

„Pola Nadziei” w Czarnym Borze »5

Z czujnikami dymu, czadu i gazu
twoje domostwo jest bezpieczne »8-9

Będzie kolejna zima bez zimy? »12

Niszczycielka kości — osteoporoza:
jak z nią żyć i jej zapobiegać? »20-22

Ruszyły przedterminowe wybory. AWPL-ZChR dołącza do bloku „anty-TS-LKD”



Fot. Olga Posaškova, LRS

Na Litwie trwa przedterminowe głosowanie, ostateczne wybory będą 27 października. AWPL-ZChR, socjaldemokraci, demokraci, Świt Niemna oraz „chłopi” tworzą nieformalny blok wyborczy. W drugiej turze wyborów będą nawzajem wspierali się w okręgach, gdzie będą konkurowali z konserwatystami (TS-LKD) i Partią Wolności. »2

Litwa w TOP1 krajów polecanych dla turystów »10



Ile zapłacimy za znicze i kwiaty na cmentarz? »13



KURIER
WILEŃSKI

Ukazuje się
od 1 lipca 1953 r.

Birbinių g. 4a,
02121-30 Vilnius,
Lietuvos Respublika,
tel. +370 526 084 44

Redaktor naczelny:
Robert Mickiewicz
(redaktor@kurierwileński.lt)

Zastępcy red. naczelny:
Brigitė Lapszewicz
(b.lapszewicz@kurierwileński.lt)
Apolinaris Klonowski
(ds.online)
(a.klonowski@kurierwileński.lt)

Dziennikarze:
Honorata Adamowicz,
Aleksander Borowik,
Justyna Giedrojć,
Rajmund Klonowski,
Anna Pieszkó,
Antoni Radczenko,
Marian Paluszkiwicz
— fotoreporter.

Dział Promocji:
Andrzej Podworski
— prenumerata
(tel. +370 685 040 84,
kolport@kurierwileński.lt),
Jolanta Balkiewicz — reklama
(tel. +370 260 84 44,
reklama@kurierwileński.lt).

Wydawca: Vš „Kurier Wileński“

Druk: Vš „Vilnijos žodis“

Nakład: 2500 egz.

*Materiałów niezamówionych
redakcja nie zwraca.*

*Redakcja zastrzega sobie pra-
wo do skracania i adiustacji
tekstów.*

*Za treść ogłoszeń redakcja nie
odpowiada.*

*Opinie Czytelników zawarte
w ich listach nie zawsze są
zbieżne z opinią redakcji.*



DZIENNIK NALEŻY DO
EUROPEJSKIEGO
STOWARZYSZENIA GAZET
CODZIENNYCH
MNIĘJSZOŚCI
NARODOWYCH



Fundacja
POMOC POLAKOM
NA WSCHODZIE
im. Jana Olszewskiego



Ministerstwo
Spraw Zagranicznych

Projekt finansowany ze środków
Ministerstwa Spraw Zagranicznych w
ramach konkursu pn. „Polonia i Polacy
za Granicą 2024 — regranting”.

Publikacja wyraża jedynie poglądy
autorów i nie może być utożsamiana
z oficjalnym stanowiskiem Kancelarii
Prezesa Rady Ministrów i Fundacji
„Pomoc Polakom na Wschodzie”
im. Jana Olszewskiego.

Ruszyła II tura wyborów. Nieformalny blok z AWPL-ZChR przeciwko konserwatystom

W poniedziałek, 22 października, w Sejmie odbyła się konferencja prasowa z udziałem przedstawicieli kilku partii opozycyjnych: Akcji Wyborczej Polaków na Litwie — Związku Chrześcijańskich Rodzin, Litewskiej Partii Socjaldemokratycznej, Związku Demokratów „W imię Litwy”, Świtu Niemna oraz Litewskiego Związku Chłopów i Zielonych.

Ogłoszono nieformalny blok wyborczy na drugą turę wyborów do Sejmu, który wspólnie będzie walczyć przeciwko kandydatom konserwatystów i Partii Wolności. Na Litwie już trwa przedterminowe głosowanie, a głosowanie ostateczne odbędzie się 27 października.

JEDNOŚĆ OPOZYCJI PRZECIW RZĄDZĄCYM

Blok wyborczy ma na celu zjednoczenie sił przeciwko konserwatystom, których liderzy opozycji oskarżają o szereg kontrowersyjnych działań w trakcie ostatniej kadencji. „Dlatego w tych okręgach wyborczych, w których konkurujemy z konserwatystami, jesteśmy zjednoczeni, aby upewnić się, że wygrają ci posłowie, którzy reprezentują nasze idee” — wyjaśniła Rita Tamašunienė z AWPL-ZChR.

Opozycja podkreśla, że wspólne działanie jest odpowiedzią na politykę, którą określają jako destrukcyjną.

„Był zamach na podstawy państwa, to jest rodzina, język, tradycję, wiarę, przypomnijmy próby minister Navickienė, aby zakazać Bożego Narodzenia. Chciano przepisać hi-

storię, próbując wymazać z naszej pamięci Marcinkevičiusa i Salomeę Nėris, a większość rządząca głosuje za tym, aby faktycznym przywódcą w cudzysłowie był (Vytautas — przyp. red.) Landsbergis, którego naród nie wybierał” — mówiła Asta Kubilienė ze Związku Demokratów.

W przypadku języka miała najpewniej na myśli przyjętą Ustawę o pisowni nazwisk, zezwalającą Polakom na Litwie na częściowo zgodną z oryginałem pisownię (choć wciąż bez diakrytyków), a w przypadku Salomei Nėris oraz Justinasa Marcinkevičiusa — o próby podważania ich autorytetu ze względu na ich postawę w okresie komunizmu.

FREKWENCJA JEST KLUCZOWYM WYZWANIEM

Wszyscy uczestnicy konferencji nawoływali do zwiększenia frekwencji wyborczej, która w pierwszej turze była stosunkowo niska. Linas Kukuraitis ze Związku Demokratów „W imię Litwy” mówił o rozczarowaniu wyborców obecnymi władzami i potrzebie zmiany.

Ogłoszono nieformalny blok wyborczy na drugą turę wyborów do Sejmu, który wspólnie będzie walczyć przeciwko kandydatom konserwatystów i Partii Wolności. Na Litwie już trwa przedterminowe głosowanie, a głosowanie ostateczne odbędzie się 27 października.

„Ludzie stracili związek z władzą, nie wierzą, że władza jakoś będzie reprezentowała ich interesy” — stwierdził, zachęcając do głosowania w drugiej turze.

Z kolei Tamašunienė podkreślała znaczenie jedności wśród opozycji. „Tam, gdzie konkurujemy z konserwatystami, popieramy kogoś z innej partii. (...) Jeżeli nie jest to kandydat Partii Wolności, w takim przypadku nikogo nie popieramy. (...) Wysyłamy tę wiadomość wyraźnie do wyborców i prosimy o ich udział i wsparcie”.

5 PARTII APELUJE O UDZIAŁ W WYBORACH

Przedstawiciele partii opozycyjnych zgodnie apelowali o masowy udział w drugiej turze wyborów, która odbędzie się 27 października. Przypomniano również o trwającym wcześniejszym głosowaniu.

Tamašunienė zaznaczyła, że AWPL-ZChR liczy na poparcie dla swoich kandydatów w okręgach: Wilno Południe, Nowa Wilejka i Rzesza.

„Jeszcze raz dziękuję wszystkim za udział w konferencji prasowej i wzywam wszystkich do aktywnego udziału w wyborach” — podsumowała Rita Tamašunienė.

Współpraca obejmie wzajemne poparcie kandydatów w jednomandatowych okręgach, co ma zwiększyć szanse na zmianę władzy. Opozycja apeluje o aktywny udział wyborców w drugiej turze, podkreślając konieczność zmiany obecnej polityki. ■

**Opr. red. na podst. LRS,
AWPL-ZChR, mat.pras.**



Minister spraw wewnętrznych Agnė Bilotaitė podczas konferencji prasowej w siedzibie rządu oficjalnie przedstawiła nowo mianowanych szefów służb funkcjonariuszy statutowych MSW, litewskiej policji oraz straży pożarnej i ratownictwa — Renatas Požėlė, Arūnas Paulauskas i Viktoras Grabauskas. Fot. Josvydas Elinskas, ELTA

Dr Bogdziewicz w „ZW” alarmuje o szykowanej ustawie dot. języka

Na antenie Radia „Znad Wilii” dr Katarzyna Bogdziewicz alarmowała, że trwają prace nad konstytucyjną ustawą dot. języka — która, jeśli zostanie przyjęta w restrykcyjnej formie, pogrzebie wszelkie inne dyskusje o prawach językowych Polaków na Litwie.

17 października w Sejmie Litwy nie przyjęto Ustawy o mniejszościach narodowych z powodu braku quorum, chociaż większość obecnych głosowała „za”. Temat ten został omówiony w programie „Salon Polityczny” na antenie Radia „Znad Wilii”. Gościem była politolożka i prawniczka dr Katarzyna Bogdziewicz z Uniwersytetu Michała Römera w Wilnie. Bogdziewicz broniła ustawy i dowodziła, że lepsza taka, niż żadna, ale też zwracała uwagę na przygotowywaną konstytucyjną ustawę o języku państwowym. Wyjaśniamy, co to znaczy.

„Nie unikniemy tej (konstytucyjnej — przyp. red.) ustawy językowej. Nawet, jak coś później zapiszemy, a okaże się niezgodne z tą ustawą, będzie to kwestią nie do obronienia. Musimy się skupić (też — przyp. red.) na tej ustawie językowej” — mówiła w programie Bogdziewicz.

Czym jest ustawa konstytucyjna na Litwie?

Dla kontekstu do słów dr Bogdziewicz przypominamy: ustawa konstytucyjna to taki rodzaj ustawy w litewskim systemie prawnym, która reguluje kluczowe kwestie w państwie, ma wyższość nad ustawą zwykłą i dotyczy kwestii, które są wciągnięte na już przyjęty „wykaz ustaw konstytucyjnych”.

Wymaga też 3/5 głosów wszystkich posłów, aby można było taką ustawę zmienić. W wykazie ustaw konstytucyjnych

znajduje się także Ustawa konstytucyjna o języku państwowym RL.

Bogdziewicz wskazała, że obecnie trwają prace nad nową ustawą językową, która mogłaby wpłynąć na regulacje dotyczące języka litewskiego, ale może również ograniczać prawa mniejszości do używania własnych języków w przestrzeni publicznej.

„Tak naprawdę ważniejsze niż samo przyjęcie tych praw, zamieszczenie w jakiejś ustawie o mniejszościach narodowych, jest zagwarantowanie, że ta (nowa — przyp. red.) ustawa językowa nie zrobi tego w ogóle niemożliwym. Czyli, że ta nowa ustawa językowa nie będzie tak restrykcyjna, że później o zwykłych ustawach będziemy mogli tylko mówić, bo będą sobie przeczyły” — zaalarmowała.

Apolinary Klonowski,
na podst. ZW, inf. wł.

Imieniny

24 października

Antoniego, Arety, Feliksa, Filipa, Jana, Januarego, Marcina, Marka, Proklesa, Prokula, Rafała

25 października

Antoniny, Chryzanta, Cyryna, Darii, Gaudentego, Hilarego, Ingi, Katarzyny, Kryspina, Maura, Prota, Sambora, Tadei, Tadeusza, Teodozjusza, Wojmira

Cytat dnia

„Są dowody na to, że żołnierze z Korei Płn. znajdują się w Rosji; nie wiadomo, do czego mają zostać wykorzystani” — powiadomił w środę na konferencji prasowej w Rzymie szef Pentagonu Lloyd Austin.

Liczba dnia

200 mln. euro — tyle dodatkowych środków dla departamentu więziennictwa w budżecie Litwy na rok 2025 proponuje sejmowy komitet gospodarki.

Przy Szkole Podstawowej w Kiwiskach planowana jest budowa boiska sportowego

W przyszłym roku przy Szkole Podstawowej w Kiwiskach w rejonie wileńskim powinna rozpocząć się budowa nowoczesnego boiska sportowego, które zwiększy możliwości aktywnego spędzania czasu dla uczniów i lokalnej społeczności.

„Samorząd przywiązuje dużą wagę do poprawy środowiska i infrastruktury placówek oświatowych. Inwestycja w nowoczesną infrastrukturę sportową w pobliżu szkół to długoterminowa inwestycja w zdrowie, aktywność fizyczną i dobrobyt społeczności naszych dzieci. Inwestycje te mogą zapewnić wiele możliwości dla nowych projektów i wydarzeń sportowych oraz promować aktywny tryb życia. Ponadto nowoczesne obiekty sportowe nie tylko zwiększają możliwości wychowania fizycznego w szkołach, ale mogą być również wykorzystywane przez społeczność lokalną, co przyczynia się do zaangażowania mieszkańców i promuje zdrowy sposób spędzania czasu wolnego. Zwiększa także motywację uczniów do udziału w zajęciach sportowych i rozwija umiejętności, które przydadzą im się w przyszłości. Dlatego rozwój tej infrastruktury jest ważnym krokiem nie tylko w kierunku doskonalenia systemu edukacji, ale także ogólnej poprawy jakości życia w naszym samorządzie” – mówi mer rejonu wileńskiego Robert Duchniewicz.

W nowym roku szkolnym planowana jest budowa boisk do

koszykówki i siatkówki, bieżni dwutorowej oraz boiska do piłki nożnej. Projektowane boisko do koszykówki i siatkówki będzie dwustronne o wymiarach 15x28 metrów, z wydzielonymi strefami aut i odpoczynku dla drużyn. Na terenie rekreacyjnym znajdują się nowe stojaki do koszykówki, ławki i kosze na śmieci. Wszystkie boiska zostaną pokryte nowoczesną, wodoodporną wykładziną gumową.

Nowy kompleks sportowy będzie ważny nie tylko dla uczniów, ale także dla społeczności lokal-

Inwestycja w nowoczesną infrastrukturę sportową w pobliżu szkół to długoterminowa inwestycja w zdrowie, aktywność fizyczną i dobrobyt społeczności naszych dzieci. Inwestycje te mogą zapewnić wiele możliwości dla nowych projektów i wydarzeń sportowych oraz promować aktywny tryb życia.

nej, gdyż stworzy warunki do organizacji zajęć i wydarzeń sportowych. Dyrektor szkoły Janina Soltanowiciene podkreśla, że do tej pory szkoła nie posiadała infrastruktury sportowej na takim poziomie, dlatego projekt ten będzie ogromnym impulsem do promocji aktywności fizycznej wśród uczniów i spotkań społecznych.

„Nowe boisko sportowe zapewni uczniom możliwość uprawiania różnych dyscyplin sportowych i wzmacniania zdrowia fizycznego. Nowe boisko sportowe, spełniające wszystkie niezbędne standardy, niewątpliwie zmotywuje dzieci do aktywności fizycznej, odkrywania ulubionych sportów i zjednoczy całą społeczność Kiwisk” – mówi dyrektor.

Przygotowano już projekt budowy nowego obiektu sportowego w pobliżu szkoły podstawowej w Kiwiskach, która jest publiczny i ogólnodostępny. Spotkanie publiczne dotyczące inwestycji obiektów inżynierii sportowej przy ul. Mokyklos 5, we wsi Dobromysle, odbyło się zdalnie 23 października o godzinie 15:00.

Link do logowania:

<https://tinyurl.com/mvauszpn>. ■

Zapraszamy do zgłaszania kandydatur na nagrody rejonu wileńskiego

Samorząd Rejonu Wileńskiego przypomina, że **do 5 listopada 2024 r.** trwa nabór kandydatów do nowo ustanowionych nagród roku za zasługi dla Wileńszczyzny i jej ludzi.

Prawo do zgłaszania kandydatur mają zarówno osoby fizyczne, jak i prawne, w tym mieszkańcy rejonu wileńskiego, instytucje oraz organizacje. Nagrody mogą być przyznane w takich dziedzinach jak **sztuka, innowacje, samorząd-**

ność, biznes, edukacja, nauka, ochrona zdrowia, praworządność, ochrona środowiska, turystyka, działalność charytatywna, sport i inne. Nagroda może być przyznana również za całokształt osiągnięć w działalności zawodowej lub społecznej.

Kandydatury można zgłaszać na adres e-mail Administracji Samorządu Rejonu Wileńskiego: vrsa@vrsa.lt. W zgłoszeniu należy

wskazać kandydata, opisać jego osiągnięcia oraz zasługi dla rejonu wileńskiego i jego mieszkańców w ciągu ostatniego roku, a także podać inne istotne informacje dotyczące kandydata.

Szczegółowe informacje można uzyskać pod **nr. tel.: +370 5 236 0023; +370 6 857 7049.** ■

Stronę przygotowano na podstawie informacji Samorządu Rejonu Wileńskiego

W Czarnym Borze zasadzono „Pola Nadziei”

Honorata Adamowicz

W ten sposób tegoroczna XI Kampania „Pola Nadziei” ruszyła śladami patrona wileńskiego hospicjum — bł. ks. Michała Sopoćki, który bardzo ściśle był związany z Czarnym Borem.

„NIE JESTEŚMY SAMI”

— Z ogromną radością spotykamy się tutaj jako wspólnota hospicyjna. Wspólnota ta poszerzona jest o społeczność Gimnazjum im. św. Urszuli Ledóchowskiej w Czarnym Borze. Jest to kolejny znak, że nie jesteśmy sami, że chorzy nie są sami. W różnym wieku, w różnych miejscach na Wileńszczyźnie ludzie się angażują w tę akcję i dzisiaj właśnie angażują się uczniowie tej szkoły, którzy są połączeni w przestrzeni miłosierdzia św. Urszuli Ledóchowskiej i bł. Ks. Michała Sopoćki. W miejscu, w którym właśnie ks. Michał i św. Urszula wspólnie wyznaczali kierunki uszczęśliwiania drugiego człowieka, czy to przez edukację, czy opiekę. Powiem wprost — przez ofiarowanie siebie dla innych — zauważa w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” s. Michaela Rak, założycielka i dyrektorka Hospicjum bł. ks. Michała Sopoćki w Wilnie.

Ta malownicza miejscowość wiąże się również z postacią Matki Urszuli Ledóchowskiej. W 2024 r. mija 100. rocznica przybycia Sióstr Urszulanek do Czarnego Boru, a także jest to 105. rocznica istnienia placówki oświatowej, jaką obecnie jest Gimnazjum im. św. Urszuli Ledóchowskiej.

ŚWIADECTWO SOLIDARNOŚCI

— To jest już jedenasta edycja kampanii „Pola Nadziei”. Jest ona organizowana przez społeczność wspólnot hospicyjno-paliatywnych na całym świecie. Stanowi ona świadectwo naszej solidarności z drugim człowiekiem, którego nie pozostawia się samego ze swoim ciężarem. Jest dowodem zaangażowania się tych, którzy potrafią pocieszyć. Misja hospicyjna jest połą-

23 października wspólnota hospicyjna oraz społeczność Gimnazjum im. św. Urszuli Ledóchowskiej w Czarnym Borze zasadziła żonkilowe „Pola Nadziei” przy szkole.



Tegoroczna XI Kampania „Pola Nadziei” ruszyła śladami patrona wileńskiego hospicjum **Fot. autorka**

czona z błogosławionym ks. Michałem Sopoćką. Ta misja hospicyjna ma też za zadanie uwalnianie człowieka na przestrzeni empatii. Te dwie osoby wskazały nam kierunek — powtórzę raz jeszcze — trzeba być tam, gdzie jest cierpienie — podkreśla siostra Michaela.

W październiku obchodzimy też Światowy Dzień Hospicjów i Opieki Paliatywnej, który ma na celu zwiększenie świadomości na temat znaczenia opieki paliatywnej oraz wsparcia dla osób w terminalnych stadiach chorób. To okazja do uświadamiania dla społeczeństwa, że każdy zasługuje na godną opiekę w ostatnich chwilach życia. Kampania „Pola Nadziei” w Czarnym Borze, śladami bł. ks. Michała Sopoćki, to przykład zaangażowania społeczności lokalnej w niesienie pomocy osobom chorym. Dzięki wspólnym wysiłkom można zbudować świadomość w zakresie opieki paliatywnej oraz stworzyć przestrzeń do refleksji nad życiem, solidarnością i przemijaniem...

UCZYĆ SIĘ ZAUWAŻYĆ BIEDE

Ligia Korzeniewska, dyrektorka Gimnazjum im. św. Urszuli Ledóchow-

skiej w Czarnym Borze w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” mówi, że miłość, dobroć do bliźniego to są takie wartości, które promowała św. Urszula oraz bł. ks. Michał Sopoćko. Oni zawsze uczyli pomagać bliźnim. Teraz nauczyciele tego gimnazjum uczą dzieci miłości do bliźniego, żeby byli gotowi zawsze udzielić pomocy potrzebującym oraz żeby umieli zauważyć biedę u innych ludzi.

— Czarny Bór jest taką miejscowością, gdzie stąpała stopa bł. Michała Sopoćki i św. Urszuli Ledóchowskiej. Od 2003 r. szkoła nosi imię tej świętej, polskiej zakonnicy. Niezmiernie się cieszymy, że padła propozycja, żeby akcja „Pola Nadziei” odbyła się na podwórku naszej szkoły. Społeczność naszego gimnazjum już od kilku lat uczestniczy w tej akcji, ale nigdy nie odbywała się ona na terytorium naszej szkoły. Nasze gimnazjum uczestniczy także 1 września w akcji „Kwiatek dla hospicjum”. Każdego roku zbieramy pewną sumę pieniędzy; kwiatków jest mniej, za to dobroci jest więcej. Ta dzisiejsza akcja jest świadectwem solidarności z chorymi ludźmi, którzy bardzo cierpią — powiedziała nam Ligia Korzeniewska. ■

GOSPODARKA**Produkcja przemysłowa wzrosła o 2,6 proc.**

Wartość litewskiej produkcji przemysłowej w okresie styczeń–wrzesień wzrosła o 2,6 proc. w ciągu roku i osiągnęła 27,3 mld euro (w cenach stałych), podała w środę 23 października Państwowa Agencja Danych.

Produkcja przemysłowa, z wyłączeniem produktów ropopochodnych, wzrosła w tym roku o 3,9 proc., dóbr pośrednich o 6,3 proc., dóbr kapitałowych o 6,2 proc., a dóbr trwałych o 2,8 proc., podczas gdy produkcja energii spadła o 4,1 proc.

Produkcja dóbr konsumpcyjnych trwałego użytku wzrosła o 1 proc., podczas gdy dostawy wody, gospodarka ściekami i odpadami spadły o 0,1 proc. a energia elektryczna, gaz, para wodna i klimatyzacja o 14,3 proc.

W samym wrześniu wartość całkowitej produkcji przemysłowej wyniosła 2,9 mld euro, o 0,2 proc. mniej niż miesiąc wcześniej i o 3,4 proc. więcej niż rok wcześniej.

GOSPODARKA Opłaty stałe dla wytwórców energii elektrycznej

Ministerstwo Energii proponuje zastosowanie stałej opłaty za podłączenie do sieci i podwyższenie mocy ustalonej przez Państwową Radę Regulacji Energetyki wobec wszystkich odbiorców wytwarzających energię elektryczną od marca przyszłego roku.

Według ministerstwa prostsze i bardziej przejrzyste ceny zapewniłyby równe warunki przyłączenia do sieci dla wszystkich odbiorców wytwarzających energię elektryczną, bardziej sprawiedliwą dystrybucję mocy sieci i uniknięcie nadmiernej rezerwacji mocy. „Aby utrzymać zrównoważony wzrost liczby odbiorców wytwarzających energię, konieczne jest zapewnienie prostych, jasnych i jednolitych cen za podłączenie do sieci” – powie-

dział minister Dainius Kreivys. Według ministerstwa, obecnie, jeśli w sieci jest wystarczająca moc, odbiorcy wytwarzający energię są podłączani bezpłatnie, płacąc jedynie za wydanie warunków. Często jednak rezerwują oni więcej mocy niż potrzebują, przez co dostępna moc w danym punkcie sieci jest wykorzystywana, a odbiorcy, którzy chcą podłączyć się później, muszą płacić za zwiększenie mocy.

FINANSE Revolut Bank chce udzielać kredytów mieszkaniowych na Litwie

Revolut Bank, należący do brytyjskiej grupy usług finansowych Revolut, zamierza rozpocząć udzielanie kredytów mieszkaniowych na Litwie od przyszłego roku, informuje w środę Verslo žinios.

Instytucja, która jest licencjonowana na Litwie, ale działa w całej Europie, wkrótce rozpocznie testowanie usługi, a następnie zacznie oferować kredyty mieszkaniowe na innych rynkach europejskich. Joe Heneghan, szef Revolut Bank, powiedział dla Verslo žinios, że litewski rynek kredytów mieszkaniowych jest atrakcyjny dla rozwoju, ponieważ nie ma tam dużej konkurencji, a stopy procentowe są wyższe niż w Europie. Revolut będzie starał się udzielać pożyczek mieszkaniowych przy niższych marżach niż inne banki. „Naszym zamiarem jest być konkurencyjnym cenowo” – powiedział Heneghan portalowi.

WIZYTA Król Karol III kończy swoją podróż w Australii

Król Karol III powitał we wtorek 22 października tłumy wielbicieli przy słynnej Operze w Sydney.

Było to publiczne zakończenie jego pierwszej dużej zagranicznej podróży od czasu zachorowania na raka.

75-latek spotkał się z ratownikami, pasterzami i naukowcami — badaczami raka w ostatnim dniu swojej wizyty w Australii, a swoją podróż zakończył nad lśniącymi wodami Sydney Harbour. Tysiące ludzi, niosących parasole, aby chronić się przed gorącym popołudniowym słońcem, zgromadziło się pod Operą w Sydney, mając nadzieję, że uda im się zobaczyć panującego monarchę. W weekend Karol III, który otrzymał honorowy stopień admirała marynarki wojennej, wypłynął spod budynku Sydney Opera House, aby dokonać inspekcji flotyli niszczycieli rakietowych i trałowców przybrzeżnych.

SANKCJE Amber Grid ukarany grzywną w wysokości 81,1 tys. euro

Amber Grid, litewska spółka zajmująca się przesyłem gazu ziemnego, została ukarana grzywną w wysokości 81,1 tys. euro za zainstalowanie 123 potencjalnie rosyjskich, nieposiadających odpowiednich certyfikatów, komponentów w polsko-litewskim gazociągu. Decyzja została podjęta przez Państwową Radę Regulacji Energetyki na zamkniętym posiedzeniu we wtorek 22 października, jej przewodniczący Renatas Pocius potwierdził to dla BNS.

„Biorąc pod uwagę fakt, że spółka współpracowała z radą, przeprowadziła już pewne działania proceduralne, przeprowadza je i planuje przeprowadzić w przyszłości, rada nałożyła sankcję finansową w wysokości 0,1 proc. obrotów spółki w 2023 r.” — powiedział Pocius. Przychody Amber Grid w 2023 r. wyniosły 82 mln euro.

Str. opr. Alicja Klonowska na podst. BNS, mat. pras., inf. wł.; Fot. Freepik; alicja.klonowska@kurierwilenski.lt

Polska po kolejnych próbach podpaleń zamyka konsulat Rosji w Poznaniu

Polska podjęła kroki wobec Rosji po ujawnieniu dowodów na działalność dywersyjną na terenie RP. MSZ podjęło decyzję o zamknięciu konsulatu Rosji w Poznaniu, co spotkało się z groźbami retorsji ze strony Moskwy.

Polski minister Radosław Sikorski odpowiada, że Rosja nie ma powodów do odwetu, ponieważ Polska nie prowadzi operacji dywersyjnych na jej terenie. Takie akcje miały miejsce też na Litwie.

ROSYJSKIE SABOTAŻE W POLSCE I EUROPIE

Pierwsze sygnały o rosyjskiej działalności sabotażowej pojawiły się w styczniu 2024 r., gdy funkcjonariusze ABW zatrzymali obywatela Ukrainy, Serhija S., który planował podpalenie we Wrocławiu. W dniu 21 października minister Sikorski ogłosił, że niedoszły sabotażysta przyznał, że działał na zlecenie Rosji.

Jak informował szef polskiego MSZ, sabotaż miał polegać na podpaleniu obiektów znajdujących się blisko infrastruktury o strategicznym znaczeniu.

Sprawa Serhija S. jest tylko jednym z elementów szeroko zakrojonej rosyjskiej operacji. W Europie odnotowano wiele podobnych incydentów, jak np. próba podpalenia w Niemczech, gdzie ładunek wybuchowy został wysłany przesyłką lotniczą. „Wiemy o rosyjskich planach kolejnych podpaleń w Europie” — mówił Sikorski.

Podobne incydenty miały miejsce także w Wielkiej Brytanii, gdzie według tamtejszych służb, Rosja prowadziła szerszą kampanię sabotażową, mającą na celu destabilizację Zachodu. Wcześniej na łamach prasy pojawiały się informacje o próbach podpaleń na terenie Polski, w tym restauracji w Gdyni, magazynu pod Warszawą oraz fabryki farb we Wrocławiu. Według ekspertów chodzi o wygenerowanie kosztów, obciążenie służb oraz zbadanie, jakie procedury działania stosują służby w przypadku zagrożenia.



Minister Sikorski podkreśla, że nie należy spodziewać się odwetu, ponieważ w relacjach polsko-rosyjskich to nie Polska prowadzi dywersje na terenie innego kraju **Fot. MSZ RP**

GŁOŚNE PODPALENIA, W TYM TEŻ NA LITWIE

Głośnym echem w Polsce odbiła się sprawa pożaru w hali pod Warszawą, Marywilska 44. Dorobek życia straciło tam wielu handlowców, w tym członków prężnie działającej społeczności wietnamskiej w Polsce. Tam również poszlaki wskazywały na rosyjskie GRU, ze względu na nadzwyczaj szybkie rozprzestrzenienie się ognia, ale sprawa nie znalazła jeszcze swojego pełnego wyjaśnienia.

Podobnie głośna była sprawa podpalenia magazynu sklepu IKEA w Wilnie. W maju tego roku w Polsce aresztowano dziewięciu członków rosyjskiego kręgu szpiegowskiego w związku z podejrzeniem o sabotaż.

ZAMKNIĘCIE KONSULATU ROSJI

Po ujawnieniu kolejnych dowodów na rosyjską działalność dy-

wersyjną, w tym bezpośredniego udziału rosyjskich służb w próbach sabotażu na terenie Polski, minister Radosław Sikorski 22 października 2024 r. podjął decyzję o wycofaniu zgody na funkcjonowanie konsulatu Rosji w Poznaniu. Personel konsulatu został uznany za niepożądany na terytorium Polski i ma opuścić kraj.

„Decyzja była moja, ale skonsultowana z Komitetem Rady Ministrów ds. Bezpieczeństwa i przedyskutowana na samej Radzie Ministrów” — wyjaśniał Sikorski. Zamknięcie konsulatu w Poznaniu to bezprecedensowy krok, który ma na celu ograniczenie możliwości prowadzenia przez Rosję operacji dywersyjnych na terytorium Polski.

„Polska zastrzega sobie prawo do dalszych zdecydowanych działań, jeśli Rosja nie zaprzestanie swojej działalności sabotażowej” — dodał minister spraw zagranicznych. ■

Opr. red. na podst. PAP, MSZ RP, mat.pras., inf.wł., KW

Z czujnikami dymu, czadu i gazu twoje domostwo jest bezpieczne

Od 1 maja 2018 r. we wszystkich budynkach mieszkalnych, powinny być zamontowane czujniki dymu. Już wówczas czujniki nie tylko dymu, ale i czadu oraz gazu, zamontowało w swoich domostwach 43 proc. mieszkańców Litwy.

Aleksander Borowik

Jeżeli jednak okaże się, że w lokalu mieszkalnym nie ma takiego urządzenia, jeszcze przez rok właściciel lokum nie będzie karany. Potem funkcjonariusz straży pożarnej ma prawo ukarać właściciela mandatem w wysokości 10–70 euro w przypadku, gdy skargę złoży np. sąsiedzi.

Ludzie dosyć często powiadają straż pożarną o nieprzestrzegających przepisów, ponieważ dbają o bezpieczeństwo swoich rodzin.

Jak powiedział w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” Jūris Targonskas, kierownik zarządu dozoru przeciwpożarowego przy Departamencie Ochrony Przeciwożarowej i Ratownictwa, wszystkie dostępne w sprzedaży na Litwie czujniki dymu są testowane przez Państwową Służbę Ochrony Praw Konsumenta.

— Jest kilka rodzajów czujników i każdy z nich działa inaczej. Cena zależy przede wszystkim od dostępnych funkcji. W sklepach możemy znaleźć czujnik dymu, czadu gazu oraz tzw. opcję łączoną — czujniki dymu, czadu i gazu.

CZUJNIKI TANIE I DROGIE

Jak sprawdziliśmy w wileńskich sklepach czujniki kosztują od 3 do nawet 120 euro. Wszystko zależy od wybranych funkcji.

Analizując statystyki, zauważono, że około 90 proc. ofiar pożarów ginie w budynkach mieszkalnych. Czujniki zaś są jednym z najważniejszych środków zapobiegawczych, zmniejszających liczbę zgonów w pożarach. Dla ludzi, którzy korzystają z ogrzewania gazowego zaleca się zamontowanie czujnika, który reagowałby także na tlenek węgla, potocznie zwany czadem.



Istotne jest zamontowanie czujnika na odpowiedniej wysokości, wynoszącej między 70 a 180 cm **Fot. Irv.lt**

Gdyby w domu był czujnik czadu, ludzie z pewnością by nie ucierpieli. Czujnik dymu w takiej sytuacji nie pomógłby — zaznaczają specjaliści.

CZY DZIAŁA UBEZPIECZENIE?

To, czy spółki ubezpieczeniowe pokryją straty doznane na skutek pożaru w budynku, w którym nie było czujnika dymu, zależy od rodzaju zawartej umowy. Jeżeli umowa z właścicielem mieszkania czy domu była zawarta

pod warunkiem, że w pomieszczeniu będzie zamontowany czujnik dymu, a nie było to zrobione — to wówczas straty pokrywać będzie sam właściciel.

CICHY ZABÓJCA — JAK SIĘ CHRONIĆ

Tlenek węgla powstaje w wyniku niepełnego spalania się węgla, koksu, drewna, a także gazu (butanu, propanu). Nie widać go, nie słychać i nie czuć, co czyni go szczególnie niebezpiecznym.

9.>>

W niektórych państwach wymagane prawem

W takich państwach jak USA, Wielkiej Brytanii, Francji czy Estonii posiadanie czujnika dymu jest wymagane przez prawo, co znacząco wpłynęło na zwiększenie się bezpieczeństwa przeciwpożarowego. Potwierdzeniem tego jest spadek liczby ofiar płomieni. W Estonii liczba ofiar śmiertelnych w pożarach spadła trzykrotnie.

Na Litwie obowiązkowe jest montowanie czujników w nowym budownictwie. Bez nich po prostu nie będzie przyjęte mieszkanie czy dom do eksploatacji.

8.>>

Nie bez powodu mówi się, że tlenek węgla jest „cichym zabójcą”. Groźny jest nie tylko w sezonie grzewczym — w wielu domach piece gazowe działają przecież przez cały rok, podgrzewając ciepłą wodę.

Nie zawsze zdajemy sobie sprawę, jak ważne są czujniki czadu, gazu czy dymu. Tymczasem mogą nam uratować zdrowie lub nawet życie — nie tylko zimą. Przez cały rok skutecznie ostrzegają nas przed działaniem tych szkodliwych substancji. Koszt ich zamontowania jest niewielki i warto go ponieść, gdyż korzyści mogą być ogromne.

JAK DZIAŁA CZUJNIK?

W momencie, gdy pojawi się czad, natychmiast zostaje uruchomiony intensywny, pulsujący sygnał dźwiękowy, który ostrzega domowników przed niebezpieczeństwem. Jest to ważne, ponieważ czad rozprzestrzenia się bardzo szybko — intensywny ból głowy i wymioty pojawiają się już po 5–10 minutach ekspozycji, a do zgonu dochodzi po 30 minutach. Nasilenie objawów zależy od poziomu stężenia czadu — im jest ono wyższe, tym niebezpieczniejsze.

Pamiętajmy także o prawidłowym zamontowaniu czujnika. Jest zalecane, aby znajdował się co najmniej kilkadziesiąt centymetrów od najbliższej kratki wentylacyjnej, drzwi lub okna, gdyż intensywne ruchy powietrza mogą zakłócać pracę tego urządzenia. Istotne jest również zamontowanie go na odpowiedniej wysokości, wynoszącej między 70 a 180 cm.

OCHRONA PRZED GAZEM I DYMEM

W domu lub mieszkaniu warto także zmontować czujniki gazu (nawet jeśli mamy tylko kuchenkę gazową w kuchni) oraz czujnik dymu, który wystarczająco wcześnie ostrzeże nas o pożarze. Warto zwrócić uwagę, że mamy dwa rodzaje czujników gazu — ziemnego oraz płynnego LPG (propan-butan), które różnią się sposobem



Czujniki są jednym z najważniejszych środków zapobiegawczych, zmniejszających liczbę zgonów w pożarach **Fot. ELTA**

montażu. Czujnik gazu ziemnego należy umieścić wysoko, najlepiej na ścianie, 30–50 cm pod sufitem, ponieważ gaz ziemny jest lżejszy od powietrza, więc zbiera się przy suficie pomieszczenia. Z kolei gaz płynny gromadzi się w dolnych partiach pomieszczenia, ponieważ jest od powietrza cięższy. Dlatego czujnik tego gazu prawidłowo montuje się kilkanaście centymetrów nad podłogą i w odległości nie większej niż 3 metry od źródła potencjalnego wycieku.

Montując czujniki zawsze zwracajmy uwagę, czy między nimi a potencjalnym źródłem wycieku nie ma żadnych przegród sięgających powyżej wlotu czujnika i mogących wpłynąć na ich prawidłową pracę — takich jak np. wiszące szafki w kuchni, pawlacze czy progi przy podłodze. Czujni-

ków gazu, podobnie jak czujników czadu, nie wolno również montować w tzw. martwych strefach, czyli tam, gdzie nie ma cyrkulacji powietrza. A także przy kratkach wentylacyjnych lub drzwiach i oknach, ponieważ w takich miejscach wyciek gazu jest szybko wywiewany i może nie zostać zauważony w porę.

Jeśli chodzi o czujnik dymu, to prawidłowo powinien zostać zamontowany na środku sufitu, gdzie jest najbliżej do każdego miejsca w pomieszczeniu. A to dlatego, że dym wraz z ciepłym powietrzem oraz innymi produktami spalania zawsze najpierw zbiera się pod sufitem, a następnie rozprzestrzenia się poziomo po jego powierzchni i dopiero wówczas zaczyna opadać, powodując zaciężenie. ■

Dbajmy o czujniki

Aby czujniki prawidłowo działały i ostrzegały nas przed zagrożeniem, ważne są ich odpowiednie i systematyczne przeglądy oraz konserwacja. Czujniki mają specjalny przycisk testu, który uruchamia automatyczną diagnostykę urządzenia. Niezależnie od typu czujnika warto także przynajmniej raz w miesiącu sprawdzić, czy otwory w nich są drożne. Samo czyszczenie czujnika powinniśmy wykonywać regularnie — jest to czynność prosta do przeprowadzenia. Należy wyłączyć zasilanie czujnika i odkurzyć go, używając szczoteczki lub ściereczki do kurzu. Nie wolno używać przy tym żadnych płynów, ponieważ mogą zaburzyć pracę urządzenia, a nawet doprowadzić do jego uszkodzenia.

Pierwsza w Europie i druga na świecie: Litwa na czele rankingu turystycznego

Anna Pieszko

Wśród 10 krajów, które trzeba odwiedzić, Litwa została wskazana jako pierwszy w Europie i drugi na świecie.

W słynnym rankingu kierunków turystycznych tego wydawnictwa, na który co roku z niecierpliwością oczekują podróżnicy z całego świata, Litwę wyprzedził jedynie Kamerun.

WYRÓŻNIONO CZTERY WALORY

Eksperci, którzy przyznali Litwie drugie miejsce w światowym rankingu, szczególnie wyróżnili jej cztery walory. Jest to zielone, tętniące życiem, nowoczesne Wilno z ekskluzywną historią i nowoczesną siecią barów i restauracji. Wskazali również na budzący podziw o każdej porze roku, imponujący Park Narodowy Mierzei Kurońskiej. Wyróżnili również Górę Krzyż, która przyciąga pielgrzymów z całego świata, oraz Aukštock Park Narodowy chętnie odwiedzany przez miłośników natury.

— Litwa rzeczywiście jest bardzo atrakcyjnym krajem dla turystów, szczególnie dla tych, którzy kochają nie tylko zwartą zabudowę, nie tylko nowe dzielnice, ale lubią się w zaułkach Starego Miasta oraz dla tych, którzy kochają przyrodę. Pod względem walorów przyrodniczych nasza stolica i nasza Litwa jest naprawdę nadzwyczajna. Wspominał o niej w swej twórczości m.in. Mickiewicz, dając wyraz swej tęsknocie „do tych pagórków leśnych, do tych łąk zielonych, szeroko nad błękitnym Niemnem rozciągnionych”. Tereny są rzeczywiście niezwykle malownicze. Jeżeli chodzi o piękno, to jest to naprawdę coś niepowtarzalnego. Choć jestem przewodnikiem już od wielu lat, ciągle znajduję coś, co mnie zachwyca — komentuje w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” przewodniczka Mirosława Naganowicz.

W rankingu rekomendacji Lonely Planet na nadchodzący rok znalazły

się także Fidzi, Laos, Kazachstan, Paragwaj, Trynidad i Tobago, Vanuatu, Słowacja i Armenia.

CO BYŁO OCENIANE?

Ranking opracowany przez Lonely Planet ocenia nie tylko infrastrukturę turystyczną i jakość usług, bezpieczeństwo kraju, stosunek ceny do jakości, ale także wyjątkowość i autentyczność, zrównoważony rozwój i odpowiedzialność. Ranking często odzwierciedla nowe trendy turystyczne – regiony lub kraje, które w ostatnim czasie stały się popularne lub oferują zupełnie nowe doświadczenia turystyczne. Ważne są również wydarzenia specjalne, które mogą przyciągnąć uwagę podróżnych: międzynarodowe imprezy sportowe, rocznice, festiwale kulturalne.

Listę polecanych krajów każdego roku tworzy wewnętrzny zespół redakcyjny Lonely Planet oraz sieć ekspertów i autorów podróżniczych z całego świata.

Po ocenie nadesłanych opinii i dyskusjach redakcja tworzy osta-

teczną listę rekomendowanych krajów, która jest publikowana w corocznych przewodnikach i platformach Lonely Planet, skierowanych do aż 186 milionów czytelników. Państw, które trafiają na listę rekomendacji, nic to nie kosztuje — za każdym razem wiadomość o wejściu na listę TOP staje się miłym zaskoczeniem.

NAJWYŻSZA OCENA LITWY

Drugie miejsce w światowym rankingu krajów „Best in Travel” to najwyższa ocena Litwy, jaką kiedykolwiek uzyskała w wyborach organizowanych przez Lonely Planet. Po raz pierwszy Litwa znalazła się na tej liście dekadę temu: w 2015 r. nasz kraj zajął trzecie miejsce na liście polecanych do odwiedzenia celów podróży. W 2018 r. przewodnik Lonely Planet w pierwszej dziesiątce najbardziej polecanych miejsc do odwiedzenia w Europie umieścił Wilno. ■

TVP
WILNO



W najnowszym rankingu państw, które warto odwiedzić w 2025 r., Litwa została wskazana jako pierwszy kraj w Europie i drugi na świecie Fot. Marian Paluszkiewicz

Startuje plebiscyt „Polak Roku 2024”

Po raz 27. nasi Czytelnicy wraz z Kapitułą Konkursu wytypują „Polaka Roku”, osobę najbardziej zasłużoną dla polskości na Litwie.

Rusza etap zgłoszeń kandydatów. Zgłoszenia można wysyłać do końca października br.:

- **poczta elektroniczna** na adres reklama@kurierwilenski.lt

- **na adres redakcji:**
„Kurier Wileński”, Birbynių 4A,
LT-02121 Vilnius, Lietuva
z dopiskiem „Polak Roku 2024”

- **Zgodnie z regulaminem** plebiscytu zwycięzcy konkursu z lat poprzednich nie mogą być powtórnie zgłaszani.

- Kapituła plebiscytu, składająca się z laureatów poprzednich edycji konkursu, spośród zgłoszeń **wyberze 10 osób typowanych** do tytułu.

- **W kolejnym etapie**, etapie głosowania, konkursu Czytelnicy będą mogli oddać swój głos na wybranego kandydata.

- Na łamach „Kuriera Wileńskiego” będą publikowane wywiady z nominowanymi do tytułu „Polaka Roku”, by Czytelnicy mogli zapoznać się z ich wkładem.

Będzie kolejna zima bez zimy?

Chociaż przed nami dopiero druga połowa jesieni, wielu już wspomina jedną z najsłynniejszych wypowiedzi z „Gry o tron” — a mianowicie, że nadchodzi zima. Jaka będzie?

Honorata Adamowicz

Według ekspertów — są duże szanse, że w nadchodzącym sezonie zimy... nie zobaczymy.

Meteorolog Gytis Valaika i etnolog Libertas Klimka w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” mówią, że tegoroczny sezon zimowy będzie przypominał nie prawdziwą śnieżną i mroźną zimę, a późną jesień.

WIĘCEJ DESZCZOWYCH I POCHMURNYCH DNI

— Nikt nie jest w stanie powiedzieć z całą pewnością, jaka będzie w tym roku zima. Po pierwsze jest jeszcze zbyt wcześnie, a po drugie — w ciągu ostatnich lat mamy do czynienia z takim brakiem stabilności, że zmiana może nastąpić w ciągu zaledwie kilku minut. Ale dziś wszystko wskazuje na to, że będzie podobna do ubiegłorocznych, to znaczy cieplejsza od średniej. To już chyba nikogo nie zdziwi. Musimy przyzwyczajać się do zimy, która bardziej przypomina nam późną jesień lub wczesną wiosnę. Będą chłodniejsze dni, będzie też śnieg, ale to będzie okresowo. To znaczy, że nie będziemy mieli trzech miesięcy prawdziwej zimy. Częściej możemy spodziewać się deszczowych i pochmurnych dni. O prawdziwej zimie możemy już zapomnieć — mówi Gytis Valaika.

ZMIENNOŚĆ, ODWILŻE, MRÓWKI I MYSZY

Etnolog Libertas Klimka powiedział, że według jego obserwacji zima w tym roku nie nastąpi szybko i będzie zmienna z odwilżami.

— Według moich obserwacji to będzie zmienna zima, z odwilżami, ale możliwe, że będą też dni, kiedy mróz i śnieg dadzą o sobie znać. Przyroda w tym roku daje dwójakie

znaki. Na przykład mrówki swoje mrowiska na zimę budują niegłęboko, a to znaczy, że nie szykują się do mroźnej zimy. Tymczasem myszy w tym roku bardzo wcześnie zaczęły szukać schronienia i uciekać do budynków, a to znaczy, że szykują się do mroźnej zimy. Ale jakby tu nie patrzeć, to i tak nie będzie takiej zimy, jakie miesialiśmy kilkanaście czy kilkadziesiąt lat temu. Oczywiście będą także mrozy z opadami śniegu, ale nie należy spodziewać się, że potrwają one długo — mówi etnolog.

Zbliżająca się zima 2024/2025 według niemieckich analiz meteorologicznych może przynieść duże zróżnicowanie temperatur i warunków pogodowych w Europie. Choć długoterminowe modele pogodowe wskazują, że nadchodzące miesiące będą cieplejsze niż zwykle, nie wykluczają one nagłych i intensywnych ochłodzeń, które mogą objąć m.in. Niemcy, Polskę, Czechy i Słowację.

PROGNOZY I PRZEPOWIEDNIE

— No cóż, mamy jeszcze piękną złocistą jesień za oknem. Każdy z nas może obserwować przyrodę i mniej więcej przewidzieć, co nas czeka. Można też prognozować pogodę kierując się dawnymi przepowiedniami. Kilka wam przytoczę i jeżeli ktoś będzie chciał, może sprawdzić czy warto im zawierzyć. Jedna z nich głosi, że jeśli na św. Marcina (11 listopada) kaczka będzie pływała po wodzie, to w Boże Narodzenie — będzie na lodzie. Czy ta przepowiednia jest słuszna, będzie można się upewnić dopiero w końcu grudnia... Jest też takie powiedzenie: jeśli pierwszy śnieg utrzyma się przez trzy dni, a zajączek zostawi w śniegu swoje małe łapki, to za miesiąc będzie mroźna zima. Na wsi zawsze mówiono, że jeżeli na drzewach jest dużo jarzębiny, to zapowiada się mroźna zima — opowiada nam etnolog Libertas Klimka. ■

TVP
WILNO



■ Rys. Władysław Mickiewicz

Ile w tym roku zapłacimy za znicze i kwiaty na cmentarz?

Honorata Adamowicz

Zbliżają się uroczystości Wszystkich Świętych i Zaduszki, w związku z czym wielu mieszkańców już decyduje się na zakup zniczy i kwiatów. Postanowiliśmy sprawdzić, ile zapłacimy za znicze oraz wiązanki na cmentarz?

Na największym wileńskim rynku kwiatowym przy ul. Konarskiego za średniej wielkości bukiety z chryzantemami w doniczce zapłacimy od 7 do 12 euro, jeżeli zechcemy kupić mieszanek kwiatów to zapłacimy 15–20 euro.

ŁUDZIE WYDAJĄ MNIEJ

— W tym roku kwiaty i znicze na rynku zdrożały. Mamy niewielu kupujących. Większość korzysta ze zniżek, które oferują sklepy. W tym roku modne są wianki z suchych kwiatów. Mniejszy kosztuje 10 euro, a większy 20–25 euro. Takie wianki są kupowane pojedynczo, dla najbliższych. Jeśli chodzi o znicze, to tu jest jeszcze gorzej, ponieważ u nas najtańszy kosztuje euro, a te droższe to mogą kosztować nawet do 30 euro. Zauważyłam też, że teraz rodziny umawiają się między sobą, kto kupuje znicze, a kto kwiaty. Jeszcze kilka lat temu na jeden grób kupowano wianek, chryzantemy w doniczkach i po kilka świec. Teraz już tego nie ma. Z rozmów z ludźmi wynika, że przeznaczają na święta średnio 20 euro — mówi sprzedawczyni wianków i chryzantem przy ul. Konarskiego.

CO W SKLEPACH?

Tymczasem w sieciach handlowych Maxima i Iki najpopularniejsze znicze i wkłady utrzymują tę samą cenę już od kilku lat.

— Większość osób nie kupuje po jednym zniczu, 65 proc. kupuje pięć lub więcej zniczy. Najpopularniejsze są długo palące się znicze w przezroczystych szklanych pojemnikach. Dbamy o to, aby zminimalizować koszty ponoszone przez kupujących

w tych wrażliwych dniach, dlatego od trzech lat utrzymujemy ceny naszych najlepiej sprzedających się zniczy i wkładów do zniczy na niezmiennym poziomie. Ogólnie rzecz biorąc ceny zniczy w sieci supermarketów zaczynają się już od 0,35 euro, więc przy obecnym rabacie najtańszy będzie kosztował zaledwie kilka centów — zauważa w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” Indrė Trakimaitė-Šeškuvienė, dyrektorka działu komunikacji i spraw korporacyjnych sieci handlowej Maxima.

Od początku października do Dnia Zadusznego sieć handlowa Maxima sprzedaje około 4,5 mln zniczy nagrobnych. Najważniejszym wymogiem kupujących jest to, żeby świece mogły palić się w trudnych warunkach — podczas deszczu, deszczu ze śniegiem lub wiatru. Świece, które palą się do 24 godzin są standardem i najczęstszym wyborem kupujących.

— Cieszy również fakt, że kupujący wielokrotnie wykorzystują ten sam szklany pojemnik na świece, o czym świadczy rosnąca liczba sprzedawanych wkładów. Takie podejście nie tylko bardziej się opłaca, ale także jest bardziej zrównoważone, ponieważ pozostawiamy za sobą mniej odpadów — zaznacza Indrė Trakimaitė-Šeškuvienė.

WIĘCEJ SZTUCZNYCH KWIATÓW

Gintarė Kitovė, kierowniczka ds. komunikacji sieci handlowej IKI w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” powiedziała, że cena zniczy nagrobnych w tym roku jest podobna do zeszłorocznej, z najtańszymi, których cena zaczyna się od zaledwie 35 centów. Dodała także, że znicze i sztuczne kwiaty są dostępne z 50 proc. rabatem.

— W chwili obecnej ludzie dokonują zakupów w podobny sposób jak w ubiegłym roku, przy czym największe przygotowania rozpoczynają się w tym tygodniu. Niektórzy zaczynają odwiedzać groby wcześniej, więc sprzedaż zniczy, kwiatów i innych dekoracji rośnie każdego dnia. W tym roku mamy większy wybór zarówno zniczy jak i sztucznych kwiatów, i obserwujemy większą intensywność przygotowań, a klienci dodają do swoich koszyków nie tylko znicze, ale także kwiaty. Niektórzy kupują gotowe sztuczne bukiety, inni pojedyncze kwiaty. Sztuczne chryzantemy, róże i lilie znajdują się na szczycie listy popularności. Spośród żywych kwiatów najbardziej popularne są chryzantemy — zaznacza Gintarė Kitovė.

TVP
WILNO



Spośród żywych kwiatów najbardziej popularne są chryzantemy
Fot. Marian Paluszkiewicz

Jakimi samochodami jeździmy ostrożniej — prywatnymi czy służbowymi?

Czy podczas jazdy nie własnym, ale firmowym lub służbowym autem, poprzeczkę odpowiedzialności na drodze można ustawić niżej? O tym, jak jest w rzeczywistości, pokazują statystyki dotyczące odszkodowań udostępnione przez ubezpieczycieli.

— Nie jest prawdą, jakoby prowadząc służbowe auto, można nie zważać na kulturę jazdy i zacząć zachowywać się w sposób bardziej ryzykowny. Zasady ruchu drogowego obowiązują wszystkich bez wyjątku, bez żadnej taryfy ulgowej. Odpowiedzialne, zgodne z zasadami, zachowanie się na drodze po prostu jest niezbędne dla naszego własnego bezpieczeństwa, jak również wszystkich innych uczestników ruchu drogowego — w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” mówi wilnianin A.L.

Jak mówi, prowadzenie służbowego auta nie zwalnia od odpowiedzialności. W razie ewentualnego wypadku na drodze mandat za naruszenie przepisów ruchu drogowego spada na kierowcę, a nie na firmę.

— Jeżeli nie da się zidentyfikować tożsamości kierowcy, wtedy mandat jest uiszczany przez właściciela pojazdu — wskazuje nasz rozmówca.

Według najnowszych danych spółki Lietuvos draudimas, w ciągu ośmiu miesięcy br. (styczeń–sierpień) liczba szkód pojazdów należących do przedsiębiorstw przekroczyła 12 tys. W tym samym okresie liczba zarejestrowanych szkód środków transportu należących do osób fizycznych wyniosła ponad dwukrotnie więcej — 28 tys.

Jak zauważa Giedrius Petrikas, szef działu szkód transportowych spółki Lietuvos draudimas, porównując liczbę zarejestrowanych szkód środków transportu, znacznie większa ich liczba przypada na prywatne pojazdy osobowe. Jest tak dlatego, że ogólnie liczba prywatnych środków transportu jest znacznie większa niż liczba firmowych pojazdów. „Kiedy porównamy częstotliwość uszkodzeń pojazdów, okazuje się, że nie ma znaczenia, czy samochód jest prywatny, czy należy do firmy. Częstotliwość szkód w obu przypadkach pozostaje niemal identyczna, można więc powiedzieć, że sposób prowadzenia samocho-

du służbowego lub też prywatnego praktycznie się nie różni” — komentuje Petrikas.

Ekspert ubezpieczeniowy zauważa, że częstotliwość szkód samochodowych utrzymuje się na podobnym poziomie od trzech lat. Można zatem założyć, że na nawyki kierowców i ich ostrożność na drodze nie ma większego wpływu to, kto jest właścicielem auta.

„Znacznie większy wpływ na awaryjność mają inne czynniki, takie jak ogólna kultura jazdy, staż przy kierownicy i umiejętności kierowców, warunki pogodowe, dzikie zwierzęta na drogach, działania innych kierowców, którzy mogą powodować wypadki drogowe” — wymienia Petrikas.

Jak pokazują dane spółki Lietuvos draudimas, częstotliwość odszkodowań z tytułu dobrowolnego ubezpieczenia CASCO dla pojazdów jest znacznie wyższa niż w przypadku obowiązkowego ubezpieczenia odpowiedzialności cywilnej. Zdaniem eksperta wpływ na to ma m.in. szerszy wachlarz świadczeń dobrowolnego ubezpieczenia.

„Ubezpieczenie samochodu CASCO zazwyczaj obejmuje nowsze i droższe samochody, aby w pełni chronić sam pojazd. A ubezpieczenie odpowiedzialności cywilnej jest obowiązkowe dla wszystkich samochodów bez wyjątku i rekompensuje szkody wyrządzone innym pojazdom, uczestnikom ruchu drogowego lub infrastrukturze drogowej” — porównuje Petrikas.

Jak dodaje, łączna liczba zarejestrowanych szkód rośnie z roku na rok. Jedną z głównych przyczyn takiego stanu rzeczy jest to, że rośnie liczba pojazdów zarejestrowanych na Litwie.

W ciągu ośmiu miesięcy bieżącego roku spółka Lietuvos draudimas przeznaczyła już 54 mln euro na rekompensatę strat spowodowanych wypadkami, w tym 18 mln euro na odszkodowania w wyniku uszkodzeń samochodów służbowych i firmowych, a 36 mln euro na odszkodowanie dla pojazdów prywatnych. ■

Anna Pieszko, na podst. komunikatu prasowego, inf. wł.



Wraz ze wzrostem liczby zarejestrowanych aut, z roku na rok rośnie również łączna liczba zarejestrowanych szkód Fot. Marian Paluszkiewicz

Międzynarodowa wystawa plastyczna poświęcona postaci Melchiora Wańkowicza

„Życia dawnego nie ma. Musiało odejść. Rozumiem. Ale żal” — Melchior Wańkowicz.

W murach Gimnazjum im. Ferdynanda Ruszczyca w Rudominie 15 października ożyła historia. Młodzi artyści z różnych krajów przenieśli nas w świat sztuki. Wykorzystując słynne słowa Melchiora Wańkowicza, tworzyli niezwykle dzieła, które poruszają wyobraźnię i skłaniają do refleksji. Na otwarciu wystawy pokonkursowej „VIII Międzynarodowe Biennale Miniatur. Melchior Wańkowicz o Polsce i Polakach” przemówił do zebranych uczniów naszego gimnazjum dyrektor Liceum Sztuk Plastycznych we Włocławku Piotr Umiński, który przypomniał o życiu i twórczości wybitnego Polaka z Kresów.

Międzynarodowa wystawa plastyczna poświęcona postaci Melchiora Wańkowicza to nie tylko prezentacja talentów młodych artystów z Polski, Litwy i innych krajów, ale również hołd oddany jednemu z najwybitniejszych polskich reportażystów. Celem wystawy było przybliżenie uczniom sylwetki Wańkowicza oraz zachęcenie ich do sięgnięcia po jego książki.

Dzięki sztuce młodzi ludzie mogli na nowo odkryć wydarzenia historyczne opisane w jego reportażach i poczuć ich głębię. Na wystawie zna-



Celem wystawy było przybliżenie uczniom sylwetki Wańkowicza oraz zachęcenie ich do sięgnięcia po jego książki

lazły się różnorodne prace plastyczne: malarstwo, rysunek, rzeźba. Młodzi artyści sięgnęli po różne techniki i materiały, tworząc dzieła zarówno realistyczne, jak i abstrakcyjne.

Wystawa spotkała się z ogromnym zainteresowaniem zarówno wśród uczniów, jak i nauczycieli. Młodzi artyści z pasją opowiadali o swoich pracach i o tym, co zainspirowało ich do sięgnięcia po twórczość Wańkowicza. Nauczyciele podkreślali, że projekt ten przyczynił się do rozwijania

u uczniów wyobraźni, kreatywności i umiejętności wyrażania siebie poprzez sztukę.

Z Liceum Sztuk Plastycznych we Włocławku Gimnazjum im. Ferdynanda Ruszczyca współpracuje od wielu lat, nasi uczniowie biorą udział we wspólnych plenerach plastycznych, są uczestnikami wspólnych projektów.

Inf. i fot. Gimnazjum
im. Ferdynanda Ruszczyca
w Rudominie



Międzynarodowa wystawa poświęcona postaci Wańkowicza to nie tylko prezentacja talentów młodych artystów, ale również hołd oddany jednemu z najwybitniejszych polskich reportażystów

Wileńskimi śladami bł. ks. Michała Sopočki i św. s. Faustyny Kowalskiej

W dniu 9 października 2024 r. słuchacze Polskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Solecznikach odwiedzili miejsca związane z osobami św. s. Faustyny i bł. ks. Michała Sopočki.

Bł. ks. Michał Sopoćko to polski duchowny katolicki, doktor habilitowany teologii, spowiednik świętej Faustyny Kowalskiej, założyciel Zgromadzenia Sióstr Jezusa Miłosiernego. Znany jest głównie z tego, że głosił kult Miłosierdzia Bożego. Gdyby nie on, nie byłoby wspaniałego i bardzo znanego obrazu Jezusa Miłosiernego.

POCZĄTEK W TABORYSZKACH

Pielgrzymkę seniorzy rozpoczęli od zwiedzania kościoła pw. św. Michała Archaniola w Taboryszkach. Parafia w Taboryszkach była pierwszą placówką duszpasterską ks. M. Sopočki, do której skierowany został po święceniach kapłańskich w 1914 r. Służył w parafii do 1918 r. Młodzieńcy

neoprezbiter przyjechał do bardzo rozległej parafii na Wileńszczyźnie nie pracować, lecz służyć. Dzisiaj z tej parafii powstały trzy: miednicka, taboryska, onżadowska.

Wikariusz postanawia zbudować dwie kaplice filarne, aby niedzielne Msze święte odbywały się nie w domach prywatnych, lecz w zabudowaniach parafialnych. Założył przy parafii bibliotekę z własnych książek. Pojawił się problem, bo nie było komu czytać po polsku. Czytające osoby (po 120 latach zaboru) znają tylko alfabet rosyjski. Więc entuzjasta zakłada ponad 20 szkółek w okolicznych wsiach, a siłaczkami, „nauczycielkami” są w nich wychowanki sióstr urszulanek ze Skopówki 4 w Wilnie. Duszpasterz zaczął spisywać „Dzienniczek”.

HOSPICJUM I KLASZTOR

Następnie słuchacze uniwersytetu udali się do Hospicjum bł. ks. M. Sopočki i klasztoru Sióstr Jezusa Miłosiernego. Tu w swoim czasie mieszkał spowiednik św. s. Faustyny Kowalskiej ks. M. Sopoćko. Kaplica sióstr to dawna pracownia malarska Eugeniusza Kazimirowskiego, gdzie powstaje pierwszy obraz Jezusa Miłosiernego. Ksiądz profesor mieszkał z artystą malarzem Eugeniuszem Kazimirowskim po sąsiedzku w jednym domu przy ulicy Rossa. W malowaniu obrazu pod dyktando s. Faustyny wybitnemu artyście największą trudność sprawiło przedstawienie ułożenia rąk i szaty Jezusa. Ksiądz Sopoćko ubierał się w albę i w bezruchu pozował malarzowi.

17.>>



Seniorzy zwiedzili Ostrą Bramę, gdzie bł. ks. M. Sopoćko jako kapłan wielokrotnie sprawował Eucharystię w kaplicy Ostrobramskiej

16.>>

OSTRA BRAMA I ANTOKOL

Seniorzy zwiedzili Ostrą Bramę, gdzie bł. ks. M. Sopoćko jako kapłan wielokrotnie sprawował Eucharystię w kaplicy Ostrobramskiej. W dn. 26-28 kwietnia 1935 r. w oknie galerii w Ostrej Bramie podczas zakończenia Triduum w niedzielę Zmartwychwstania ukazał się obraz „Jezu, ufam Tobie”. Ksiądz wygłosił pierwszy raz kazanie o Bożym Miłosierdziu.

Dalej szlak pielgrzymi prowadził seniorów na Antokol, do miejsca, gdzie mieszkała święta siostra Faustyna Kowalska. Kustosz Petras Mackela oprowadził po domku. Opowiedział o życiu i objawieniach siostry Faustyny oraz rodzeniu się w tym miejscu kultu Miłosierdzia Bożego. Został on objawiony świętej siostrze Faustynie, która na podstawie objawień Jezusa spisała Koronkę do Miłosierdzia Bożego i czuwała nad powstaniem obrazu „Jezu, ufam Tobie”.

W Wilnie św. s. Faustyna Kowalska doświadczyła około 80-ciu mistycznych przeżyć. Kilkakrot-

nie Chrystus objawił się jej w tej postaci, którą przelano na obraz „Jezu, ufam Tobie”.

Seniorzy wstąpili też do kościoła św. Michała. Z kościołem tym ksiądz M. Sopoćko związany był przez posługę rektora oraz kapelana sióstr bernardynek, które pełnił w latach 1934-1938, będąc jednocześnie profesorem w seminarium i na uniwersytecie.

KOŚCIÓŁ DUCHA ŚWIĘTEGO

Pielgrzymi podziwiali obraz Jezusa Miłosiernego w Sanktuarium Miłosierdzia Bożego przy ul. Dominikańskiej. Jest to jedyny obraz na świecie, podczas malowania którego była obecna siostra Faustyna Kowalska. Został on w roku 2005 przeniesiony z kościoła Ducha Świętego. Końcowym punktem pielgrzymki była msza św. w kościele Ducha Świętego, którą celebrował wikary Daniel Narkun.

To była wspaniała pielgrzymka, nie tylko wzbogaciła wiedzę seniorów, ale też była okazją do głębszego zrozumienia, co znaczy być mi-

łosiernym. W imieniu wszystkich uczestników serdecznie dziękuję pani przewodnik Reginie za bogate, treściwe i niezapomniane chwile podróży, które na zawsze zostaną w pamięci, a za pokrycie kosztu wynajmu autokaru dziękuję Ambasadzie RP w Wilnie.

Jadwiga Sinkiewicz,
prezes PUTW w Solecznikach
Fot. archiwum PUTW
w Solecznikach

Pielgrzymkę seniorzy rozpoczęli od zwiedzania kościoła pw. św. Michała Archaniola w Taboryszkach. Parafia w Taboryszkach była pierwszą placówką duszpasterską ks. M. Sopoćki, do której skierowany został po święceniach kapłańskich w 1914 r. Służył w parafii do 1918 r. Młodziutki neoprezbiter przyjechał do bardzo rozległej parafii na Wileńszczyźnie nie pracować, lecz służyć.



To była wspaniała pielgrzymka, nie tylko wzbogaciła wiedzę seniorów, ale też była okazją do głębszego zrozumienia, co znaczy być miłosiernym

Wrześniowa Wszechnica Kościuszkowska: Tadeusz Kościuszko jako artysta

Leszek Wątróbski

W programie wrześniowej Wszechnicy Kościuszkowskiej (organizowanej przez Polską Fundację Kościuszkowską) znalazły się: kalendarium Insurekcji (sierpień i wrzesień 1794); sesja naukowa „Tadeusz Kościuszko jako artysta”; koncert utworów muzycznych skomponowanych przez Kościuszkę; wystawa pocztówek Mariana Sołobodowskiego poświęconych Insurekcji.

CZŁOWIEK PONADPRZECIĘTNY

Jeśli spojrzymy na zwykłe życie Tadeusza Kościuszki, zauważymy, że był człowiekiem ponadprzeciętnym i wyjątkowym. Rysował, haftował, rzeźbił w drewnie, grał na fortepianie, a nawet skomponował walca. Tak, tak, mowa tu o naczelniku insurekcji i zwycięzcy spod Racławic — być może najbardziej oryginalnym polskim bohaterze narodowym.

O Tadeuszu Kościuszcze jako artyście rozmawialiśmy w ramach wrześniowej Wszechnicy Kościuszkowskiej, na sesji naukowej, w Muzeum Niepodległości w Warszawie. Jej prelegenci: dr Leszek Marek Krześniak (prezes Polskiej Fundacji Kościuszkowskiej), Lech Marchlewski (kierownik Działu Edukacji i Marketingu Muzeum Niepodległości) i Grażyna Kostawska (artysta plastyk od roku 1994 malująca obrazy o tematyce kościuszkowskiej) zapoznawali uczestników sesji z mało znanymi powszechnie faktami z życia Kościuszki, skupiając się na jego działalności artystycznej.

Według ich opinii Kościuszko już od najmłodszych lat przejawiał zdolności muzyczne i plastyczne. Talent rysunkowy przydał mu się w warszawskiej Szkole Rycerskiej (zwanej też Korpusem Kadetów); za swoje szkice dostał nawet wyróżnienie na egzaminie z fortyfikacji.



Dr Leszek Marek Krześniak, z lewej (prezes Polskiej Fundacji Kościuszkowskiej) i Lech Marchlewski (kierownik Działu Edukacji i Marketingu Muzeum Niepodległości)

RYUNKI, KOBIETY I WICEPREZYDENT

W październiku 1769 roku Kościuszko razem z Józefem Orłowskim, kolegą ze szkoły rycerskiej, wyjechał dzięki wsparciu Adama Kazimierza Czartoryskiego jako stypendysta królewski do Paryża. Pogłębiał tam wiedzę, m.in. w Akademii Wojskowej szwoleżerów gwardii królewskiej w Wersalu. Pobyt Kościuszki we Francji, która była w przededniu rewolucji, wywarł poważny wpływ na jego przekonania polityczne i społeczne.

Zdaniem prelegentów Kościuszko był jednak zainteresowany nie tylko

architekturą militarną. Choć nie planował kariery artysty, to wiele czasu poświęcał na realizację swoich artystycznych pasji. Podczas wspomnianych studiów wojskowych w Paryżu, przyszły Naczelnik rozpoczął również naukę w Królewskiej Akademii Malarstwa i Rzeźby. Edukacja plastyczna trwała na pewno co najmniej rok, ale nie znamy wielu szczegółów.

Rysunki i akwarele zachowane z tego okresu to w większości kopie lub szkice wzorowane na rycinach — ich wykonywanie było wówczas typową praktyką w ramach studiów rysunkowych.

19.>>



Okolicznościowa wystawa pocztówek poświęconych Insurekcji

18.>>

Prace te są dość konwencjonalne, ale dobre technicznie. Malował i rysował przez całe życie. Gdy tylko amerykańskie damy odkryły, że inżynier pułkownik nieźle rysuje, zabiegały o sportretowanie przez Polaka. Kościuszko, który lubił towarzystwo kobiet, ulegał tym prośbom, pozostawił więc w Ameryce wiele rysunków wykonanych dla tamtejszych znajomych.

Podczas drugiej wyprawy za ocean — w którą wyruszył w 1797 r. wraz z Julianem Ursynem Niemcewiczem — narysował między innymi pastelowy portret swojego przyjaciela Thomasa Jeffersona, ówczesnego wiceprezydenta (a w przyszłości prezydenta) Stanów Zjednoczonych. Wracając do Europy rok później, zabrał portret Jeffersona do Paryża, gdzie Michał Sokolnicki przygotował na jego podstawie barwną akwatintę (rodzaj odbitki graficznej).

OGRODNICTWO I MUZYKA

Warto dodać, że Naczelnik mógł poświęcić więcej uwagi swojemu hobby po upadku insurekcji. W bitwie pod Maciejowicami w 1794 r. został ciężko ranny i od tamtej pory często odpoczywał w pozycji półleżącej. Miał dużo czasu na rysowanie, malowanie czy słuchanie muzyki.

Kolejnym obszarem zainteresowań Tadeusza Kościuszki było ogrodnictwo. Podczas pobytu w West Point, w wolnym czasie, uprawiał warzywa, a gdy przez kilka lat mieszkał we Francji, pielęgnował swój przydomowy ogródek.

Nie porzucił również pasji muzycznej. Skomponował trzy utwory na fortepian — dwa polonezy i walc — które powstały prawdopodobnie w petersburskim więzieniu, a później, około 1797 r., zostały wydane drukiem w Londynie.

Różne są opinie nt. wyników jego działalności twórczej. Niektórzy uważają, że je tylko aranżował i że nie są sensu stricto jego autorstwa. „Ale to nie nam rozstrzygać” — powiedział dr Leszek Marek Krześniak. „Niech głowią się nad tym wyłącznie znawcy. Potwierdza to jednak fakt, że T. Kościuszko był nie tylko spiżowym bohaterem, wojownikiem czy gene-



Grażyna Kostawska (artysta plastyk od roku 1994 malująca obrazy o tematyce kościuszkowskiej) i prezes PFK dr Leszek Marek Krześniak

ralem, ale także człowiekiem posiadającym duszę artystyczną” — dodał.

Życie prywatne T. Kościuszki jest nie mniej interesujące niż jego działania militarne i działania publicystyczne jako polityka, jako człowieka, który stworzył państwo okresu wojny.

Ciekawa była również okolicznościowa wystawa pocztówek poświęconych Insurekcji ze zbiorów znanego warszawskiego kolekcjonera Marian Słobodowski (byłego dyrektora wydziału Kultury i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego).

Fot. autor



Muzeum Niepodległości w Warszawie, w którym odbywają się najczęściej spotkania i wszechnice Polskiej Fundacji Kościuszkowskiej

Niszczycielka kości – osteoporoza: jak z nią żyć i zapobiegać chorobie?

Brenda Mazur

Szacuje się, że w Europie ok. 22 mln kobiet i 5,5 mln mężczyzn choruje na osteoporozę. Tak wysokie statystyki podkreślają powagę problemu. Trzeba wyraźnie zaznaczyć, że na osteoporozę chorują osoby z niedoborem witaminy D. Najczęściej są to kobiety po menopauzie, ale zmiany w kościach coraz częściej zaczynają się znacznie wcześniej, już po 40. roku życia. Osteoporozą zagrożeni są seniorzy – u osób w podeszłym wieku nie tylko przyspiesza proces niszczenia tkanki kostnej, ale również spowalnia aktywność komórek budujących kości.

Jak żyć z osteoporozą? Co wolno, a czego nie? Czy można jej zapobiec? – na te pytania odpowiada Milena Nosek dietetyk kliniczny, absolwentka Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, autorka wielu książek, wypowiedzi eksperckich i szkoleń. W 2023 r. spod jej pióra wyszła książka „Jak wygrać z osteoporozą. Dieta dla mocnych kości”.

SKĄD SIĘ BIERZE?

Wydawałoby się, że kości to martwe struktury, w których przez całe życie człowieka nie zachodzą żadne zmiany. Prawda jest jednak taka, że są one bardzo dynamiczne – stale dochodzi w nich zarówno do resorpcji (niszczenia) tkanki kostnej jak i jej odtwarzania. Tylko równowaga między tymi dwoma procesami pozwala utrzymać odpowiednią masę kości.

Niestety, wraz z wiekiem, czy też pod wpływem innych czynników, procesy resorpcji kości zaczynają przeważać nad procesami jej tworzenia. W ten sposób kości, jedne z najbardziej wytrzymałych struktur organizmu człowieka, powoli tracą swoje właściwości, a ich gęstość stale maleje. Prowadzi to do rozwoju osteoporozy, która zwiększa ryzyko złamań pod wpływem nawet bardzo małych urazów.

Uszkodzenie, które u zdrowego człowieka prawdopodobnie przeszłoby bez echa, u osoby z osteoporozą może wyrządzić poważne szkody.



■ Milena Nosek Fot. arch. pryw. M.L.

Wspomniane złamania najczęściej dotyczą kości przedramienia, szyjki kości udowej i kręgosłupa, aczkolwiek mogą lokalizować się także w innych częściach szkieletu.

KIEDY KOŚCI SĄ SŁABSZE?

Za istotny czynnik determinujący, czy i kiedy u danej osoby dojdzie do rozwoju osteoporozy, uważa się wielkość szczytowej masy kostnej – wyliczana u młodych i zdrowych ludzi w wieku ok. 35 lat. Wpływają na nią m.in. czynniki genetyczne, nawyki żywieniowe, działanie hormonów i wydolność narządów kluczowych dla okresu wzrostu.

Fizjologicznie od ok. czwartej dekadzie życia szczytowa masa kostna maleje – zanik ten w skali roku wynosi ok. 0,5 do 1 proc. jej początkowej wartości.

Około 35. roku życia, po szczycie masy kostnej, kości oraz stawy sukcesywnie tracą swoje właściwości, a co za tym idzie, zaczynają pojawiać się częste, drobne dolegliwości – bóle, dyskomfort w ciele, określane przez pacjentów jako „niewygodne” trzeszczenie, strzelanie, klikanie. Zwiększa się podatność na złamania, a także wzrasta ryzyko wszelkich chorób związanych z kośćmi oraz stawami.

I właśnie już wtedy trzeba zacząć o nie dbać, aby uniknąć urazów, zatrzymać postępujące procesy degeneracyjne oraz zmniejszyć istniejący dyskomfort.

WAŻNE: BADANIA PROFILAKTYCZNE

Osteoporoza jest już klasyfikowana jako choroba cywilizacyjna, dlatego warto robić badania profilaktyczne, które pomogą wcześniej ją zdiagnozować i podjąć kroki zmierzające do jej zatrzymania.

Kluczowym badaniem, które stosuje się w diagnozie osteoporozy jest densytometria (DXA), określająca gęstość kości za pomocą specjalnego aparatu rentgenowskiego. Jest to badanie nieinwazyjne, bezbolesne i bezpieczne, i nie ma ograniczeń co do wieku.

Przy stwierdzonej już osteoporozie, badania DXA powinno się wykonywać raz w roku. Densytometria jest uwzględniona w darmowych programach profilaktycznych. Wartość diagnostyczna ma badanie jednej z szyjek kości udowej i kości kręgosłupa lędźwiowego. Pozostałe dodatkowe badania to rentgen (RTG) boczny kręgosłupa, kości przedramienia, ramienia i bliższego końca kości udowej.

W celu precyzyjnego przeglądu zaleca się również tzw. profil kostny z krwi. Oznacza się w nim szczególnie: wit. D, wapń, kalcytoninę, fosfor i fosfatazę zasadową, parathormon (PTH), białko całkowite, albuminy.

Na podstawie badań krwi można też ustalić, czy nie ma innych schorzeń kostnych – jak np. reumatoidalnego zapalenia stawów.

PRAWIDŁOWA MASA CIAŁA

Celem zdrowotnym każdego człowieka powinno być utrzymanie należytej masy ciała czyli takiej, która jest odpowiednia dla wieku, płci i wzrostu. To podstawa dla zdrowia ogólnego, w tym szczególnie dla układu kostno-stawowego, bo on jest „rusztowaniem” całego ciała. Dlatego nie powinien być obciążony żadnymi nadkilogramami.

20.>>

Jeśli człowiek ma nadwagę, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że nieprawidłowo się odżywia.

STYL I ŻYWIENIA A ZDROWE KOŚCI

Osteoporoza pozostaje również w ścisłym związku z naszą dietą np.:

- niską podażą wapnia — w organizmie zdrowego człowieka znajduje się ok. kilograma tego pierwiastka, z czego 99 proc. zmagazynowane jest w kościach; gdy w organizmie zaczyna brakować wapnia, uruchomione zostają mechanizmy, które dążą do uwolnienia tego pierwiastka z kości;

- nadmierną podażą fosforu — nadmierna ilość fosforu hamuje wchłanianie wapnia, co może powodować hipokalcemię i pobudzenie przytarczyc, które mobilizują kostne zapasy wapnia; lecz trzeba wiedzieć, że fosfor to też pomocnik wapnia w budowie kości i razem pełnią ważną funkcję w budowie macierzy kostnej;

- niedożywieniem białkowym — przy niedożywieniu białkowym dochodzi do zaburzenia syntezy kolagenu, zmniejsza się szczytowa masa kostna oraz ilość i siła mięśni;

- wypijaniem dużej ilości kawy i alkoholu — kofeina zwiększa wydalanie wapnia z moczem; wypijanie dużej ilości mocnej kawy może rozregulować bilans wapnia w organizmie; z kolei alkohol ma moc usuwania wapnia wraz z moczem i wpływa toksycznie na komórki budujące kości.

W ochronie kości ogromną rolę odgrywa potas i magnez — to pierwiastki wpływające na pracę naszych mięśni. Są one istotne dla kości, ponieważ ograniczają wydalanie wapnia z moczem. Objawami niedoboru magnezu, ale i potasu są obrzęki, skurcze występujące podczas upałów czy nadmiernego wysiłku, ale też zaburzeniami akcji serca. Biorą one udział w przyswajaniu wapnia, ale aby ten proces przebiegał prawidłowo, potrzebna jest wit. B6.

Wraz z wiekiem tkanka łączna staje się bardziej nieruchoma, bo zmniejsza się w niej udział naturalnego kwasu hialuronowego. Regularne dbanie o to, aby w diecie znalazł się kwas hialuronowy, sprzyja złagodzeniu bólów kostno-stawowych, mięśni i ścięgien. Naturalnie występuje on w pokarmach

bogatych w fitoestrogeny, w tym w roślinach strączkowych, jest też w produktach zawierających flawonidy, np. w zielonych roślinach liściastych, pomidorach, cebuli, jagodach.

Równie ważny jest kolagen — białko budulcowe — wspomaga regenerację stawów i pozwala chrząstce stawowej na prawidłową pracę. Znajdziemy go w galaretkach z nówek wieprzowych czy cielęcych, czy z kurzych łapek. Bardzo popularnym daniem dostarczającym kolagenu jest rosół kolagenowy, bogaty w białko wywar, który uzyskuje się poprzez długie gotowanie kości zwierzęcych.

Kurkuma, która działa anty-zapalnie. Uważa się, że kurkuma ma działanie lecznicze w zmianach zwyrodnieniowych stawów i powinna być używana w profilaktyce wszelkich chorób układu kostno-stawowego.

NO I WODA — ONA JEST JAK MATRYCA

Potrzebują jej wszyscy. Jest lekiem na wiele chorób. Woda ma też niebagatelny wpływ na układ ruchu. Stanowi naturalny czynnik nawilżający, pełni funkcję dystrybutora substancji odżywczych i jest amortyzatorem. Uszkodzenie tkanki kostnej może wynikać z niewłaściwego nawodnienia organizmu, prowadzącego do ubytku mazi stawowej. Jej lepkość i skład zależą od wszystkich mikro i makroelementów dostarczanych z pożywie-

niem, które następnie rozprowadzane są po całym organizmie dzięki wodzie.

Dorośli powinni spożywać 30-35 ml wody na 1 kg masy ciała. Np. człowiek o masie 70 kg powinien dziennie pić minimum 2 100 ml wody. Jeśli ktoś nie lubi czystej wody, to można zmniejszyć jej smak limonką, miętą, pomarańczą. Dobrym sposobem na przemyślenie wody są owoce i warzywa, zupy.

Co warto jeść dla zdrowia kości? Przede wszystkim: rośliny strączkowe i pełnoziarniste produkty zbożowe, brązowy ryż, pełnoziarniste makarony i otręby. Żeby wzmocnić kości, należy pamiętać w diecie o mleku, żółtych serach, twarogach a także o rybach — np. łososiu, makreli.

CZEGO NIE POWINNA ZAWIERAĆ DIETA?

Najczęściej pytamy, co jeść, aby być zdrowym. Mało kto zadaje pytanie, czego unikać? Bo są to najczęściej smaki, które lubimy jak: cukier. Biały, spożywczy, kryształowy, stołowy — cukier jest szkodliwy i nie daje żadnych wartości zdrowotnych, a nawet je niszczy. Osłabia układ odpornościowy, naturalną mikroflorę jelit, zakłóca funkcję układu pokarmowego, a co za tym idzie powoduje pogorszenie kondycji innych układów, w tym kostno-stawowego. Poza tym przyczynia się do nadwagi i obciążenia układu ruchu.

22.>>



Osteoporoza zagrożeni są seniorzy, u których nie tylko przyspiesza proces niszczenia tkanki kostnej, ale również spowalnia aktywność komórek budujących kości Fot. freepik.com

21.>>

Również nadmiar soli w diecie osłabia kości, gdyż powoduje wypłukiwanie wapnia z organizmu. Nie chodzi jednak o to, by całkowicie zrezygnować z soli, a zredukować jej ilość.

Szkodzi żywność wysoko przetworzona. Chodzi w niej o wysoką zawartość sodu, dodatków oznaczonych symbolem E, wysoko utwardzonych tłuszczów, syropu glukozowo-fruktozowego, cukru. Należą do nich: dania gotowe w puszkach, na tackach do odsmażenia czy odgrzania w mikrofalówce. Panierowane i przyprawione mięsa i ryby, słone przekąski, chipsy, zupy w proszku, przyprawy w kostkach, pieczywo cukiernicze długoterminowe, napoje energetyzujące. Szkodzi też: herbata, kawa i używki.

JAK ŻYĆ Z OSTEOPOROZĄ?

Pacjent z osteoporozą to pacjent, który w większym stopniu niż inny powinien sobie zdawać sprawę z ryzyka złamania. Każde zmniejszenie gęstości kości zwiększa to ryzyko. Pacjent z osteoporozą powinien przede wszystkim żyć zdrowo, aktywnie i bezpiecznie. Bezpieczeństwo powinno zostać zachowane zarówno w życiu codziennym, jak i w niestandardowych sytuacjach, jak wykonywaniu niebezpiecznych prac domowych. Dla osób starszych najlepiej jest usunąć z mieszkania wszelkiego rodzaju progi, schody, barierki, chodniki, które zwiększają ryzyko niekontrolowanego upadku, a w następstwie złamania kości.

Chorzy na osteoporozę nie powinni jednak zaprzestawać ćwiczeń fizycznych.

W czasie leczenia osteoporozy należy pamiętać, iż choroba nie zwalnia pacjentów z aktywności fizycznej — wręcz przeciwnie. Ta aktywność powinna być dostosowana do wieku i kondycji.

Aktywność fizyczna zwiększa masę mięśniową pacjenta, która chroni go przed ryzykiem złamania. Tą aktywnością fizyczną dbamy również o BMI pacjenta. Osteoporoza w dużej mierze dotyczy głównie kobiet o drobnej masie ciała, ale nie brakuje również pacjentów z otyłością. Dlatego ważne, żeby wyrównanie BMI było prawidłowe.



Kwas hialuronowy występuje w produktach zawierających flawonidy, np. w zielonych roślinach liściastych, pomidorach, cebuli, jagodach — warto więc, by te produkty częściej gościły na naszym stole **Fot. freepik.com**

Ważny relaks. Wielu kojarzy się on z leżeniem na kanapie czy pod palmką. Jednak prawdziwy efektywny relaks to temat bardziej złożony. Według polskiego psychologa Stanisława Sieka termin „relaks” oznacza odprężenie zarówno psychiczne jak i fizyczne, oraz wewnętrzny spokój, radość a nawet euforię.

A dlaczego relaks jest potrzebny kościom? Kiedy się relaksujesz, ciało dostaje informację, że wszystko jest ustabilizowane. Obniża się poziom hormonu stresu. Który przyczynia się do powstania wolnych rodników i wielu zaburzeń w ciele człowieka. Podczas odpoczynku odprężeniu ulegają mięśnie, czynna część układu ruchu, ściśle połączona z kośćmi a zatem mająca również na nie wpływ.

Sama myśl i chęć relaksu nie wystarczy. Należy się w taki stan wprowadzić i poczuć go na poziomie biologicznym. Jest to praca z oddechem, automasaż lub masaż leczniczy u terapeuty, aromatyczna kąpiel, medytacja. Relaks to niezbędny wstęp do dobrego regenerującego snu, który jest bardzo ważny dla ogólnego zdrowia, w tym dla zdrowia układu kostno-stawowo-mięśniowego.

Warto sięgnąć po książkę „Jak wygrać z osteoporozą Dieta dla mocnych kości”. Wraz z autorką Iloną Nosek przeprowadzisz analizę swojego sposobu odżywiania i dowiesz się, co wprowadzić do diety, a co z niej wyeliminować. ■



Aktywność fizyczna zwiększa masę mięśniową pacjenta, która chroni go przed ryzykiem złamania **Fot. freepik.com**

Krzyżówka

[illegible]

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI Z 22-23 PAŹDZIERNIKA

Pozio: ULEPEK - OMLET - EWOLUCJA - WIRUS - CRAIG - BISTRO - ŚLEPOTA
- PAPROĆ - COLIN - SENAT - KOPER - SZMATA - OBORA - KATORŻNIK - MATU-
RA - CZOŁO - PHENIAN - FASADA - RAKSA - BRANDYS - SSAK - OMAR - ZRAZ
- ŁĄCZEK - NAWA - DANIE - OLDBOJ - SWAD - RADA - CACKO - AZOTAN

Pionowo: LEWICA - SZKAPA - ROLADA - LEWIS - POEMAT - SZAMAN - PORTER
- NATURA - NACISK - WELUR - ORATOR - DRZEWO - KUSOŚĆ - TARAPATY - SZ-
KODA - OJCIEC - KONCERN - SMAR - PODOBIZNA - SANDRO - ATOL - POKOIK
- SZABAT - LEKI - TIGER - ŁASKA - WODA - GLAN - RAMONA - KRAJAN

Hasło: Oficjalna wiadomość

Uśmiechnij się!

– Jest tatuś?
– Nie, wyjechał na dwa tygodnie nad morze.
– Na wypoczynek?
– Nie, z mamą.

Dwóch malców siedzi w piaskownicy i dyskutuje:

– Mój tata jest najszybszy
na świecie.

– A wcale, że nie!

– A wcale, że tak! Jest urzędnikiem. Pracuje codziennie do piątej, a w domu jest piętnaście po czwartej.

W aptece pacjent otrzymał pudełko z lekami. Pyta panią magister:

– Przepraszam, jak to się otwiera?

- Wszystkie informacje są w środku
- odpowiada aptekarka.

Jasiu, umiesz liczyć?

– Tak, tato mnie nauczył.

– To powiedz, co jest po sześciu?

– Siedem.

– Świetnie, a po siedmiu?

– *Osiem.*

– Brawo, nieźle cię tato nauczył, a

co jest po dziesięciu?

— *Walet.*

Nowak pyta Kowalskiego:

– Zbyszek, twoja żona jest brunetką czy blondynką?

– Nie mam pojęcia.

– Jak to?

– Dwie godziny temu poszła do fryzjera, ale jeszcze nie wróciła.

Po ogoleniu klienta fryzjer mówi:

– Gotowe. Płaci pan 8 euro.

– Jak to? Przed goleniem mówił pan, że będzie kosztować 5 euro!

– Tak, mówiłem, ale musi pan dopłacić za trzy opatrunki, które panu założyłem na rany.

– Panie Kowalski, rozważyłem
wszystko dokładnie – mówi sędzia
na rozprawie rozwodowej. – I posta-
nowiłem przyznać pańskiej żonie 2
tys. euro miesięcznie.

– Świetnie, Wysoki Sądzie – odpowiada Kowalski. – Ja też od czasu do czasu dorzucę jej parę euro od siebie.

VII MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL MONOSPEKTAKLI monowschód VII

„Dobre tylko, co prawdziwe.”

Sławomir Mrożek

12-17 XI 2024 Wilno/Troki



Program

- 12 listopada /wtorek/**
19:00 OTWARCIE FESTIWALU
19:15 Jagoda Rali, KALINA (Polska / Litwa, 60 min.)
d. Teatr na Pohulance, obecnie Stary Teatr w Wilnie, ul. Jana Basanowicza 13
- 13 listopada /środa/**
19:00 Fundacja Pomysłodźnia
NIE TYLKO PRZEMYSŁ (Polska, 60 min.) + spotkanie pospektaklowe
Dom Kultury Polskiej w Wilnie, ul. Naugarduko 76
21:30 Dorota Górczyńska-Bacik & Remi Juśkiewicz
MOJE MANOWCE - wieczór literacko-muzyczny (Anglia / Polska, 70 min.)
Restauracja Sakwa
12:20-14:55 Warsztaty z pisania o teatrze*
- 14 listopada /czwartek/**
17:00 / 19:00 / 21:00 Teatr Nasz z Chicago
TEN ZAPACH MIAŁ KOLOR NIEBIESKI (USA, 45 min.)
Pokoje hotelowe w hotelu Pan Tadeusz w Wilnie, ul. Naugarduko 76
12:00 Polski Teatr „Studio”, ZAPISKI OFICERA ARMII CZERWONEJ (Litwa, 75 min.)
Gimnazjum im. Longina Komotowskiego w Polukniu
19:00 Wernisaż wystawy: Dorota Górczyńska-Bacik, MIĘDZY SŁOWAMI
20:00 MOJE MANOWCE - wieczór literacko-muzyczny (Anglia / Polska, 70 min.)
Galeria Foje w Trokach, ul. Birutės 8
16:00-21:00 Warsztaty aktorskie*
- 15 listopada /piątek/**
12:00 Patrycja Zając - DOKOŁA ŚWIATA Z NELLIE BLY (Szkocja, 60 min.)
19:00 Remi Rachuba - INTRUDER/INTRUZ (Anglia, 60 min.)
Dom Kultury Polskiej w Wilnie, ul. Naugarduko 76
- 16 listopada /sobota/**
19:00 Zbigniew Chrzanowski - ZACZAROWANA DOROŻKA (Ukraina, 60 min.)
Galeria Foje w Trokach, ul. Birutės 8
11:00-16:00 Warsztaty choreograficzne*
12:00-14:00 III Zjazd Unii teatrów polskich poza Polską*
- 17 listopada /niedziela/**
16:30 Mateusz Nowak - OD PRZODU I OD TYŁU (Polska, 70 min.)
Dom Kultury Polskiej w Wilnie, ul. Naugarduko 76
19:00 Szymon Cempura - PLAC ŚWIĘTEJ TRÓJCY
(Ukraina/Polska, Teatr Dramatyczny w Płocku, 70 min.)
Sala teatralna Domu Kultury Polskiej w Wilnie, ul. Naugarduko 76
ZAMKNIĘCIE FESTIWALU

* Wydarzenia realizowane w ramach zadania: „Teatr polski poza Polską” realizowanego w partnerstwie z Instytutem Teatralnym, dofinansowanego ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Festiwalowi towarzyszy akcja Teatr powodzianom w Polsce, podczas której będą zbierane pieniądze na pomoc dla ofiar powodzi w Polsce

Na wszystkie wydarzenia WSTĘP WOLNY

www.teatrstudio.lt, Facebook: www.facebook.com/TeatrStudioWilno
tel. +37 065 264 608, e-mail: teatr.studio.wilno@gmail.com

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany programu.

facebook.com/PST.TeatrStudio



KUPNO

Najdrożej na Litwie kupujemy lasy (dojrzałe, młode, na drewno, poręby), ziemię i zagrody.

Tel. +370 651 39 039

Kupię las. Rozliczam się od razu.

Tel. +370 686 03 070

Skupujemy samochody w dowolnym stanie. Załatwiamy dokumenty. Rozliczamy się na miejscu. Tel. +370 611 33 626

Kupię mieszkanie. Może być bez remontu. Proponować różne warianty.

Tel. +370 683 73159

W konkurencyjnych cenach skupujemy samochody. Załatwiamy dokumenty. Wasz samochód – nasza troska.

Tel. +370 602 05 044

Kupujemy las, ziemię. Wykonujemy cięcia sanitarne. Załatwiamy dokumenty. Rozliczamy się od razu.

Tel. +370 606 01 125

Kupujemy ziemię (opuszczone i zarośnięte lasem, krzakami). Załatwiamy dokumenty. Szybkie rozliczenie. Tel. +370 692 88 088

USŁUGI

Usługi cmentarne. Montaż pomników, nagrobków, płyta nagrobkowa – grobowce. Renowacja mogił, układanie kostki brukowej, wypełnienie kruszonym kamieniem i inne prace. www.gravas.lt, Vilnius, tel. +370 670 06 868

Generalny remont łazienki. Wszystkie prace remontowe mieszkania. Tel. +370 606 43 448

Remontujemy pokrycia dachowe, fasady. Wieloletnie doświadczenie. Tanio

kompletujemy materiały, udzielamy gwarancji.

Tel. +370 677 34 202

Pokrycie dachowe, naprawa. Dostawa materiału. Gwarancja pracy. Niedrogo i jakościowo.

Tel. +370 606 97 218

POZNAJMY SIĘ

Kawaler, 48 lat, pozna kobietę do stałego związku. Tel. 0048 509 758 058

PRACA

Hotel zatrudni na pół etatu emerytkę.

Tel. +370 699 54718

Zatrudnimy opiekunkę do osób starszych, do pracy w opiece. Tylko starsze kobiety, ze znajomością języka niemieckiego. Chętnie z doświadczeniem. Whatsapp 004917655308892

DO WYNAJĘCIA

Do wynajęcia 2-pokojowe mieszkanie w Polsce, miasto Olsztyn.

Tel. +370 600 15 831

KUPUJEMY LASY
DOJRZAŁE, MŁODE,
NA DREWNO, PORĘBY,
ZIEMIĘ, ZAGRODY W
CAŁEJ LITWIE 8 676 41155

UAB „Krekenavos agrofirma”
SKUPUJEMY BYDŁO
KROWY, CIELICE, BYKI
WEDŁUG WAGI RZEŻNEJ BĄDŹ ŻYWEJ
WAŻY, PLACI OD RAZU, TRANSPORTUJE
TEL. (8 620) 61179

NAPRAWIAMY
• telewizory (LCD, plazmowe)
• komputery • monitory
• kamery wideo
• cyfrowe aparaty fotograficzne
• wieże muzyczne i inną aparaturę dźwiękową
• telefony komórkowe, radiotelefony
• mikrofalówki, odkurzacze.
Wykonujemy skomplikowany remont.
Udzielamy gwarancji.
Vilnius, ul. Kauno 34
tel. 8 655 22234
www.taisykla.com

Świadczenie pomocy prawnej w sprawach zwrotu ziemi i innych nieruchomości

Bezpłatna pomoc prawna w sprawach zwrotu ziemi udzielana jest przez Związek Prawników Polaków na Litwie w Domu Kultury Polskiej w Wilnie przy ul. Nowogródzkiej (**Naugarduko**) 76. Pokój Nr. 211.

Osoby zainteresowane prosimy o rejestrację pod numerem tel. **(+370 5) 233 0450 w godz. 9.00 – 16.00.**

Pomoc prawną świadczą wykwalifikowani radcowie prawni i adwokaci.

Projekt finansowany ze środków Kancelarii Prezesa Rady Ministrów w ramach konkursu Polonia i Polacy za Granicą 2023

KAWIARNIA
SULTINIAI
• Smaczne pierogi z nadzieniem
• Aromatyczna kawa, herbata
• Szybka obsługa
• Gorące dania
Znajdą nas Państwo w samym centrum stolicy:
Vilnius, Jogailos 6
tel. 262 40 67, +370 5 212 43 91,
+370 612 62339

um
UTENOS MĖSA
SKUPUJEMY BYDŁO
+370 620 33544

ekonovus
Poszukujemy pracowników w Wilnie
Poszukujemy do pracy:
■ TRAKTORZYŚCI (TR1/TR2,/SM,kat) 1100-1500 EUR/miesiąc)
■ SPECJALIŚCI ZAZIELENIANIA (1000-1500 EUR/miesiąc)
■ PRACOWNICY BRYGADY MOBILNEJ (900-1200EUR/miesiąc)
■ SPECJALISTOM DO SPRAW NADZORU TERYTORIALNEGO (800-950UR/miesiąc)
■ LEŚNICY (1000-1400EUR/miesiąc)
■ PRACOWNICY NA WYSKOŚCIACH (AUKŠTALIPAI) (1000-1400EUR/miesiąc)
■ MENADŻER PRACY (1500-2000EUR/miesiąc)
Tel. 8 698 10 732; 8 690 91 969
Wynagrodzenie po opodatkowaniu plus premie w zależności od wyników
Czekamy na Ciebie!

Zatrudnimy ślusarza (mechanika)

- wynagrodzenie od 800 euro
- miejsce pracy: Wilno, Birbynių g. 4A
- obowiązki: remont samochodów

Informacja:

+370 685 040 80
info@klion.lt



7.05 „Podróże do bajek”
7.15 Alchemik
7.30 Pożyteczni.pl
7.55 Górna półka smaku
8.20 Ukryte skarby
8.45 Rozmowy (nie)wygodne
9.35 S. „Sześć sióstr”
10.30 Gra słów
10.50 Słownik polsko@polski
11.20 Alchemik
11.35 „Podróże do bajek”
11.45 Kultowe rozmowy
12.10 S. „Korona królów”
12.35 S. „Leśniczówka”
13.00 Info Wilno
13.05 Rozmowy w Mackiewiczówce
13.35 Polacy to wiedzą!
14.00 To jest grane
14.25 „Dzienniki z Niebieskiej Szkoły” film dok.
15.20 Jesteśmy stąd
15.25 „Sukces jest kobietą”
15.50 Info Wilno
16.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego
16.20 S. „Klan”
16.45 S. „Barwy szczęścia”
17.10 Podróże do bajek
17.20 Raport naukowy
17.45 S. „Tygrysy Europy”
18.35 Z Historią na Ty
19.00 Info Wilno
19.15 Studio Wilno
19.40 S. „M jak miłość”
20.30 Program informacyjny
20.55 Pytanie dnia
21.05 S. „Komisarz Alex”
21.50 Kultowe rozmowy
22.15 Ukryte skarby
22.35 Rozmowy w Mackiewiczówce
23.05 S. „Paradoks”
23.55 Info Wilno
00.10 Studio Wilno
00.30 Z Historią na Ty
00.50 S. „Tygrysy Europy”

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.02 Dzień dobry Litwo
6.30, **7.00**, **7.30**, **8.00**, **8.30** Wiadomości
9.00 S. „Morderstwa na północy”
9.50 S. „Krzyk o pomoc”
10.40 S. „Doktor Martin”
11.30 S. „Ostatni ślad Berlina”
12.15 Euromaxx
12.30 Kto i dlaczego?
13.00 „Anthony Bourdain. Części nieznanne”
13.45 Momenty „Festiwali Piosenki 2024”.
14.00, **15.00**, **16.00**, **16.30** Wiadomości
14.20, **15.15** Dzień dobry Litwo
16.25 S. „Raj dla kobiet”
17.10 S. „Dziedzictwo”
18.00 Kto i dlaczego?
18.30 Ważna godzina
19.30 Euroliga przez LRT.
19.45 Turniej koszykówki Euroligi. „Žalgiris” – „Maccabi Playtika”
22.00 „Wieczorem z Audrium Giržad”
23.00 „Połączenie Morza Północnego” thriller
23.45 S. „Wikingowie”



6.00 Filmy anim.
6.30 S. anim. „Tom i Jerry Show”
7.00 S. „Bądź moim słońcem”
8.00 S. „Walker, strażnik Teksasu”
10.00 S. „Krwa-we kwiaty”
12.00 Wiadomości
13.00 Pani chłopka
14.00 S. „Moja mała”
15.00 S. „Kakao”
16.00 Kto tu jest?
16.30 Dobry wieczór, Litwo
18.30 Wiadomości
19.30 KK2
20.00 Całuję. Rūta
21.00 S. „Poważne sprawy”
21.30 Wiadomości

22.30 „Gdybym tylko tu był” komedia
00.40 S. „L.A.’s Finest”

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.05 Dziki świat świerku
7.00 Kto i dlaczego?
7.30 Litwa przemawia
8.30 Menora
9.00 Dzień dobry, Litwo
11.30 Jesteśmy Ukraińcami
12.00 S. dok. „Jak oni to zbudowali?”
12.45 Momenty „Festiwali Piosenki 2024”.
12.55 Wizjonerzy
12.50 Notatki przyrodnika
13.15 Oto kino
14.00 Koncert
15.15 Spójrz głębiej
15.35 S. „Doktor Martin”
16.20 S. „Serce kraju”
17.05 Euromaxx
17.20 Dzień dobry, Litwo
19.25 „Wersja ostateczna” film dok.
20.30 Panorama
21.00 Temat dnia
21.30 „Zdeformowane lądy” dramat
01.00 S. „Raj dla kobiet”



6.00 TV pomoc
8.00 „Show dobre-go wieczoru”
9.30 S. „Nie dla ciebie, Martyna”
10.00 S. „W wirze miłości”
11.00 S. „Kobiety lekarzy”
12.00 Świeże pomysły z LIDL
12.02 S. „Nie puszcza-ję mojej ręki”
14.00 S. „Kopalnie pasji”
15.00 S. anim. „Simpsonowie”
16.00 TV3 wiadomości
16.00 Świeże pomysły z LIDL
16.32 TV Pomoc
18.30 TV3 wiadomości

19.30 S. „Gliny”
21.00 S. „Kobiety kłamią lepiej”
21.30 Wieczorne wiadomości TV3
22.20 TV3 sport
22.30 Świeże pomysły z LIDL
22.32 „Najdłuższa noc” film fab.
00.20 S. „Prawo i porządek”



6.00 „Zasady mojej kuchni”
7.20 S. „Agenci Sprawiedliwości”
8.30 S. „Policjant z przeszłości”
9.30 S. „C.O.D.E.”
10.30 S. „MacGyver”
11.30 „CSI. Miami”
12.30 S. „Świeża krew”
13.30 „Zasady mojej kuchni”
15.00 S. „Pod pokładem”
16.00 S. „C.O.D.E.”
17.00 S. „MacGyver”
18.00 S. „CSI. Miami”
19.00 S. „Zabójcza broń”
20.00 „Wojny kupujących”
20.30 „Wojny sąsiedzkie”
21.00 „Destrukcja: Los Angeles” film fab.
22.50 „Wrota zaświatów” thriller

5.00 Nowy dzień
6.00 S. „Stary”
7.30 Szlaki partyzanckie
8.00 S. „Otwarty cel”
9.00 S. „Real-na mistyka”
10.00 S. „Aleksandra”
11.00 S. „Stary”
12.30 Anatomia mieszkania
13.00 Nowy dzień
14.00 S. „Historia jednego przestępstwa”
15.00 S. „Kim jesteś?”
16.00 Reporter
16.20 Sport. Pogoda
16.30 Litwa na żywo
17.00 S. „Niespodzie-

wana sprawiedliwość”
18.00 Reporter
18.20 Sport. Pogoda
18.30 S. „Stary”
20.00 Reporter
20.18 Sport. Pogoda
20.20 S. „Gry dla dorosłych dzieci”
21.25 S. „Aleksandra”
22.30 Reporter
22.50 Sport. Pogoda
23.00 Litwa na żywo
23.30 S. „Historia jednego przestępstwa”



5.35 S. „Komisarz Alex”
7.30 S. „Cobra 11”
8.30 „Gwiazdy lombardu”
9.00 „Zwiadowca przeszłości”
9.30 „Magazy-nowe wojny”
10.00 „Najzabawniejsze filmiki Ameryki”
11.00 „Brutto i Netto”
11.30 S. „Najdroższy serial”
12.00 „Mistrz kulinarny”
13.00 „Czynnik strachu”
14.00 S. „Cobra 11”
15.00 S. „Chicago Fire”
16.00 S. „Komisarz Alex”
18.00 S. „Simpsonowie”
19.00 „Brutto i Netto”
20.00 „Najzabawniejsze filmiki Ameryki”
21.00 „Zbuntowana” thriller
23.20 S. „Yellowstone”
00.30 S. „Smeris”



6.00 S. „Niewinni”
7.00 S. „Czarownica”
8.00 S. „Wróżka”
8.30 S. „Ślepa”
9.00 S. „Zakazany owoc”
10.00 S. „Major Crimes”
11.00 S. „Specjaliści”
12.00 S. „Zabójcze umysły”
13.00 S. „Prawo i porządek”
14.00 S. „Partnerki”
15.00 S. „Anupamaa”

15.30 S. „Obiecany”
16.00 S. „Bądź ze mną”
17.00 S. „Wróżka”
17.30 S. „Ślepa”
18.00 S. „Specjalista”
19.00 S. „Doktor House”
20.00 S. „Prawo i porządek”
21.00 „Nie zabijaj”
23.25 „Morderstwo francuskie”



05.50 S. „Klan”
06.15 S. „Dziedzictwo”
07.05 S. „Wichrowe wzgórze”
08.00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
08.30 „Pełnia Wiary”
09.00 S. „Akacyjowa 38”
09.50 S. „Ranczo”
10.50 S. „Komisarz Alex”
11.45 S. „Ojciec Mateusz”
12.35 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
13.10 Agrobiznes
13.35 „To się opłaca”
13.55 „Najpiękniejsze parki Europy” film dok.
15.00 S. „Wichrowe wzgórze”
15.55 „Jaka to melodia?”
16.35 „Gra słów. Krzyżówka”
17.05 S. „Dziedzictwo”
18.00 „Teleexpress”
18.20 „Jaka to melodia?”
18.55 S. „Klan”
19.25 „Reporterzy”
19.45 S. „Akacyjowa 38”
20.30 „Program informacyjny 19.30”
20.55 „Pytanie dnia”
21.30 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
22.05 S. „Ojciec Mateusz”
23.05 „Sprawa dla reportera”
00.05 „Ula” film dok.



07.10 „Muzycz-

ne poranki”
07.25 „Wydarzenie aktualne”
08.00 „Tamte lata, tamte dni”
08.30 „Podróż z historią”
09.05 Portrety
09.40 „Którędy po sztukę”
10.00 S. „Najważniejszy dzień życia”
11.05 „Eroica” komedia
12.40 „Reżyserzy”
13.40 „Poczet świętów polskich”
14.20 „Kobiela na plaży” film TVP
15.05 „Monolog trębacza” film TVP
15.45 „Statyści” komedia
17.50 S. „Najważniejszy dzień życia”
19.00 Którędy po sztukę
19.10 „Portrety”
19.45 „Keith Jarrett”
21.00 Hala odlotów
22.00 „Katyń” dramat
00.15 S. „Matylda”



07.00 „Panorama”
07.35 „Słownik polsko@polski”
08.00 „Zasmakuj w Sienkiewicz”
08.30 „Pytanie na śniadanie”
12.10 „Kierunek Zachód”
12.30 S. „Barwy szczęścia”
13.00 „Gość Poranka”
13.25 S. „O mnie się nie martw”
15.05 „Studio w kontakcie”
15.50 „Nad Niemnem. Za wschodnią granicą”
16.05 S. „Bajki Pana Bałagana”
16.30 „Program informacyjny”
17.00 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
17.30 S. „Barwy szczęścia”
18.00 „Teleexpress”
18.20 „Gra słów.

Krzyżówka”
18.50 „Teleexpress Extra”
19.15 „Zakochaj się w Polsce”
19.45 „Panorama”
20.10 „W obiektywie Polonii”
20.30 „Program informacyjny 19.30”
20.55 „Pytanie dnia”
21.25 S. „Pitbull”
23.15 „Polonia 24”



07.55 „Był taki dzień”
08.00 „Wojownicy czasu”
08.25 „Fake czy historia?”
09.10 S. „Stulecie Winnych”
09.55 „Kuchnia dwudziestolecia”
10.25 „Podróż z historią”
10.50 „Historia Polski” film dok.
11.40 „Encyklopedia II wojny światowej”
12.00 S. dok. „Podziemne Włochy”
13.00 „Przypadek Polski. Polityka i idee”
13.15 S. „Daleko od szosy”
14.25 „Kroniki miasta”
15.20 „Polska i świat z historią w tle”
15.35 „Kroniki Hitlera”
16.30 S. „Korona królów”
16.55 „Z Historią na Ty”
17.15 „Szlakiem miejsc niezwykłych”
17.20 „Sensacje XX wieku”
18.05 „Towarzysz Wiesław” film dok.
19.05 „Polacy na ratunek Żydom”
19.20 „Flesz historii”
19.35 „Ci cholerni Polacy”
19.50 S. „Stulecie Winnych”
20.35 „Koło historii”
21.00 „Janine” film dok.
22.00 „Rajska jabłoń” film obycz.
23.50 „Giganci nauki”
00.00 „Sensacje XX wieku”



00.05 Misjonarz
01.00 Słowo życia
01.05 Świat w obrazach
01.10 Informacje dnia
01.30 Sanktuarium polskie
01.55 Poczet Wielkich Polaków
02.00 Anioł Pański
02.05 Ma się rozumieć
02.15 Rozmowy niedokończone
03.25 Święty na każdy dzień
04.00 Informacje dnia
04.20 Różaniec
04.50 Myśląc Ojczyznę
05.00 Apel Jasnogórski
05.20 Informacje dnia
05.40 Polski Punkt Widzenia
06.00 Żołnierz Kościoła
07.00 Audycja Generalna Ojca Świętego Franciszka z Watykanu
07.50 Muzyczne chwile
08.00 Po stronie prawdy
08.55 Poczet Wielkich Polaków
09.00 Informacje dnia
09.15 Polski Punkt Widzenia
09.35 Słowo życia
09.40 Muzyczne chwile
09.55 Święty na każdy dzień
10.00 Na zdrowie
10.20 Opowieści biblijne – historie animowane z Nowego Testamentu
10.45 Zrozumieć wartość życia – rozmowa z dr Wandą Półtawską
11.00 Informacje dnia
11.15 Rozmowy niedokończone
12.25 Myśląc Ojczyznę
12.35 Przyroda i ludzie
13.00 Anioł Pański
13.03 Informacje dnia
13.20 Wykłady z konferencji „W obronie państwa prawa”

14.05 Św. Józef patron na trzecie tysiąclecie
14.20 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela”
14.30 Msza święta z Jasnej Góry
15.20 Muzyczne chwile
15.35 Pasjonat muzyki i malarstwa. Marcin Żarnecki
16.00 Po stronie prawdy
16.50 Ma się rozumieć
17.00 Informacje dnia
17.10 Z wędką nad wodę w Polskę i Świat
17.35 Sól ziemi
18.05 Akademia prolife
18.15 Muzyczne chwile
18.30 Odpowiedzialni za Kościół
18.55 Poczet Wielkich Polaków
19.00 Anioł Pański
19.05 Informacje dnia
19.15 Rozmowy niedokończone
20.25 Święty na każdy dzień
20.30 Przyjaciele i bohaterowie
21.00 Informacje dnia
21.20 Różaniec
21.50 Głos Polski
22.00 Apel Jasnogórski
22.20 Informacje dnia
22.40 Polski Punkt Widzenia
23.00 Głos serca
23.45 My chcemy Boga!



7.00 Fani czterech kółek
9.00 Jak to jest zrobione?
10.00 Łowcy klasyków
12.00 Łowcy staroci
19.00 Jak to jest zrobione?
19.30 Jak to działa?
20.00 Łowcy staroci: renowacje
21.00 Łowcy staroci
22.00 Łowcy staroci: renowacje
23.00 Zabójcze łowienie
00.00 Nagi instynkt przetrwania

TVP
WILNO

6.45 Studio Wilno
7.05 Superkrowe ABC
7.30 Na wszelki wypadek
7.55 Okrasa łamie przepisy
8.20 Z Andrussem po Galicji
8.45 Polonia 24
9.20 Portrety wileńskie
9.35 S. „Sześć sióstr”
10.35 Gra słów
10.55 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka
11.20 Superkrowe ABC
11.50 Kultowe rozmowy
12.20 S. „Komisarz Alex”
13.00 Info Wilno
13.05 Imbir i Cytryna
13.30 Do śmiechu!
14.20 Tajemnice początków Polski
15.00 Strona po stronie
15.10 Świadectwo
15.25 Stacja Arktyka
15.50 Info Wilno
16.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego
16.20 S. „Klan”
16.40 S. „Barwy szczęścia”
17.10 „Licz na Wiktora”
17.20 Superkrowe ABC
17.45 S. „Na dobre i na złe”
18.35 Unia kulinarna
19.00 Info Wilno
19.15 Studio Wilno
19.35 Zapomniani, odzyskani
19.40 S. „Dom nad rozlewiskiem”
20.30 Program informacyjny
20.55 Pytanie dnia
21.05 „Ach śpij kochanie” film kryminalny
22.45 Imbir i Cytryna
23.05 S. „Ojciec Mateusz”
00.50 Info Wilno
00.05 Studio Wilno
00.25 Unia kulinarna

LRT | TV

6.00 Hymn Republiki Litewskiej

6.02 Dzień dobry Litwo
6.30, 7.00, 7.30, 8.00, 8.30 Wiadomości
9.00 S. „Morderstwa na północy”
9.50 S. „Krzyk o pomoc”
10.40 S. „Doktor Martin”
11.30 S. „Ostatni ślad Berlina”
12.15 Euromaxx
12.30 Kto i dlaczego?
13.00 „Anthony Bourdain. Części nieznane”
13.45 Momenty „Festiwali Piosenki 2024”.
14.00, 15.00, 16.00, Wiadomości
14.20, 15.15 Dzień dobry Litwo
16.25 S. „Raj dla kobiet”
17.10 S. „Dziedzictwo”
18.00 Kto i dlaczego?
18.30 Ważna godzina
19.30 Władcy pierścieni
20.30 Panorama
21.00 Temat dnia
21.30 Złoty umysł
22.45 „Ktoś, kogo znałem” komedia
00.30 „Strażnik” thriller



6.00 Filmy anim.
6.30 S. anim. „Tom i Jerry Show”
7.00 S. „Bądź moim słońcem”
8.00 S. „Walker, strażnik Teksasu”
10.00 S. „Krwawe kwiaty”
12.00 Wiadomości
13.00 Panna chłopka
14.00 S. „Moja mała”
15.00 S. „Kakao”
16.00 Kto tu jest?
16.30 Dobry wieczór, Litwo
18.30 Wiadomości
19.30 KK2
21.00 „Ci, którzy życzą mi śmierci” thriller
23.15 „Ciche miejsce 2” thriller

LRT | PLUS

6.00 Hymn Repu-

bliki Litewskiej
6.05 LRT słyszy
7.00 Kto i dlaczego?
7.30 Wieczorem z Audrium Giržad
8.30 Niedzielne przemyslenia
9.00 Dzień dobry, Litwa
11.30 Nasza rosyjska ulica
12.00 „Wersja ostateczna” film dok.
13.05 „Litwin w sercu”
14.00 Kocham Litwę
15.35 S. „Doktor Martin”
16.20 S. „Serce kraju”
17.05 Euromaxx
17.20 Dzień dobry, Litwo
19.30 Otwarta kombinacja
20.00 Dzień Kultury
20.30 Panorama
21.00 Temat dnia
21.30 „Niezgoda” komedia
23.10 Euromaxx
23.30 „O świecie X”



6.00 „TV pomoc”
8.00 S. „Gliny”
9.30 S. „Nie dla ciebie, Martyna”
10.00 S. „W wirze miłości”
11.00 S. „Kobiety lekarz”
12.00 Świeże pomysły z LIDL
12.02 S. „Nie puszczaj mojej ręki”
14.00 S. „Kopalnie pasji”
15.00 S. anim. „Simpsonowie”
16.00 TV3 wiadomości
16.30 Świeże pomysły z LIDL
16.32 TV Pomoc
17.55 Talenty grillowania LIDL
18.30 TV3 wiadomości
19.30 „Pan Peabody i Sherman” film anim.
21.30 Wieczorne wiadomości TV3
22.20 TV3 sport
22.30 Świeże po-

mysły z LIDL
22.32 „Power Rangers” film fab.



6.00 „Zasady mojej kuchni”
7.20 S. „Agenci Sprawiedliwości”
8.30 S. „Policjant z przeszłości”
9.30 S. „C.O.D.E.”
10.30 S. „MacGyver”
11.30 S. „CSI. Miami”
12.30 S. „Świeża krew”
13.30 „Zasady mojej kuchni”
15.00 S. „Pod pokładem”
16.00 S. „C.O.D.E.”
17.00 S. „MacGyver”
18.00 S. „CSI. Miami”
19.00 Wrestling
21.00 „Dobre zabijanie” thriller
23.05 „Destrukcja: Los Angeles” film fab.

lrytas.tv

5.00 Nowy dzień
6.00 S. „Stary”
7.30 Akademia wsi
8.00 Godzina TV wolność
9.30 Życie w biznesie
10.00 Formula zdrowia
10.30 Pyszne życie
11.00 Przewodnik po długowieczności
11.30 Nasze zwierzęta
12.30 Kod zdrowia
13.00 Nowy dzień
14.00 S. „Ela Shion. Więzy rodzinne”
16.00 Reporter
16.20 Sport. Pogoda
16.30 Pół godziny z Valatką
17.00 S. „Niespodziewana sprawiedliwość”
18.00 Reporter
18.20 Sport. Pogoda
18.30 S. „Stary”
20.00 Reporter
20.20 S. „Gry dla dorosłych dzieci”
21.25 S. „Aleksandra”
22.30 Reporter
22.50 Sport. Pogoda
23.00 Anatomia mieszkania

23.30 Pół godziny z Valatką
00.00 Godzina TV wolność



5.35 S. „Komisarz Alex”
7.30 S. „Cobra 11”
8.30 „Gwiazdy lombardu”
9.00 „Przewodnik budowlany”
9.30 „Wojny magazynowe”
10.00 „Najzabawniejsze filmiki Ameryki”
11.00 S. „Najdroższy serial”
12.00 „Mistrz kulinarny”
13.00 „Silniki miasta grzechu”
14.00 S. „Cobra 11”
15.00 S. „Chicago Fire”
16.00 S. „Komisarz Alex”
17.00 S. „Badacz”
18.00 S. „Simpsonowie”
19.00 S. „Najdroższy serial”
20.00 „Gliny”
21.00 „Wieczór panieński” dramat
22.50 „Mordercze starcie” dramat

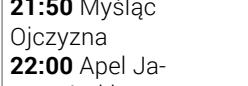


6.00 S. „Niewinni”
7.00 S. „Czarownica”
8.00 S. „Wróżka”
8.30 S. „Ślepa”
9.00 S. „Zakazany owoc”
10.00 S. „Ślub za miliony”
11.00 S. „Specjaliści”
12.00 S. „Zabójcze umysły”
13.00 S. „Prawo i porządek”
14.00 S. „Partnerki”
15.00 S. „Anupamaa”
15.30 S. „Obiecany”
16.00 S. „Bądź ze mną”
17.00 S. „Wróżka”
17.30 S. „Ślepa”
18.00 S. „Specjalista”
19.00 S. „Dok-

tor House"

20.00 S. „Prawo i porządek"**21.00** „Tajemnice Brokenwood"**23.05** „Zbrodnia na północy"**01.00** „Nie zabijaj"**05.50** S. „Klan"**06.15** S. „Dziedzictwo"**07.05** S. „Wichrowe wzgórze"**08.00** Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**08.30** „Agape Bliżko Ciebie"**09.00** S. „Aka-cjowa 38"**09.50** S. „Ranczo"**10.45** S. „Komisarz Alex"**11.45** S. „Ojciec Mateusz"**12.35** „Okrasą łamie przepisy"**13.10** „Agrobiznes"**13.40** Magazyn Rolniczy**14.00** „Najpiękniejsze parki Europy"**15.00** S. „Wichrowe wzgórze"**15.55** „Jaka to melodia?"**16.35** „Gra słów. Krzyżówka"**17.05** S. „Dziedzictwo"**18.00** „Teleexpress"**18.20** „Jaka to melodia?"**18.55** S. „Klan"**19.25** „Reporterzy"**19.45** S. „Aka-cjowa 38"**20.30** „Program informacyjny 19.30"**20.55** „Pytanie dnia"**21.30** S. „Korona królów. Jagiellonowie"**22.05** S. „Komisarz Alex"**23.05** „Och, Karol" komedia**00.55** S. „Gra z Cieniem"**07.15** „Muzycz-

ne poranki"

07.40 „Tamte lata, tamte dni"**08.20** S. „Podróże z historią"**09.00** „W poszukiwaniu dobrego filmu"**09.40** „Wydarzenie aktualne"**10.05** S. „Najważniejszy dzień życia"**11.15** „Statyści" komedia**13.25** „Keith Jarrett „Sztuka improwizacji" film dok.**14.35** Wydarzenie aktualne**15.00** „Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka"**17.45** „Benefis"**19.20** S. „Poczet świrów polskich"**20.00** „Reżyserzy"**21.00** „To wspaniałe życie" film obycz.**23.25** Hala odlotów**00.20** S. „Osiecka"**07.00** „Panorama"**07.35** „Zakochaj się w Polsce"**08.00** „Makłowicz w podróży"**08.30** „Pytanie na śniadanie"**12.10** „W obiektywie Polonii"**12.30** S. „Wszystko przed nami"**13.00** „Gość Poranka"**13.25** S. „M jak miłość"**15.05** „Polonia 24"**15.45** S. „Bajki naszych rodziców"**15.55** S. „Dziwne przygody Koziołka Matołka"**16.05** S. „Baśnie i bajki polskie"**16.30** „Program informacyjny"**17.00** „Szansa na sukces"**18.00** „Teleexpress"**18.20** „Gra słów. Krzyżówka"**18.50** „Teleexpress Extra"**19.15** „Stacja Innowacja"**19.30** „Całkiem niezła historia"**19.45** „Panorama"**20.10** „Ola Polonia"**20.30** „Program informacyjny 19.30"**20.55** „Pytanie dnia"**21.25** S. „Na dobre i na złe"**22.20** S. „Na sygnale"**23.10** S. „Czterdziestolatek"**00.10** „Panorama"**07.55** „Był taki dzień"**08.00** „Flesz historii"**08.15** „Ci cholerni Polacy"**08.30** „Spór o historię"**09.00** S. „Stulecie Winnych"**09.45** „Kuchnia dwudziestolecia"**10.10** „Podróże z historią"**10.40** „Historia Polski" film dok.**11.35** „Encyklopedia II wojny światowej"**12.00** „Metryka Goździka" film dok.**12.55** „Fake czy historia?"**13.45** S. „Daleko od szosy"**15.10** „Dzika Polska"**15.35** „Gołas, abso-lutnie!" film dok.**16.30** S. „Korona królów"**16.55** „Z Historią na Ty"**17.15** „Sensacje XX wieku"**17.55** „Był taki dzień"**18.05** „Wileński wybawiciel" film dok.**19.00** „Czas pieniądza"**19.25** „Wojownicy czasu"**19.50** S. „Stulecie Winnych"**20.35** „Flesz historii"**20.50** „Jo był ukradziony" film dok.**21.35** „Złoto, waluta zachłanności"**22.20** „Świadkowie nieznanych historii"**23.00** S. „Śmieciarz"**00.25** „Był taki dzień"**00.45** Muzyczne chwile**01.00** Słowo życia**01.05** Świat w obrazach**01.10** Informacje dnia**01.30** Odpowiedzialni za Kościół**01.55** Poczet Wielkich Polaków**02.00** Anioł Pański**02.05** Ma się rozumieć**02.15** Rozmowy niedokończone**03.25** Święty na każdy dzień**03.30** Przyjaciele i bohaterowie**04.00** Informacje dnia**04.20** Różaniec**04.50** Głos Polski**05.00** Apel Jasnogórski**05.20** Informacje dnia**05.40** Polski Punkt Widzenia**06.00** Orędowniczka**06.30** Ze szkolnej ławki**07.40** Póki nadzieja**08.55** Poczet Wielkich Polaków**09.00** Informacje dnia**09.15** Polski Punkt Widzenia**09.40** Słowo życia**09.45** Muzeum**10.10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat**10.35** Święty na każdy dzień**10.45** Jestem mamą**11.00** Informacje dnia**11.15** Rozmowy niedokończone**12.25** Głos Polski**12.35** Ostatni rzeźbiarz w szkłe**13.00** Anioł Pański**13.03** Informacje dnia**13.20** Życie lasu. Storczyki**14.00** Komańcza w duchu Prymasa**14.30** Msza święta z Jasnej Góry**15.20** Muzyczne chwile**15.30** Drzwi do lasu**15.55** Słowo życia**16.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia**16.20** Mocni w Wierze**16.50** Ma się rozumieć**17.00** Informacje dnia**17.10** Natura**17.40** Prosto o gospodarce**18.00** Siostry na posterunku**18.30** Geopolityka**18.55** Poczet Wielkich Polaków**19.00** Anioł Pański**19.05** Informacje dnia**19.15** Westerplatte Młodych**20.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**20.30** Brat Franciszek**21.00** Informacje dnia**21.20** Różaniec**21.50** Myśląc**22.00** Ojczyzna**22.00** Apel Jasnogórski**22.20** Informacje dnia**22.40** Polski Punkt Widzenia**23.00** Oddech Boga**23.50** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela"**23.55** Święty na każdy dzień**7.00** Fani czterech kółek**9.00** Jak to jest zrobione?**10.00** Łowcy klasyków**12.00** Łowcy staroci**14.00** Złota gorączka**19.00** Jak to jest zrobione?**19.30** Jak to działa?**20.00** Łowcy staroci: renowacje**21.00** Zabójcze łowienie**22.00** Życie

WILNO

6.30 Info Wilno
6.45 Studio Wilno
7.05 Domisie
7.30 Rok w ogrodzie
8.00 Unia kulinarna
8.20 Podróż z historią
8.50 Tygiel
9.10 Notacje
9.25 Korona Gór Polski
9.50 Podróż Małej i Dużej
10.10 Domisie
10.35 S. „Janka”
11.05 „Dziennik z Niebieskiej Szkoły” film dok.
12.00 S. „Plebania”
12.45 W światach muzyki
13.10 Imbir i Cytryna
13.35 S. „Kocham misarz Alex”
14.20 Daję słowo – Maciej Orłoś
15.05 Va Banque
16.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego
16.20 Rozmowy w Mackiewiczówce
16.50 S. „Ojciec Mateusz”
17.30 Nowe spojrzenie
17.55 Którędy po sztuce
18.05 S. „Marszałek Piłsudski”
19.00 Info Wilno
19.15 Ewangelia Litewski
19.25 Strona po stronie
19.40 Tygiel
20.00 Polacy to wiedzą!
20.30 Program informacyjny
21.00 The Voice of Poland
23.15 S. „Dom nad rozlewiskiem”
00.00 To jest grane
00.25 Info Wilno
00.40 Kryminalna Wileńszczyzna

6.00 Hymn Repu-

bliki Litewskiej
6.02 Dzikie świat zwierku
7.00 Władcy pierścieni
8.00 O świecie X
8.30 Sezon zdrowia
9.00, 9.35, Dzień dobry Litwo
9.30, 10.30, 11.30 Wiadomości
12.00 S. dok. „Zamarznięta planeta”
12.55 „Animal Instincts. Wodny świat Półwyspu Noto” film dok.
13.50 S. „Agata Kristi”
15.30 Wiadomości
15.45 Koncert życzeń
17.30 Kuchnia Beaty
18.30 Wiadomości
19.00 Szaleństwo na punkcie kół
19.30 Styl
20.30 Panorama
21.00 Kocham Litwę
22.40 „Uwięzienie” thriller
00.35 „Niezgoda” komedia



6.00 Filmy anim.
9.30 „Gdzie mieszkają dzikie stwory” film fab.
11.25 „Fajna piątka. W dolinie dinozaurów” film fab.
13.50 „Tat kontora tata” komedia
15.50 „Człowiek w żelaznej masce” film fab.
18.30 Wiadomości
19.30 Drugi dublet
22.00 „Wróć do mnie” komedia
00.20 „Biurowa rebelia” komedia

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.02 Sezon zdrowia
6.30 Kuchnia Beaty
7.25 Złoty umysł
8.30 „Notatki przyrodnika”
9.00 Kalendarz ogrodnika.

9.30 Żyj tak czysto, jak to możliwe
10.00 Co jest lepsze, sąsiedzie?
10.30 Pogoń
11.00 Jesteśmy Ukraińcami
11.30 Nasza rosyjska ulica
12.00 Litwin w sercu
13.00 Zupa naukowa
13.30 „Odblaski”
14.00 Uwaga! Szukamy sztuki
14.30 O świecie X
15.00 Euromaxx
15.30 Dzień Kultury
16.00 Wilnianie
16.30 Koncert
17.35 Wilno nie zostało zapomniane
17.45 „XIX wiek dziedzictwo fotografa” film dok.
19.00 Legendy
20.00 Oto kino
20.30 Panorama
21.00 „Wielki hotel w Budapeszcie” komedia
22.40 S. „Śledztwa Lolity Lobosco”
00.30 Kocham Litwę



6.00 Seriale anim.
8.00 S. anim. „Simpsonowie”
9.00 „Wezwijmy lekarza”
9.30 „W świecie zwierząt”
10.00 „Farma Vytara”
10.30 „Zrób sam”
11.00 „Przepis na dobry weekend”
11.30 „Wróby Kotryny”
12.00 Świeże pomysły z LIDL
12.02 S. dok. „Dzikie psy. Rodzina”
13.10 „The Karate Kid 4” dramat
15.30 Świeże pomysły z LIDL
15.32 „Telemaniak” komedia
17.20 „Co po ilu?”
18.30 Wiadomości TV3
19.30 Gra „galvOK”

22.00 „Tymczasowo twoje” film fab.
00.15 „Najlepszy doradca” komedia



6.00 „Osobowości narodowej pracy”
7.00 „Realna mistyka”
8.00 „Wojny kuppujących”
8.30 „Wojny sąsiedzkie”
9.00 „LEGO Masters”
10.00 S. dok. „Prehistoryczny ptak”
11.05 S. dok. „Warsztat naprawczy”
12.05 „Kuchenne koszmary”
13.05 „Realna mistyka”
14.15 „Walka ekstrasensów”
16.30 Mistrzostwa LKL „Rytas” „Šiauliai – Casino Admiral”
19.00 Mistrzostwa LKL „Uniclub Bet Juventus” „7betLietkabelis”
21.15 „Godzina prawdy” thriller
23.35 Wrestling

5.00 S. dok. „Morderstwo od pierwszego wejrzenia”
6.00 S. „Kim jesteś?”
8.00 W cieniu mężczyzny
8.30 „Szlaki partyzanckie”
9.00 „Litwa świata”
10.00 Pyszne życie
10.30 „Kod zdrowia”
11.00 Czyste miasta
11.30 Anatomia mieszkania
12.00 S. „Otwarty cel”
14.00 S. „Agenci sprawiedliwości”
16.00 Wiadomości
16.30 Muzea litewskie
17.00 Pierwszy raz
17.30 Życie w biznesie
18.00 Wiadomości
18.30 „Bushido ring”

19.00 S. „Morderstwo od pierwszego wejrzenia”
20.00 Wiadomości
20.30 S. „Stary”
22.30 Wiadomości
23.30 S. „Otwarty cel”



6.20 „Piekielna droga”
7.20 „Podróż do domu”
8.25 „Inny świat. Brazylia”
9.30 „Przewodnik budowlany”
10.00 „Jestem rajdowcą”
10.30 „Gazas dugnas”
11.00 S. dok. „Kosmos. Odyseja przestrzeni i czasu”
12.00 „Magazyne nowe wojny”
12.30 Rzucajmy monetą
14.00 „Przetrawianie”
15.00 S. dok. „Wezwanie złamanej czaszki”
16.00 „Magazyne nowe wojny”
18.00 „Licytacje”
19.00 „Beara Gryllsa. Dzikie wyzwania dla gwiazd”
20.00 „Ostatni taniec”
21.00 TV3 wiadomości
22.00 „Kingsman. Złoty krąg” dramat
01.00 „Twist” dramat



6.10 „Prosta kuchnia Mary”
6.40 „Łapacz snów”
8.00 S. „Specjaliści”
10.00 „Ślub za miliony”
11.00 „Kocham swój Ogród”
12.00 „Gotujemy z Jamiem Oliverem”
13.00 „Stanleya Tucciego. Poszukiwanie Włoch”
13.55 „Maryja ułatwia sprawę”

14.45 „Zamieńmy się żonami”
15.45 „Złoty chłopak” dramat
17.45 S. „Yargi”
18.45 S. „Powrót Molphara”
19.45 S. „HIP. Wysoki potencjał intelektualny”
21.00 S. „Sommerdah. Pierwszy kontakt”
23.05 S. „Tajemnice Brokenwood”
01.00 „Ojciec chrzestny część III” dramat



06.30 S. „Dzień dzictwo”
07.20 „Balans bieli”
08.00 „Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze”
08.40 „Rok w ogrodzie”
09.05 „Rok w ogrodzie Extra”
09.20 „Pełnosprawni”
09.50 „Dzika Słowenia” film dok.
10.55 S. „Ranczo”
11.55 S. „Komisarz Alex”
12.50 S. „Ojciec Mateusz”
13.50 S. „Rudzielec z Wyoming” western
15.25 „Okrasa łamie przepisy”
15.55 „Rolnik szuka żony”
17.00 S. „Dzień dzictwo”
18.00 „Teleexpress”
18.30 Koncert
20.30 „Program informacyjny 19.30”
21.20 S. „Profilanka”
22.25 „Gra o wszystko”
00.55 „Księga ocalenia” film fab.



07.05 „Marysia i Napoleon” komedia
09.00 „Wydarzenie aktualne”

09.30 „Legenda Rocka”
10.45 „Tamte lata, tamte dni”
11.20 S. „Zmiennicy”
12.30 Koncert
13.50 „Afryka na tropie zagrabionych arcydzieł” film dok.
14.55 „Zawodowcy” film obycz.
15.55 W poszukiwaniu dobrego filmu
16.35 „Zezowate szczęście” komediodramat
18.35 Festiwal Gombrowiczowski 2024
19.10 „Zemsta Różowej Pantery” komedia
21.00 „Na noże” komedia
23.20 Koncert
00.40 „To wspaniałe życie” film obycz.



07.00 „Panorama”
07.40 S. „M jak miłość”
08.30 „Pytanie na śniadanie”
13.00 S. „Szatan z siódmej klasy”
13.55 „Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka”
14.30 S. „Na dobre i na złe”
15.30 „Z gwiazdą przez świat”
16.25 „Okrasa łamie przepisy”
17.00 „Kulturalni PL”
18.00 „Teleexpress”
18.30 Koncert
20.30 „Program informacyjny 19.30”
21.00 S. „Ranczo”
23.15 „Do śmiechu!”
00.10 „Teleexpress Weekend”



08.05 Był taki dzień
08.10 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
08.35 Koło historii
08.55 Flesz historii
09.10 „Było,

nie minęło”
09.30 „Polska i świat z historią w tle”
10.05 S. „Wiedźmin”
10.55 Światło i szkło
11.10 „Polacy na morze”
11.35 S. dok. „Podziemne Włochy”
12.30 „Kroniki miasta” film dok.
13.25 Piosenką przez historię
13.35 „Legenda Europy” film dok.
14.25 „Myśliciele”
14.30 „Wojownicy czasu”
15.00 „Włóczęgi” film fab.
16.30 Opowieści cmentarza Łyczakowskiego
16.45 „Polskie Parki Narodowe” film dok.
17.10 „Sensacje XX wieku” film dok.
18.00 Historia kuchni polskiej
18.40 Polska i świat z historią w tle
18.55 Był taki dzień
18.55 S. „Polskie drogi”
20.25 Fake czy historia?
21.15 S. „Ziemia obiecana”
22.05 Szlakiem miejsc niezwykłych
22.10 „Mistrz i Małgorzata” film fab.
23.45 „Zapomniany bohater” film dok.



00.00 Polka
00.30 Regał
01.00 Słowo życia
01.05 Świat w obrazach
01.10 Informacje dnia
01.30 Geopolityka
01.55 Poczta Wielkich Polaków
02.00 Anioł Pański
02.05 Ma się rozumieć
02.15 Westerplatte Młodych
02.55 Święty na

każdy dzień
03.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu
03.30 Brat Franciszek
04.00 Informacje dnia
04.20 Różaniec
04.50 Myśląc Ojczyzna
05.00 Apel Jasnogórski
05.20 Informacje dnia
05.40 Polski Punkt Widzenia
06.00 Natura Obiektywnie
06.25 „Jan Paweł II Brat naszego Boga” Koncert z Kościoła pw. Św. Brata Alberta w Krakowie
08.15 Mateczniki Polskości
08.25 Sól ziemi
08.55 Poczta Wielkich Polaków
09.00 Informacje dnia
09.15 Westerplatte Młodych
10.00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny
11.00 Informacje dnia
11.15 Retrospekcja
11.20 Muzyczne chwile
11.35 Słowo życia
11.40 Polski Punkt Widzenia
12.00 Kropelka radości
13.00 Anioł Pański
13.03 Informacje dnia
13.20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu
13.50 Natura Obiektywnie
14.20 Ocalić od zapomnienia
14.30 Msza święta z Jasnej Góry
15.20 Muzyczne chwile
15.30 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela”
15.35 Słowo życia
15.40 Święty na każdy dzień

15.45 Jak wygrać małżeństwo?
16.00 Polskie dziedzictwo
16.30 Wierzę w Boga
17.00 Informacje dnia
17.10 Historia PL
18.00 Testament Miłości Jana Pawła II w Ełku
18.30 Przełamując bariery
18.55 Poczta Wielkich Polaków
19.00 Anioł Pański
19.05 Informacje dnia
19.15 Rozmowy niedokończone
20.25 Święty na każdy dzień
20.30 Manna z Nieba
20.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
21.00 Informacje dnia
21.20 Różaniec
21.50 Myśląc Ojczyzna
22.00 Apel Jasnogórski
22.20 Informacje dnia
22.40 Polski Punkt Widzenia
23.00 Warto być ojcem
23.15 Grunwald 1410 rys historyczny i znaczenie bitwy pod Grunwaldem



7.00 Jak to jest zrobione?
9.00 Fani czterech kółek
10.00 Renowacja
14.00 Łowcy staroci: renowacje
16.00 Przetrawić
18.00 Łowie nie krabów
19.00 Wielki konkurs
20.00 Poszukiwacze opali
22.00 Złota gorączka
23.00 Łowcy staroci
00.00 Ocalić dom

6.30 Info Wilno
6.45 Zaginione? Ocalone?
7.05 Detektyw Literka
7.20 Baśnie i bajki polskie
7.35 Mieszać pięknie
8.00 Wilno na Dzień dobry
9.00 Imbir i Cytryna
9.25 Kulturalni PL
10.15 Polacy Świata
10.20 Detektyw Literka
10.35 S. „Tajemnica Sagali”
11.00 Stacja Arktyka – Hornsund wzywa
11.25 Raport naukowy
11.50 Całkiem niezła historia
12.00 S. „Plebania”
12.45 Jesteśmy stąd
12.55 Korona Gór Polski
13.20 Podróże Małej i Dużej
13.45 Ewangelia Litewski
14.00 Transmisja Mszy Świętej
15.10 Nowe spojrzenie
15.45 Świadectwo
16.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego
16.20 Wileński koncert życzeń
16.45 S. „1920. Wojna i miłość”
17.30 Szansa na sukces
18.20 „Kobiety w drodze”
18.50 Jesteśmy stąd
18.55 Amazońska przygoda
19.10 S. „Chichot losu”
20.00 Przegląd tygodnia
20.30 Program informacyjny
21.00 S. „Zatoka szpiegów”
21.45 Hasztagi tygodnia
22.30 Całkiem niezła historia
22.45 The Vo-

ice of Poland
 0045 Przegląd tygodnia

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.02 Oto kino
6.30 Litwin w sercu
7.30 Dzień Kultury
8.00 Świąteczne myśli
8.30 Życie na wsi jest dobre
9.00 Kalendarz ogrodnika
9.30 Notatki przyrodnika
10.00 Encyklopedia Gustawa
10.30 Dzieci tysiąclecia Litwy.
11.30 Tutaj teraz?! Program publicystyczny dla dzieci
12.00 „Tygrysy – Polowanie na handlarzy” film dok.
12.55 S. dok. „Planeta Ziemia II”
13.55 S. „Dążyć”
15.30 Wiadomości
15.45 Detektywi historii
16.45 Dajmy czadu!
18.00 Tydzień z „Wiadomości Rowerowe”
18.30 Wiadomości
19.00 „Okno na władzę”
19.30 Tydzień
20.30 Panorama
21.00 Specjalny pokaz. Wyniki drugiej tury wyborów do Sejmu Republiki Litewskiej
00.00 „Strażnik” thriller



6.00 Filmy anim.
9.30 „Władca ksiąg” film fab.
11.05 „100% Coco” film fab.
13.00 „Czarna owca” komedia
15.00 „Dorwać smarta” komedia
17.20 Teleloto TV gra
18.30 Wiadomości
19.30 „Głos Litwy”

22.00 Decyzja Litwy. Wybory do Sejmu LR 2024
01.00 „Podjeźrzani” thriller

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.02 Filmy anim.
9.00 Odblaski
9.30 Drogi
10.00 7 dni Kowna
10.30 Wiara i życie.
11.00 Spójrz głębiej
11.30 Menora
12.00 Myśli dnia
12.30 Św. Msza z Wilna Św. Biskup Stanisław i św. Bazyliki Archikatedralne Władysława
13.45 „Baśnie Brata Grimm”
14.45 S. anim. „Bluey”
15.00 Koszykówka. Inteligentny sposób Mistrzostwa MLKL. Międzynarodowy Uniwersytet LCC – „Kibirkštis” – „Panevėžys”
17.00 S. dok. „Niezwyciężony”
17.30 Otwarta kombinacja
18.00 „TOPsport A liga” litewskiej piłki nożnej. „Panevėžys” – „Šiauliai”
20.30 Panorama
21.00 „Wieczór Maurice’a Bejarta” balet
22.00 Koncert
23.10 S. „Dążyć”



6.00 Seriale anim.
8.00 S. anim. „Simpsonowie”
9.00 „La Maistas. Wezwanie”
10.00 „Świat według kobiet”
11.00 „Zagłada marzeń”
12.00 Świeże pomysły z LIDL
12.02 „Tropikalne wyspy”
13.10 „Dzieciółek Woody jedzie na obóz” film anim.

14.50 Świeże pomysły z LIDL
14.52 „Giganci ze stali” dramat
17.20 „Maroonland”
18.30 TV3 wiadomości
19.30 „X Faktor”
22.00 Wiadomości TV3
00.00 „Niepokonany” dramat



6.00 „Osobowości narodowej pracy”
7.00 „Realna mistyka”
8.00 „Ważona przez naturę”
8.30 „Róg tura”
9.00 „LEGO Masters”
10.00 S. dok. „Orły – królowie nieba”
11.05 S. dok. „Warsztat naprawczy”
12.05 „Kuchenne koszmary”
13.05 „Realna mistyka”
14.15 „Walka eks-trasensów”
16.30 Mistrzostwa LKL „Wolves Twinsbet” „Žalgiris”
19.00 Mistrzostwa LKL „M BasketDelamode” „Neptūnas”
21.15 „Olimp w ogniu” thriller
23.35 S. „The Grand Tour”
00.50 „Godzina prawdy” thriller

5.00 S. dok. „Morderstwo od pierwszego wejrzenia”
6.00 S. „Kim jesteś?”
8.00 Jak sobie pomóc
8.30 Akademia wsi
9.00 Pyszne życie
9.30 Mam uszkodzenie
10.00 Przewodnik po długowieczności
10.30 Jestem wnioskodawcą
11.00 Kod zdrowia
12.00 S. „Otwarty cel”
14.00 S. „Agenci sprawiedliwości”

16.00 Wiadomości
16.30 24/7
17.30 Pół godziny z Valatką
18.00 Wiadomości
18.30 W świecie koszykówki
19.00 S. „Śladami mordercy”
20.00 Wiadomości
20.30 S. „Stary”
22.30 Wiadomości
23.30 S. „Otwarty cel”
01.20 S. „Agenci sprawiedliwości”



6.15 „Piekielna droga”
7.20 „Silniki miast grzechu”
8.25 „Inny świat. Brazylia”
9.30 „Na jednym końcu haczyk”
10.00 „Zwiadowca przeszłości”
10.30 „Egazy dugnas”
11.00 „Dzika przyroda”
12.00 „Magazy nowe wojny”
12.30 Rzucamy monetą
14.00 „Przetrawianie”
15.00 S. dok. „Wezwanie złamanej czaszki”
16.00 „Gwiazdy lombardu”
18.00 „Licytacje”
19.00 „Jeden. Próba umiejętności”
20.00 „Ostatni taniec”
21.00 TV3 wiadomości
21.30 Mistrzostwa NBA „76ers” „Indianos” „Pacers”
00.00 NBA Action



6.10 „Prosta kuchnia Mary”
6.40 „Łapacz snów”
8.00 S. „Specjaliści”
10.00 „Ślub za miliony”
11.00 „Rolnik szuka żony”
12.15 „Gotujemy z Jamiem Oliverem”
13.30 Pozdrowienia

15.45 „Złoty chłopak” dramat
17.45 S. „Yargi”
18.45 S. „Powrót Molphara”
19.45 S. „HIP. Wysoki potencjał intelektualny”
21.00 „Morderstwa na Pont D'Arc” detektyw
23.05 „Hazardzista,” thriller
01.20 S. „Sommerdah. Pierwszy kontakt”



05.40 S. „Dziedzictwo”
06.30 „Sprawa dla reportera”
07.20 „Słownik polsko@polski”
07.55 „Słowo na niedzielę”
08.00 „Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach”
09.00 „Tydzień”
09.30 „ZdroWY Plan”
10.05 „Pociąg” dramat
11.55 S. „Komisarz Alex”
12.55 „Między ziemią a niebem”
13.00 „Anioł Pański”
13.15 „Między ziemią a niebem”
13.45 „Akademia Życia”
14.10 „Zielona Planeta”
15.15 „Ranczo Wilkowyje” komedia
17.05 S. „Dziedzictwo”
18.00 „Teleexpress”
18.35 „Daje słowo Maciej Orłoś”
19.40 „Jaka to melodia?”
20.30 „Program informacyjny 19.30”
21.20 S. „Gra z Cieniem”
22.20 „Rolnik szuka żony”
23.25 „Tulipanowa gorączka” film fab.



07.25 „Nasza generacja”
08.05 „Rozmowy (nie)wygodne”
09.00 „Liturgie i nabożeństwa 2024”
10.05 „Afryka na tropie zagrabionych arcydzieł” film dok.
11.10 „Od ucha do ucha” filmy anim
11.45 S. „Rawhide”
12.45 „Poczet świrów polskich”
13.25 „Faraon” dramat
16.25 S. „Zmiennicy”
17.35 „Dobry tytuł”
18.15 „Niedziela z...”
21.00 „Powrót Bena” film fab.
22.50 „Amy” film dok.
01.10 „Ludwik I. Barani król” film anim.



07.00 „Panorama”
07.40 S. „M jak miłość”
08.30 „Pytanie na śniadanie”
12.20 „Wynalazki na medal”
12.35 „Akademia Życia”
12.55 „Między ziemią a niebem”
13.00 „Anioł Pański”
13.15 „Między ziemią a niebem”
13.50 „Słowo na niedzielę”
14.00 „Transmisja Mszy Świętej”
15.15 „Piłka nożna Betclit”
18.00 „Teleexpress”
18.20 S. „M jak miłość”
19.10 „Jak nas widzą”
19.40 „Daje słowo Maciej Orłoś”
20.30 „Program informacyjny 19.30”
21.20 S. „Stulecie Winnych”
22.15 „Z gwiazdą przez świat”
23.10 „Chce się żyć” film obycz.
01.00 Panorama



08.10 „Był taki dzień”
08.15 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
08.40 „Polskie 100 lat”
09.10 „Z historii prawosławia w Polsce. Pod zaborami”
09.30 „Wspólny dom”
09.55 S. dok. „Galeria Widmo”
10.05 S. „Wiedźmin”
10.50 „Syreni śpiew” film dok.
11.15 „Historia kuchni polskiej”
11.55 „Zapomniane szlaki pielgrzymkowe Europy”
12.45 S. dok. „Najmniejsze kraje Europy”
13.40 S. dok. „Legendy Europy”
14.30 „Kamperem po Południu”
14.50 „Wojownicy czasu”
15.15 „Doktor Murek” film fab.
16.45 „Dzieje człowieka ubranego”
17.15 „Fake czy historia?”
18.05 „Złoto, waluta zachłanności”
18.50 „Szlakiem miejsc niezwykłych”
19.00 S. „Polskie drogi”
20.30 „Jaster” film dok.
21.25 „Piosenką przez historię”
21.40 S. dok. „Nieznana wojna na Północy”
22.30 „Dama Kameliowa” film fab.
00.15 „Czarna sztuka” film dok.



00.00 Odpowiedzialni za Kościół
00.30 Misja Bilaj
01.00 Słowo życia
01.05 Świat w obrazach
01.10 Informacje dnia
01.30 Przeła-

mując bariery
01.55 Poczet Wielkich Polaków
02.00 Anioł Pański
02.05 Święty na każdy dzień
02.15 Rozmowy niedokończone
03.20 Muzyczne chwile
03.30 Manna z Nieba
03.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
03.00 Nie oplataj mnie śmierci
04.00 Informacje dnia
04.20 Różaniec
04.50 Myśląc Ojczyzna
05.00 Apel Jasnogórski
05.20 Polski Punkt Widzenia
05.40 Odpowiedzialni za Kościół
06.05 Świadek drogi. Stefan Kardynał Wyszyński
07.00 Jestem mamą
07.15 Mocni w Wierze
07.40 Muzyczne chwile
07.50 Regał
08.15 20 czerwca 1941 roku
08.45 Ocalić od zapomnienia
08.55 Poczet Wielkich Polaków
09.00 Słowo życia
09.05 Polski Punkt Widzenia
09.25 Święty na każdy dzień
09.30 Z Małej Cerkwicy do...
10.00 Prymas Stefan Wyszyński
10.10 Spotkanie z Magdaleną Buczek
10.15 Manna z Nieba
10.30 Msza święta z Jasnej Góry
11.35 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela”
11.40 Kalina
12.00 Głos serca
12.45 Muzyczne chwile
13.00 Anioł Pański z Ojcem Świętym

Franciszkiem
13.15 Papież Polak do Rodaków
13.40 Gość Oczekiwany
15.10 Oddech Boga
16.00 Wieś to też Polska
17.00 Informacje dnia
17.10 Koncert życzeń
17.45 Śladami Powstania Styczniowego na Podlasiu
18.30 Sól ziemi
18.55 Poczet Wielkich Polaków
19.00 Anioł Pański
19.05 Informacje dnia
19.15 Rozmowy niedokończone
20.25 Święty na każdy dzień
20.30 Moja katolicka rodzina
21.00 Informacje dnia
21.20 Różaniec
21.50 Myśląc Ojczyzna
22.00 Apel Jasnogórski
22.20 Informacje dnia
22.40 Retrospekcja
22.45 Stan Bezpieczeństwa Państwa
22.55 Święty na każdy dzień
23.00 Polskie dziedzictwo
23.30 Muzyczne chwile
23.45 Jak wygrać małżeństwo?



7.00 Jak to jest zrobione?
9.00 Fani czterech kółek
10.00 Zapomniane i upuszczone
15.00 Łowcy staroci: renowacje
19.00 Łowcy staroci: renowacje
21.00 Łowienie krabów
22.00 Włoska służba graniczna
23.00 Kamera policyjna

6.30 Rozmowy w Mackiewiczówce
7.05 „Wyprawa profesora Gąbki” film anim.
7.15 Marcei Szpak dziwi się światu
7.25 Jesteśmy stąd
7.30 Dorwać wirusa
7.55 Makłowicz w podróży
8.20 Tańcząca ze światem
8.45 Przegląd tygodnia
9.15 Nowe spojrzenie
9.35 S. „Sześć siostr”
10.35 Gra słów
10.55 Moda na język polski
11.20 „Wyprawa profesora Gąbki” film anim.
11.30 Detektyw Literka
11.45 Strona po stronie
11.55 Świadek
12.10 S. „Dom nad rozlewiskiem”
13.00 Info Wilno
13.05 Tygiel
13.25 Z pamięci
13.25 Kulturalni PL
14.20 „Smorawinski” film dok.
15.15 Notacje
15.25 Polacy to wiedzą!
15.50 Info Wilno
16.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego
16.20 S. „Klan”
16.45 Barwy szczęścia
17.10 „Wyprawa profesora Gąbki” film anim.
17.20 Detektyw Literka
17.35 Marcei Szpak dziwi się światu
17.45 S. „Ratownicy”
18.30 Wileński koncert życzeń
19.00 Info Wilno
19.15 Studio Wilno
19.35 Klub u rektorów
20.30 Program informacyjny
20.55 Pytanie dnia
21.05 S. „Leśniczówka”
21.50 Kultowe rozmowy
22.15 Tańcząca ze światem
22.40 Tygiel
23.00 S. „Wojen-

ne dziewczyny”
23.45 Info Wilno
00.00 Studio Wilno
00.15 Wileński koncert życzeń
00.45 S. „Ratownicy”

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.02 Dzień dobry Litwo
6.30, **7.00**, **7.30**, Wiadomości
8.00 Specjalny pokaz. Wyniki drugiej tury wyborów do Sejmu Republiki Litewskiej
11.00 Zaplanuj dzień X.
11.30 S. „Ostatni ślad Berlina”
12.15 Euromaxx
12.30 Kto i dlaczego?
13.00 „Anthony Bourdain. Części nieznane”
13.45 Momenty „Festiwalu Piosenki 2024”.
14.00, **15.00**, **16.00**, Wiadomości
14.20, **15.15** Dzień dobry Litwo
16.25 S. „Raj dla kobiet”
17.10 S. „Dziedzictwo”
18.00 Kto i dlaczego?
18.30 Ważna godzina
19.30 Historie rzeczy
20.30 Panorama
21.00 Temat dnia
21.30 forum LRT.
22.30 Wiadomości rowerowe
23.00 „Połączenie Morza Północnego” thriller
23.45 S. „Wikingowie”



6.00 Filmy anim.
6.30 S. anim. „Tom i Jerry Show”
7.00 S. „Bądź moim słońcem”
8.00 S. „Walker, strażnik Teksasu”
10.00 S. „Krwa-we kwiaty”
12.00 Wiadomości
13.20 Pani chłopka
14.30 S. „Moja mała”
15.30 S. „Kakao”
16.00 Kto tu jest?
16.30 Dobry wieczór, Litwo

18.30 Wiadomości
19.30 KK2
20.00 Od...do...
21.00 S. „Poważne sprawy”
21.30 Wiadomości
22.30 „Dark Web. Cicada 3301” thriller
00.40 S. „L.A.’s Finest”

6.00 Hymn Republiki Litewskiej
6.05 Władcy pierścieni
7.00 Kto i dlaczego?
7.30 Tydzień
8.30 7 dni w Kownie
9.00 Dzień dobry, Litwo
11.00 Wilnianie
11.30 Żyj tak czy-sto, jak to możliwe
12.00 Legendy
13.00 Żupa naukowa
13.30 Dzień Kultury
14.00 Koncert życzeń
15.35 S. „Anthony Bourdain. Części nieznane”
16.20 S. „Serce kraju”
17.05 Euromaxx
17.20 Dzień dobry, Litwo
19.30 S. dok. „Jak oni to zbudowali?”
20.15 „Japonia Tematy wideo”
20.25 Wizjonerzy
20.30 Panorama
21.00 Temat dnia
21.30 Festiwal jazzowy „Birsztany 2024”
22.40 Koncert Jazzowy
00.00 S. „Raj dla Kobiet”



6.00 TV pomoc
8.00 „Farma Vytara”
8.30 „Maroonland”
9.30 S. „Nie dla ciebie, Martyna”
10.00 S. „W wirze miłości”
11.00 S. „Kobiety lekarz”
12.00 Świeże pomysły z LIDL
12.02 S. „Nie puszcza-jam mojej ręki”

14.00 S. „Kopalnie pasji”
15.00 S. anim. „Simpsonowie”
16.00 TV3 wiadomości
16.30 Świeże pomysły z LIDL
16.32 TV Pomoc
18.30 TV3 wiadomości
19.30 TV3 debaty
21.00 S. „Nie dla ciebie, Martyna”
21.30 Wieczorne wiadomości TV3
22.20 TV3 sport
22.30 Świeże pomysły z LIDL
22.32 „Rambo: Pierwsza krew 2” dramat
00.30 S. „Prawo i porządek”



6.00 „Zasady mojej kuchni”
7.20 S. „Agenci Sprawiedliwości”
8.30 S. „Policjant z przeszłości”
9.30 S. „C.O.D.E.”
10.30 S. „MacGyver”
11.30 S. „CSI. Miami”
12.30 S. „Świeża krew”
13.30 „Zasady mojej kuchni”
15.00 S. „Pod pokładem”
16.00 S. „C.O.D.E.”
17.00 S. „MacGyver”
18.00 S. „CSI. Miami”
19.00 S. „Śmiertelna broń”
20.00 „Wojny kupujących”
20.30 „Wojny sąsiedzkie”
21.00 „Porwany” thriller
22.45 S. „The Grand Tour”

5.00 Jestem wnioskodawcą
5.30 Przewodnik po długowieczności
6.00 Jak sobie pomóc
6.30 24/7
7.30 W świecie koszykówki
8.00 S. „Otwarty cel”
9.00 S. „Real-

na mistyka”
10.00 S. „Aleksandra”
11.00 S. „Stary”
12.30 Czyste miasta
13.00 Nowy dzień
14.00 S. „Historia jednego przestępstwa”
15.00 S. „Grzechy obcych”
16.00 Reporter
16.20 Sport. Pogoda
16.30 Litwa na żywo
17.00 Życie w biznesie
17.30 Pierwszy raz
18.00 Reporter
18.20 Sport. Pogoda
18.30 Godzina TV wolność
20.00 Reporter
20.18 Sport. Pogoda
20.20 S. „Ela Shion. Największe zwycię-ście na świecie”
22.30 Reporter
22.50 Sport. Pogoda
23.00 Litwa na żywo
23.30 S. „Historia jednego przestępstwa”



5.40 S. „Komisarz Alex”
7.30 S. „Cobra 11”
8.30 „Autopilot”
9.00 „Gazas dugnas”
9.30 „Magazy-nowe wojny”
10.00 „Kosmos. Odyseja prze-strzeni i czasu”
11.00 „Najdroższy serial”
12.00 „Mistrz kulinarny”
13.00 „Silniki mia-sta strachu”
14.00 S. „Cobra 11”
15.00 S. „Chicago Fire”
16.00 S. „Coroner”
18.00 S. „Simpsonowie”
19.00 „Najdroższy serial”
20.00 „Najzabawniejsze filmiki Ameryki”
21.00 „Infiltrator” dramat
23.40 „Oko” dramat



6.00 S. „Niewinni”

7.00 S. „Czarownica”
8.00 S. „Wróżka”
8.30 S. „Ślepa”
9.00 S. „Yargi”
10.00 S. „Major Crimes”
11.00 S. „Specjaliści”
12.00 S. „Zabójcze umysły”
13.00 S. „Prawo i porządek”
14.00 S. „Partnerki”
15.00 S. „Anupamaa”
15.30 S. „Obiecany”
16.00 S. „Bądź ze mną”
17.00 S. „Wróżka”
17.30 S. „Ślepa”
18.00 S. „Specjalista”
19.00 S. „Doktor House”
20.00 S. „Prawo i porządek”
21.00 „Morderstwo nad jeziorem”
22.55 „Morderstwa na Pont D'Arc”
01.00 S. „Praktykantka”



05.50 S. „Klan”
06.20 S. „Dziedzictwo”
07.10 S. „Wichrowe wzgórze”
08.00 „Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze”
08.30 „Studio Raban”
09.00 S. „Akacyjowa 38”
09.50 S. „Ranczo”
10.45 S. „Komisarz Alex”
11.45 S. „Ojciec Mateusz”
12.35 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
13.10 „Agrobiznes”
13.35 „Magazyn Rolniczy”
13.55 „Zielona Planeta”
15.00 S. „Wichrowe wzgórze”
15.55 „Jaka to melodia?”
16.35 „Gra słów. Krzyżówka”
17.05 S. „Dziedzictwo”
18.00 „Teleexpress”
18.20 „Jaka to melodia?”
18.55 S. „Klan”
19.25 „Reporterzy”

19.45 S. „Akacyjowa 38”
20.30 „Program informacyjny 19.30”
20.55 „Pytanie dnia”
21.30 „Jak nie zabiłem swojego ojca i jak bardzo tego żałuję” spektakl
00.25 Balans bieli



07.10 „Muzyczne poranki”
07.45 „Tamte lata, tamte dni”
08.15 „Mieszczanie żywiecy”
08.45 „Podróż z historią”
09.30 „Od ucha do ucha” filmy anim.
10.00 S. „Rawhide”
11.05 „Benefis Czesława Majewskiego”
12.45 Dokument.pl
13.50 „Caravaggio, król światła i cienia” film dok.
15.25 Informacje kulturalne
15.50 „Zemsta Różowej Pantery” komedia
17.40 S. „Najważniejszy dzień życia”
18.45 „Hala odlotów”
19.40 „Portrety”
21.00 „Układ zamknięty” thriller
23.10 Koncert
00.05 „Powrót Bena” film fab.



07.00 „Panorama”
07.35 „Pamięć i symbole”
08.00 „Na tropie przypraw. Pikantnie i słodko”
08.30 „Pytanie na śniadanie”
12.10 S. „Ola Polonia”
12.30 S. „Barwy szczęścia”
13.00 „Gość Poranka”
13.25 S. „Stulecie Winnych”
14.20 „Kiedyś to było...”
14.55 „Polacy Światu”
15.05 „Kulturalni PL”

16.05 „Cześć, czy mogę Cię zjeść?”
16.15 „Ale talent”
16.30 „Program informacyjny”
17.00 S. „Korona królów. Jagiellonowie”
17.30 S. „Barwy szczęścia”
18.00 „Teleexpress”
18.20 „Gra słów. Krzyżówka”
18.50 „Teleexpress Extra”
19.15 „Słownik polsko@polski”
19.45 „Panorama”
20.00 „Polacy Światu”
20.10 „Nad Niemnem. Za wschodnią granicą”
20.25 „Pytanie dnia”
20.30 „Program informacyjny 19.30”
20.55 „Pytanie dnia”
21.25 „Bez litości” film sensac.
23.30 „Historia jednej fotografii” film dok.



07.45 „Był taki dzień”
07.50 „Fake czy historia?”
08.40 „Przypadek Polski. Polityka i idee”
09.00 S. „Stulecie Winnych”
09.45 „Kuchnia dwudziestolecia”
10.10 „Podróż z historią”
10.35 „Historia Polski”
11.35 „Encyklopedia II wojny światowej”
11.55 „Niepokromione Wielkie Jeziora”
12.45 „Spór o historię”
13.15 S. „Wojna domowa”
14.25 „ROK 1920. Kalendarium”
14.30 „Virtuti”
16.15 „Poza czasem”
16.30 S. „Korona królów”
16.55 „Z Historią na Ty”
17.15 „Sensacje XX wieku”
18.00 „Niepokonany. Opowieść o generale Stanisławie Maczku”
19.00 „Portrety

Wojenne. Kobiety”
19.35 „Polska z bocznej drogi Mecenasi”
19.40 „Polacy na ratunek Żydom”
19.55 S. „Stulecie Winnych”
20.40 „Flesz historii”
20.55 „Polacy na ratunek Żydom”
21.05 „Historia w postaciach zapisana”
23.05 „Mariusz Tatrzański Orzeł”
00.00 „Piosenką przez historię”



01.00 Słowo życia
01.05 Świat w obrazach
01.10 Informacje dnia
01.30 Sól ziemi
01.55 Poczet Wielkich Polaków
02.00 Msza święta z Jasnej Góry
03.00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem
03.15 Rozmowy niedokończone
04.20 Różaniec
04.50 Myśląc Ojczyzna
05.00 Apel Jasnogórski
05.20 Informacje dnia
05.40 Tam, gdzie Bóg płacze
06.10 Sanktaria polskie
06.30 Odpowiedzialni za Kościół
07.00 Ze szkolnej ławki
08.10 Życie lasu. Ptaki
08.55 Poczet Wielkich Polaków
09.00 Informacje dnia
09.15 Wieś to też Polska
10.15 Słowo życia
10.20 Mateczniki Polskości
10.30 Moja katolicka rodzina
10.55 Święty na każdy dzień
11.00 Informacje dnia
11.15 Rozmowy

niedokończone
12.20 Stan Bezpieczeństwa Państwa
12.30 Warto być ojcem
12.45 Muzyczne chwile
13.00 Anioł Pański
13.03 Informacje dnia
13.20 Mój przyjaciel Luluś
14.20 Słowo życia
14.30 Msza święta z Jasnej Góry
15.20 Muzyczne chwile
15.30 NZS Buntownicy
16.00 Katowienie Praskie
16.50 Ma się rozumieć
17.00 Informacje dnia
17.10 Sanktaria polskie
17.30 Porady Medyczne Bonifratrów
18.00 Świadkowie
18.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja
21.00 Informacje dnia
21.20 Różaniec
21.50 Myśląc Ojczyzna
22.00 Apel Jasnogórski
22.20 Informacje dnia
22.40 Polski Punkt Widzenia
23.00 Z wędką nad wodę w Polskę i Świat
23.30 Filmowe Życiorysy PL



7.00 Fani czterech kółek
9.00 Jak to działa?
10.30 Skarby z szopy
12.00 Łowcy staroci
17.30 Skarby z szopy
18.00 Fani czterech kółek
19.00 Jak to działa?
19.30 Jak to jest zrobione?
21.00 Nagi instynkt przetrwania
22.00 Przeżyć na trawie
00.00 Nagi instynkt przetrwania

Zakaz kaktusów w budynkach publicznych



Władze niemieckiego miasta Plettenberg wprowadziły zakaz trzymania kaktusów w budynkach publicznych. Decyzja ma być pokłosiem incydentu w szkole, w którym pracownik placówki skaleczył się tą rośliną na tyle poważnie, że trzeba było udzielić mu pomocy. Nowy zakaz nie wszystkim jednak przypadł do gustu. Miasto zakazało tych roślin we wszystkich instytucjach publicznych po tym, jak o kaktusa skaleczył się pracownik miejscowej szkoły. Rzecznik prasowy urzędu miasta tłumaczył, że pracownik szkoły skaleczył się kaktusem na tyle poważnie, że konieczna była interwencja lekarska.
Fot. Freepik.com

Ciekawa oferta: praca w Zamku Windsor

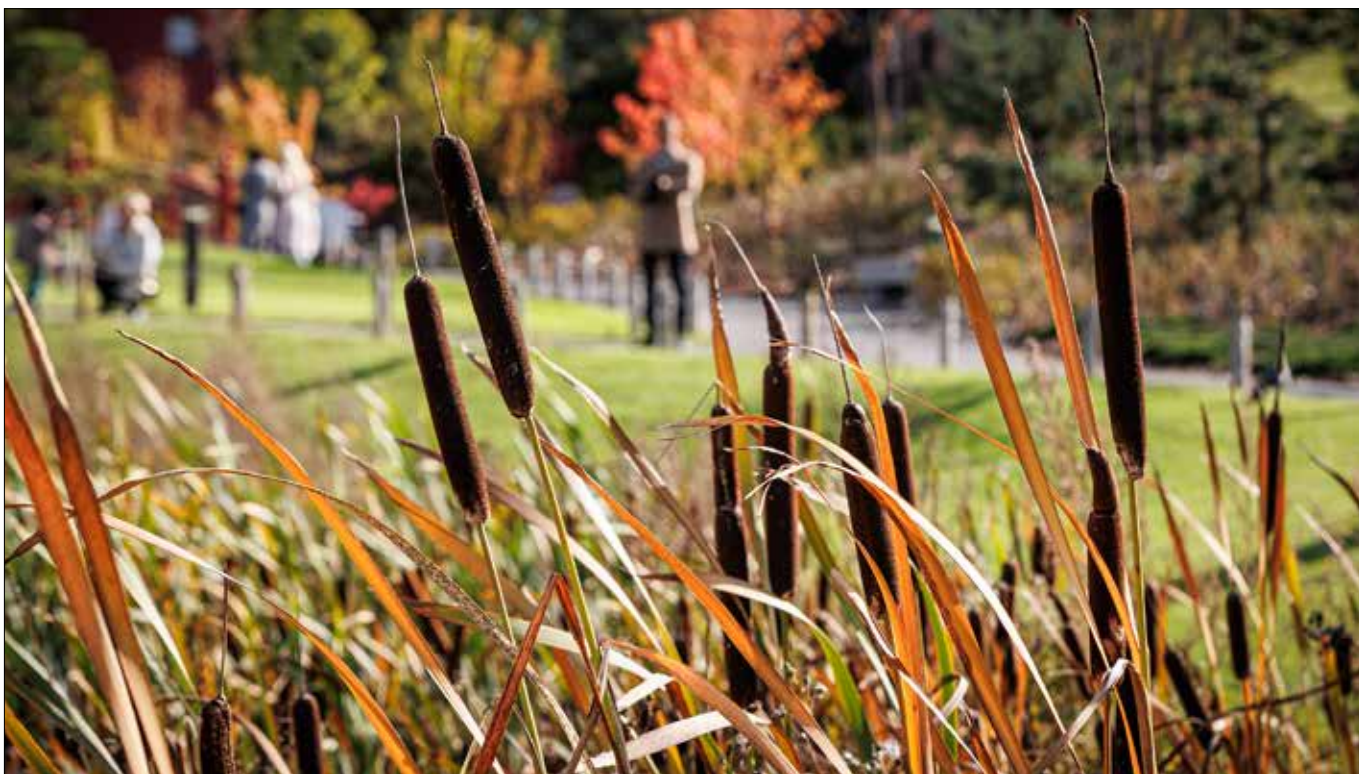
W poszukiwaniu pracy marzeń wielu z nas może być skłonnych do przyjęcia oferty, która na pierwszy rzut oka wydaje się prestiżowa i obiecująca. Taką możliwość niedawno zaoferowało ogłoszenie o pracę w Zamku Windsor, jednej z rezydencji brytyjskiej rodziny królewskiej. Jednakże, jak się okazało, propozycja ta skrywała pewien błąd, który szybko stał się przedmiotem zainteresowania mediów. Początkowo ogłoszenie podawało wynagrodzenie na poziomie 22 tys. funtów rocznie, co przy pełnoetatowym wymiarze pracy dawało stawkę godzinową poniżej brytyjskiej płacy minimalnej. Po nagłośnieniu sprawy przez media kwota ta została skorygowana do 24 188 funtów, co nadal jest uznawane za wynagrodzenie startowe. Mimo możliwości uzyskania podwyżki, wiele osób wskazuje, że początkowe wynagrodzenie jest niewystarczające — zwłaszcza w kontekście majątku króla Karola III, szacowanego na blisko 2 mld funtów.

Oryginalny przepis z Nowej Zelandii



Dworce autobusowe, kolejowe czy lotniska to miejsca, w których mogą zacząć się piękne podróże. To także punkty, w których następują niezwykle emocjonalne pożegnania z bliskimi. Chcąc zadbać o komfort podróżnych, lotnisko w nowozelandzkim Dunedin wprowadziło grzecznościową zasadę, że przytulanki przed rozłąką lub po spotkaniu mogą trwać tam tylko 3 minuty. Sama dyrekcja lotniska tłumaczy, że trzyminutowy limit przytuleń ma usprawnić ruch pasażerów i zwiększyć bezpieczeństwo wokół terminalu. Zastrzega, że jeśli ktoś chciałby dłużej pożegnać się z bliskimi, może to zrobić na parkingu.
Fot. Freepik.com

Fotomigawka



■ Rogoża, czyli pałka wodna tworzy rozległe szuwały i najbardziej okazaśnie wygląda jesienią Fot. Marian Paluszkiwicz