskiej solidarności” nie rozpoznano nawet postrzelonego w nogę Teodora Cygana. Aresztowano w Krakowie zupełnie niewinnych ludzi tzw. gapiów. W trzecim dniu do strajkujących chłopów dołączyli robotnicy. Stały koleje i tramwaje. Po zakończeniu strajku aresztowany został między innymi Jan Gajoch, dla którego prokurator, za udział w nielegalnym strajku, zasądził 5 lat więzienia. Ponieważ żaden świadek policyjny nie rozpoznał Jana Gajocha, a Polska Partia Socjalistyczna wspomogła go świętym prawnikiem, to go uniewinniono. Jak jednak wiadomo Polskie Stronnictwo Ludowe zostało zdelegalizowane i Jan Gajoch, działacz tej partii, za udział w poświęceniu sztandaru Polskiego Stronnictwa Ludowego w Zielonkach i za organizację wiecu w Bibicach został aresztowany i odsiedział osiem miesięcy w więzieniu św. Michała w Krakowie.

Proboszczem w Pleszowie w tym czasie był ksiądz Jan Góralik, a wójtem w Mogile był Stanisław Rosiewicz z Pleszowa, bardzo rozsądny człowiek, sprzyjający postępowym przemianom. Ojciec pięciu synów i dwóch córek. Jeden z jego synów Kazimierz Rosiewicz był pilotem. W 1941 roku zginął bohaterską śmiercią nad kanałem La Manche broniąc Anglii przed Niemcami. Brat Stanisława Rosiewicza – wójta mogińskiego był księdzem. Ukończył studia na Uniwersytecie Jagiellońskim (1903-1905) i na Uniwersytecie w Innsbrucku w Austrii (1905-1907). „Przed II wojną światową wielu mieszkańców Pleszowa, nie mając ziemi lub niewielkie gospodarstwa rolne, poszukiwało pracy w Krakowie. Codziennie trzeba było na piechotę iść do Urzędu Zatrudnienia ok. 15 km w jedną stronę. Mój ojciec w poszukiwaniu pracy chodził dwa razy w tygodniu po 15 km i pracy nie było”.

Dopiero w związku z przewidywanym wybuchem wojny z Niemcami od

1 kwietnia 1939 roku otrzymał pracę przy remoncie poaustriackich fortów z płacą 4 złotych dziennie. Kilogram cukru w tym czasie kosztował 1 złoty. Autobus z Krakowa do Pleszowa w jedną stronę także 1 złoty. Dobre buty 12–18 złotych, 1 papieros „Sport” 5 groszy. Generał WP w tym czasie otrzymywał pensję około 3 tysięcy złotych. „Moja matka we żniwa zarabiała pracując od świtu do zmroku 1 złoty, czyli w miesiącu 24-25 złotych. Od kwietnia 1939 roku ojciec pracował w Niepołomicach, dokąd chodził codziennie 18 kilometrów pieszo w jedną stronę”. Tak więc nawet najlepsze buty nie wytrzymały jednego roku. W lipcu 1939 roku został przeniesiony do remontu fortu na Pasterniku z tym samym wynagrodzeniem i tam także musiał chodzić do pracy ok. 20 kilometrów w jedną stronę. 28 sierpnia nastąpiła mobilizacja i ojciec w stopniu kaprała udał się na piechotę na wojnę. Z Krakowa już pociągami przyjechał do Tarnowa i tutaj otrzymał przydział do ochrony kolei. Po błyskawicznej ofensywie wojsk niemieckich wycofywał się razem z wojskiem aż do granicy z Węgrami. W dniu 17 września przekroczył granicę i został internowany w miejscowości Ersekujvar. W 1940 roku niektórzy żołnierze uciekali z obozu dla internowanych do Francji, część wracała do Polski. Jan Rozpondek wrócił do domu do rodziny w Pleszowie, do okupowanej przez Niemcy hitlerowskie Polski. Brał czynny udział w walce z Niemcami w Batalionach Chłopskich. „Jeszcze raz muszę wrócić do dnia 28 sierpnia 1939 roku. To dla mnie pamiętny dzień, pogoda w tym dniu była bardzo piękna, na niebie nie było ani jednej chmurki, było bardzo gorąco – upał. Z płaczem żegnałem się z ojcem udającym się na wojnę. W dniu 1 września 1939 roku miałem iść do trzeciej klasy szkoły podstawowej. Napad Niemiec hitlerowskich na Polskę obudził mnie nad ranem około godz. 5.00. Potem usłyszałem ryk samolotów DO-17 lecących bardzo nisko i odgłos wybuchów bombardowanego lotniska w Czyżynach-Rakowicach. Pomimo znacznej odległości (ponad 10 kilometrów), doskonale słyszeliśmy wybuchy bomb niemieckich i widzieliśmy na niebie walczące polskie i niemieckie samoloty. Z trudem uświadomiliśmy sobie, że to już wojna, a nie ćwiczenia. Niemieckie samoloty z czarnym krzyżem zrzucały bomby i ostrzeliwały z karabinów maszynowych sięgając śmierć wśród ludności i zniszczenie spokojnych miast, osiedli i wiosek w Polsce. Prawie wszyscy mieszkańcy Pleszowa, a w szczególności dorośli podlegający obowiązkowi wojskowemu ruszyli na wschód. Kobiety, dzieci i starcy ładowali dobytek i uciekali przed Niemcami. Mama zamówiła furmankę u sąsiada (Franciszka Wośka), włożyliśmy na nią nasz dobytek – pieczywo, garnki, ubrania, trochę jedzenia, duży świeżo upieczony chleb i wraz z 10-osobową rodziną udaliśmy się z Pleszowa do rodziny w Karniowie. W drodze obok lasu w Branicach zobaczyłem po raz pierwszy w życiu mar-



Władysław Rozpondek. Zdjęcie z lewej – lata 70., zdjęcie z prawej – wczesne lata powojenne.

twego żołnierza. Twarz miał zakrytą czapką wojskową, zginął od kuli z samolotu. Nad nami i wielką rzeką uciekinierów latały niemieckie samoloty „Storch” rozrzucające ułotki. Po dwutygodniowym pobycie w Karniowicach wróciłem do domu, tato nie wracał. Mama rozpoczęła poszukiwania ojca. Dopiero w lutym 1940 roku otrzymała wiadomość z Czerwonego Krzyża, że Jan Rozpondek przebywa w obozie dla internowanych polskich żołnierzy w miejscowości Ersekujvar na Węgrzech i jest zdrow. Ze szczęścia wszyscy popłakaliśmy się. Po



cowonia Zimna Blach, oddział ocynkowni jako starszy ocynkowacz. Odnosił lokalizacji huty pod Krakowem oceniał: „W Krakowie nie było przemysłu, liczba mieszkańców Krakowa po wojnie to zaledwie 240 tys. mieszkańców. Po wybudowaniu huty i dzielnicy Nowa Huta, Kraków stał się dynamicznie rozwijającym się miastem przemysłu, nauki i pracy. Swoją drogę życiową oceniam pozytywnie. Mój ojciec niestety poszukiwał pracy bezskutecznie przed wojną, a wojna i okupacja pogorszyła nam byt. Mieszkałem z rodzicami i rodzeństwem



Na wycieczce.

kilku miesiącach otrzymaliśmy list od ojca. Tato wrócił do nas do Pleszowa pod koniec października 1940 roku. Po powrocie z niewoli tato brał udział w akcjach zbrojnych Batalionów Chłopskich w latach okupacji niemieckiej.

Po ucieczce Niemców i w wyzwoleniu ukończyłem szkołę podstawową, a w 1949 roku rozpocząłem pracę w Zjednoczeniu Budowy Miasta Nowa Huta. W 1957 roku skończyłem Liceum Obróbki Skrawaniem przy Technikum Budowy Urządzeń Hutniczych”. Wezwanie od 1951 roku Jan Rozpondek pracował jako ślusarz w Krakowie, a następnie jako inspektor BHP ZBM. Od 1955 roku pracował już w Hucie im. Lenina jako inspektor w dziale kadr. W 1959 roku przeniósł się na wydział produkcji Wal-

miasta Krakowa; Złotą Odznakę Zasłużony dla Ziemi Krakowskiej; Srebrną Odznakę Polskiej Federacji Stowarzyszeń Fotograficznych. Artystą fotografik i członek rzeczywisty Foto Klubu Rzeczypospolitej Polskiej. W 2005 roku odznaczony został Medalem Foto Klubu RP nr 20/05. Jest od 2006 roku autorem książki – albumu pt. „Pleszów, ocalić od zapomnienia”, w której zamieścił fotografie z obchodów 780-lecia tej miejscowości, uroczystości poświęcenia pierwszego kościoła i rocznicy 200-lecia budowy nowego kościoła w Pleszowie. Za pracę zawodową odznaczony został Złotym i Srebrnym Krzyżem Zasługi.

od 1961 roku, którego później był członkiem honorowym. W czasie 45-letniej działalności brał udział w około 200 wystawach i konkursach krajowych i zagranicznych, w których zdobył 12 pierwszych i wiele drugich i trzecich nagród, dyplomów, wyróżnień i nagród rzeczowych. Najwyżej ceni sobie: I miejsce i nagrodę za zdjęcie „Ostatnia droga – Reims”; Srebrny Puchar; I nagrodę w konkursie „Spotkania z Archeologią” – Warszawa; Nagroda Specjalna prof. Kazimierza Michałowskiego – Warszawa; Udział w wystawie fotografii o polskich podróżnikach pt. „Krajobrazy Świata – Warszawa – Zachęta”. Zdjęcia pana Władysława – sławnego fotografika, były eksponowane w Austrii, Anglii, Czechach, Hongkongu, na Lotwie, we Francji, Niemczech, Słowacji, Rosji, Rumunii, Włoszech i USA. Jest współzałożycielem Komisji Krajoznawczej Fotograficznej przy Zarządzie Głównym Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego (ZG PTTK) w Łodzi. Jest instruktorem fotografii kat. I oraz jednym z pierwszych instruktorów fotografii krajoznawczej w Polsce. Za zasługi dla fotografii krajoznawczej w Polsce został odznaczony Złotą Honorową Odznaką PTTK i Złotą Odznaką Fotografii Krajoznawczej. Ponadto otrzymał: nagrodę honorową im. Fryderyka Kremsera za zasługi dla fotografii polskiej; medal 150-lecia fotografii; Złotą i Srebrną Odznakę za pracę społeczną dla

# ŁĄKI KWIETNE W NOWEJ HUCIE

Od jakiegoś czasu głośno o nich w Internecie. Krakowskie łąki kwietne to ponad 20 ha kolorowych obszarów. Zarząd Zieleni Miejskiej szykuje się do zakładania kolejnych ich lokalizacji to efekt konsultacji przeprowadzonych wśród mieszkańców. Warto może wobec tego dowiedzieć się „co nam za chwilę za oknem wyrośnie”.

O idei łąk kwietnych i jej możliwościach rozwoju w naszej dzielnicy opowiada Marcin Pawlik – przewodniczący Komisji Ochrony Środowiska i Zieleni RD XVIII.

**Czym są tak naprawdę łąki kwietne?**

Każdy ma wyobrażenie łąki jako miejsca pełnego życia, kolorowego przy którym można spędzić miły czas. I tak naprawdę jest. Z tym, że oprócz tak oczywistych i wszystkim znanych cech są jeszcze inne może nawet ważniejsze. Idea łąk kwietnych w miastach wyrosła z potrzeby ochrony środowiska i zdrowia mieszkańców. Wysiewane łąki kwietne wzdłuż ciągów komunikacyjnych zatrzymują wszelkie nieczystości i pyły komunikacyjne. Stanowią istotną barierę ochronną. Wśród zabudowań zwiększają retencję wodną hamując procesy suszy dając jednocześnie chłód w okresie upałów. Poza tym są bioróżnorodne co z monokulturowym trawnikiem jest czymś wzbogacającym nasze najbliższe otoczenie.

**Skąd taka „moda” na tego typu zieleni w mieście?**

Dla miasta łąki kwietne to oszczędność. Dla mieszkańców mniej hałasu i spalin a za tym samo zdrowie. Zwy-

kły trawnik musi być kilkakrotnie koszony w ciągu okresu wegetacyjnego. Łąka kwietna koszona jest jedynie dwa razy, a często nawet jeden raz w roku. To wielokrotnie przekłada się na mniej spalin i hałasu podczas koszenia jak i wywozu skoszonego materiału przez samochody. Więc to nie tylko oszczędność na paliwie i hałasie pod domem a dobro dla mieszkańców całego Krakowa.

**Czy w Dzielnicy XVIII są już jakieś łąki kwietne?**

Ze znanych mi łąk kwietnych w Nowej Hucie przychodzi mi na myśl jedynie ta wysiana kilka lat temu na Błoniach Mogiłskich.

**Czy w Nowej Hucie, gdzie mamy przecież dużo zieleni w tym Łąki Nowohuckie, potrzebne są kolejne łąki?**

Łąki Nowohuckie to dawne tereny zalewowe Wisły zatem teren podmokły z odmienną bo specjalnie do tego terenu przystosowana roślinnością. Oczywiście i tutaj jest bogactwo kwiatów jednak to odmienne środowisko od tradycyjnych łąk kwietnych, które to mogą wytrzymać w ekstremalnych miejskich warunkach. Dlatego też przy wysiewie łąk kwietnych stosuje się odpowiednie mieszanki



nasion, wyłącznie rodzimych gatunków, w zależności od miejsca w którym mają rosnąć. Inne są przy drodze, inne na otwartych terenach a inne w gęstej zabudowie. Wszystko w zależności od potrzeby miejsca i mieszkańców. Czy łąki kwietne są potrzebne? W centrum miast i gęstej zabudowie oraz ciągach komunikacji - Tak. Proszę pamiętać, że są one potrzebne nie tylko nam ale również setkom gatunków owadów i pośrednio jak i bezpośrednio – ptakom.

**W łąki są lepsze od chociażby parków, dlaczego miasto decyduje się na ten rodzaj zieleni?**

Łąki kwietne to zbiór roślinności jednorocznej lub dwu letniej. To byliny które gatunkowo są przystosowane do ekstremalnych warunków. Nie wymagają stałej pielęgnacji jak i nakłady pracy z nią związane są bardzo niskie. Radzą sobie świetnie podczas suszy a w okresie długotrwałych opa-

dów atmosferycznych stanowią wspólną gąbkę, która absorbuje wodę i powoli ją oddaje środowisku. Dlatego też łąki kwietne świetnie sprawdzają się w miastach. Nie wszędzie jest możliwość posadzenia drzew, które mają mocny wpływ na infrastrukturę miejską. Łąki można siać tam gdzie tylko jest wolny skrawek ziemi. Łąki to świetne rozwiązanie tam gdzie można posadzić drzewa.

**Gdzie Twoim zdaniem z osiemnastce warto byłoby stworzyć łąkę kwietną?**

Ja widzę łąki kwietne w ciągu największych nowohuckich ulic. Szczególnie wzdłuż alei Jana Pawła II, która to jest drogą krajową a więc tranzytową. Tu łąka kwietna stworzy barierę pomiędzy tirami a np. ciągnącą się tutaj wzdłuż ścieżką rowerową. Plac Centralny z jej wiosenną kwietną łąką w postaci roślin cebulowych (krokusy, żonkile, tulipany) od kilku

już lat cieszy wszystkich Nowohucian. I tego miejsca bym nie zmieniał dosadzając co roku nowe cebule. Czy wewnątrz osiedli wśród podwórek łąki kwietne się sprawdzą? Na pewno tak ale decyzję wolałbym zostawić woli mieszkańców, którzy powinni w ramach konsultacji sami o tym zdecydować.

\*\*\*

Przypominamy, że po wspólnej z mieszkańcami spontanicznej akcji #ŁakidlaHuty, która odbyła się na Placu Centralnym, Zarząd Zieleni Miejskiej w swoich social mediach udostępnił możliwość podawania przez mieszkańców lokalizacji łąk kwietnych. Wielu mieszkańców Nowej Huty lokalizacje podała i teraz czekamy na ich weryfikację i podanie do publicznej wiadomości gdzie te łąki pojawiają się w Nowej Hucie. Czekamy z radością na nową „kolorową zieleni”.

# XX JUBILEUSZOWE REKOLEKCJE

dla Niesakramentalnych  
Związków Matżeńskich

9 - 11.03.2020 r.  
godz. 19.00

PONIEDZIAŁEK, WTOREK:  
Nabożeństwo Słowa Bożego z nauką

ŚRODA: Eucharystia z nauką

Rekolekcje głosi  
ks. Adam Podbiera

Kościół Miłosierdzia Bożego

31-721 Kraków, os. Na Wzgórzach 1  
www.wzgorza.diecezja.krakow.pl

duszpasterstwo  
**RODZIN**  
ARCHIDIECZJI KRAKOWSKIEJ

www.wdr.diecezja.pl

## PRZEZNACZ 1% PODATKU NA NOWOHUCKICH KOMBATANTÓW I ICH DZIEŁO W POSTACI MUZEUM CZYNU ZBROJNEGO

Małopolska Fundacja Dom Kombatanta RP  
– Muzeum Czynu Zbrojnego  
powołana przez nowohuckich kombatantów  
– żołnierzy walczących o Wolną i Niepodległą Polskę  
na wszystkich frontach II wojny światowej  
a także budowniczych Nowej Huty  
i pracowników Kombnatu Metalurgicznego  
zwraca się do wszystkich Nowohuckian  
z prośbą o przekazanie 1 procenta podatku dochodowego  
od osób fizycznych za rok 2019  
na rzecz Fundacji,  
która opiekuje się Muzeum Czynu Zbrojnego  
w os. Górali 23 „Pod Czołgiem”,  
gromadząc bezcenne pamiątki  
z czasów walki o Wolną i Niepodległą Polskę  
od czasów Legionowych  
poprzez Powstania Śląskie i Wielkopolskie  
do walk w czasie II wojny światowej.



**MAŁOPOLSKA FUNDACJA DOM KOMBATANTA RP – MUZEUM CZYNU ZBROJNEGO**  
**ORGANIZACJA POŻYTKU PUBLICZNEGO NR KRS: 0000218271**

Numer konta 19 1600 1462 1020 0757 6000 0001



„Umiera się nie dlatego aby przestać żyć, lecz po to by żyć inaczej”  
Paulo Coelho

### ZAKŁADY POGRZEBOWE

Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych Sp. z o.o.

WWW.PUK.KRAKOW.PL

DYŻUR CAŁODOBOWY

ROWNIEŻ W NIEDZIELE I ŚWIĘTA

tel. 12/411-45-02,  
12/411-45-04

• ul. Rakowicka 35a, tel. 12/411-47-76, sob. 8.00-14.00

• ul. Reduty 1, tel. 12/411-35-26

• cm. Grębałów, tel. 12/645-31-61

• cm. Podgórze, tel. 12/656-55-11

Wszystkie punkty czynne od pon. do pt. od 7.30 do 15.30

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA POGRZEBÓW**

**BEZGOTÓWKOWE ROZLICZANIE POGRZEBÓW**

## CORDIA

B. KWIECIŃSKA

www.cordia.com.pl

os. Na Skarpie 24

os. Uroczę 5

czynne 8.00–15.30

12 644-87-75, 512-179-466  
504-180-180

**KOMPLEKSOWE  
USŁUGI POGRZEBOWE  
TANIO – CAŁODOBOWO**

## NEKROLOGI I KONDOLENCJE

przyjmuje Biuro Ogłoszeń  
„Głosu – Tygodnika Nowohuckiego”  
(al. Jana Pawła II 232 – NCK).  
Tel. 12 643-44-33.

## PAMIĘĆ O BLISKICH I ZNAJOMYCH

Czytelnicy pytali nas, czy w „Głosie” istnieje możliwość zamieszczania informacji o rocznicowych mszach św. odprawianych za zmarłych. – Najbliższa rodzina wie, kiedy i gdzie taka msza zostanie odprawiona, ale chcielibyśmy także, by wiedzieli o niej sąsiedzi czy przyjaciele zmarłego, a nie wszystkich stać na zamówienie drogiego ogłoszenia w tej sprawie w gazecie – przekonywali. By spełnić oczekiwania Czytelników, zamieścimy takie informacje bezpłatnie. Trzeba tylko zgłosić się do redakcji.

Radnej  
**Reginie Ządęckiej**

wyrazy serdecznego współczucia  
z powodu śmierci

**MAMY**

składają

członkowie Rady Dzielnicy XIV Czyżyny

# INFORMATOR HANDLOWO-USŁUGOWY

## SŁUŻBY MIEJSKIE I LOKALNE

Pogotowie Ratunkowe 999 (także N. Huta).  
Toksykologia 12 411 99-99.  
Straż Pożarna 998, 12 646-01-10. Policja 997.  
Policja Nowa Huta: os. Zgody (VIII KP) 12 61-52-910, os. Złotej Jesieni 11C (VII KP) 12 61-52-911, 12 615-33-19.  
Straż Miejska 986. Pogotowie gazowe 992. Pogotowie dźwigo-  
we 12 644-23-08. Pogotowie c.o. 12 644-38-46. Wodociągi 12 648-  
28-61. Pogotowie ADREM (elektr., c.o., wod.-kan.-gaz) 12 644-19-  
69, 12 643-27-43. ADREM awarie poza budynkiem 12 644-12-10.  
Pogotowie elektryczne dla os. Oświetlenia 12 647-05-65 w dni  
powszednie i 12 647-15-87 w dni świąteczne.  
Całodobowy telefon zaufania dla osób z problemem alkoholo-  
wym i ich rodzin Tel. 12 411-60-44.

## MEDYCYNĄ I ZDROWIE

▼ GABINET KARDIOLOGICZNY. Lek. med. Krzysztof  
Idec, os. Hutnicze 10/3. Rejestracja: 12 357-36-12.  
▼ KOMPLEKSOWE LECZENIE STOMATOLOGICZNE:  
leczenie kanałowe, protetyka, implanty. Kraków, os. Słoneczne 11,  
lokal U 1.  
Tel. 12 644 89 01, kom. 664 395 417. Pon.-pt. 9.00-19.00.  
www.bjb.net.pl.  
▼ PRACOWNIA USG - LEK. MED. B. STĘPIEŃ - os. Han-  
dlowe 8, tel. 12 644-78-26 lub 696-047-450: badania jamy brzusz-  
nej, tarczycy. Czynna: poniedziałek 12.00-16.00 oraz środa i pią-  
tek 9.00-12.00.  
▼ MASAŻ LECZNICZY, rehabilitacja - dorośli, dzieci. Wizyty  
domowe. 12 414-11-97.  
▼ NAPRAWA PROTEZ ZĘBOWYCH. Wzmacnianie metalem.  
Tel. 608-205-981.

## USŁUGI RÓŻNE

▼ TELEWIZOR ANTENY.  
Tel. 12-640-00-42, 609 586 881.  
▼ USŁUGI SZKLARSKIE, oprawa obrazów, os. Jagiellońskie  
19, Pawilon Handlowo-Usługowy koło kościoła ARKA (wejście  
z tyłu). Tel. 12 647-86-50, 504-552-197.

▼ PRZECHOWALNIA ROWERÓW (z możliwością przeglą-  
du) i OPON (całoroczna). Plac targowy PIAST, paw. 3.  
Tel. 647-13-88, kom. 0502-730-087.  
▼ SALON FRYZJERSKI „Dorota” (damski, męski, dzieci).  
Pl. Targowy „Piast”, paw. 26, 27.  
Tel. 12 681-33-77.  
▼ ZAKŁAD PIECZĄTKARSKO-GRAWERSKI, Adam Sroka,  
przeniesiony z os. Niepodległości do Borzęcina 797A.  
Aktualny tel. 14 68-46-756, e-mail: zaklad@odznaki.pl.  
▼ ROWERY - sprzedaż, części, akcesoria, serwis, naprawy, ko-  
mis, malowanie ram.  
FHU „Elmar”, plac targowy PIAST, paw. 3, tel. 647-13-88, kom.  
502-73-00-87.  
▼ ANTEN MONTAŻ, naprawa telewizorów wszystkich typów  
u klienta.  
Tel. 12 640-00-41, 609-586-881.

## POŚREDNICTWA NIERUCHOMOŚCI

▼ ARKADOM - NAJSKUTECZNIEJSZE BIURO NIERU-  
CHOMOŚCI. Stowarzyszeni w MSPON, 3 licencje państwowe.  
Os. Jagiellońskie 19, koło kościoła Arka.  
Tel. 12 641-66-74; www.arkadom.pl.

## BIURA KSIĘGOWO-PODATKOWE

▼ BIURO RACHUNKOWE „ATINA”, usługi podatkowo-księ-  
gowe. Boh. Września 76. 648-01-89.  
▼ FUNDACJA WIĘCEJ SERCA. Usługi księgowe - pełny zak-  
res - ceny do uzgodnienia. Os. Złotej Jesieni 15 B, lok. 2.  
Tel. 503-602-661.

## INFORMACJE PRAWNE

▼ KANCELARIA RADCY PRAWNEGO. Radca prawny  
Marcin Kościelniak.  
Porady prawne w domu Klienta. Prawo: spadkowe, konsumenc-  
kie, mieszkaniowe, rodzinne, ubezpieczeń społecznych, odszkodo-  
wania.  
Tel. 12 307 20 11; 501 811 188, www.cpkoscielniak.pl.

## BIURA TURYSTYCZNE

▼ BIURO TURYSTYCZNE Cerro Torre Szkoła Górską,  
al. Pokoju 82, 501 568 948, www.szkoлагorska-cerrotorre.pl.  
Wyjazdy polskie i zagraniczne, górskie wyprawy, pilotaż i prze-  
wodnictwo wycieczek, obozy i kursy wspinaczkowe, szkolenia,  
kursy pierwszej pomocy. Oferta dla grup, szkół, firm, klientów  
indywidualnych.

## USŁUGI MOTORYZACYJNE

▼ FIRMA AUTOKOMPUTER, Janina Walasek, ul. Mała-  
szynskiego 9B.  
Tel. 12 644-18-80, 12 684-19-00 (01, 02), pon.-pt. 8.00-18.00. Ba-  
dania techniczne pojazdów do 3,5 ton (przeglądy rejestracyjne):  
okresowe, zasilanych gazem, rejestrowanych po raz pierwszy za gra-  
nicą, powypadkowych. Komputerowy system pomiaru i kontroli  
układów jezdnych samochodów osobowych i busów oraz ich regu-  
lacja. Komputerowy pomiar sprawności amortyzatorów.  
www.stacja-autokomputer.pl. E-mail: autokomputer@op.pl.  
▼ AUTOMYJNIA I STUDIO DETAILINGU „SPŁASZ”.  
MYCIE RĘCZNE. Ul. Fatimska 6, tel. 644-72-39. Całodobowy  
parking.  
▼ ZŁOMOWANIE samochodów, wystawianie zaświadczeń,  
transport. 12 681-01-41, 0605-100-845.

## KWIACIARNIE

▼ KWIACIARNIA „KALINA”, os. Centrum D1, czynna od  
pn. do pt. w godz. 8-19, w soboty 8-17, w niedziele 9-15.  
Tel. 12 644-33-36. Przyjmujemy zamówienia z dostawą do domu.  
▼ KWIACIARNIA „CUPIDO”, pl. Targowy Bieńczyce 6, tel.  
641-46-35.  
Czynna: pon.-sob. 6.00-19.00, niedziela 9.00-16.00. Zamówie-  
nia na telefon. Dostęp w obrębie Krakowa. Wieńce, wiązanki oko-  
licznościowe, bukiety.

## PRACOWNIE ZŁOTNICZE

▼ WYROBY ZŁOTE, SREBRNE. Naprawy. Grawerowanie.  
Skup złota i srebra. Upominki komunijne. Ceny producenta.  
Bieńczycki pl. Targowy 5. Tel. 12 685-53-80.

## OGŁOSZENIA DROBNE

● ANTEN montaż, naprawa telewi-  
zorów u klienta.  
(12)640-00-42, 609-586-881.  
● CYKLINOWANIA.  
Tel. 502-069-155.  
● CZYSZCZENIE dywanów, tapi-  
cerki meblowej i samochodowej.  
513-587-700.  
● INSTALACJE wod.-kan.-gaz-co.  
Maszynowe przetykanie kanali-  
zacji /24 h. Aqua TOM. 514-711-301.

● KOLDRY wyrób. Handlowe 8.  
503-655-671.  
● MATEMATYKA - masz z nią  
kłopoty?  
Zgłoś się pod nr 515-082-975.  
Pomożemy, bezstresowo nauczymy.  
● RTV - telewizory - anteny - ser-  
wis profesjonalny od 1985 r.  
609-719-072.  
● SZKLARZ, oprawa obrazów,  
montaż luster, szyby zespolone. Szkol-  
ne 30. Transport gratis.  
Tel. 600-384-136, (12)644-27-07.  
● ZAWSZE aktualne. Zakład na-  
praw telewizorów, montaż anten. Pro-  
fesjonalnie, solidnie, tanio!  
(12)640-00-42, 511-942-158.

## KOREPETYCJE MATEMATYKA (od szkoły podstawowej do matury)

Kontakt: tel. 507-869-805

## „Pod Brzózkami”

Plac Targowy „Tomex”

- ✓ smaczna domowa kuchnia
- ✓ pieczone kurczaki
- ✓ kebab
- ✓ „knysz” z grilla
- ✓ tanie zestawy z pepsi-colą

## TANIE OBIADY FIRMOWE

Wejście od strony „Tomeksu”  
- czynne do godz. 18  
Wejście od os. Niepodległości  
(rondo Kocmyrzowskie) - do godz. 22

- catering ● przyjęcia
- komunie ● stypy

Poszukuję pomocy w kuchni (z praktyką)

Tel. 506-023-060

Kraków wstęp: 10 zł

# REK DZIE LNIĄ

Szyjemy interaktywne zabawki  
dla zwierzków

18 III 2020 17:00

Prowadzenie:  
Małdalena Lis  
Jolanna Komas

Klub Kuźnia Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida, os. Złotej Wieki 1, Kraków  
obowiązują zapisy: tel. 12 648 08 86, m.lis@kuznia.edu.pl  
www.kuznia.edu.pl

OSTRZEŻENIE KULTURY IM. C. K. NORWIDA • INSTYTUT AKTYWNOŚCI MIAŁYCH KRAKÓW

cht KRAKÓWSKIE Centrum Handlowe

OTWARTE W KAŻDĄ NIEDZIELĘ

ZAPRASZAMY NA ZAKUPY HURT, DETAL HALA I, HALA II

UL. KRZYWDA 1, 30-710 KRAKÓW

Do wynajęcia lokale handlowe - tel. 602-15-30-88, 12 307-11-20

# O ROLI SNU W FUNKCJONOWANIU CZŁOWIEKA

Mówi dr Ewa Jarczewska-Gerc, psycholog społeczny z Uniwersytetu SWPS

Pytanie o to jak żyć długo i szczęśliwie nigdy nie traci na aktualności, mimo, iż ludzie próbują znaleźć na nie odpowiedź w zasadzie od zarania dziejów. Poszukujemy coraz to nowszych sposobów, metod, pomysłów na to, aby dobrze wyglądać, sprawnie funkcjonować i dobrze się czuć. Poszukując przepisu na szczęśliwe życie i zdrowie oraz częściej zwracamy się ku rozwijającej się w szybkim tempie technologii. Czy słusznie? Odpowiedz na to pytanie wcale nie jest prosta – bez wątpienia technologia w wielu przypadkach pomaga człowiekowi i to w ważnych dziedzinach życia, np. w medycynie czy rehabilitacji. Jednakże niesie ze sobą także wiele zagrożeń, szczególnie z punktu widzenia dobrostanu i zdrowia psychicznego. Obecnie statystyki dotyczące problemów i chorób psychicznych, np. depresji czy zaburzeń stresowych i lękowych znajdują się na najwyższych notowanych, jak dotychczas, poziomach, a co gorsza tempo wzrostu zachorowań wciąż przyspiesza.

Tymczasem każdy z nas dysponuje całą masą możliwości zadbania o siebie, bez użycia skomplikowanych metod czy technologii. Na rolę naszych codziennych zachowań w budowaniu zdrowia fizycznego i psychicznego zwraca uwagę amerykański psychoterapeuta John Adren. Zapropował on model SEEDS, czyli koncepcję tak zwanych ziaren życia, które odpowiednio zasiane zapewniają człowiekowi dobrostan psychofizyczny. Akronim SEEDS odnosi się do pięciu obszarów naszych zachowań, które determinują kondycję organizmu. Pierwsza litera „S” odnosi się do *social support* czyli wsparcia społecznego oraz relacji, w których funkcjonujemy w danym momencie. E reprezentuje *exercise* czyli ćwiczenia fizyczne, ruch i ogólnie aktywność, w jaką angażujemy nasze ciało. Kolejna litera E odnosi się do obszaru *education*, czyli podejmowanych przez nas na co dzień działań umysłowych, poznawczych, intelektualnych. Jak łatwo się domyślić litera D oznacza *diet* czyli sposób, w jaki się odżywiamy. No i ostatni – choć wcale nie najmniej ważny komponent – S – czyli *sleep*, odnoszący się do zwyczajów związanych ze snem. Akurat temu obszarowi poświęca się zazwyczaj najmniej miejsca w dyskursie publicznym, a szkoda, bowiem zdrowy i odpowiednio długi sen, jest kluczowy z punktu widzenia naszego zdrowia i stanowi grunt pod zasiew pozostałych ziaren życia.

Zacznijmy od tego, że sen jest procesem, dzięki któremu nasz mózg na bieżąco się regeneruje i rewitalizuje. Zdrowie mózgu jest podstawą dla prawidłowego przebiegu wszystkich innych procesów w naszym organizmie, takich jak

odpowiedź immunologiczna, funkcjonowanie poznawcze czy stan emocjonalno-motywacyjny. Sen reguluje także przebieg procesów metabolicznych, związanych choćby z zarządzaniem gospodarką cukrową, przyczyniając się – w razie problemów – do otyłości i cukrzycy. Dla przykładu w jednym z badań pokazano, jak skrócenie długości snu do czterech godzin dziennie przez okres zaledwie pięciu dni, spowodowało problemy z tolerancją glukozy, niemalże jak w stanie przedcukrzycowym. Brak snu prowadzi także do tycia, a to za sprawą greliny, substancji która u ludzi bierze między innymi udział w regulacji łaknienia, zwiększając apetyt. To dlatego po nieprzespanej nocy większość z nas czuje się ciągle głodna. Co gorsza mamy wtedy zwiększoną ochotę na słodkie i inne kaloryczne pokarmy, a nie kaszę jaglaną, warzywa czy owoce.

Nieprzespana noc generuje także cały szereg problemów w funkcjonowaniu poznawczym. Osoby niewyspane mają obniżoną zdolność skupiania uwagi, są chaotyczne, rozproszone. W trakcie snu zachodzą reakcje związane z konsolidacją wspomnień i wiedzy nabytej w ciągu dnia. Dlatego zbyt płytki lub przerywany sen może prowadzić do problemów z pamięcią, podczas gdy prawidłowy, długi (co najmniej 6 godzinny) sprawia, że materiał wyuczony poprzedniego dnia staje się jaśniejszy i lepiej przyswojony. Jest zatem wiele prawdy w powiedzeniu „prześpij się z tym”. Można obrazowo powiedzieć, że gdy śpimy, nasz mózg robi porządki, kataloguje wiedzę i odkłada ślady pamięciowe na właściwe miejsce. Gdy sen zostaje zaburzony – w sposób automatyczny w głowie pojawiają się



chaos i bałagan, prowadzące nie tylko do problemów intelektualnych, ale także emocjonalnych. Osoby niewyspane są rozdrażnione, negatywnie pobudzone, podatne na frustrację, a w konsekwencji bardziej skłonne do agresji.

Problemy ze snem współwystępują także z obniżonym nastrojem, a nawet depresją. Pomiędzy bezsennością i depresją istnieje zależność dwukierunkowa. Przez długi czas funkcjonował w nauce pogląd, że to głównie depresja jest przyczyną bezsenności. Jednak współcześnie wiadomo, że problemy ze snem – wynikające na przykład z nadmiernego stresu mogą prowadzić do obniżonego nastroju, a w konsekwencji do depresji.

**Co zatem robić, aby mieć dobry sen? Aby móc wykorzystać ten fizjologiczny dar odnowy mózgu i całego organizmu? Poniżej kilka praktycznych wskazówek:**

**1. Optymalizuj poziom stresu.** Z uwagi na to, że problemy ze snem związane są z podwyższonym poziomem hormonu stresu kortyzolem, warto przyjrzeć się swojemu codziennemu poziomowi stresu. Czy konfrontujemy się na bieżąco z problemami, czy raczej „zamiatamy je pod dywan”? Jeśli to drugie – nic dziwnego, że schowane do nieświadomości problemy starają się przedrzeć pod osłonę nocy do świadomości, zaburzając sen. Udawanie, że problemu nie ma, nie sprawi że zniknie. Dlatego warto traktować problemy i przeszkody jak wyzwania, a nie zagrożenia, tworzyć plany działań zaradczych i podejmować aktywność ukierunkowaną na rozwiązanie.

**2. Stosuj techniki obniżania napięcia.** Wszystko, co zrobimy z naszym ciałem, aby obniżyć napięcie wpłynie

pozytywnie na jakość i długość naszego snu. Co można robić? Na przykład medytować. Medytacja ma wiele postaci, ale ogólnym jej celem niezależnie od specyfiki, jest wprowadzenie umysłu w stan skupienia, zatrzymanie gonitwy myśli, wyciszenie, odzyskanie kontroli nad oddechem. Zrelaksowane, odprężone ciało marzy o tym, aby pójść spać i porządnie się wyspać.

**3. Uprawiaj aktywność fizyczną.** Chodzi o to, aby była regularna, wymagała wysiłku i najlepiej odbywała się na świeżym powietrzu. Nawet półgodzinny spacer, o ile jest w miarę dynamiczny, pomaga przywrócić poziom energii i napięcia do optymalnego, z punktu widzenia dobrostanu człowieka.

**4. Planuj kolejny dzień przed udaniem się do sypialni.** Warto planować, czasem jest to konieczność, aby nie utonął w niezliczonych zadaniach, przed jakimi każdego dnia stajemy. Jednak moment położenia się w łóżku nie jest najlepszym na wykonanie tego procesu. Wyobrażenie sobie kolejnych działań, bardzo skutecznie zwiększa aktywację motywacyjną organizmu sprawiając, że jesteśmy już niemal gotowi do działania. Tymczasem przed snem chodzi o to, aby ten poziom był jak najniższy, żeby zasnąć, wypocząć i mieć siłę na zmaganie się z rzeczywistością następnego dnia.

**5. Nie objadaj się przed snem!** Znaczne obciążenie żołądka sprawia, że zamiast się regenerować organizm traci energię na trawienie zjedzonego posiłku. Nie chodzi o to, aby iść spać odczuwając głód, gdyż może to spowodować zbyt wczesne wybudzenie się – pamiętajmy, że nasi przodkowie polowali będąc głodnymi. Trzeba wypracować dostosowany do indywidualnego rytmu i potrzeb system – najlepiej iść spać w momencie, gdy jesteśmy już jakiś czas po posiłku, ale wciąż nie odczuwamy głodu.

**6. Pozbądź się z sypialni elektroniki.** Tak, brzmi to niemal nierealnie, jednak działa! Zostaw sypialnię na sen i seks. Urządzenia elektroniczne typu telewizor czy telefon emitują światło, które hamuje sekrecję melatoniny – hormonu snu. Może to znacząco utrudniać relaksację i efektywne spędzenie czasu w nocy na najważniejszej czynności regeneracyjnej naszego organizmu, jaką jest sen.

# Z

## Zdrowie i uroda

### CitoReh

# Dietetyka

**Dietetyka online:**

porady przez Internet  
pod adresem: [www.citoreh.pl](http://www.citoreh.pl)

**Dietetyka stacjonarna:**

porady stacjonarne,  
analizy i pomiary  
komputerowe zawartości  
tłuszczu, masy mięśniowej  
i wody w organizmie.

Prosimy o telefoniczne  
lub mailowe  
uzgodnienie terminu wizyty!

Os. Złotej Jesieni 2,  
31-826 Kraków  
(pok. 222, II piętro)

Tel.

12 641 65 14

lub 696 999 958

e-mail: [dietetyka@citoreh.pl](mailto:dietetyka@citoreh.pl)  
<http://www.citoreh.pl>

## PRACOWNIA RENTGENOWSKA

Wykonujemy zdjęcia:  
→ kręgosłupa  
→ klatki piersiowej  
→ kostne, zębów  
i panoramiczne zębów  
os. Urocze 2  
Tel. 12 644-92-82

Vident

lek. stom. Andrzej Zimoch  
tech. dent. Marcin Słowiak

os. Boh. Września 1

## STOMATOLOGIA

## PROTETYKA

### PEŁNY ZAKRES USŁUG

### KORONY, MOSTY, PROTEZY EKSPRESOWE NAPRAWY

tel. 12/641-48-08

tel. 12/645-93-33

## Światowy Dzień Wody 22 MARCA 2020

Tegoroczne hasło obchodów: *Woda pomaga walczyć ze zmianami klimatu* idealnie wpisuje się w ogólnoswiatową politykę zapobiegania skutkom zmian klimatu. Rok 2019 był drugim najcieplejszym w historii pomiarów. Nieco cieplej było jedynie w roku 2016. Co ważne, klimatolodzy przewidują, że ta tendencja jest rosnąca, a zmiany nasilają się szybciej niż przypuszczano.

# WODA POMAGA WALCZYĆ ZE ZMIANAMI KLIMATU



UN WATER  
22 MARCA  
ŚWIATOWY  
DZIEŃ WODY

2020 Woda pomaga walczyć  
ze zmianami klimatu

Woda i zmiany klimatu są ze sobą nierozzerwalnie związane. Ekstremalne zjawiska pogodowe powodują, że wody jest coraz mniej. Dostosowanie się do skutków zmian klimatu związanych z wodą może uratować nasze zdrowie, a nawet życie. Rozwiązaniem jest ochrona jezior, rzek, mórz i oceanów, terenów podmokłych, a także przyjęcie inteligentnych technik rolniczych i ponowne wykorzystanie ścieków oczyszczonych.

Wodociągi Miasta Krakowa od lat wdrażają działania, które mają na celu ochronę środowiska naturalnego i wprowadzają w życie założenia gospodarki obiegu zamkniętego. Spółka stosuje rozwiązania umożliwiające produkcję energii w oparciu o odnawialne źródła energii. Na terenie Zakładu Oczyszczania Ścieków Płaszów znajduje się stacja fotowoltaiczna, która pokrywa zapotrzebowanie na energię dla całego zaplecza administracyjnego i socjalnego oczyszczalni.

Kolejnymi urządzeniami zapewniającymi niezależność energetyczną są dwie turbiny gazowe oraz turbina znajdująca się na odpływie z zakładu. Dwie krakowskie oczyszczalnie ścieków Płaszów i Kujawy zostały wyposażone w kogeneratory. Takie rozwiązanie pozwala na produkcję energii elektrycznej i ciepłej w całości zużywanej na potrzeby własne oczyszczalni.

Wodociągi Miasta Krakowa wykorzystują także energię potencjalną wody. W tym celu na tranzyście wody uzdatnionej z Zakładu Uzdatniania Wody Raba w Dobczycach do Krakowa zainstalowano specjalną turbinę. To pierwszy tego typu obiekt w Polsce, który wytwarza energię.

Poprzez takie rozwiązania Wodociągi Miasta Krakowa oszczędzają energię elektryczną, ciepło, a przede wszystkim zasoby naturalne. Warto wspomnieć, że od 2019 roku woda technologiczna odzyskiwana ze ścieków oczyszczonych, stosowana jest do mycia krakowskich ulic. Dzięki zakupionym pojazdom nisko- i zeroemisyjnym Spółka dba o powietrze w Krakowie.

Zmiany klimatu dotyczą nas wszystkich i każdy może podjąć działania, aby im przeciwdziałać.



F.H.U. "ELMAR" s.c.

rowery

SPRZEDAŻ • SERWIS • KOMIS  
CZĘŚCI I AKCESORIA ROWEROWE

31-625 Kraków, os. Piastów 60 A, paw. 3, Plac Targowy "PIAST"

tel. 12 647 13 88  
kom. 502 730 087

www.elmar.interial.pl  
www.elmar-rowery.pl

elmar@interial.pl  
sklep@elmar-rowery.pl



Zaufaj gwiazdom, zwłaszcza tym, które Ci sprzyjają

# HOROSKOP

**BARAN (21 III–20 IV).** Nawal pracy i sporo terminowych zobowiązań, ale ostatecznie poradzisz sobie z tym wszystkim. Natomiast bardziej priorytetowo potraktuj swoje zdrowie i nie odkładaj na lepsze czasy badań i wizyty u lekarza.

**BYK (21 IV–20 V).** Praca, obowiązki rodzinne sprawiają, że ostatnio zaprzęcałeś koleżeńskie i przyjacielskie kontakty. Koniecznie pomyśl jak podtrzymać dawne, dobre układy, bo będziesz jak samotny, biały żagiel.

**BLIŹNIĘTA (21 V–21 VI).** Twoje brawurowe zagrania dobrze nie wróżą. Nie szpanuj tak swoją odwagą i pomysłami. Nie lekceważ

też uwag osób, które dobrze Ci życzą i służą przymysłnymi radami. Jednym słowem spokojnie bez niepotrzebnych popisów.

**RAK (22 VI–22 VII).** Jak zwykle teraz również nadal najważniejsze będą dla Ciebie problemy rodzinne. Nie zapominaj jednocześnie o własnych, ważnych sprawach, a zwłaszcza o zdrowiu, wszak nie jesteś nieziszczalny.

**LEW (23 VII–22 VIII).** Czeka Cię wydatki związane z koniecznymi inwestycjami, ale także z tzw. bywaniem na koleżeńskich spotkaniach i imprezach. Staraj się panować nad odruchami szpanowania, bo w portfelu zagospodzą pustki.

**PANNA (23 VIII–22 IX).** Zdro-

wie to dla Ciebie najważniejsza sprawa. Nie lekceważ dolegliwości i nie czekaj aż się samo poprawi. W sprawach sercowych nie żałuj ciepłych słów i miłych gestów, będą mile przyjęte.

**WAGA (23 IX–22 X).** Jesteś otwarty na propozycje, prośby i oczekiwania bliskich Ci osób. W konsekwencji reagując na finansowe problemy kolegów, ani się obejrzyś a w Twoim portfelu dostreżesz niepokojące pustki, więc zaczniesz oszczędzać.

**SKORPION (23 X–21 XI).** Teraz przede wszystkim będziesz musiał zająć się wyłącznie swoimi sprawami i nie są to absolutnie egoistyczne zapędy. Problemy znajomych, kolegów mogą przecieć poczekać na lepsze czasy.

**STRZELEC (22 XI–21 XII).** W najbliższym czasie dasz się poznać jako osobnik niezwykle oszczędny, w związku z tym na pewno powiększysz swoje zasoby

pieniężne. Ale coś za coś, bo w opinii przyjaciół niesłusznie zaistnieć możesz jako skąpiec.

**KOZIOROŻEC (22 XII–19 I).** Czeką Cię sympatyczny tydzień, wypełniony miłymi spotkaniami i celebrowaniem przyjaznych kontaktów przy kawie i wyszukany poczęstunku. Docenione zostaną Twoje kulinarne zdolności.

**WODNIK (20 I–18 II).** W tych dniach szczególnie musisz wykazać się perfekcyjną znajomością spraw i urzędowych obowiązków. Nie pozwól sobie na żadne najdrobniejsze potknięcie, bo mogą to wykorzystać zazdrośni współpracownicy.

**RYBY (19 II–20 III).** Czujesz się zmęczony więc pozwól sobie na odrobinę luzu. Kilkundniowy urlop pozwoliłby Ci nieco odetchnąć i znowu popatrzeć na świat bardziej optymistycznie. Zadbaj o siebie, oszczędzaj zdrowie.

SAMANTA

Brzytchołdzi Polak do sklepu w Londynie i mówi:  
– Poproszę piłkę.  
Sprzedawca wzrusza ramionami i kłęci głową.  
– Pi-lkę!  
Bez efektu, Polak po chwili zastanowienia:  
– Bo-niek!  
– Pla-tini!  
– Roo-ney!  
Sprzedawca:  
– Oh, yes, football!  
Polak na to:  
– Tak, piłka! Dobra, Anglik! A teraz skup się: do metalu!

★★★

Jedzie dresiarz bmw i nagle łapie gumę. Wysiąda więc i zaczyna naprawiać. Po krótkim czasie podjeżdża drugi dresiarz mercedesem.

– Co robisz?  
– Odkręcam koło.  
Na to dresiarz z mercedesa bierze kamień, rzuca go w szybę i mówi:  
– To ja biorę radio.

★★★

Nauczycielka pyta Jasia:  
– Jasiu, czy twój tata ciągle odrabia za ciebie lekcje?

– Nie proszę pani! Ta ostatnia dwójka go zalała.

★★★

Przychodzi zadowolony Jasiu do domu i chwali się tacie:

– Tatusiu, dzisiaj miałem kartkówkę i nie popełniłem, ani błędu ortograficznego, ani gramatycznego...

– To bardzo ładnie, Jasiu, a jaki był temat?  
– Ułamki dziesiętne – odpowiada Jasiu.

★★★

Pani na lekcji języka polskiego pyta Jasia:

– Jasiu podaj dwa zaimki osobowe.  
– Kto? Ja?  
– Bardzo dobrze szóstka.

Zapraszamy  
na rodzinny obiad,  
biznesowy lunch  
lub spotkanie  
z przyjaciółmi



Dania kuchni polskiej i europejskiej, desery,  
aromatyczna kawa i inne napoje

Latem czynny ogródek restauracyjny



Restauracja w Hotelu Grand Felix\*\*\*

os. Złotej Jesieni 12

tel. +48 12 68 18 600

## PLACUSZKI Z MORELAMI

**Składniki:** 3 jajka,  
10 dag mąki pszennej,  
3 morele, 3 łyżki słodkiej śmietanki, 2 łyżki cukru, 1/3 łyżeczki soli, płaska łyżeczka mielonego cynamonu, cukier puder, olej.



Morele sparzamy wrzątkiem, obieramy ze skórki i kroimy na cienkie paseczki. Białka ubijamy mikserem na sztywną pianę. Dodajemy sól, cukier i ubijamy. Dodajemy stopniowo po żółtku i dalej ubijamy. Przesiewamy mąkę, mieszając delikatnie łyżką. Dodajemy śmietankę. Dosypujemy cynamon. Delikatnie mieszamy. Nakładamy łyżką ciasto na rozgrzany olej i układamy po kilka kawałeczków moreli. Pokrywamy cienką warstwą ciasta. Smażymy na złoty kolor z obu stron. Podajemy posypane cukrem pudrem.

## Sentencja tygodnia

Jest jedna miłość, która nie liczy na wzajemność, nie szczeni ofiar, płacze a przebacza, odepchnięta wraca – to miłość macierzyńska.

Józef Ignacy Kraszewski

## § Akta sprawy... Inwestycja ze „wspomaganiem”

Wiadomo, że załatwienie czegoś musi kosztować. Niczego nie robi się na piękne oczy. Szczególnie, gdy trzeba nagiąć prawo lub ominąć procedury. Pan Włodzimirz H. bardzo pragnął wybudować dom na działce, która znajdująca się w otulinie rezerwatu przyrody kompletnie się do tego nie nadawała. A pani Halina T. mająca stosowne doświadczenia i możliwości, miała mu to załatwić. Inwestycja nie ruszyła, a „obdarowana” profitemi kobieta udaje teraz bardzo chorą. A ponad 40 tys. zł zniknęło.

Wiadomo, że kwestie rozmaitych inwestycji na rynku nieruchomości bardzo rzadko nie są obciążone różnymi kombinacjami prawnymi. Stąd tyle samowoli budowlanych, dotyczących nie tylko samego zezwolenia budowlanego, ale też np. akceptacji projektu. Wystarczy pojechać po kraju, aby zobaczyć „potworki” architektoniczne wszelakiej maści. Nic dziwnego, wszak ręka rękę myje, a stan taki trwa, bo zarabiają na tym urzędnicy, architekci, prawnicy i firmy budowlane.

63-letni pan H. po powrocie z USA po wieloletniej zarobkowej emigracji, miał jedno marzenie – wybudować sobie dom w tzw. pięknych okolicznościach przyrody. Warunek był jeden, jego nowa i pewnie już ostatnia posiadłość, miała stanąć w bliskiej odległości od Krakowa. Zgromadzony kapitał pozwalał na wymarzony dom, który miał się wkomponowywać w przyrodę i co najważniejsze powstać w pewnej odległości od innych ludzkich skupisk. To wszystko oznaczało, że koszty rosły – ale reemigrant nie zamierzał oszczędzać. Ani na projekcie, ani na wyposażeniu,

a przede wszystkim na wspomnianych powyżej warunkach lokalizacyjnych.

Wizyty w kilkunastu miejscach wytypowanych pod budowę, pozwoliły na wybranie i kupienie tego najlepszego. Problem w tym, że nie była to działka budowlana. A to z powodu graniczenia z rezerwatem przyrody. Gdzie roilo się od pięknych drzew, ostańców skalnych i zwierzyny. Znajomy wraz z architektem podpowiedzieli inwestorowi co ma zrobić. I ten wyjął 15 tys. dolarów na koszty z tym związane. Których odbiorcą miała być pani Halina.

Dolary otrzymała, natomiast gorzej było z załatwieniem czegośkolwiek czyli przekwalifikowaniem działki. Mimo płomiennych i wiarygodnych obietnic.

Kobieta najpierw mówiła o problemach z dodaniem do decyzji, potem stwierdziła, że musi dać jeszcze 7 tys. dolarów jednej osobie za przychylność. Pieniądże te dostała, jednak jej siła przekonywania czy lobbowania, niewiele została przez to wzmocniona. Tłumaczyła potem panu Włodzimirzowi, że osoba decydująca została zwolniona ze względów politycznych, a poza tym wszędzie jest antykorupcyjna nagonka.

Jednak po miesiącu znowu był brak decyzji, a na działce już złożono sporo materiałów budowlanych. I pewnie taki stan niepewności by trwał, gdyby nie to, że jeden z mieszkańców wracając z lasu, zobaczył te przygotowania. I znając status tego terenu, zgłosił o tym w urzędzie. Niestety brak było jakiegokolwiek reakcji, więc powiadomił będąc w Krakowie inspektorów ochrony środowiska. A dla pewności zgłosił o wszystkim także policji.

Stwierdzono niejasności, a wezwany do złożenia wyjaśnień inwestor ujawnił okoliczności przekazania łapówki. I pani Halina została zatrzymana. Potem decyzją sądu objęto ją dozorem policyjnym. Gdy jednak prokuratura odwołała się od tej decyzji i skład orzekający drugiej instancji nakazał jednak 2-miesięczny areszt – kobieta najpierw zniknęła, a potem odnaleziono ją w szpitalu. Gdzie trafiła narzekając na bóle kręgosłupa. Biegli lekarze sądowi ustalili jednak, że pani Halina może się leczyć w szpitalu więziennym. Śledztwo wreszcie ruszyło z miejsca, w przeciwnieństwie do samej budowanej inwestycji. (mar)

Kraków

LUSTRZANE MANDALE

Warsztaty Twórcze  
MAGIEL SZTUKI  
SOBOTA 14 MARCA  
godzina 11.00 - 12.30

Miejsce:  
Zaplecze artystyczne  
Galerii Huta Sztuki  
Zapisy pod numerem telefonu  
12 644 27 65 uw. 25 / 34  
www.mgk.pl

OSRODEK KULTURY IM. C. K. NORWIDA - INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA