GŁOS

TYGODNIK NOWOHUCKI

www.glos-tn.krakow.pl

15 kwietnia 2022 r., nr 15 (1618) cena 3,00 zł (w tym 8% VAT)

TRADYCYJNE WĘDLINY

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

wędliny u Józefa

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

Wszystkim Klientom i Czytelnikom „Głosu" życzę zdrowych Świąt Wielkanocnych

F.H.U. „ELMAR"

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

ROWERY:

sprzedaż, komis, części i akcesoria rowerowe, serwis

Santander CONSUMER BANK

10x0%

raty 10x0%

SPRAWDŹ

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

Rusza Budżet Obywatelski Krakowa ➡ str. 10

SMART Nowa Huta Przyszłości ➡ str. 22

Sportowe inwestycje w Nowej Hucie ➡ str. 24

Świętujemy Dzień Ziemi – do wyboru wiele atrakcji ➡ str. 27

Pełnych radości Świąt Wielkiej Nocy życzy Redakcja

BIURO OGŁOSZEŃ

Redakcja „Głosu"

☎ 12 643-44-33

9 771231 858203 15

FUNDACJA WIĘCEJ SERCA

organizacja non profit

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

W celu pozyskania środków na ten cel Fundacja prowadzi obsługę firm, osób fizycznych i prawnych (także online) w zakresie:

• ksiąg rachunkowych • KPiR • ryczałtów • obsługi kadrowo-płacowej • ZUS

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY

Tel. 503 602 661

ZAPRASZAMY NA TOMEX!

Bezpieczne zakupy na wolnym powietrzu!

TOMEX SA

ROBIĄC TU ZAKUPY POPIERASZ POLSKICH KUPCÓW

W sprzedaży artykuły żywnościowe, higieniczne a także odzież, bielizna i buty

CENTRUM I OKOLICE

DYŻUR W „GŁOSIE"

Z uwagi na zagrożenie epidemiologiczne związane z koronawirusem dyżury dziennikarzy w redakcji „Głosu. Tygodnika Nowohuckiego" zostają zawieszone do odwołania.

Z dziennikarzami można kontaktować się za pomocą poczty e-mail. Redaktor **Jan L. Franczyk.** Adres e-mail: **franczykjan@gmail.com**

ZMARLI
KRONIKA PAMIĘCI

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

★ ★ ★

Kazimierz BARTKIEWICZ, lat 66
Alfreda BIAŁEK, lat 92
Tadeusz BOJARCZUK, lat 69
Robert CURYŁO, lat 47
Piotr FOLFASIŃSKI, lat 69
Rudolf FRĄCZEK, lat 84
Krystyna GIERCZYK, lat 73
Ryszarda GORZULA, lat 97
Stanisława KLUZ, lat 84
Dominika KOWALSKA, lat 88
Halina KRAWCZYK, lat 63
Stanisław MARZEC, lat 65
Krystyna MLECZAK, lat 93
Mariusz OTOK, lat 39
Aniela PŁATEK, lat 99
Ludwika PŁATEK, lat 91
Andrzej POPOWICZ, lat 61
Włodzimierz SKARBEK, lat 85
Małgorzata STOLARSKA, lat 65
Halina SZCZYGIEŁ, lat 76
Radosław SZELEST, lat 40
Jan WALLO, lat 87
Maria WINTOCH, lat 83
Leokadia WIŚNIEWSKA, lat 86
Janina WOJSŁAW, lat 80
Janusz ZAKRZEWSKI, lat 67

Ogłoszenia zakładów pogrzebowych i nekrologi drukujemy na str. 25.

NOWA HUTA ZAKWITŁA

To, że Nowa Huta ma dużo terenów zielonych to wiadomo od dawna. Teraz wczesną wiosną widać to co trudniej spotkać w centrum Krakowa. W wielu miejscach na nowohuckich placach i przy ulicach zakwitły na żółto forsycje. Mimo ochłodzenia i nawrotu warunków zimowych, forsycje jednak zakwitły tradycyjnie najwcześniej. Natomiast po nadejściu ciepłych dni obsypały się kwiatami drzewa owocowe i magnolie. A sporo jest takich drzew w nowohuckich dzielnicach. Ponadto pozostałe drzewa i krzewy już się zielenią świeżymi listkami. Tym samym Święta Wielkanocne będziemy obchodzić w pięknym otoczeniu. **(mp) Fot. autor**

Ulicami Nowej Huty przeszła

16. NOWOHUCKA DROGA KRZYŻOWA

W 16. Nowohuckiej Drodze Krzyżowej, zdążającej z kościoła Matki Bożej Pocieszenia do Sanktuarium Krzyża Świętego w Opactwie Cystersów w Mogile, wzięło udział kilka tysięcy wiernych. Tegoroczne rozważania zostały napisane przez osoby duchowne, studentów, dzieci, rodziców. Uczestnicy modlitwą ogarnęli Ukrainę i prosili Boga o pokój. W drodze krzyżowej wziął udział metropolita krakowski abp Marek Jędraszewski.

– Każda droga krzyżowa to nie tylko przejaw solidarności z naszym Panem Jezusem Chrystusem, ale także z naszymi braćmi. Przeżywaliśmy dziś bycie z braćmi poprzez rozważanie szczególnego losu i czasu, który dotyka nasze siostry i naszych braci w Ukrainie, a także jaki dotyka tych, którzy swoim braciom i siostrom gotują taki okrutny los. To też nasi bracia i dzieci tego samego Boga, tym większa musi być nasza modlitwa za nich, o nawrócenie serc – mówił metropolita krakowski abp Marek Jędraszewski podczas 16. Nowohuckiej Drogi Krzyżowej.

(f) Fot. Jakub Kalinowski

KONKURS NA NAJPIĘKNIEJSZĄ PALMĘ

Po dwóch latach przerwy, w Niedzielę Palmową, w Arce Pana odbył się konkurs na najpiękniejszą samodzielnie zrobioną palmę. Rodzice podkreślali, że bardzo ich cieszy powrót do tej tradycji sprzed pandemii, co odbierają jako powiew normalności. W tym roku w Arce Pana można było podziwiać ponad 60 samodzielnie wykonanych palm. Po Mszy św. dla dzieci o godz. 11.00 przed ołtarzem fatimskim wyrósł barwny ich las. Jury pod przewodnictwem proboszcza Arki ks. Jerzego Czerwienia przyznało trzy nagrody główne. Pierwsze miejsce zajęły Zosia i Wiktoria Ogieniewskie z mamą i tatą za prawie pięciometrową palmę, składającą się z ponad 1500 misternie wykonanych kwiatuszków, ozdobionych bukszpanem, który przywieźli specjalnie z Nowego Sącza. Palmę wynosili z domu z drugiego piętra... przez okno. Drugie miejsce za – jak powiedział ks. proboszcz – najgrubszą palmę otrzymała Agata Kaźmierczak, trzecia nagroda za najbardziej zieloną palmę przypadła Kasi, Piotrowi i Kubie Malcherom.

W tym konkursie każdy był zwycięzcą – wszystkie dzieci, które brały w nim udział zostały nagrodzone słodkościami. Ponadto – jak wiadomo – samodzielne wykonanie palmy przynosi szczęście jej twórcy, którego nie kupi się za żadne pieniądze.

(mm) Fot. Tadeusz Pałka

KARAWAN GRUPA FIRM POGRZEBOWYCH
TRADYCJE OD 1981 ROKU

Rozliczenia bezgotówkowe

ul.Bieżanowska 24 Tel. 12 658 21 11 całą dobę
ul.Rakowicka 33a Tel. 12 412 89 83 Tel. 12 4 111 111 całą dobę
ul.Dolnych Młynów 3 Tel. 12 632 11 22 8.00 - 15.00
ul.Sieroszewskiego 5b Tel. 12 686 61 20 12 686 61 45 całą dobę
os.Na Skarpie 20 Tel. 12 686 43 40 8.00 - 15.00
ul.Wrocławska 8 Tel. 12 631 77 95 8.00 - 16.00
Cm. Grebałów Tel. 12 645 14 35 8.00 - 15.30
Cm. Batowice Tel. 12 413 63 46 8.00 - 15.30

www.karawan.pl

DYŻUR CAŁODOBOWY
również w Niedziele i Święta
tel.12 4 111 111
tel.12 658 21 11
ul.Sieroszewskiego 5b
Nowa Huta

Paczki świąteczne i życzenia dla Seniorów

AKTYWNI SENIORZY Z MISTRZEJOWIC

Krakowski Związek Emerytów, Rencistów i Osób Niepełnosprawnych zrzeszający głównie seniorów z Mistrzejowic prowadzi w tym roku aktywną działalność na rzecz swoich członków. Związek ma siedzibę przy parafii Maksymiliana Kolbe i dzięki życzliwości ks. proboszcza Andrzeja Kopicza seniorzy spotykają się tutaj na różnych imprezach. Jak nas poinformowała przewodnicząca Elżbieta Pyka zorganizowano Dzień Babci i Dzień Dziadka oraz Walentynki. Część seniorów była na wycieczkach we Wrocławiu i Kazimierzu Dolnym. Tradycyjne spotkanie Wielkanocne z udziałem zaproszonych gości odbędzie się w sprawdzonej restauracji Zielone Wzgórze koło Koniuszy. Przed Świętami Wielkiej Nocy liczna grupa seniorów dzięki staraniom Związku otrzymała paczki pozyskane z Urzędu Miasta Krakowa oraz Banku Żywności.

(mp) Fot. autor

Prezes Krakowskiego Związku Emerytów, Rencistów i Osób Niepełnosprawnych Elżbieta Pyka składa wraz z Zarządem serdeczne życzenia Zdrowych i Pełnych Nadziei Świąt Wielkanocnych Seniorom i Czytelnikom „Głosu. Tygodnika Nowohuckiego"

XIV PRZEGLĄD CHOREOGRAFICZNY „TAŃCEM OPOWIADAM"

W kwietniu 2022 roku już po raz 14. Klub Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta zorganizuje przegląd młodych talentów „Tańcem opowiadam". Szansę na pokazanie swych umiejętności przed krakowską publicznością otrzymają młodzi artyści – początkujący choreografowie i tancerze.

W związku z obchodzonym 29 kwietnia Międzynarodowym Dniem Tańca, Klub Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta już po raz czternasty organizuje Przegląd Choreograficzny. Jego pomysłodawczynią była Barbara Gatty-Kostyal – pedagog i choreograf baletu, która uważała, że emocje najlepiej wyrażać właśnie tańcem. Od samego początku celem Przeglądu było rozwijanie wrażliwości na piękno, wyszukiwanie młodych talentów oraz promowanie dziecięcej twórczości choreograficznej i tanecznej. W dotychczasowych edycjach imprezy przez sceny Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta przewinęło się wielu uzdolnionych młodych ludzi, którzy związali z tańcem swoją przyszłość.

Zgodnie z początkową ideą, Klub Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta chce zachęcać dzieci i młodzież do wyrażenia swoich emocji i przeżyć poprzez wykonanie własnego układu choreograficznego – solo, w duecie lub zespole. Młodzi tancerze i choreografowie muszą mieć ukończone 6 i mieć nie więcej niż 16 lat. Przegląd odbędzie się 30 kwietnia w Klubie Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (Kraków, os. Słoneczne 16).

Jak wziąć udział? Nabór uczestników XIV Przeglądu Choreograficznego dla dzieci i młodzieży odbywać się będzie do 22 kwietnia. Formularze zgłoszeniowe wraz z regulaminem dostępne są na stronie http://krakownh.pl/wydarzenia/xiv-przegladchoreograficzny-tancem-opowiadam. Wypełnione formularze zgłoszeniowe należy dostarczyć do Klubu Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (Kraków, os. Słoneczne 16) wraz z podkładem muzycznym wykorzystywanym podczas występu.

★★★

Kontakt do organizatora: Klub Zgody Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, os. Słoneczne 16, 31-958 Kraków, tel: 12 643 25 05, 504 419 158, mail: zgody@krakownh.pl, facebook.com/klubzgody.

Wielkanoc zawsze budziła nadzieję. Nawet wtedy, gdy zewnętrzne okoliczności zdawały się tej nadziei zaprzeczać. Bo zauważmy, że radosne przecież Boże Narodzenie, wśród zesłańców na Syberii czy wśród więźniów, budziło nostalgię, tęsknotę za utraconą rodziną. Niejedna łza, skrywana przed innymi, wylała się w tym świątecznym czasie. Tymczasem Wielkanoc zawsze przeżywana była inaczej. To było zawsze święto niosące radosną nadzieję. Nadzieję, na ostateczne zwycięstwo dobra nad złem. Na ostateczne zwycięstwo życia nad śmiercią.

Pamiętam do dzisiaj jak pełne tęsknoty było Boże Narodzenie przeżywane przez nas w trakcie internowania w stanie wojennym. I pamiętam, jak radosna i pełna nadziei była Wielkanoc przeżywana przecież w takich samych warunkach. Dominowała radość i była nadzieja, bo Chrystus Zmartwychwstał. Bo pokonał całe zło, którym ludzkość tak bardzo była dotknięta.

Dzisiaj z przerażeniem patrzymy na cierpienie mieszkańców Ukrainy. Ale wiemy – i wiedzą to również Ukraińcy – że ostatnie słowo nie należy do zła, że ostatnie słowo nie należy do śmierci. Wiemy, że zło zostanie ostatecznie z tego świata usunięte. Że zostanie pokonane przez Tego, który mówił: „Miejcie odwagę: Jam zwyciężył świat".

Jan L. FRANCZYK

T

Tydzień Święto nadziei

Niech te radosne
święta Zmartwychwstania Pańskiego
przyniosą Państwu
odpoczynek od codziennego trudu,
niech będą źródłem wzmacniania ducha
i dadzą siłę do pokonywania
życiowych przeciwności.
Zdrowych świąt Wielkiej Nocy
życzy
Komisja Robotnicza Hutników
NSZZ „Solidarność"

Z okazji nadchodzących
Świąt Wielkanocnych
życzę Państwu,
aby blask prawdy o Zmartwychwstaniu
rozświetlał wszelkie mroki codzienności,
a wiara w nowe życie rozpalała serca,
przynosząc radość i pokój,
dodając sił do codziennej pracy
i wypełniając miłością
wszelkie relacje
z drugim człowiekiem.
Ireneusz Raś
Poseł na Sejm RP

GŁOS TYGODNIK NOWOHUCKI

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

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

OŚRODKI KULTURY PROPONUJĄ

Klub 303 OK Kraków-Nowa Huta, os. Dywizjonu 303 nr 1

● **19 IV, godz. 16** – Klub Rodziców: Zajęcia muzyczno-ruchowe. Kwiecień musi być kolorowy, wiosenny i pełen radości. Dlatego zachęcamy Was do udziału w przygotowanych przez nas wiosennych zabawach muzyczno-ruchowych „Kwiecień plecień". W ich trakcie wykorzystamy chusteczki animacyjne, woreczki i kolorowe piłki.

Klub Dukat OK Kraków-Nowa Huta, ul. Styczna 1

● **Do 30 IV** – XXV edycja konkursu „Ogródek przed domem". Już od 25 lat, wraz z nadejściem kalendarzowej wiosny, Klub Dukat OK Kraków-Nowa Huta ogłasza konkurs Ogródek przed domem. Do udziału w nim zaproszeni są mieszkańcy domów jednorodzinnych Dzielnicy XVII Wzgórza Krzesławickie i Dzielnicy XVIII Nowa Huta. Szczegółowe informacje na www.krakownh.pl oraz w Klubie Dukat.

● **20 IV, godz. 17** – Kolorowe Indie. Na najbliższych warsztatach rodzinnych przeżyjemy niezwykłą, daleką podróż do kolorowych Indii, a wszystko to za sprawą spotkania z podróżnikiem! Dowiemy się m.in.: czym bawią się hinduskie dzieci oraz jak umyć zęby bez szczoteczki i pasty. Zapraszamy na niecodzienne warsztaty z wykorzystaniem hinduskich przedmiotów codziennego użytku, strojów, zabawek i fotografii. Zajęcia poprowadzi animator-podróżnik z wieloletnim doświadczeniem.

● **21 IV, godz. 15** – Miejsce spotkań dla Ukraińców. Naszą Dukatową kawiarenkę otwieramy dla naszych Przyjaciół z Ukrainy — przede wszystkim dla mam z dziećmi w wieku przedszkolnym i szkolnym, którzy przeżywają teraz bardzo trudne chwile. Zdajemy sobie sprawę, że potrzebujecie miejsca, w którym będziecie mogli się spotkać z rodakami i porozmawiać w większym gronie. Wiemy, że Wasze dzieci również będą potrzebowały przestrzeni i zabawek, by móc się pobawić. Z myślą o Was otwieramy drzwi naszej klubowej kawiarenki, gdzie bezpłatnie będziecie mogli spędzić czas, a Wasze dzieci będą mogły wziąć udział w przeróżnych grach, zabawach i warsztatach.

Klub Jędruś OK Kraków-Nowa Huta, os. Centrum A 6a

● **20 IV, godz. 17.45** – Gimnastyka dla małych i dużych pod znakiem wspólnej, rozwijającej gimnastyki metodą Sherborne. Podczas zajęć skupiamy się na rozwoju świadomości własnego ciała, usprawniania ruchowego, nabywanie lepszej świadomość przestrzeni i działania w niej, dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi i nawiązywania z nimi bliskiego kontaktu. Weronika Sherborne była nauczycielką wychowania fizycznego, która w latach 60. wypracowała własny system ćwiczeń.

Klub Karino OK Kraków-Nowa Huta, ul. Truskawkowa 4

● **20 IV, godz. 10** – Warsztaty muzyczne dla dzieci. Zapraszamy na wyjątkowe warsztaty muzyczne, podczas których będziemy uczyć się utworów muzyki gospel. Nauka obejmie elementy emisji głosu, kształcenia słuchu i poczucia rytmu. Warsztaty przeznaczone są dla dzieci w wieku 7–9 lat. Wstęp: 3 zł

● **21 IV, godz. 16** – Gimnastyka korekcyjna. Co powiecie na czwartki z gimnastyką! Zachęcamy do udziału w przygotowanych specjalnie dla maluchów zajęciach gimnastyki korekcyjnej. Przygotowaliśmy je z myślą o maluchach i kształtowaniu dobrych nawyków utrzymania prawidłowej postawy ciała i korygowania ewentualnych wad postawy.

Klub Mirage OK Kraków-Nowa Huta, os. Bohaterów Września 29

● **21 IV, godz. 16** – „...co już za nami i ciągle w nas jeszcze...". W ostatnie dni kwietnia zapraszamy na poetycko-muzyczną refleksję poświęconą Świętemu Janowi Pawłowi II. Wypełnią ją autorskie wiersze, religijne piosenki, które lubił Ojciec Święty, a wśród nich te pochodzące prosto z Jego ukochanego Podhala. Nie zabraknie w nim również cytatów z homilii, które pomimo upływu lat są wciąż aktualne. W programie weźmie udział duet muzyczny – Janusz Rojek (śpiew, gitara elektroakustyczna) i Gloria Brzezińska (śpiew, flet prosty).

Klub Zgody OK Kraków-Nowa Huta, os. Słoneczne 16

● **21 IV, godz. 14** – Spotkanie wielkanocne. Serdecznie zapraszamy wszystkich członków Koła Nr 24 PZERiI na świąteczną imprezę organizowaną specjalnie dla seniorów. W spotkaniu wezmą udział o. proboszcz z parafii na Szklanych Domach oraz zaproszeni goście. W trakcie spotkania wystąpi klubowy zespół Zawilec. Wstęp bezpłatny. Obowiązują zapisy. **(f)**

Poleca Lidia Serafin z domu Bieniak

NA WIELKANOCNY STÓŁ

Lidia Serafin wraz z całą załogą swojej cukierni z os. Zielonego 16 życzy Wszystkim Swoim Klientom oraz Czytelnikom Głosu Tygodnika Nowohuckiego zdrowych i spokojnych Świąt Wielkiej Nocy. Poniżej ciekawy przepis świąteczny, który proponuje na wielkanocny stół.

Ciasto czekoladowe z cukinią

Składniki: 2 cukinie, 100 g masła, szklanka cukru pudru, 400 mąki, 3 łyżki kakao, łyżeczka kawy rozpuszczalnej, łyżeczka sody oczyszczonej, pół łyżeczki proszku do pieczenia, 50 g czekolady, 2 jajka, pół szklanki oleju, pół szklanki jogurtu naturalnego, szczypta soli.

Cukinie zetrzyj na tarce o małych oczkach (powinno być ok. dwóch szklanek). Mąkę wymieszaj z kakao, kawą, sodą, proszkiem i solą. Dodaj drobno posiekaną czekoladę. Masło utrzyj z cukrem pudrem na jasną masę, dodaj olej, a potem, cały czas ucierając stopniowo jajka. W trzech partiach dołóż suche składniki, a na końcu cukinię i jogurt. Ciasto przełóż do blaszki wyłożonej papierem do pieczenia. Piecz ok. 45 minut w 180 stopniach C.

(mp) fot. Marcin Pietrzyk

Notowania cenowe

PRZEDŚWIĄTECZNE ZAKUPY

Przed nami święta Wielkiej Nocy. Polecam więc dokonanie zakupów godnych tych świąt w Centrum Handlowym „Tomex". Jest tu pełen wybór artykułów spożywczych i nie tylko, pochodzących z polskich jeszcze ekologicznych wytwórni. Kupimy tu naturalne wędliny w paw. 466 u Józefa Aksamita. Ze 124 gramów mięsa powstaje 100 gram wędlin. Takich wędzonek z małej masarni nie kupicie na pewno nigdzie. Szynka, bekon, karczek, boczek, schab, czy wędzone żeberka są w cenie od 17,99 do 43,99 zł/kg. Kiełbasa cielęco-wieprzowa kosztuje 39,99 zł/kg. Są tu też inne domowe wyroby jak pasztety, salcesony, kaszanka, czy prawdziwa galareta. Obok po drugiej stronie w paw. 424 jest stoisko nabiałowe, gdzie kupimy prawdziwy biały tłusty ser z Hajnówki po 16,99 zł/kg lub ekologiczne wyroby jak śmietana, jogurty z łemkowszczyzny.

W znanej firmie „Leśne Runo" w pawilonie 413 kupimy prawie wszystkie specjały na świąteczny stół. Są tu grzyby suszone w dużym wyborze,

począwszy od krajanki o wadze 4 dag: podgrzybki i prawdziwki po 14 zł, całe podgrzybki kosztują 15 zł za 5 dag, borowiki extra 10 dag kosztują 45 zł, a borowiki kapelusze 70 zł. Pani Basia poleca grzyby marynowane takie jak maślaki, podgrzybki w małych słoikach od 15 zł, a w dużych litrowych po 30 zł. Są też rydze po 15 zł słoiczek. Jest tu pyszna kapusta kiszona w cenie 4-7 zł/kg. Za jaśka suszonego zapłacimy 25 zł/ kg, a orzechy łuskane są w cenie promocyjnej 25 zł/ kg. Jest tu pełny wybór miodów, począwszy od wielokwiatowego, poprzez malinowy, akacjowy gryczany do spadziowego od 30 do 60 zł słoik 1 l. Za domowy barszczyk biały lub czerwony trzeba zapłacić 5 zł/ 1/ 2 l.

Obok znajduje się pawilon 414 z góralskimi wyrobami. Jest tu nabiał w postaci małych redykołków po 2,50 zł/szt. poprzez większe gałki od 7 zł/szt., korbacze po 9 do 15 zł/szt. Jest także bryndza i bundz biały i wędzony od 35 zł/kg. Jest także masło wiejskie. Są naturalne soki z malin, czarnej porzeczki i aronii. Teraz w okresie „zajączkowym" warto tu zaglądnąć i kupić ciepłe pantofle od 25 zł, a są także skóry owcze, pasy na bóle korzonkowe i inne góralskie wyroby. **(sp) Fot. autor**

WALUTA

Od paru tygodni na rynkach walutowych stabilizacja.

W kantorze na pl. Bieńczyce, paw. 24, tel. 12-641-46-29 zanotowano następujące kursy walut: USD: 4,26–4,31 zł, euro: 4,64–4,68 zł, GBP: 5,53–5,58 zł, CHF: 4,55–4,61 zł. **(mp)**

Od 15 do 21 kwietnia

W KINIE SFINKS

● **DUCH ŚNIEGÓW** został okrzyknięty najbardziej relaksującym filmem, jaki przyszło zobaczyć widzom w tym roku! Niezwykłe kinowe doświadczenie, epicka, fascynująca opowieść o niedostępnym dla ludzkiego oka, magicznym miejscu, którego tajemnic strzeże panująca tam prawdziwa bogini – śnieżna pantera. Wielu rusza w podróż do Tybetu tylko po to, by zdobyć najwyższe górskie szczyty. Niewielu dostrzega, że te pozorne pustkowia kryją największe skarby dzikiej natury, które przez większość czasu pozostają poza zasięgiem ludzkiego wzroku. To magiczne miejsce, choć wydaje się niezamieszkane, tak naprawdę tętni życiem, a jego mieszkańcy nie spuszczają oczu z tych, którzy niespodziewanie odwiedzają ich królestwo. Królestwo, którego największych tajemnic strzeże majestatyczna i nieuchwytna pantera śnieżna. Ci, którym wystarczy pokory, cierpliwości i odwagi mają szansę zarówno na spotkanie z nią, jak i odkrycie najbardziej kojącego miejsca na ziemi. Zapierające dech w piersiach zdjęcia oraz hipnotyzująca ścieżka dźwiękowa. Film będzie można zobaczyć również we wtorek **19 IV o godz. 14.30 w Filmowym Klubie Seniora.**

● **INNI LUDZIE** to oparta na powieści Doroty Masłowskiej hipnotyzująca opowieść o desperackim poszukiwaniu miłości. Historia ludzi uwikłanych w miłosny trójkąt w czasach rozpadu więzi, dożywotnich kredytów, diet pudełkowych, taniego wina i nieustającego szumu mediów społecznościowych. Ludzi miotających się w labiryncie bulwarów i zaułków, pulsującego w rytmie rapu miasta Warszawy. Bohaterom w codzienności towarzyszy uważnie ich obserwujący narrator. Na pierwszy rzut oka Kamil i Iwona nie mają ze sobą nic wspólnego. Iwona jest znudzoną i nieszczęśliwą żoną Maćka, żyjącą w luksusie na kredyt. Kamil ma 32 lata, seksowną dziewczynę Anecię, ale wciąż mieszka z matką na blokowisku, snując wizje kariery rapera i łapiąc przypadkowe fuchy. Relacja z Iwoną pozornie jest bez znaczenia, ale dzięki niej oboje zobaczą w innym świetle swoje życiowe wybory i ludzi wokół nich. „Inni ludzie" zdobyli nagrodę Stowarzyszenia Kin Studyjnych, nagrody za najlepszy debiut reżyserski dla Aleksandry Terpińskiej i za najlepszą rolę męską dla Jacka Belera na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni.

● **W PĘTLI RYZYKA I FANTAZJI** to kolejny film Ryūsuke Hamaguchiego, autora „Drive My Car", nagrodzony Srebrnym Niedźwiedziem na ubiegłorocznym Berlinale. Składa się z trzech nowel, z których każda krąży wokół kwestii przypadku. Ich bohaterki wciąż powracają: do zakończonego romansu, błędu z przeszłości, miasteczka, w którym przeżyły pierwszą miłość. Ale to także podróż ku narastającemu poczuciu niesamowitości, bo film, który zaczyna się jak klasyczna obyczajowa historia, niespiesznie przesuwa się w stronę science fiction. Hamaguchi kręci kołem fortuny z mistrzowską wprawą, a zrealizowane głównie we wnętrzach sceny są fenomenalnymi, zniuansowanymi portretami relacji. Błyskotliwym obserwacjom i dyskretnemu poczuciu humoru towarzyszy melancholia, która sprawia, że film staje się cichym westchnieniem nad naszą niedoskonałością. Seanse na Sali Mały Metraż.

● W czwartek 21 IV o godz. 18.00 **Dyskusyjny Klub Filmowy Kropka** zaprasza na pokaz filmu Jima Jarmuscha z 1984 roku – **INACZEJ NIŻ W RAJU**. Nagrodzony Złotą Kamerą na Festiwalu w Cannes i Nagrodą Specjalną Jury na Sundance Film Festival kultowy film drogi to jeden z najwspanialszych filmowych portretów outsiderów. Bohaterami są: szesnastoletnia emigrantka z Węgier, jej kuzyn Willie i jego przyjaciel Eddie. Po krótkim pobycie w Nowym Jorku Eva jedzie do ciotki w Cleveland, a rok później – z braku lepszych zajęć – Willie i Eddie podążają jej śladem. Mają trochę wygranych na wyścigach pieniędzy, ale że zimowe Cleveland nie ma do zaoferowania żadnych rozrywek, cała trójka wyrusza na Florydę. Tam sprawy przybierają kiepski obrót.

NOWOŚCI W BIBLIOTECE

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

● **Jess Walter, *Piękne zgliszcza*, Wydawnictwo Poradnia K 2022.** Epopeja godna Marqueza! W 1962 roku na skalistym, skąpanym w słońcu wybrzeżu Włoch młody, zatopiony w marzeniach hotelarz spogląda na rozświetlone wody Morza Liguryjskiego. Widzi, jak łodzią przybliża się ku niemu zjawa: smukła jasnowłosa kobieta w bieli. Okazuje się, że to aktorka, gwiazdka amerykańskiego kina. Jest umierająca. Współcześnie historia rozpoczyna się, gdy na drugiej półkuli na zapleczu wytwórni filmowej pojawia się Włoch w podeszłym wieku, poszukujący tajemniczej kobiety, którą widział w swoim hotelu pięćdziesiąt lat wcześniej. *Piękne zgliszcza* to powieść pełna niedoskonałych, lecz fascynujących postaci błądzących po urwiskach codzienności w poszukiwaniu lepszego życia, które mami przepychem i z pozoru czeka tuż za rogiem.

● **Anna Kamińska, *Kotański: bóg, ojciec, konfrontacja. Opowieść o legendarnym twórcy Monaru*, Wydawnictwo Literackie 2021.** Kotan Superstar. Poruszający, mocny i pierwszy tak wielowymiarowy portret Marka Kotańskiego – człowieka, który poświęcił wszystko dla tych, których nikt inny nie dostrzegał. Przełom lat 60 i 70 XX wieku. Oficjalnie problem narkotykowy w PRL-u nie istnieje. W rzeczywistości coraz więcej młodych ludzi sięga po morfinę, czy pierwszą polską amfetaminę, odurza się, biorąc leki i wąchając kleje. Początkujący psycholog, Marek Kotański, problem zauważa i zaczyna działać. Odważnie, z uporem i bez kompromisów. Traktowany przez swoje pacjentki i pacjentów jak ojciec, a potem bóg, dzięki empatii, pasji i niezrównanej intuicji pozwala im powrócić do normalnego życia. Wielu krytykuje jego metody i mówi o nim „kontrowersyjny", dla innych to „genialny terapeuta". Z potencjałem do bycia gwiazdą, będzie porywać tłumy w ogólnopolskich akcjach. Pełen sprzeczności, domagający się od innych nieustającej uwagi, uwielbienia i akceptacji. Otrzymujący mnóstwo dowodów miłości i pogrążony w samotności. *Kotański: bóg. ojciec. konfrontacja* to pierwsza biografia pióra Anny Kamińskiej poświęcona mężczyźnie. Barwna, wstrząsająca i dociekliwa. Przedstawiająca nie tylko powstawanie legendy Marka Kotańskiego oczami jego pierwszych pacjentów, współpracowników czy rodziny, ale też historię Monaru, polskiej służby zdrowia i (nie)radzenia sobie przez państwo z osobami dotkniętymi problemem narkotykowym, alkoholizmem czy bezdomnością.

OD SPOTKAŃ AUTORSKICH PO WARSZTATY PLASTYCZNE

Spotkanie autorskie z Ewą Furgał to wydarzenie (20 kwietnia o godzinie 18.00) poświęcone literaturze. Autorka *Dziewczyny w spektrum* opowie o swojej książce, w której w szczery i poruszający sposób opisuje świat kobiet w spektrum autyzmu. Z pisarką porozmawia Monika Świerkosz. Wstęp wolny, liczba miejsc ograniczona. Nie obowiązują zapisy.

Własnoręcznie wykonane kolczyki mogą stać się niezwykłą ozdobą, są też doskonałym pomysłem na prezent. Do tego typu kreatywnych prac ręcznych idealnie nadaje się sutasz, czyli rodzaj haftu artystycznego. Technika ta polega na łączeniu kamieni i koralików z wielobarwnymi sznurkami. 23 kwietnia o godzinie 11.00 na warsztatach dla dorosłych *Zrób sobie kolczyki* uczestnicy nauczą się tworzyć małe kolczykowe dzieła sztuki. Bezpłatne wejściówki będą dostępne od 19 kwietnia od godziny 12.00 na kbfbilety.krakow.pl.

W ramach obrazu – warsztaty artystyczne to propozycja z cyklu edukacyjnego dla najmłodszych *Głowa Pełna Kultury*. 24 kwietnia o godzinie 11.00 uczestnicy dowiedzą się, jak powstają dzieła sztuki. Poznają nie tylko inspiracje twórców, ale także techniki malarskie, narzędzia i materiały, przy pomocy których powstawały piękne obrazy. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci w wieku 4–8 lat. Bezpłatne wejściówki będą dostępne od 19 kwietnia od godziny 12.00 na kbfbilety.krakow.pl.

Wykombinuj Nową Hutę! Miejskie sudoku (*Ńęęřäłňů Ĩłäó Äóňó! Ełňüęł ńóäĩęó*) to propozycja aktywności na świeżym powietrzu, która pomoże poznać Nową Hutę z zupełnie odmienionej perspektywy. 23 i 24 kwietnia w godzinach 10.00–18.00 wszyscy chętni będą mogli wziąć udział w grze miejskiej. Wystarczy odebrać w punkcie InfoKraków Zgody 7 pakiet z instrukcją do gry oraz mapę, a następnie ruszyć w miasto! Z myślą o osobach z Ukrainy przygotowaliśmy sudoku w wersji dwujęzycznej (polskiej i ukraińskiej) – zabierzcie ze sobą gości i znajomych, to świetna okazja do wspólnego spędzenia czasu i integracji. Wszyscy gracze, którzy w dniach 23–24 kwietnia 2022 roku zgłoszą się z rozwiązanym sudoku do punktu InfoKraków Zgody 7 (otwarty w godzinach 10.00–18.00), otrzymają mały upominek – plecak zero waste uszyty z banerów festiwalowych. Ilość nagród ograniczona. Wstęp wolny (äółä äłęüíče).

Czy Wawel można nazwać „Świętym Wzgórzem"? Na to pytanie spróbuje odpowiedzieć Anna Grochowska, autorka książki *Święte Wzgórze? Wawel w literaturze, sztuce i kulturze polskiej w latach 1795–1918*. O Wawelu jako miejscu, w którym wielka historia Polski miesza się z krakowskimi legendami, a religia z ezoterycznymi wierzeniami, porozmawia z pisarką Maja Wąchała-Skindzier. Spotkanie odbędzie się 26 kwietnia o godzinie 18.00. Wstęp wolny, liczba miejsc ograniczona. Na spotkanie nie obowiązują zapisy.

Organizatorami spotkań są Miasto Kraków, KBF, Cafe NOWA Księgarnia, Kids in Kraków i InfoKraków.

(f)

KALENDARZ NOWOHUCKI

NIEDZIELNE MSZE ŚW.

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

Słowa na niedzielę

Maria Magdalena zobaczyła kamień odsunięty od grobu.
/por. J 20/

Czasami musi nas coś zaskoczyć, a może i zaniepokoić. Przewidywalność grozi wręcz otępieniem. Najgorzej, gdy coś takiego dotyczy spraw duchowych. Bo jeśli już niczego się nie spodziewamy, to nawet gdyby miało się coś stać pewnie tego nie zauważymy.

Odsunięty kamień przy grobie Jezusa był dla Marii Magdaleny czymś kompletnie nieprzewidzianym. Z drugiej strony właśnie ta sytuacja dała jej wiele do myślenia i stała się powodem błyskawicznego działania. Może wnioski w pierwszej chwili nie były trafne ale ważne jest to, że rozpoczęła błogosławiony ciąg zdarzeń, których jesteśmy uczestnikami do dzisiaj i będziemy aż po wieczność.

ks. Piotr Gąsior

DYŻURY SZPITALI

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

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

DYŻURY APTEK

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

NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA

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

MUZEUM ARCHEOLOGICZNE: ODDZ. N. HUTA

Muzeum Archeologiczne w Krakowie, Oddział Nowa Huta zaprasza na ekspozycję poświęconą garncarstwu prahistorycznemu, która znajduje się w os. Branice, ul. Sasanek 2A, w budynku Lamusa (renesansowy dwór). Wystawa jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 10.00–14.00, dodatkowo w sezonie maj–październik w każdą sobotę i niedzielę w godz. 14.00–18.00. Informacje: 12 640-80-60; http://ma.krakow.pl/odwiedz-muzeum/godziny-otwarcia/.

STRZELNICA SPORTOWA W PLESZOWIE

Strzelnica Sportowa w Pleszowie prowadzona przez Klub Strzelecki LOK (dojazd od ul. Igołomskiej i Suchy Jar) czynna jest we wtorki, czwartki i soboty od godz. 11.00 do godz. 16.00. Posiada tory 25 i 50 metrów. Można tutaj uprawiać sport strzelecki z broni małego kalibru oraz broni centralnego zapłonu (z broni własnej lub wypożyczonej na miejscu).

KINO „SFINKS"

● **15–18.04 (od piątku do poniedziałku):** – kino nieczynne. ● **19.04 (wtorek): 14.30** – Filmowy Klub Seniora: „Duch śniegów" (Francja), **17.00** – „Inni ludzie" (Polska), **18.00** – „W pętli ryzyka i fantazji" (Japonia) (MM), **19.15** – „Duch śniegów". ● **20.04 (środa): 17.00** – „Duch śniegów", **18.00** – „W pętli ryzyka i fantazji" (MM), **19.00** – „Inni ludzie". ● **21.04 (czwartek): 17.00** – „Inni ludzie", **18.00 DKF Kropka**: – „Inaczej niż w raju" (USA/Niemcy) (MM), **19.15** – „Duch śniegów".

W TEATRZE LUDOWYM

■ Duża Scena, os. Teatralne 34: ● **21 IV (czwartek), godz. 11** – 1984: Ministerstwo Miłości.

WIELKANOC

W pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni Księżyca obchodzona jest uroczystość Zmartwychwstania Pańskiego. Nazywana też Wielkanocą, albo Wielką Nocą, bowiem cud zmartwychwstania Jezusa Chrystusa dokonał się nad ranem, o świcie.

Wielkanoc jest pierwszym i najdawniejszym świętem w Kościele. Obchodzili go Apostołowie w tym samym czasie, kiedy Żydzi obchodzili swoją Paschę, gdyż zmartwychwstanie Jezusa dokonało się w dzień po uroczystości Paschy. Pascha była obchodzona przez Izraelitów na pamiątkę wybawienia ich z niewoli egipskiej. W tym samym czasie przypadła śmierć Jezusa i Jego zmartwychwstanie jako tajemnica odkupienia i wybawienia ludzi z niewoli szatana i wprowadzenia ich do ziemi obiecanej, do niebieskiego Ojca. Żydzi obchodzili Paschę dnia 14 nisan, bo tak przykazał im Mojżesz. Przez miesiąc nisan określano miesiąc (30 dni) od nowiu marca do nowiu kwietnia. Jednak ze względu na to, że Jezus zmartwychwstał w niedzielę, chrześcijanie już od II wieku pierwszą niedzielę po pełni wiosennej zaczęli obchodzić jako Wielkanoc. Takie też stanowisko przyjął sobór w Nicei w 325 roku, dodając, że za pełnię wiosenną uważa się tę, która wypada po zrównaniu dnia z nocą, czyli po 21 marca. Tak więc Wielkanoc może wypadać w niedziele pomiędzy 22 marca a 25 kwietnia.

★★★

W komentarzach zamieszczonych w Liturgii Godzin, czyli popularnym Brewiarzu możemy przeczytać, że „Wielkanoc jest nie tylko pierwszym świętem w Kościele chronologicznie, ale także pierwszym co do ważności. Przez wszystkie wieki było uważane za największe. Wydawałoby się, że powinno nim być Boże Narodzenie, przyjście na ziemię Syna Bożego. Chrystus Pan zjawił się jednak na ziemi naszej w takich okolicznościach, że tylko szczerze wierzący mogli przyjąć za pewnik, że to On właśnie był obiecanym Zbawicielem świata. Jego zaś męka i śmierć była tak okrutna i hańbiąca, że mogła nawet najwierniejszym odebrać wiarę w Chrystusa. Jak wiemy, stało się tak nawet w przypadku osób będących najbliżej Pana Jezusa – apostołów. Załamali się oni zupełnie na widok Jego męki i śmierci. Swoim zmartwychwstaniem Jezus potwierdził, że jest prawdziwie Mesjaszem, Synem Bożym. Nawet kiedy Pan Jezus czynił cuda, można było powołać się na Mojżesza i proroków, którzy czynili cuda podobne, a może nawet i większe. Jednak cud zmartwychwstania był czymś szczególnym – on przekonuje i przemawia do wszystkich, którzy tylko mają dobrą wolę i chcą poznać prawdę. To jedna z przyczyn, dla których Kościół zawsze na pierwszym miejscu w hierarchii świąt stawiał Wielkanoc. Uroczystość Zmartwychwstania jest słońcem roku kościelnego, jest centrum wszystkich tajemnic, związanych z życiem i posłannictwem na ziemi Jezusa Chrystusa tak dalece, że przez pierwsze trzy wieki Wielkanoc była jedynym świętem".

★★★

I dalej czytamy tam: „Jak każdej wielkiej uroczystości, tak również i Wielkanocy towarzyszą liczne symbole. Jednym z nich jest baranek paschalny. Kiedy anioł śmierci przeszedł przez ziemię egipską i wybił w każdym domu pierworodnych synów, ominął domy Izraela dlatego, że ich odrzwia były naznaczone krwią baranka zabitego specjalnie z tej okazji. Baranek paschalny był wyraźną zapowiedzią, typem, figurą Jezusa Chrystusa, którego Krew miała ocalić cały rodzaj ludzki od śmierci wiecznej. Na tę symbolikę wskazuje już prorok Izajasz ok. 700 lat przed narodzeniem Jezusa: „On się obarczył naszym cierpieniem. On dźwigał nasze boleści, a myśmy Go za skazańca uznali, chłostanego przez Boga i zdeptanego. Lecz On był przybity za nasze grzechy, zdruzgotany na nasze winy. Spadła Nań chłosta zbawienia dla nas, a w Jego ranach jest nasze zdrowie. Wszyscyśmy pobłądzili jak owce... a Pan zwalił na Niego winy nas wszystkich. Dręczono Go, lecz sam się dał gnębić, nawet nie otworzył ust swoich, jak baranek na rzeź wiedziony". Św. Jan Chrzciciel wskaże wprost na Pana Jezusa i powie o Nim: „Oto Baranek Boży, który gładzi grzechy świata". O Chrystusie – Baranku na wielu miejscach pisze wreszcie także św. Jan Apostoł w Apokalipsie.

W procesji rezurekcyjnej niesie się figurę zmartwychwstałego Chrystusa. Umieszcza się ją potem w prezbiterium aż do uroczystości Wniebowstąpienia. Obok figury stawia się krzyż z czerwoną stułą – nie mniej wymowny symbol Chrystusa-Kapłana, który złożył sam siebie na Ofiarę za grzechy świata.

Paschał, czyli świeca wielkanocna, wyróżnia się znacznie wśród innych świec. Symbolizuje Chrystusa, który sam o sobie powiedział: „Ja jestem światłością świata. Kto idzie za Mną, nie będzie chodził w ciemności, lecz będzie miał światło życia". Liturgia przewiduje, aby paschał zapalano w czasie Mszy świętej w czasie wielkanocnym. Przez pozostałą część roku powinien stać przy chrzcielnicy i przypominać, komu ochrzczeni zawdzięczają łaskę przybrania za dzieci Boże. Również w czasie pogrzebu paschał powinien budzić nadzieję i przypominać słowa Chrystusa: „Ja jestem zmartwychwstaniem i życiem. Kto we Mnie wierzy, choćby i umarł żyć będzie".

★★★

Pisząc o wielkanocnych obrzędach i zwyczajach, trudno nie wspomnieć o charakterystycznym dla Polski zwyczaju święcenia pokarmów w Wielką Sobotę. W minionych wiekach takie poświęcanie wielkanocnych stołów odbywało się również w domach ziemiańskich. Tak zapamiętał to na przykład Zygmunt Gloger, pisząc w swoim „Roku polskim w życiu, tradycji i pieśni": „Wszystko oczekiwało w Wielką Sobotę na przybycie proboszcza, który w dniu tym objeżdżał dwory, wioski i zaścianki, poświęcając swym parafianom dary Boże. Na dom nasz przypadała kolej w godzinie południowej. Gdy nadeszła wieść o przybyciu kapłana, powstał we wsi ruch niezwykły. Biegano z tą wiadomością od chaty do chaty. Z pod każdej strzechy wychylała się kobieta, niosąc spiesznie do dworu słomianą, o płaskim dnie, owalną kobiałkę z ciężarem, w biały, czysty, szeroki z frędzlami ręcznik domowej roboty zawiniętym. Następowała chwila tradycyjna, charakterystyczna. Przed starym gankiem na czterech słupach wspartym, wieśniaczki ustawiały na ziemi swoje kobiałki w duże półkole i odkrywały z białych zasłon to, co do poświęcenia przyniosły. Były to wszystkie prawie analogiczne, ze święconem we dworze, przedmioty. Jeno uboższe, skromniejsze i brakowało tylko mazurków. W każdej kobiałce kraśniało kilka pięknie rysowanych pisanek, rozpierał się owalny pierog, taki sam jak dworskie, do boku jego tulił się świeży ser śnieżnej białości, opasany wiankiem kiełbasy, kawał wędzonki i sól do poświęcenia nieodzowna. U możniejszych pyszniła się babka żółta od krokoszu, pękata, bo zwykle upieczona w starym garnku, który przy wyjęciu ciasta musiano rozbijać, i wyglądało ciekawie spod ręcznika blade prosię z jajkiem lub chrzanem w zębach. Wszystko przybrane było zielonym barwinkiem i gruszewnikiem leśnym i roztaczało woń niezmiernie przyjemną dla tych, którzy przez cały post wstrzymywali się od nabiału, okrasy wszelkiej i mięsa. Gdy dano znać, że już nikogo z wioski i czeladzi dworskiej z kobiałką nie brakuje, postawiono w środku półkola, przed gankiem, ceber z wodą studzienną. Wychodziliśmy wszyscy na ganek z kapłanem, ubranym w białą komżę, który przeczytawszy z książki modlitwę, sypał szczyptę soli do cebra wody i podanem mu domowym kropidłem skrapiał kobiałki, a potem lud obecny i nas wszystkich, czyniących znak krzyża na sobie".

★★★

Po rezurekcji można było zasiąść do uroczystego wielkanocnego śniadania. W swojej książce „Polskie tradycje świąteczne" tak pisała o tym Ewa Ferenc: „Stół zasłano śnieżnobiałym obrusem. Od tego tła cudnie odbijały się brązy wędlin i pieczywa, pstre mozaiki pisanek i głęboka zieleń bukszpanu czy modrookiego barwinka, które zdobiły wszystko: zwój kiełbasy, nos pieczonego prosięcia, szynkę, nadziewany wątróbką brzuszek kapłona, kawałki korzeni chrzanu, baranki z masła, biało lukrowaną babę z rodzynkami, strucle z serem, kołacze orzechami i paskę – wielkanocny pszenny chleb. Na ozdobnym talerzyku leżały pokrojone w ćwiartki jajka ze święconki. W ubogich domach stół nie był tak suto zastawiony, ale nawet w najbiedniejszych znajdowało się w tym dniu mięso, paska i kraszanki".

I dalej konkludowała autorka: „Spracowani ludzie odpoczywali na przyzbach. Teraz mieli czas, by przywitać wiosnę. Byli jej wdzięczni, że znowu przyszła, tak tęsknie wypatrywana przez długą zimę. (...) Pachnąca młodą zielenią Wielkanoc, czas radości, nowych nadziei i odpoczynku. A Chrystus Zmartwychwstały przebitą dłonią błogosławił strudzonym ludziom, pokornym zwierzętom i zapłodnionej glebie. Unosił rękę zupełnie tak jak na świętym obrazie w paradnej izbie".

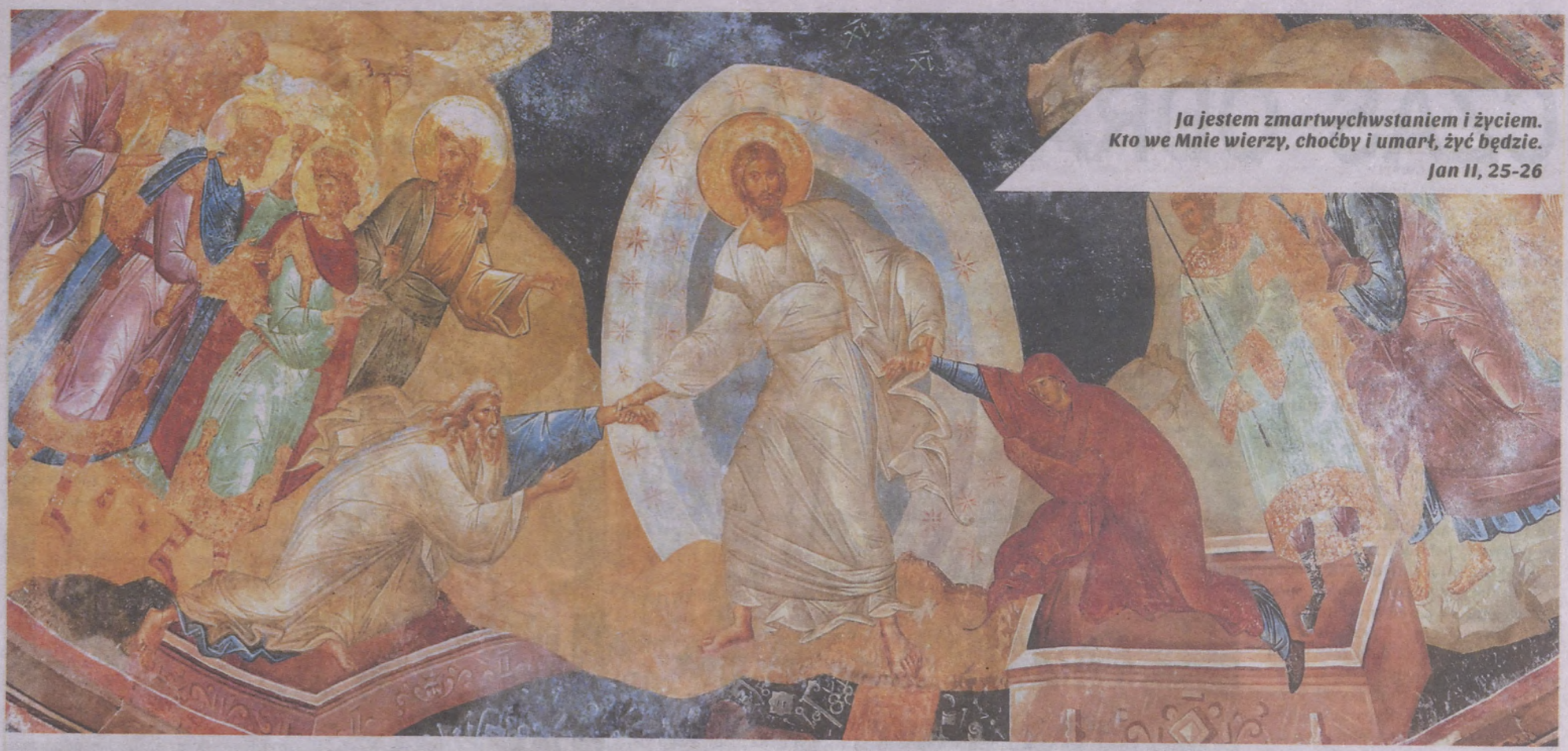
★★★

Pisząc o zwyczajach i tradycjach wielkanocnych nie sposób pominąć najstarszego odpustu w Polsce jaki odbywa się w wielkanocny poniedziałek w naszym mieście – chodzi oczywiście o krakowski Emaus, który tradycyjnie ma miejsce przy klasztorze Norbertanek na Zwierzyńcu, a dokładniej na Salwatorze (u zbiegu ulic Emaus, św. Bronisławy i Kościuszki). Swą nazwę odpust ten wziął od tradycji odwiedzania w drugi dzień świąt wielkanocnych kościoła poza miastem na znak spotkania zmartwychwstałego Jezusa z uczniami. Kościół św. Augustyna i św. Jana Chrzciciela na Zwierzyńcu znajduje się około 1,5 km od bram średniowiecznego Krakowa. Pierwsza wzmianka o krakowskim odpuście pochodzi z rękopisu Giovanniego Paolo Mucantiego – sekretarza legata papieskiego, który przebywał w Krakowie w latach 1596-1597. Murcanti zapisał: „W poniedziałek wielkanocny poszedłem oglądać kościół, który nazywają Emaus, gdzie zbiera się wielki tłum obojga płci. Wszystka młodzież i żacy zachowują dawny zwyczaj noszenia dnia tego różdżki wierzbowej, na której rozwinięte są bazie."

Krakowski Emaus był i pozostał wielkim, uroczystym spacerem mieszczan krakowskich po całym dniu siedzenia za stołem. Przerodził się z czasem w ludową zabawę, rodzaj odpustu. Z towarzyszącymi mu kramami, karuzelami dla dzieci, strzelnicami sportowymi i loteriami fantowymi. **(f)**

Zmartwychwstały Chrystus, rycina (miedzioryt) z XVII-wiecznego mszału.

Wacław Boratyński, świąteczna kartka pocztowa, początek XX w.



Ja jestem zmartwychwstaniem i życiem.
Kto we Mnie wierzy, choćby i umarł, żyć będzie.
Jan II, 25-26

Łukasz Kmita
WOJEWODA MAŁOPOLSKI

Radosnych Świąt Wielkiej Nocy,
pełnych wiary, nadziei i miłości.
Niech Zmartwychwstanie,
które niesie odrodzenie,
umocni w naszych sercach pokój.

Oby ten czas był dla Państwa
źródłem refleksji nad tym,
co w życiu najważniejsze,
a także źródłem energii, siły
i wzajemnego zrozumienia.

Alleluja!

CZAS ODRADZAJĄCEGO SIĘ ŻYCIA

Wielkanoc jest najstarszym i najważniejszym świętem chrześcijańskim upamiętniającym zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa, obchodzonym przez wszystkie wyznania chrześcijańskie. Poprzedza je Wielki Post, który trwa 40 dni. Wielkanoc to święto ruchome. Wiadomo, że Chrystus powstał z grobu w nocy z soboty na niedzielę, ale nie można ustalić stałej daty. W przeszłości było to przyczyną licznych nieporozumień. Ostatecznie sobór Nicejski w 325 r. zdecydował, że zmartwychwstanie Jezusa (Paschę) obchodzić się będzie w niedzielę przypadającą po pierwszej pełni księżyca, zaraz po zrównaniu wiosennym. Nie podał jednak daty tegoż zrównania i spór przeciągnął się aż do przełomu VII/VIII wieku, kiedy to przyjęto ostatecznie 21 marca za datę zrównania wiosennego. Od tamtej pory Wielkanoc może wypadać między 21 marca, a 25 kwietnia. Najwcześniejszy możliwy termin przypada na 22 marca, a wypadł ostatnio w 1818 roku. Ponownie wypadnie dopiero w 2285 r. Najpóźniejszy zaś możliwy termin przypada na 25 kwietnia i ostatnio wypadł on w 1943 r. Powtórzy się dopiero w 2038 r.

Ostatni tydzień przed Wielkanocą to okres wspomnień najważniejszych dla wiary chrześcijańskiej wydarzeń. Nazywany jest Wielkim Tygodniem. Zaczyna się Niedzielą Palmową, kiedyś nazywaną w Polsce „Kwietną" lub „Wierzbną", ponieważ wierzba zastępowała w naszym kraju gałązki palmowe. W tym dniu obchodzimy uroczysty wjazd Jezusa do Jerozolimy. Gałązki wierzby najwcześniej okrywają się zielenią. W symbolice kościoła są znakiem zmartwychwstania i nieśmiertelności duszy. Palone są w Wielką Sobotę, a popiół z nich jest używany w następnym roku, kiedy to w środę popielcową ksiądz znaczy wiernym głowy popiołem. Palmy ozdobione kwiatami, poświęcone w kościele zatknięte za obraz lub włożone do wazonów chroniły mieszkanie przed nieszczęściem i złośliwością sąsiadów. Biło się nią też lekko domowników, aby zapewnić im szczęście na cały rok, a połknięcie jednej poświęconej bazi wróżyło zdrowie i bogactwo. Piękna palma miała sprawić, że dzieci będą dorodne.

Liturgia Triduum oraz zwyczaje ludowe

Ostatnie trzy doby tego tygodnia: Wielki Czwartek (wieczór), Wielki Piątek, Wielka Sobota i Niedziela Zmartwychwstania znane są jako Triduum Paschalne. Triduum Paschalne rozpoczyna uroczysta Msza św. Wieczerzy Pańskiej we czwartek wieczorem, a kończą Nieszpory Niedzieli Wielkanocnej. Wielki Czwartek rano odbywa się msza, tzw. Krzyżma świętego, celebrowana w kościele katedralnym przez biskupa i prezbiterów diecezji, podczas której poświęca się oleje dla chorych, krzyżma świętego oraz olej katechumenów. Nowe oleje zabierane są do parafii, stare pali się. Wieczorna Msza, która inauguruje Triduum Paschalne przypomina Ostatnią Wieczerzę, w której Chrystus ofiarował Bogu Ojcu pod postaciami chleba i wina swoje ciało i swoją krew, a następnie dał Apostołom do spożycia oraz nakazał im i ich następcom czynić to na Jego pamiątkę. Samo słowo Pascha wywodzi się z hebrajskiego paesah, co znaczy omijać, przejść i jest wspomnieniem niewoli narodu izraelskiego w Egipcie. Wyjście z Egiptu poprzedziło rytualne spożycie baranka paschalnego. Chrześcijanie wierzą, że Chrystus, kiedy spożywał ostatnią wieczerzę paschalną, wypełnił

symbole starotestamentowe. Podobnie uczynił myjąc swoim uczniom nogi, ustanawiając w ten sposób sakrament kapłaństwa i Eucharystii. Wielki Czwartek to dzień kapłanów, którzy na pamiątkę tego wydarzenia obmywają nogi dwunastu mężczyznom. Zwyczaj ten oznacza służbę i miłość Chrystusa, który sam służył innym. Pamiętajmy o złożeniu im w tym dniu życzeń. Pod koniec Mszy św. w Wielki Czwartek ogołocony zostaje ołtarz, milkną w kościele wszystkie dzwonki (aż do czasu zmartwychwstania), a odzywają się drewniane kołatki, symbolizujące zdradę Judasza. Ze zdradą Judasza związany jest stary ludowy zwyczaj. Niegdyś kukłę przedstawiającą Judasza sądzono, wieszano na wieży kościelnej, następnie bito, włóczono po wsi, a na koniec podpaloną wrzucano do wody. W związku z nadmierną agresją uczestników widowiska, Kościół zakazał jego organizowania. Tradycja zachowała się do dziś w Pruchniku, ale przypomina raczej Topienie Marzanny.

Wielkie grzechotanie

Kiedy milkły kościelne dzwony, rozlegał się dźwięk kołatek. Obyczaj ten był okazją do urządzania psot. Młodzież biegała po mieście z grzechotkami, hałasując i strasząc przechodniów. Do dziś zachował się zwyczaj obdarowywania dzieci w Wielkim Tygodniu grzechotkami. W Wielki Piątek nie odprawia się mszy w kościołach. Jest dniem powagi, skupienia, refleksji i ścisłego postu, w którym szczególnie czci się drzewo krzyża. To dzień, w którym wszyscy przeżywamy mękę i śmierć Pana Jezusa. Po Liturgii Słowa, Adoracji Krzyża, Komunii św. odbywa się procesja do Grobu Pańskiego, gdzie przenoszony jest nakryty przezroczystym welonem Najświętszy Sakrament. Wieczorem pod przewodnictwem papieża odbywa się Droga Krzyżowa w rzymskim Koloseum, choć w roku 2021 została ona odprawiona na Placu św. Piotra ze względów pandemicznych.

Pogrzeb żuru i śledzia

Dawniej w Polsce przestrzegano postu bardzo gorliwie, wyrzekając się nie tylko mięsa i tłuszczów roślinnych, ale nawet nabiału i cukru. W większości pożywienie wielkopostne stanowił żur i śledzie. Nic więc dziwnego, że pod koniec Wielkiego Postu, najczęściej w Wielki Piątek, wszyscy mieli już dosyć tej strawy i urządzali tzw. pogrzeb żuru i śledzia. Wśród okrzyków radości, ze śpiewem i z zachowaniem staropolskiego ceremoniału, wynoszono uprzykrzone artykuły z domów, wrzucano do dołu wykopanego poza terenem wsi i zakopywano, odrzekając się od tej strawy na cały rok. W niektórych regionach, np. w krakowskim, ludność wiejska zakopywała także garnek z popiołem, będący symbolem zakończenia czasu smutku i pokuty, a nadejścia czasu radości. Wielka Sobota jest dniem, w którym Kościół milczy. Jest to czas wielkiej ciszy, żałoby i czuwania przy Grobie Pańskim.

Symbolika święconych pokarmów

W Polsce i niektórych sąsiednich krajach wierni przynoszą w tym dniu w koszach potrawy wielkanocne, tzw. święconkę, którą spożywa się w gronie rodziny podczas niedzielnego śniadania wielkanocnego. Zawartość koszyczka ze święconką różni się w zależności od rejonu Polski. Nie może w nim jednak zabraknąć baranka (symbolu Chrystusa Zmartwychwstałego), mięsa i wędlin (na znak, że kończy się post). Święci się też chrzan doprawiony cukrem, bo „gorycz męki Pańskiej i śmierci została zwyciężona przez słodycz zmartwychwstania", chleb (ponieważ Jezus jest naszym Chlebem Życia), masło (oznakę dobrobytu), sól (chroniącą przed zepsuciem) i jajka – symbol narodzenia, nowego życia. Stary ludowy zwyczaj mówi, że jeżeli w Wielką Sobotę dziewczęta obmyją twarz w wodzie, w której gotowały się jajka na święconkę, to znikną piegi i inne mankamenty urody! Malowanie jajek na Wielkanoc, to tradycja wciąż żywa i szeroko rozpowszechniona. Nie wiadomo dokładnie, skąd wywodzi się zwyczaj malowania jajek. Jedni twierdzą, że św. Magdalena dowiedziawszy się o zmartwychwstaniu Jezusa pobiegła do domu i zobaczyła, że wszystkie jajka stały się czerwone. Inna wersja przypisuje to Matce Bożej, która błagając Piłata o darowanie życia Synowi, zaniosła jego dzieciom kolorowe jajka w prezencie. Barwy pisanek mają swoje symboliczne znaczenie; tak więc fioletowa i niebieska oznacza żałobę i Wielki Post, czerwona – krew Chrystusa przelaną na krzyżu za nasze grzechy, a zielona, brązowa i żółta – radość ze zmartwychwstania.

Wigilia Paschalna i Rezurekcja

W Wielką Sobotę następuje także święcenie wody, ognia i paschału podczas wieczornej Liturgii Wigilii Paschalnej, którą kończy uroczysta procesja rezurekcyjna z Najświętszym Sakramentem. W niektórych kościołach procesja odbywa się w Niedzielę Zmartwychwstania przed pierwszą mszą poranną. Niedziela Zmartwychwstania Jezusa jest najważniejszym dniem dla chrześcijan. Zaraz po Mszy św. rodziny udają się do domów na uroczyste śniadanie podczas, którego dzielą się święconym jajkiem, składają sobie życzenia przebaczając wzajemne urazy. Niedziela to dzień nadziei i radości. W Wielką Niedzielę poranny huk petard i dźwięk dzwonów miał np. obudzić śpiących w Tatrach rycerzy, poruszyć zatwardziałe serca skąpców i złośliwych sąsiadów.

MARCIN PIETRZYK
Fot. autor

Kraków

Spokojnych i bezpiecznych

Świąt Wielkanocnych

wszystkim Krakowianom
i naszym
Szczególnym Gościom
życzą

Jacek Majchrowski
Prezydent
Miasta Krakowa

Rafał Komarewicz
Przewodniczący Rady
Miasta Krakowa

Możesz zmienić Kraków z Budżetem Obywatelskim

Od 21 marca do 25 kwietnia mieszkańcy Krakowa już po raz dziewiąty mogą złożyć swoje projekty w ramach budżetu obywatelskiego.

Każdego roku nowhucianie wykazują się inicjatywą, aby zmieniać otoczenie na bardziej zielone i przyjazne, budować relacje sąsiedzkie poprzez kulturalne projekty czy tworzenie ogrodów osiedlowych, a także wzmacniać międzypokoleniowe więzy, tworząc przestrzeń do rodzinnego spędzania wolnego czasu na przykład na placach zabaw.

W tym roku do dyspozycji mieszkańców przeznaczono łącznie **38 milionów złotych**, to o **3 miliony** więcej niż w roku ubiegłym.

Idea budżetu obywatelskiego to projekty, które realizowane są jak najbliżej mieszkańców, w odpowiedzi na ich potrzeby, z tego też powodu 80 procent całej kwoty przeznaczona została na projekty dzielnicowe. Pozostałe środki będą na wnioski ogólnomiejskie.

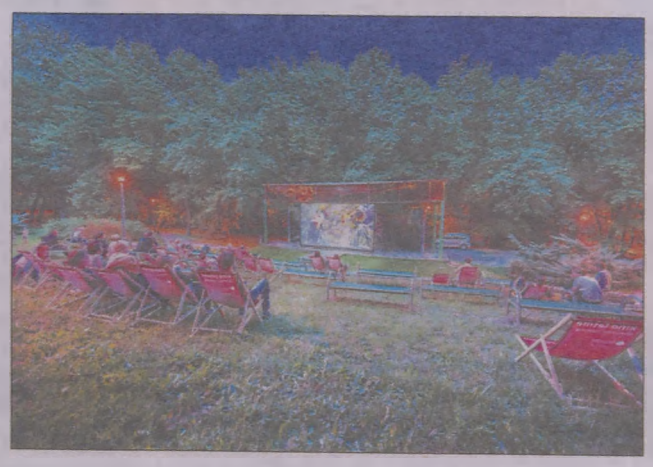
W tym roku kwota przeznaczona na realizację projektów o **charakterze ogólnomiejskim** wynosi 7,6 mln zł. Koszt realizacji jednego projektu nie może być niższy niż 25 tys. zł oraz wyższy niż 1,52 mln zł.

W przypadku **projektów dzielnicowych** minimalna wartość zgłoszonego projektu to 2,5 tys. zł. Najwięcej pieniędzy trafi do dzielnicy Nowa Huta (2,272 mln zł), jednak pozostałe nowohuckie Dzielnice nie ustępują w kwotach przeznaczonych na budżet obywatelski: Wzgórza Krzesławickie otrzymały 1,629 mln, Czyżyny 1,548 mln, Mistrzejowice 1,515 mln, Bieńczyce 1,214 mln. W zależności od dzielnicy maksymalne kwoty przeznaczone na jeden projekt będą się różnić.

Autorzy wniosków z ubiegłych edycji łączą nie tylko pomysłowość, ale także praktyczny wymiar danego projektu.

Jedną z takich realizacji jest m.in. Park w Czyżynach, który powstał w odpowiedzi na potrzebę stworzenia enklawy zieleni w silnie zabudowanym rejonie ulicy Stella-Sawickiego, w bezpośrednim sąsiedztwie nowego osiedla mieszkaniowego Avia. W 2016 r. mieszkańcy zgłosili projekt parku do Budżetu Obywatelskiego Krakowa, a potem uzyskali potrzebne do jego realizacji głosy. Prace budowlane ruszyły w maju 2019 r. i trwały ponad rok. zł. Ten trzyhektarowy park, z kilku powodów jest wyjątkowy – strefa ciszy i relaksu zatopiona w zieleni, sąsiaduje tu z bogatą ofertą rekreacyjną, m.in. wall-hollem i parkourem z prawdziwego zdarzenia. Nawierzchnie ozdobiono wizerunkami nawiązującymi do dawnej historii terenu, a specjalne nasypy pokryte roślinnością osłonią użytkowników przed ruchliwą ulicą i pozwolą w spokoju cieszyć się nową przestrzenią.

Interesującymi propozycjami, dla mieszkańców były również seanse filmowe w okresie wakacyjnym organizowane w ramach Nowohuckiego Kina Plenerowego czy możliwość zapoznania się z aktualnymi pozycjami książkowymi zakupionymi z projektu Nowości wydawnicze dla Biblioteki Głównej OKN.



Krakowianie w ostatnich latach rokrocznie stawiają na projekty zielone, infrastrukturalne i kulturalne, jest to już stały trend w budżecie obywatelskim.

To jakie dziedziny i projekty będą w tym roku dominować dowiemy się po zakończeniu etapu zbierania wniosków, czyli po 25 kwietnia. Lista projektów poddanych pod głosowanie będzie znana 15 września.

A jakie projekty ostatecznie zwyciężą zdecydują mieszkańcy podczas głosowania, które potrwa od **30 września** do **14 października**. Zwycięskie projekty poznamy **7 listopada** podczas ogłoszenia wyników.

★★★

Warto wiedzieć, że projekty do budżetu obywatelskiego mogą składać wszyscy mieszkańcy Krakowa – również obcokrajowcy mieszkający w Krakowie mogą złożyć wniosek do budżetu obywatelskiego, jak również brać udział w głosowaniu na poszczególne projekty.

★★★

Szczegółowe informacje na temat tegorocznej edycji można znaleźć na stronie www.budzet.krakow.pl.

W Szpitalu im. Stefana Żeromskiego

ZAKOŃCZYŁ SIĘ REMONT DWÓCH ODDZIAŁÓW

W Szpitalu im. Stefana Żeromskiego zakończył się ostatni etap modernizacji. We wtorek, 5 kwietnia, nastąpiło uroczyste otwarcie wyremontowanych oddziałów – chirurgii dzieci i pediatrycznego.

W ramach przebudowy wykonano ocieplenie ścian zewnętrznych i stropu, wymianę instalacji centralnego ogrzewania i ciepłej wody użytkowej, instalację wody zimnej i kanalizacji, wentylację i klimatyzację. Oddział pediatryczny został dostosowany do obowiązujących przepisów sanitarnych –

są oddzielne punkty pielęgniarskie dla dzieci starszych i młodszych, sale chorych wyposażono w łazienki, łączność telefoniczną i monitoring wizyjny. Oddział zyskał pracownie niezbędne do diagnostyki. Także na oddziale chirurgii dzieci w salach będą osobne łazienki. Działa tutaj także sala wzmożonego nadzoru. Koszt przebudowy i termomodernizacji obu oddziałów to blisko 12,4 mln zł. Remont był realizowany przy wykorzystaniu środków unijnych oraz budżetu miasta Krakowa.

Oddział pediatryczny jest oddziałem wieloprofilowym, hospitalizującym pacjentów ze wszystkimi schorzeniami wieku dziecięcego. Rocznie leczy 1200-1300 dzieci. Posiada 25 łóżek i podzielony jest na część niemowlęcą, w którym są dzieci do drugiego roku życia oraz miejsce dla dzieci starszych do osiemnastego roku życia. Z małymi pacjentami mogą przebywać opiekunowie w systemie hotelowym. Oddział działa w systemie całodobowym, w ramach Szpitalnego Oddziału Ratunkowego. Udziela konsultacji i porad lekarskich dzieciom trafiającym do Izby Przyjęć i są to tysiące dzieci rocznie.

Oddział prowadzi diagnostykę i leczenie szerokiego zakresu chorób dziecięcych z ukierunkowaniem na schorzenia kardiologiczne, pulmonologiczne, alergologiczne i gastroenterologiczne. W ramach działalności profilaktyczno-diagnostycznej, w ramach krótkich pobytów, prowadzi pełną diagnostykę schorzeń układu krążenia, oddechowego, przewodu pokarmowego, układu moczowego i innych narządów. Prowadzi także program diagnostyki dzieci po przebyciu infekcji COVID-19. Oddział posiada akredytację do szkolenia specjalizacyjnego w zakresie pediatrii – 12 miejsc rezydenckich oraz do szkolenia z pediatrii lekarzy specjalizujących się w medycynie rodzinnej.

Oddział chirurgii dzieci wykonuje zabiegi w zakresie chirurgii dziecięcej ogólnej, urazowej i urologii dziecięcej. Oddział posiada 17 łóżek, w tym trzy sale jednoosobowe oraz salę wzmożonego nadzoru wyposażoną w aparaturę medyczną pozwalającą na stałe monitorowanie funkcji życiowych. Oprócz tradycyjnych metod operacyjnych, wykonywane są zabiegi metodą laparoskopową, zabiegi endoskopowe układu pokarmowego i moczowego. Wyposażenie oddziału pozwala na zaopatrywanie urazów układu kostno-stawowego zgodnie z najwyższymi standardami.

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy przekazała na oddział najnowszej generacji sprzęt – aparat do badań ultrasonograficznych, zestaw do wykonywania badań urodynamicznych oraz rektoskop noworodkowy, dzięki temu została poszerzona diagnostyka i zakres leczenia dzieci. **(f)**

ASPIRANCI NA UNIWERSYTECIE

31 marca br. podpisane zostało porozumienie pomiędzy Uniwersytetem Pedagogicznym im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, a Szkołą Aspirantów Państwowej Straży Pożarnej w sprawie współpracy naukowo-dydaktycznej. Strony wyraziły wolę i chęć prowadzenia wszechstronnej współpracy w ramach posiadanych uprawnień i możliwości.

Porozumie w sprawie współpracy pomiędzy Szkołą Aspirantów Państwowej Straży Pożarnej w Krakowie a Uniwersytetem Pedagogicznym podpisali komendant Szkoły bryg. mgr inż. Marek Chwała oraz rektor UP prof. dr hab. Piotr Borek. W dokumencie przewidziano między innymi poszerzanie form kształcenia oferowanego przez obie instytucje, prowadzenie wspólnych badań, organizację konferencji, seminariów i spotkań, prowadzenie działalności wydawniczej, organizację praktyk studenckich oraz wspólne działania informacyjno-komunikacyjne. W imieniu Uniwersytetu działania wynikające z umowy będzie koordynował dr hab. Norbert G. Pikuła, prof. UP, dyrektor Instytutu Spraw Społecznych i Zdrowia Publicznego z siedzibą na os. Stalowym.

Efektem współpracy będzie możliwość ukończenia studiów wyższych I stopnia przez nowohuckich aspirantów (uzyskanie tytułu licencjata), a także kontynuowanie studiów na studiach magisterskich.

Aktualnie Szkoła Aspirantów Państwowej Straży Pożarnej w Krakowie prowadzi działalność dydaktyczną oraz operacyjną. W zakresie dydaktyki szkoła oferuje policealne studium zawodowe przygotowujące kadrę średniego szczebla dowodzenia dla jednostek organizacyjnych Państwowej Straży Pożarnej. W szkole również organizowane są szkolenia kwalifikacyjne oraz szkolenia doskonalące, w tym kursy specjalistyczne. **(f)**

Fot. bryg. Tomasz Janecki

Komendant Szkoły Aspirantów PSP bryg. mgr inż. Marek Chwała oraz rektor UP prof. dr hab. Piotr Borek po podpisaniu porozumienia o współpracy.

SPACE LOOK PO NOWOHUCKU

Finałowy etap wojewódzkiego konkursu „Sprawny w zawodzie 2022 – fryzjer" pt. „Space Look" odbył się 5 kwietnia w Zespole Szkół Budowlanych „Chemobudowa" na os. Uroczym. Celem konkursu było wyłonienie najlepszej zawodniczki, która będzie reprezentować region małopolski na szczeblu ogólnopolskim. Organizatorem konkursu była Małopolska Wojewódzka Komenda OHP oraz Hufiec Pracy z os. Szkolnego.

Do walki o miano najlepszej stylistki fryzur przystąpiły reprezentantki 15 jednostek OHP z terenu województwa małopolskiego. Zawody przebiegały według klasycznego podziału na segmenty: teoretyczny (test) oraz praktyczny (praca na główkach oraz praca z modelką). Turniej rozpoczął się punktualnie o godzinie 10, od uroczystego przywitania przez **Agnieszkę Jędrzejek** – komendant 6-5 Hufca Pracy, **Jolantę Głuch** – dyrektor ZSB „Chemobudowa" oraz **Jolantę Król** – zastępcę wojewódzkiego komendanta OHP.

Po oficjalnym otwarciu turnieju zawodniczki rozpoczęły zmagania w części teoretycznej, która składała się z pytań testowych. Największy problem sprawiły uczestniczkom pytania: Które z narzędzi tnących służy do strzyżenia kanałowego włosów? – prawidłowa odpowiedź to: nożyce klasyczne; Niewiele osób wiedziało również do czego może doprowadzić użycie zbyt silnego środka ondulującego do trwałej ondulacji – prawidłowa odpowiedź to: do powstania drobnych loczków. Problematyczne okazało się również pytanie o to, które cechy fryzury są wskazane dla klientki o szeroko rozstawionych oczach, wysokim czole i mocno zarysowanych kościach szczękowych – prawidłowa odpowiedź to: grzywka zbieżna długa, włosy sięgające linii ramion.

Następnym etapem konkursu była praca na główkach, po której nastąpiła przerwa obiadowa. Po obiedzie rozpoczął się finał – stylizacja fryzur na modelkach. Nad prawidłowym przebiegiem konkursu czuwało jury w składzie: **przewodniczący: Agata Piwowar – fryzjer, instruktor zawodu, właścicielka salonu fryzjerskiego „Styl Agaty"; członkowie komisji: Janina Domagalska – członek Zarządu Cechu Rzemiosł Różnych, członek komisji egzaminacyjnej Małopolskiej Izby Rzemiosła i Przedsiębiorczości; Elżbieta Mazur – nauczyciel przedmiotów zawodowych, egzaminator Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej; Żaneta Antkiewicz – fryzjer, instruktor praktycznej nauki zawodu, właścicielka salonu „Uroda od świtu"**. Poziom zmagań okazał się w tym roku bardzo wysoki, a wykonane fryzury były pomysłowe i oryginalne. Zmagania obserwowała Beata Klepka – starsza cechu, prezes Cechu Rzemiosł Fryzjerskich, która podziwiała talent i umiejętności młodych fryzjerek.

– Wszystkim zawodniczkom należy się wielkie uznanie za perfekcję i dokładność w wykonaniu fal, loków i trwałych. Dla przyszłych stylistek te umiejętności są kluczowe do tworzenia doskonałych fryzur – skomentowała przebieg konkursu Janina Domagalska.

W toku obrad komisja konkursowa wyłoniła następujących zwycięzców: **I miejsce – Oliwia Wielkiewicz (6-5 HP Kraków); II miejsce – Wiktoria Cichy (6-6 HP Proszowice); III miejsce (ex aequo) – Żaneta Trzepla (6-2 HP Niepołomice)** i **Amelia Sikora (6-32 HP Limanowa).** Za wyjątkową dokładność w wykonaniu zadań na główce komisja postanowiła przyznać również wyróżnienie dla **Natalii Siwek (6-17 HP Oświęcim)** oraz nagrodę publiczności za oryginalność i ciekawe wykonanie dla **Pauliny Paściak (CKiW Szczawnica)**.

– Dziękuję wszystkim zawodniczkom za tak wysoki poziom i wspaniałe, oryginalne fryzury. Niech ten konkurs będzie dla wszystkich uczestniczek motywacją do doskonalenia swoich umiejętności. Do zobaczenia za rok – takimi słowami zakończyła zmagania komendant nowohuckiej jednostki, Agnieszka Jędrzejek.

Zwyciężczyni konkursu będzie reprezentować Małopolskę w ogólnopolskim konkursie „Sprawny w zawodzie 2022 – fryzjer".

Radosław Domański
Fot. Joanna Cienkosz

Szanowni Państwo!

POLA NADZIEI PO RAZ 25

Rozkwitają pierwsze żonkile, a my od 13 marca br. prowadzimy 25. edycję Pól Nadziei, pod jubileuszowym hasłem „Jak dobrze, że jesteś". Za nami pierwsze kwesty przy kościołach, pierwsze puszki wydane nauczycielom do szkół i przedszkoli oraz liczne ustawione w punktach handlowo-usługowych.

Ruszyła także akcja w szkołach, które otrzymały od nas zaproszenie do współdziałania – ofertę z konkursami, prelekcjami i zaproszeniem do wolontariatu (dostępna na stronie: http://www.polanadziei.pl/szkoly/).

W związku z tym wszystkim mamy prośbę o:

1. Rozpropagowanie informacji o naszym programie współpracy ze szkołami.

2. Poproszenie w naszym imieniu o włączenie się w akcję Pola Nadziei i wsparcie Hospicjum św. Łazarza poprzez wpłatę na dedykowaną zbiórkę pod adresem www.pomagam.pl/dobrze-ze-jestes lub na rachunek bankowy nr 92 2490 0005 0000 4530 9034 8688 (z dopiskiem: Pola Nadziei – dar dla Hospicjum).

3. I ostatnia prośba: 1% – KRS 0000048149.

Bardzo przepraszam, że tak wiele tych próśb, ale Państwo wiedzą, jaki trudny jest ten czas. Trudny dla wszystkich, ale problem osób, które odchodzą z powodu ciężkiej choroby i potrzebują opieki, ukojenia bólu – pomocy nas wszystkich, nie traci na aktualności, ani w dobie covidu, ani sytuacji geopolitycznej. Może nawet w tym czasie niepokoju jest dla chorych i ich rodzin jeszcze istotniejszy.

Od 25 lat, o tej porze roku zwracamy się ze szczególną prośbą o wsparcie naszej działalności w ramach akcji Pola Nadziei. Żonkile kwitną na plakatach, citylightach i miejskich skwerach, mamy nadzieję, że zakwitną także w ludzkich sercach. Jest na to czas do 29 maja br.

Z żonkilowym pozdrowieniem.

Renata Polomska, koordynator Pól Nadziei
kom. 531 529 223

KMPO
ZARZĄDZAJĄCY SYSTEMEM OCZYSZCZANIA KRAKOWA

Z okazji Świąt Wielkanocnych najserdeczniejsze życzenia,

dużo zdrowia i radości,

odpoczynku w gronie rodzinnym i przyjaciół

oraz wiosennego optymizmu życzy

MPO Kraków

Sport

Z NOTESU KIBICA

16.04 (sobota) – godz. 10, piłkarska Małopolska Liga Juniorów: Hutnik – Grybovia Grybów, Puszcza Niepołomice – Garbarnia Kraków

16.04 (sb) – godz. 11, piłkarska klasa okręgowa – grupa II: Borek Kraków – Grębałowianka

16.04 (sb) – godz. 11, piłkarska klasa A – grupa wielicka: Batory Wola Batorska – Sokół Chorągwica

16.04 (sb) – godz. 11, piłkarska klasa B – grupa I: Strażak Goszcza – Polonia Wilczkowice; godz. 17: Sparta Skrzeszowice – Kosynierzy Łuczyce

16.04 (sb) – godz. 11, piłkarska klasa B – grupa III: Bieżanowianka II Kraków – Albertus

16.04 (sb) – godz. 11.30, piłkarska klasa okręgowa – grupa III: Złomex Branice – Puszcza II Niepołomice

16.04 (sb) – godz. 15 piłkarska klasa A – grupa I: Partyzant Dojazdów – Ekler Baranówka

16.04 (sb) – godz. 16, piłkarska klasa B – grupa wielicka: Dąb Zabierzów Bocheński – Złomex II Branice.

KONIEC SEZONU PÓŹNIEJ

OLIMPIA II PIEKARY ŚLĄSKIE – HUTNIK 24–27 (12–9)

HUTNIK: Mastalerz, Czapelka – Sobczyk 2, Spieszny, Nowicki, Gubała 4, *Pieczarka 1, Cichy, Bryl 1*, Krzysztof 7, Słowiński 1, Nowak 4, Kutek 7.

Długo zanosiło się na porażkę piłkarzy ręcznych z Nowej Huty, którzy pierwszy raz prowadzenie objęli w 52 min, po rzucie **Wojciecha Słowińskiego**. Za chwilę poprawił z karnego **Krzysztof Gubała** i było 23–21 dla gości, którzy zdołali jeszcze powiększyć przewagę, a wynik ustalił w ostatniej minucie **Sławomir Nowak**.

Liderem grupy małopolskiej III ligi pozostaje Rokitnica Zabrze – 38 pkt, Hutnik zajmuje drugie miejsce – 36 pkt. Teraz nastąpi świąteczna przerwa w rozgrywkach. Następne spotkanie hutnicy mieli rozegrać na Suchych Stawach w niedzielę, 24 kwietnia, z MOSM Vocare BPO Bytom. W tym dniu powinny zakończyć się rozgrywki, ale to spotkanie zostało przełożone na 8 maja. Natomiast zaległy występ z Grunwaldem II Ruda Śląska ma odbyć się dwa tygodnie później. **(dan)**

WIEŚCI SPOD SIATKI

II Liga Małopolska kobiet – grupa zachodnia. Sparta/UJ – UKS Gminy Brzeszcze 1–3 (25–22, 19–25, 23–25, 23–25). Do rozegrania pozostały jeszcze dwa mecze, ale nic nie zmienią one w układzie tabeli. Dwie czołowe drużyny UKS Brzeszcze – 26 pkt i AGH Kraków – 23 pkt, zagrają w barażach z dwoma ekipami grupy wschodniej o awans do I Ligi Małopolskiej. Sparta zajęła trzecie miejsce – 16 pkt.

II Liga Małopolska mężczyzn – grupa zachodnia. Iskierka Tarnów – AS Niepołomice 3–2 (29–31, 26–24, 25–13, 21–25, 16–14). Zakończyły się rozgrywki części zasadniczej. Pierwsze miejsce zajął Gryf Brzesko – 18 pkt. Tyle samo zgromadziła AS, która w barażach zmierzy się z Volleyem Gromnik, pierwszym zespołem grupy wschodniej. **(dan)**

CHŁOPCY Z KUSEGO WZIĘLI LAJKONIKA

Po raz ostatni międzynarodowy Puchar Lajkonika w młodzieżowej piłce ręcznej, którego organizatorami są Szkoła Podstawowa nr 91 i działający przy niej Szkolny Klub Sportowy Kusy, odbył się w 2019 roku. Przez kolejne dwa lata nie udało się zorganizować tej imprezy z powodu pandemii Covid–19, ale wreszcie w dniach 9–11 kwietnia hale SP 91 (os. Handlowe) i ZSOS 2 (os. Teatralne) zapełniły się chłopcami i dziewczętami z rocznika 2007 oraz młodszymi, grającymi w szczypiorniaka. Była to 40 edycja tego turnieju.

Dziewczęta w fazie eliminacyjnej rywalizowały w czterech grupach. Te z Kusego zaczęły występy od zwycięstwa 16–7 z Pogonią Siedlce. W następnym spotkaniu uległy jednak 14–15 drużynie z Litwy, Garliava (polska nazwa tej miejscowości Godlewo). W kolejnym meczu pokonały MOSM Tychy 16–7, dzięki czemu zajęły drugie miejsce – pierwsza była Garliava – awansując do następnej fazy, która również rozgrywana była systemem grupowym, z zaliczeniem wyniku z Litwinkami. Niestety, chociaż po porażce z Arką Gdynia 12–17 wygrały później z MKS Lublin 17–11, to nie dostały się do półfinału.

W klasyfikacji końcowej, dziewczęta z Kusego uplasowały się na piątym miejscu, po zwycięstwie 18–14 nad Orlętami Zwoleń. Trzecią lokatę zajęła Arka, pokonując 26–14 Sęp Wilczyska. Główne trofeum przypadło Garilavi, która w finale pokonała 23–22 Grunwald Ruda Śląska.

Zmagania chłopców toczyły się w dwóch grupach. Kusy wygrał w swojej wszystkie mecze – z Orawą Jabłonka 23–13, SPR Końskie 18–10, Husarią Lubliniec 17–10 i Orlętami 13–12. Zajął oczywiście pierwszą lokatę, kwalifikując się do walki o najwyższe pozycje. Drugi zespół Kusego zaczął gry od porażki z MOSiR Bochnia 23–26, potem pokonał Dwójkę Nowy Sącz 21–18, a w pozostałych występach przegrał 13–18 z MKS Biłgoraj i 15–25 z KSZO Ostrowiec Św. Takie wyniki dały mu czwarte miejsce grupie, a ostatecznie zajął ósmą lokatę, po porażce 18–22 z SPR Końskie.

Z kolei w półfinale Kusy wygrał z rywalami z Bochni 22–13, a Orlęta z MKS Zwoleń 21–18. Mecz o trzecie miejsce MOSiR – MKS zakończył się zwycięstwem szczypiornistów z Małopolski 19–18. Puchar wśród chłopców zdobył Kusy, który pokonał w finale Orlęta 16–10.

W zespole z os. Handlowego, prowadzonym przez trener **Katarzynę Pawłowską** grali: **P. Szpakowski, Sz. Banachowicz, J. Moryto, P. Wnęk, J. Nowak, K. Latko, D. Mastalerz, B. Balwierz, W. Jędrychowski, B. Pawlina, Sz. Pietrzyk, M. Stąsiek, O. Stefański, P. Żmuda**. Niektóre z tych nazwisk są już znane sympatykom piłki ręcznej w Nowej Hucie. **Jakub Moryto** jest synem **Jacka Moryto**, kiedyś koszykarza Hutnika, a bratem jednego z najlepszych zawodników w naszym kraju w tej dyscyplinie, **Arkadiusza**, który przed 10 laty też zdobył ten puchar z zespołem Kusego. Z kolei np. **Daniel Mastalerz**, jest synem **Mariusza**, zawodnika i działacza obecnej drużyny Hutnika, który przed prawie 30 laty zajął w tym turnieju z Kusym trzecie miejsce (można by jeszcze wymienić więcej powiązań rodzinnych tegorocznych triumfatorów z osobami z nowohuckiego sportu). **(dan)**

BRAWA DLA MŁODYCH

HUTNIK – KKS KALISZ 2–0 (1–0)

1–0 – Jurkowski (16), 2–0 – Zawadzki (69).

HUTNIK: Frasik – Jaklik, Hoyo–Kowalski, Jurkowski, Becht – Andrzejewski (66. Kieliś), Drąg, Świątek, Zawadzki (82. Kitliński), Lelek (89. Łapczyński) – Chmiel (66. Wyjadłowski).

Sędziował **Marcin Szrek** z Kielc. Żółte kartki: Zawadzki – Staszak, Stolc, Kamiński. Widzów: 250.

Po dwóch tegorocznych porażkach piłkarzy z Suchych Stawów rosły wątpliwości, czy powalczą jeszcze o utrzymanie w II lidze. Przyszły jednak w końcu lepsze chwile i nawet porażka z wiceliderem w Chojnicach – długo prowadzili i byli bardzo blisko remisu – dała jakieś podstawy do lekkiego optymizmu. Potwierdził to ich kolejny występ przeciwko kaliszanom, chociaż po ogłoszeniu składu można było obawiać się o ich grę. Otóż w zespole było liczne grono młodzieżowców, a np. zabrakło jednego z wyróżniających się w ostatnich tygodniach **Mateusza Wyjadłowskiego**.

Młodzi hutnicy udźwignęli jednak odpowiedzialność i zespół szybko uzyskał prowadzenie, chociaż bramkę zdobył jeden z rutyniarzy, **Adrian Jurkowski**. Goście starali się po tej stracie odpowiedzieć, ale ich działania były powstrzymywane przez krakowian, którzy mieli w tej połowie jeszcze okazje do zmiany wyniku. Po zmianie stron niewiele zmieniło się w grze obydwu drużyn, ale to Hutnik był skuteczniejszy. Po ładnej zespołowej akcji zdobyli kolejnego gola i do końca nie pozwolił sobie zaszkodzić. **(dan)**

1. Stal Rzeszów	27	65	59–25
2. Chojniczanka	27	55	57–25
3. Ruch Chorzów	27	53	44–24
4. Motor Lublin	27	51	43–21
5. Wigry Suwałki	27	42	37–32
6. Lech II Poznań	27	42	30–32
7. Olimpia Elbląg	27	41	30–24
8. Garbarnia Kraków	27	40	37–30
9. Radunia Stężyca	27	37	41–43
10. Znicz Pruszków	27	35	36–35
11. Pogoń Siedlce	27	35	35–42
12. KKS Kalisz	27	33	32–39
13. Wisła Puławy	27	33	44–45
14. Śląsk II Wrocław	27	32	41–45
15. Hutnik	**27**	**25**	**27–40**
16. Pogoń Grodzisk Maz.	27	21	26–45
17. Sokół Ostróda	27	14	20–56
18. GKS Bełchatów	27	18	17–53

DOMOWY ZAWÓD „ŻUBRÓW"

PUSZCZA NIEPOŁOMICE – ARKA GDYNIA 2–3 (1–1)

0–1 – Aleman (21), 1–1 – Sołowiej (37), 2–1 – Wroński (53), 2–2 – Adamczyk (60), 2–3 – Czubak (72).

PUSZCZA: Kobylak – Bartosz, Sołowiej, Kościelny, Górski – Thiakane (74. Tomalski), Hajda, Mroziński, Cichoń (68. Kidric), Aftyka (52. Wroński) – Kobusiński.

Sędziował **Jacek Małyszek** z Lublina. Żółte kartki: Kobusiński – Deja, Kobacki, Kuzimski, Diaw. Widzów: 853.

PUSZCZA – ZAGŁĘBIE SOSNOWIEC 1–1 (0–0)

1–0 – Kobusiński (49. rzut karny), 1–1 – Sanogo (90. rzut karny).

PUSZCZA: Kobylak – Czikosz (46. Tomalski), Sołowiej (57. Stępień), Kościelny, Mroziński – Bartosz, Hajda, Serafin, Wroński (57. Cichoń), Aftyka (82. Kobusiński) – Kidrić (46. Thiakane) .

Sędziował **Łukasz Karski** ze Słupska. Żółte kartki: Stępień, Serafin, Sołowiej – Gojny, Jończy; czerwona kartka: Stępień (60. druga żółta). Widzów: 558.

Zwycięstwo w jednym z tych spotkań sprawiłoby, że piłkarze z Niepołomic plasowaliby się dwa miejsca wyżej. Większe dla nich znaczenie miało jednak starcie z Zagłębiem (był to zaległy mecz), który też broni się przed spadkiem. Niestety, Puszcza nie wykorzystała atutu własnego boiska i jest ledwie piętnasta – 27 pkt. Nie brakowało niespodzianek w kolejce z ostatniego weekendu. Największą była porażka Miedzi Legnica – znajduje się na czele pierwszoligowej tabeli z 60 pkt – z zagrożonym Stomilem Olsztyn. **(dan)**

KONIEC SEZONU SIATKARZY

TKS TYCHY – HUTNIK/WANDA 3–1 (25–15, 22–25, 25–22, 25–22)

HUTNIK/WANDA: Fremel, Krzyżak, Filipczak, Zabawa, Iszczuk, Żuchowski, – Juruś (libero), **Maciąg, Popardowski, Być, Bogdański, Michalik, Martos–Sanchez.**

Dla obydwu zespołów był to ostatni mecz sezon. Nowohuccy siatkarze przystąpili do niego bardzo rozluźnieni, po tym jak zapewnili sobie tydzień wcześniej utrzymanie. Do tego trenera **Łukasz Przybyła** dał pograć wszystkim zawodnikom, także tym młodszym, którzy znaleźli się w kadrze na to spotkanie. I co ciekawe, więcej walki było, kiedy zmiennicy wychodzili na parkiet.

Zakończyły się rozgrywki czwartej grupy II ligi. Awans do baraży o I ligę wywalczyły zespoły MCKiS Jaworzno – 73 pkt, które przegrało tylko jedno spotkanie i MKS Andrychów. Hutnik/Sparta zajął dziesiąte miejsce, a zdegradowane zostały drużyny Volley Rybnik – 23 pkt i MKS II Będzin – 5 pkt. **(dan)**

Sport Sport Sport Sport Sport

Centralna Liga Juniorów Młodszych – grupa D. Hutnik – Korona Kielce 2–1 (0–1): **Jakóbczyk, Wójtowicz**. Na prowadzeniu pozostała Cracovia – 13 pkt. Hutnik wskoczył na trzecie miejsce – 10 pkt.

Z PIŁKARSKICH BOISK

Małopolska Liga Juniorów. Profi Kraków – Hutnik 1–2 (0–1): **Kowalski, Kogut**; Puszcza Niepołomice – Termalica Nieciecza 1–3 (1–0): **Kurkiewicz**. Liderem jest Garbarnia Kraków – 51 pkt, Puszcza jest druga – 45 pkt. Hutnik znajduje się na dwunastej pozycji – 26 pkt.

IV liga – grupa zachodnia. Sokół Kocmyrzów – Beskid Andrychów 1–2 (0–0): **Orłowski**; Wiślanka Grabie – Orzeł Ryczów 0–2 (0–1). Pierwsza jest Wieczysta – 59 pkt, 8. Sokół – 31 pkt, Wiślanka spadła na piętnaste miejsce – 18 pkt.

Klasa okręgowa – grupa II. Grębałowianka – Hutnik II 3–0 vo. (hutnicy wycofali się z rozgrywek przed rewanżami). Prowadzi Radziszowianka – 42 pkt, 7. Grębałowianka – 19 pkt.

Klasa okręgowa – grupa III. Wiarusy Igołomia – Gdovia Gdów 3–2 (2–2): **Siwek 2, Grzegórzko**; Puszcza II Niepołomice – Karpaty Siepraw 2–7 (0–2): **Burda, Belski**; Nadwiślanka Nowe Brzesko – Tempo Rzeszotary 1–1 (0–0): **Zawora**; LKS Śledziejowice – Złomex Branice 1–8 (0–3): **Chlebowski 3, Kania 2, Kotwica, Piskorz, Łucarz**. Liderem jest Złomex – 34 pkt, 8. Nadwiślanka – 21 pkt, 11. Puszcza II – 14 pkt, 12. Wiarusy – 13 pkt.

Klasa A – grupa I. Ekler Baranówka – Błękitni II Modlnica 2–3 (2–3): **Kurowski, Maciak**; Galicja Raciborowice – Maszycanka Maszyce 6–2 (3–1): **Kusia 2, Siwiec, Lis, Anioł, Jędryas**; Szreniawa Koszyce – Juvenia Prandocin 1–3 (0–3): **Stalmach**; Czarni Grzegorzowice – Partyzant Dojazdów 2–3 (2–1): **Linczowski 2, Kwiecień** (90+4). Pierwsze miejsce zajmuje Orzeł Iwanowice – 36 pkt, 2. Partyzant – 35 pkt, 4. Galicja – 33 pkt, 5. Ekler – 28 pkt, 10. Szreniawa – 15 pkt.

Klasa A – grupa III. Wanda – Zwierzyniecki Kraków 2–3 (1–2): **Głowa, Śmietana**. 1. Wieczysta II Kraków – 45 pkt, 8. Wanda – 22 pkt.

Klasa A – grupa wielicka. Batory Wola Batorska – Strażak Kokotów 0–1 (0–0). Prowadzenie objęli Błękitni Bodzanów – 35 pkt, 13. Batory – 10 pkt.

Klasa B – grupa I. Zawisza Sulechów – Niedźwiedź II 2–3, Kosynierzy Łuczyce – Olimpia Czaple Wielkie 2–4, Agricola Klimontów – Sparta Skrzeszowice 2–1, Cobra Wężerów – Strażak Goszcza 3–4. 1. Niedźwiedź II – 38 pkt, 2. Strażak – 35 pkt, 3. Zawisza – 32 pkt, 7. Sparta – 21 pkt, 13. Kosynierzy – 13 pkt.

Klasa B – grupa III. Albertus – Wawel Kraków 2–2. Prowadzą Dragoons Kraków – 42, 10. Albertus – 12 pkt.

Klasa B – grupa wielicka. Złomex II Branice – Wawrzynianka Wawrzeńczyce 1–4, Rożnowa – Dąb Zabierzów Bocheński 7–2, Wiarusy II Igołomia – Naprzód Ochmanów 5–1. 1. Rożnowa – 32 pkt, 2. Wiarusy II – 30 pkt, 7. Dąb – 19 pkt, 8. Złomex II – 17 pkt, 12. Wawrzynianka – 12 pkt.

Klasa C – grupa wielicka. Błyskawica Wyciąże – Czarnochowice II 9–2, Tęcza II Słomiróg – Dąb II Zabierzów Bocheński 5–1, Gryf Wiatowice – Błyskawica II Wyciąże 7–0, pauzował Batory II Wola Batorska. 1. Błyskawica – 30 pkt, 5. Błyskawica II – 16 pkt, 7. Dąb II – 8 pkt, 10. Batory II – 2 pkt. **(dan)**

Tydzień TELEWIZJA

GŁOS
TYGODNIK NOWOHUCKI

PIĄTEK 15.04

TVP1

5.20 Przysięga (620) – serial obyczajowy, Turcja (2020); reż.: Serkan Mut, Ayhan Özen; wyk.: Gökberk Demirci, Munise Özlem, Gül Arcan Gürses, Özge Yaz, Can Verel, Berkant Müftüler **6.10** Zranione ptaki (19) – serial obyczajowy, Turcja (2019); reż.: Yasemin Erkul, Cem Tabak; wyk.: Sezgin Irmak, Ozan Turan, Ali Yasin Özegemen, Gizem Arikan, Emre Mete Sönmez **7.00** To nie koniec świata: Życie po życiu – cykl reportaży; reż.: Paweł Jeż **7.30** Agape – magazyn **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda poranna **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo 6 (67): Kozi róg – serial obyczajowy TVP; reż.: Wojciech Adamczyk; wyk.: Ilona Ostrowska, Arkadiusz Nader, Cezary Żak, Paweł Królikowski, Grzegorz Wons, Jacek Kawalec, Artur Barciś **9.35** Komisarz Alex 14 (173): Randka z milionerem – serial kryminalny TVP; reż.: Mariusz Palej; wyk.: Krystian Wieczorek, Magdalena Walach, Piotr Bondyra, Beata Fido, Janusz Chabior, Zbigniew Lesień, Monika Dryl, Wojciech Sikora, Tomasz Drabek, Jakub Nosiadek **10.30** Ojciec Mateusz 20 (258): Zabójczy instynkt – serial kryminalny TVP **11.20** Kasta – serial paradokumentalny TVP **11.45** Podaj rękę Ukrainie (23) – cykl reportaży **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.30** Agropogoda – magazyn **12.35** Magazyn rolniczy **12.50** Natura w Jedynce: Grenlandia – szepty lodu – film dokumentalny, Francja (2018); reż.: Gil Kebaili, Evrard Wendenbaum **14.00** Zranione ptaki (20) – serial obyczajowy, Turcja (2019); reż.: Yasemin Erkul, Cem Tabak; wyk.: Sezgin Irmak, Ozan Turan, Ali Yasin Özegemen, Gizem Arikan **14.50** Epitafia katyńskie: Stanisław Haller **15.00** Wiadomości **15.10** Pogoda **15.15** Alarm! – magazyn **15.30** Gra słów. Krzyżówka (570) – teleturniej; reż.: Małgorzata Kosturkiewicz **15.55** W Jego ranach uzdrowienie – koncert pieśni pasyjnych w Kalwarii Zebrzydowskiej **17.00** Teleexpress **17.20** Pogoda **17.30** Triduum Paschalne 2022: Wielki Piątek – transmisja **19.20** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.10** Ojciec Mateusz 27 (350) – serial kryminalny TVP **21.00** Droga Krzyżowa z udziałem Papieża Franciszka – transmisja z Watykanu **22.40** #Pasja. Ecce Homo: Oto Człowiek – widowisko; reż.: Konrad Smuga **0.05 Dobry Łotr – film fabularny, USA (2020); reż.: Lucas Miles; wyk.: Kevin Sorbo, James Russo, Jay Giannone 1.45** Film fabularny **3.35** Zakończenie dnia

TVP2

5.30 Echo serca 2 (30) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się: Przemysław Drąg **6.55** Familiada (2691) **7.30** Pytanie na śniadanie **10.35** Panorama **10.40** Pytanie na śniadanie **11.10** Smaki świata: Ppo iberyjsku (28) **11.45** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2615) **12.25** Koło fortuny (1081) **13.15** Strażacy (9/10) **14.05** Va Banque (419) **14.35** Na sygnale (152): Paparazzo **15.10** Doktor Jan z Deekelsen (58): Kwestia zaufania **16.00** Nabożeństwo wielkopiątkowe w Goleszowie **17.15** Miłość i przeznaczenie (93) **18.00** Panorama **18.20** Va Banque (420) **18.45** Strażacy (10/10) **19.35** Barwy szczęścia (2615) **20.10** #Pasja. Ecce Homo: Oto Człowiek – widowisko; reż.: Konrad Smuga **21.35 Światło między oceanami – dramat, Nowa Zelandia/Wielka Brytania/USA (2016); reż.: Derek Cianfrance; wyk.: Alicia Vikander, Michael Fassbender, Rachel Weisz, Jack Thompson 0.00 Droga życia – dramat, USA/Hiszpania (2010); reż.: Emilio Estevez; wyk.: Martin Sheen, Deborah Kara Unger, Tchky Karyo, James Nesbitt, Spencer Garrett, Emilio Estevez 2.20 Sabrina – komedia romantyczna, USA (1996); reż.: Sydney Pollack; wyk.: Harrison Ford, Julia Ormond, John Wood, Greg Kinnear 4.25** Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.00 Polonia 24 **6.30** Leśniczówka (196) **7.05** Podaj rękę Ukrainie **7.15** World News Flash **7.30** Pytanie na śniadanie **10.35** Panorama **10.40** Pytanie na śniadanie **11.05** Co na obiad: Kokardki z łososiem **11.10** W obiektywie Polonii: Wschód **11.30** Perły i dukaty (2/3): Ping-pong **12.00** Wiadomości **12.15** Australia Express **12.35** M jak miłość (1642) **13.25** M jak miłość (1643) **14.15** Ecce Homo. Pieśni Pasyjne. Maria Pomianowska Ensemble **14.50** Myśli na ten czas: O. Krzysztof Ośko. Wielki Post ze świętym Tomaszem **15.00** Wiadomości **15.15** World News Flash **15.30** Via Dolorosa – Droga Zbawienia **16.45** Księga obyczaju: Wielki Post **17.00** Teleexpress **17.15** Wydarzenie aktualne **17.30** Triduum Paschalne 2022 – Wielki Piątek **19.20** Studio Lwów (wydanie specjalne) **19.30** Wiadomości **20.00** Sport **20.05** Na dobre i na złe (836) **21.00** Droga Krzyżowa z udziałem Papieża Franciszka – transmisja z Watykanu **22.35** Przystanek Ameryka **22.55** Ola Polonia **23.10** Dziewczyny ze Lwowa (5): **0.00** World News **0.30** Historia Zmartwychwstania – widowisko **0.50** Przystanek Ameryka **1.10** Ola Polonia **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Masz prawo **6.15** Express regionów **6.20** Pogoda **6.30** Agrobiznes **6.45** Agropogoda **6.48** To się opłaca **7.00** Agrorozmowa **7.10** Całkiem niezła historia **7.30** Ukraina: wojna – uchodźcy – pomoc **7.45** Express regionów **8.01** Skarby architektury drewnianej UNESCO (2): Binarowa **8.11** Czym gmina bogata... **8.30** Kronika dnia **8.43** Pogoda **8.45** Czas pogodnej jesieni **9.00** Kronika kulturalna **9.14** Odkryj regiony **9.30** Kronika dnia **9.40** Pogoda **9.45** Tematy dnia **10.05** Plebania **10.35** Na zdrowie **10.55** Rok w ogrodzie **11.15** Kuchenne recepty **11.45** Projekt policja **12.15** Moto lady **12.30** Masz prawo **12.45** Express regionów **12.55** Agrobiznes extra **13.10** Agropogoda **13.25** Dlaczego krowa... **13.40** Moda na język polski **14.05** Antenowe remanenty **14.30** Kronika dnia **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.30** Droga Krzyżowa z Tych **16.30** Kronika dnia **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.03** Felietony **17.10** Parafia z sercem (167) **18.00** Pogoda **18.03** Kronika kulturalna **18.10** Odkryj regiony **18.30** Kronika **18.52** Kronika sportowa **18.56** Pogoda **18.58** Skarby architektury drewnianej UNESCO (3): Dębno **19.10** Koło się kręci **19.23** W dobrej wierze **19.43** Pod Tatrami **19.52** Pogoda **19.54** Marzyciele **20.20** Przysięga **21.10** Info Wilno **21.30** Kronika **21.44** Pogoda **21.45** Kronika sportowa **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka **22.30** Antenowe remanenty **23.00** Echa dnia **23.25** Dla niesłyszących: Telekurier **23.50** Całkiem niezła historia **0.00** Całkiem niezła historia **0.20** Kasta – serial paradokumentalny TVP **0.45** Promyk nadziei (11) **1.45** Głos regionów **2.20** Więzień miłości (168)

POLSAT

6.00 Nowy dzień **9.40** Malanowski i partnerzy (716, 717) – serial fabularno-dokumentalny Polska **10.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **11.40** Gliniarze – serial paradokumentalny Polska **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja – magazyn reporterów **13.40** Trudne sprawy – serial paradokumentalny **14.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **15.50** Wydarzenia, sport, pogoda **16.15** Interwencja – magazyn reporterów **16.30** Na ratunek 112 – serial paradokumentalny **17.00** Gliniarze – serial paradokumentalny **18.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń" **19.45** Sport, pogoda **20.00 Emotki. Film – film animowany USA (2017) 21.55 Pasja – dramat historyczny USA (2004) 0.45 Młody Mesjasz – film religijny USA (2016) 3.05** Świat według Kiepskich (99, 327, 360)

tvn

5.45 Uwaga! **6.05** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **6.55** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **7.00** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **8.00** Dzień Dobry TVN **11.40** Doradca smaku **11.50** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **12.50** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **13.00** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **14.05** Ukryta prawda (1190, 985) – serial paradokumentalny **16.10** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **17.15** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **17.20** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **18.25** Bunt! – serial obyczajowy **19.00** Fakty, sport, pogoda **19.50** Uwaga! – magazyn reporterów **20.00 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygodowy USA/Wielka Brytania/Niemcy (2002) 23.25 Czas mroku – dramat historyczny Wielka Brytania/USA (2014) 2.00 Noe: Wybrany przez Boga – dramat przygodowy USA (2014)**

TVN 7

5.00 Szpital – serial fabularno-dokumentalny **5.55** Hotel Paradise 5 – reality show **6.50** Papiery na szczęście – serial obyczajowy **7.20** Brzydula 2 (268) – serisal obyczajowy **7.50** Ukryta prawda (965, 858, 859) – serial paradokumentalny **10.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **11.55** Szpital – serial fabularno-dokumentalny **12.55** Opowieści małżeńskie – serial paradokumentalny **13.55** Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny **14.55** Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny **15.55** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **16.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **17.55** 19+ – serial paradokumentalny **18.25** Opowieści małżeńskie – serial paradokumentalny **19.25** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **20.30 To skomplikowane – komedia USA (2009) 23.00 Całe szczęście – komedia romantyczna Polska (2007) 1.20** Zaginieni 8 – serial dokumentalny **2.25 Akcja na Eigerze – film sensacyjny USA (1975)**

TV 4

6.00 Top 10 – lista przebojów **7.00** Gordon Ramsay: 24 godziny w piekle – reality show **8.00** Nasz nowy dom – reality show **9.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **9.50** Kochane pieniądze – serial paradokumentalny **10.50** Septagon (12, 13) – serial kryminalny **12.55** Sędzia Judy (213, 214) – reality show **13.55** STOP Drogówka – magazyn policyjny **16.00** Policjantki i policjanci (884) – serial obyczajowy **17.00** Galileo (928, 929) – serial kryminalny **19.00** Policjantki i policjanci (885) – serial obyczajowy **20.00 Szczęki – thriller USA (1975) 22.40 Apocalypto – dramat przygodowy USA (2006) 1.35 Król Skorpion: Księga Dusz – film przygodowy USA (2018) 3.40** Śmierć na 1000 sposobów – serial dokumentalny **4.00** Ucho Prezesa (13) – serial komediowy **4.25** Top 10 – lista przebojów

PULS

6.00 Kobra – oddział specjalny – serial sensacyjny **7.00** Nash Bridges – serial sensacyjny **8.00** Prawdziwe motywy – serial paradokumentalny **9.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (224, 225) – serial obyczajowy Polska **11.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 – serial obyczajowy **12.00** Zaklinaczka duchów 2 – serial fantasy **13.00** Rodzinny interes 6 (262) – serial obyczajowy **14.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (227) – serial obyczajowy **15.00** Prawdziwe motywy (9, 10) – serial paradokumentalny **17.00** Rodzinny interes 6 (265) – serial obyczajowy **18.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 (513, 514) – serial obyczajowy **20.00 Transporter 3 – film sensacyjny Francja/Wielka Brytania/USA (2008) 22.00 Rocky Balboa – dramat obyczajowy USA (2006) 0.05 Syn Boży – dramat obyczajowy USA (2014) 2.50** Zobacz to!

PROPOZYCJE NA PIĄTEK

TVP II, GODZ. 21.35

● *ŚWIATŁO MIĘDZY OCEANAMI* – Melodramat zrealizowany we współpracy kinematografii Australii, Wielkiej Brytanii, Indii, Nowej Zelandii i USA w roku 2016. Dramat latarnika i jego żony, którzy ratują niemowlę i uznają za swoje. Kiedy po latach matka dziewczynki dowiaduje się, gdzie jest jej córka, stają przed moralnym dylematem. Bohater wojenny Tom Sherbourne przyjmuje posadę latarnika na bezludnej wyspie u wybrzeży Australii. Weteran I wojny światowej wkrótce zakochuje się z wzajemnością w miejscowej dziewczynie, Isabel Graysmark. Para bierze ślub w 1921 roku. Małżeństwo żyje w zgodzie, ale do pełni szczęścia brakuje im potomstwa. To ich największe i do tej pory niespełnione pragnienie. Dwa poronienia w ciągu trzech lat, załamują kobietę, która zaczyna wątpić, że kiedykolwiek będzie mogła się cieszyć macierzyństwem. Isabel popada w głęboką depresję. Ale pewnego dnia wydarza się coś niezwykłego. W pobliżu latarni morskiej na brzeg wyspy zostaje wyrzucona niewielka łódź, a w niej Tom odkrywa martwego mężczyznę i żywe niemowlę. Doskonale zdaje sobie sprawę, że powinien natychmiast zgłosić ten fakt przełożonym, ale Isabel nakłania męża, by nie ujawniał prawdy. Przecież są małżeństwem i mogą uznać niemowlę za swoje, bo w przeciwnym razie dziecko z całą pewnością trafi do sierocińca. Tom ulega namowom żony, w tajemnicy zakopuje na wyspie ciało rozbitka.

TV POLSAT, GODZ. 21.55

● *PASJA* – Amerykański dramat historyczny z 2004 roku. Najgłośniejszy film ostatniej dekady. Oparty na czterech Ewangeliach (Mateusza, Marka, Łukasza i Jana) film to niemal dokumentalna rejestracja 12 ostatnich godzin z życia Jezusa z Nazaretu. Chronologicznie prowadzoną narrację przeplatają sceny retrospektywne z dzieciństwa i młodości Chrystusa. Film jest wierny przekazom historycznym, biblijnym oraz teologicznym. Aby podkreślić autentyczność historii, aktorzy posługują się dwoma wymarłymi językami: aramejskim i łaciną. Film twórcy „Braveheart – Waleczne Serce", wywołuje wiele emocji i kontrowersji. „Pasja" to obrazowe dzieło sztuki prowokujące do poważnego myślenia i refleksji nad śmiercią Chrystusa osoby o różnych przekonaniach religijnych. Jest to film o wierze, nadziei, miłości i przebaczeniu – a więc o tym, czego bardzo potrzeba w dzisiejszych burzliwych czasach...

TVN, GODZ. 23.25

● *CZAS MROKU* – Dramat historyczny produkcji amerykańsko-brytyjskiej z 2017 roku. W pierwszych dniach II wojny światowej, gdy Francja jest bliska porażki, Wielka Brytania obawia się najazdu wojsk niemieckich. Na plażach Dunkierki stacjonują wojska alianckie. Przyszłość Europy Wschodniej zależy od nowo wybranego premiera Wielkiej Brytanii Winstona Churchilla. Szef rządu musi odeprzeć ataki politycznych oponentów, a także podjąć decyzję, czy negocjować z Hitlerem i ocalić naród brytyjski przed przerażającymi skutkami wojny, czy wezwać Brytyjczyków do walki.

SOBOTA 16.04

TVP1

4.30 Dobry Łotr – film fabularny, USA (2020); reż.: Lucas Miles; wyk.: Kevin Sorbo, James Russo, Jay Giannone 6.10 Mam przyjaciół w niebie – komedia, Włochy (2016); reż.: Fabrizio Maria Cortese; wyk.: Valentina Cervi, Fabrizio Ferracane 7.50 Rok w ogrodzie **8.15** Rok w ogrodzie extra **8.30** wojsko-polskie.pl (15/2022) **8.55** Pełnosprawni (445) **9.30** Sanatorium miłości 4 **10.30** #Pasja. Ecce Homo: Oto Człowiek – widowisko **11.55 Siedmiu wspaniałych – western, USA (1960); reż.: John Sturges; wyk.: Yul Brynner, Steve McQuinn, Charles Bronson, Robert Vaughn, Horst Buchholz 14.10** Z pamięci: Ernest Bryl – felieton **14.25** Okrasa łamie przepisy: Zamorskie produkty na polskim stole **15.20** Moje miejsce na ziemi **15.30** Dekalog A.D. – koncert **17.00** Teleexpress **17.20** Pogoda **17.30** Triduum Paschalne 2022: Wielka Sobota – transmisja **19.30** Wiadomości **20.00** Orędzie Abp Stanisława Budzika na Wielkanoc **20.10** Pogoda **20.25** Nasza Golgota – widowisko **21.50 Hit na sobotę: Pianista – dramat, Polska/Wielka Brytania/Francja (2002); reż.: Roman Polański; wyk.: Adrien Brody, Thomas Kretschmann, Frank Finlay, Maureen Lipman, Ed Stoppard, Michał Żebrowski 0.25 Grace, księżna Monako – film obyczajowy, Szwajcaria/Włochy/Belgia/Francja/USA (2014); reż.: Olivier Dahan; wyk.: Nicole Kidman, Tim Roth, Frank Langella 2.15 Vabank – komedia sensacyjna, Polska; reż.: Juliusz Machulski; wyk.: Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Witold Pyrkosz, Jacek Chmielnik, Krzysztof Kierszonowski, Ewa Szykulska, Józef Para, Elżbieta Zającówna, Henryk Bista, Leon Niemczyk 4.10** Z pamięci: Ernest Bryl **4.15** Zakończenie dnia

TVP2

4.45 Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2612) **5.15** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2613) **5.50** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2614) **6.25** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2615) **7.00** Dla niesłyszących: M jak miłość (1652) **7.55** Pytanie na śniadanie **11.00** Epitafia katyńskie: Epitafia katyńskie. Karol Walter **11.15** Rodzinny ekspres: Nasze zrozumienie Wielkiej Nocy **11.55 Dotknij nieba – film fabularny, USA (2018); reż.: Andre Erwin, Jon Erwin; wyk.: J. Michael Finley, Dennis Quaid 14.00** Familiada (2798) **14.35** Koło fortuny (1286) **15.15** Szansa na sukces. Opole 2022 2 (7) Jacek Skubikowski **16.15 Trędowata – melodramat, Polska; reż.: Jerzy Hoffman; wyk.: Elżbieta Starostecka, Leszek Teleszyński, Jadwiga Barańska, Czesław Wołłejko, Lucyna Brusikiewicz, Irena Malkiewicz, Anna Dymna, Gabriela Kownacka, Mariusz Dmochowski, Piotr Fronczewski 17.50** Słowo na niedzielę: Pusty grób, ciasto z migdałami i pomoc w szukaniu Jezusa **18.00** Panorama **18.20** Pogoda **18.30** Postaw na milion (286) – teleturniej; reż.: Konrad Smuga **19.25** Serial fabularny **20.00** The Voice Kids 5: Bitwa (13) **21.35** The Voice Kids 5: Bitwa (13): Sing Off **22.15** Nasza Golgota – widowisko; reż.: Bolesław Pawica **23.30 Duma i uprzedzenie – film fabularny, Wielka Brytania/Francja (2005); reż.: Joe Wright; wyk.: Keira Knightley, Matthew MacFayden, Donald Sutherland, Brenda Blethyn 1.50 Co się zdarzyło w Las Vegas – komedia, USA (2008); reż.: Tom Vaughan; wyk.: Cameron Diaz, Ashton Kutcher, Lake Bell 3.40 Droga życia – dramat, USA/Hiszpania (2010); reż.: Emilio Estevez; wyk.: Martin Sheen, Deborah Kara Unger, Tchky Karyo, James Nesbitt, Spencer Garrett 5.45** Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.00 Okrasa łamie przepisy **6.30** Australia Express **6.50** Giganci historii **7.40** World News Flash **7.55** Pytanie na śniadanie **11.05** Widzieć w ciemności – film dokumentalny **12.05** Księga Ksiąg: On zmartwychwstał **12.35** Na dobre i na złe (836) **13.30** The Voice of Poland 12: Nokaut (14) (1) **14.40** The Voice of Poland 12: Nokaut (14) (2) **16.00** Kulturalni PL (608) – magazyn **17.00** Teleexpress **17.15** Wydarzenie aktualne **17.30** Triduum Paschalne 2022: Wielka Sobota **19.30** Wiadomości **20.00** Orędzie Abp Stanisława Budzika na Wielkanoc **20.10** Pogoda **20.20** Drogi wolności (4): Blaszany orzełek **21.20** *Życie na gorąco (2/9)* **22.45** *Życie na gorąco (3/9)* **0.10** World News **0.40** Perły i dukaty (1/3) **1.10** Księga obyczaju: Wielkanocne klimaty **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Moda na język polski **6.30** Na tropie przypraw. Pikantnie i słodko **7.05** Dla niesłyszących: Spotkania w świecie ciszy **7.30** Ukraina: wojna – uchodźcy – pomoc **7.45** Starszaki **8.15** Krótko o kulturze **8.35** Prywatne życie zwierząt 2 (8) **9.05** Rusz się człowieku **9.20** Antenowe remanenty **9.25** Piłkarski talent **9.45** Telezwierz **10.00** Pogoda **10.03** Muzealne opowieści **10.06** Czym gmina bogata... **10.15** W dobrej wierze (76) **10.37** Kronika kulturalna **10.48** Szlak przydrożnych kapliczek **11.00** Jedź bezpiecznie **11.10** Zygmunt – film dokumentalny **12.05** Rozmowy bardzo kulturalne **12.20** Antenowe remanenty **12.30** Gwiazdy od Szafy **12.45** Express regionów **13.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie **13.30** Piosenka u Ciebie – cykl reportaży **14.00** Qulszoł – kulinarne potyczki **14.30** Golgota – film dokumentalny **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Dla niesłyszących: Dobre historie **16.00** Okiem wiary **16.30** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.05** Szlak przydrożnych kapliczek **17.18** Spichlerz smaków **17.30** Antenowe remanenty **18.00** Pogoda **18.03** Niecodziennik **18.14** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **18.30** Kronika **18.52** Pogoda **18.56** Rzecz w kulturze **19.17** Kronika kulturalna **19.30** Dialog – życie zapisane w listach **20.16** Skarby architektury drewnianej UNESCO (1): Lipnica Murowana **20.30** Antenowe remanenty **21.00** Rola życia **21.31** Kronika **21.44** Pogoda **21.45** Felieton **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka **22.30** Bazary i bazarki **23.00** Piłkarski talent **23.25** Rusz się człowieku **23.45** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie **0.10** Astronarium **0.40** Antenowe remanenty **0.50** Piosenka u Ciebie **1.20** Antenowe remanenty **1.45** Dla niesłyszących: Spotkania w świecie ciszy

POLSAT

6.00 Nowy dzień **7.40 Karate kid – film przygodowy USA (1984) 10.15** Ewa gotuje – magazyn kulinarny **10.50 Emotki. Film – film animoway USA (2017) 12.40** Bogaty dom – biedny dom – reality show **13.45** Drwale i inne opowieści Bieszczadu (67, 68) – serial dokumentalny **14.40** Rolnicy. Podlasie – serial dokumentalny **15.45** Więzienie (92–95) – serial dokumentalny Polska **17.45** Chłopaki do wzięcia (223, 224) – serial dokumentalny **18.50** Wydarzenia ***19.25*** *Gość „Wydarzeń”* ***19.45*** Sport, pogoda **20.05** Kowalscy kontra Kowalscy (33, 34) – serial obyczajowy **21.10 Epoka lodowcowa 3: Era dinozaurów – film animowany USA (2009) 23.10 Raport mniejszości – film s.f. USA (2002) 2.30 Ksiądz – horror s.f. USA (2011)**

tvn

5.20 Uwaga! **5.35** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **6.30** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **7.30** MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 3 – magazyn poradnikowy **8.00** Dzień Dobry TVN **11.30** Na Wspólnej (3404–3407) – serial obyczajowy **13.25** MasterChef Junior – program rozrywkowy **15.00** Bunt! (25–29) – serial obyczajowy **17.25** MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką – magazyn poradnikowy **18.00** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **19.00** Fakty **19.25** Sport, pogoda **19.45** Uwaga! **20.00** Mask Singer – program rozrywkowy **21.25 Boże Ciało – dramat obyczajowy Polska (2019) 23.45 Nieśmiertelny – film fantasy USA/Wielka Brytania (1986) 2.10 Bękarty – komedia przygodowa USA (2017)**

TVN 7

5.05 Szkoła – serial paradokumentalny **6.05** Wizja na miłość 4 – reality show **7.00** Wyluzuj Scooby-Doo! – serial animowany **7.30** Ten moment **8.05 Lego Batman: Film – film animowany USA/Dania/Australia (2017) 10.20** Ukryta prawda (961, 850, 962) – serial paradokumentalny **13.25 Kochany urwis 2 – komedia USA (1991) 15.25 Maska – komedia USA (1994) 17.35 Pacyfic Rim: Rebelia – film s.f. Wielka Brytania/Chiny/Japonia/USA (2018) 19.55 Maria Magdalena – dramat historyczny Australia/Wielka Brytania/USA (2018) 22.30 Krucjata Bourne'a – thriller USA/Niemcy (2004) 0.45** Zaginieni 8 – serial dokumentalny **1.45** Druga strona medalu 3 (7, 8-ost.) – talk-show **3.05 Torque: Jazda na krawędzi – film sensacyjny USA/Australia (2004)**

TV 4

6.00 Top 10 – lista przebojów **7.00 Królewna Śnieżka – baśń filmowa Kanada/USA (2001) 9.00** Galileo (928, 929) **11.00** Benny Hill – program rozrywkowy **11.35 Flintstonowie – komedia USA (1994) 13.30 Wyspa piratów – film przygodowy USA/Francja/Włochy/Niemcy (1995) 16.00 Flintstonowie: Niech żyje Rock Vegas! – komedia USA (2000) 17.55 Nie można pocałować panny młodej – koemdia romantyczna USA (2011) 22.00 The Hurt Locker. W pułapce wojny – dramat wojenny USA (2008) 22.45 Snajper: Kolejne starcie – thriller RPA (2011) 0.45 Prawdziwa jazda – komedia sensacyjna USA (2014) 2.50** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (570, 571) – serial kryminalny

PULS

6.00 Castle 2 – serial kryminalny **7.00** Taki jest świat **8.00** Lombard. Życie pod zastaw 3 (101, 102) – serial obyczajowy **10.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (223–227) – serial obyczajowy **15.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 (510–514) – serial obyczajowy **20.00 Samson – film przygodowy USA (2018) 22.05 Herkules – film przygodowy USA (2014) 0.05 Dawid i Goliat – film przygodowy USA (2016) 1.30** Zobacz to!

PROPOZYCJE NA SOBOTĘ

TVN, GODZ. 21.25

● ***BOŻE CIAŁO*** – Francusko-polski dramat obyczajowy z 2019 roku. Dramat społeczno-religijny Jana Komasy, nominowany do Oscara w kategorii „najlepszy film międzynarodowy”. Daniel, wychowanek poprawczaka, czuje kapłańskie powołanie. Wyszedłszy na wolność, zaczyna podszywać się pod księdza. W miasteczku, w którym się zatrzymuje, akurat potrzebny jest duchowy przywódca – lokalna społeczność pozostaje pogrążona w żałobie i skonfliktowana po niedawnej tragedii. „Boże Ciało” zdobyło wiele wyróżnień, w tym nominację do Oscara w kategorii „najlepszy film międzynarodowy”.

TVP I, GODZ. 21.50

● ***PIANISTA*** – Dramat wojenny zrealizowany we współpracy kinematografii Framcji, Niemiec, Polski i Wielkiej Brytanii w roku 2002. Wrzesień 1939 r. Wojska niemieckie wkraczają do Warszawy. Polski pianista żydowskiego pochodzenia, 28-letni Władysław Szpilman, gra w Polskim Radio nokturn cis-moll Chopina. To ostatni dzień jego pracy. Okupanci wprowadzają restrykcyjne przepisy wobec żydowskiej ludności, a niebawem pół miliona warszawskich Żydów zostaje przesiedlonych do getta. Zaczynają się wywózki do obozów koncentracyjnych. Władysław cudem unika deportacji. W końcu ucieka z getta i ukrywa się w Warszawie. Po upadku powstania niemiecki oficer znajduje go w jednym z domów.

TVP II, GODZ. 23.30

● ***DUMA I UPRZEDZENIE*** – Brytyjsko-francusko-amerykański melodramat z 2005 roku. Ekranizacja powieści Jane Austen o czasach gregoriańskich w Anglii. Główną bohaterką jest Elizabeth Bennet, młoda kobieta z angielskiej wsi. Dziewczyna ma cztery siostry. Rodzina oczekuje, że Elizabeth w końcu wyjdzie za mąż, co poprawiłoby kondycję majątkową Bennetów. Gdy Lizzie poznaje przystojnego i wykształconego pana Darcy'ego, budzi się w niej uczucie. Na drodze do ich szczęścia staje powściągliwa natura mężczyzny.

TVN, GODZ. 23.45

● ***NIEŚMIERTELNY*** – Film fantasy produkcji brytyjskiej z 1986 roku. Jest rok 1536. Connor MacLeod, mieszkaniec górzystej Szkocji, zostaje śmiertelnie ranny w potyczce z wrogim klanem. Ku zdumieniu towarzyszy, nie umiera, a jego rany goją się w niewiarygodnie szybkim tempie. Bohater zostaje oskarżony o czary i wygnany. W górach spotka Ramireza, od którego dowiaduje się, że, podobnie jak on, jest nieśmiertelny. Nieśmiertelni od wieków toczą ze sobą walkę o nagrodę, która przypadnie jednemu z nich. Cztery stulecia później na ulicach Nowego Jorku pojawiają się dwaj odwieczni wrogowie – Connor MacLeod i Kurgan.

ZAPRASZAMY DO BARÓW MLECZNYCH
NA SMACZNE I NIEDROGIE POTRAWY

- Bar „BIEŃCZYCE”, os. Kazimierzowskie 22 ➡ tel. 12 648 15 10
- Bar „CENTRALNY”, os. Centrum C1 ➡ tel. 12 644 14 95
- Bar „SZKOLNY”, os. Na Skarpie 24 ➡ tel. 12 644 34 02
- Bar „PÓŁNOCNY”, os. Teatralne 11 ➡ tel. 12 644 40 87

Bary zapewniają świeże i tanie dania tradycyjnej kuchni polskiej

POTRAWY i GARMAŻERIA – W WYKONANIU PRACOWNIKÓW RESTAURACJI „PIASTOWSKA”,
os. Kazimierzowskie 22, BAR MLECZNY obok „LUDWIKA”.
Tel. 606 205 558 lub 12 648 15 10.

Zapraszamy stałych i nowych klientów do zamawiania pysznych wyrobów garmażeryjnych bez konserwantów.

Różne rodzaje pierogów: ruskie, z mięsem, z serem, z kapustą białą i pieczarkami, z kapustą kiszoną i mięsem lub grzybami, z jagodami i truskawkami, a także leniwe Ewy ● kluski śląskie i kopytka ● uszka z grzybami i z mięsem ● naleśniki z serem i jabłkami ● placki ziemniaczane ● gołąbki z ryżem i mięsem ● kotlety mielone ● krokiety z mięsem, z jajkiem, kapustą białą i pieczarkami, kapustą kiszoną i mięsem lub grzybami oraz z serem i pieczarkami ● surówka z kiszonej kapusty ● sałatki: jarzynowa, pieczarkowa, „palce lizać” i śledziowa ● śledziki w śmietanie i po japońsku.

ODBIÓR I ZAMAWIANIE W BARZE MLECZNYM, os. Kazimierzowskie 22

lub **W SKLEPACH**: Delikatesy w os. Centrum C tel. 12 644 30 20, os. Kościuszkowskim tel. 12 644 05 34, os. Mogiła tel. 12 644 47 11, DH Wanda tel. 12 648 13 25. Zapraszamy w godzinach 10–18.

NIEDZIELA 17.04

TVP1

5.05 Film fabularny **6.50** Słowo na niedzielę: Pusty grób, ciasto z migdałami i pomoc w szukaniu Jezusa **7.00** Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.25** Wszyscy jesteśmy braćmi **8.35** Z pamięci: Stanisław Rembek **8.45** Bazylika Grobu Świętego – film dokumentalny, Izrael (2020); reż.: Anat Tel **9.45** Słowo na niedzielę: Pusty grób, ciasto z migdałami i pomoc w szukaniu Jezusa; reż.: Mateusz Pleskacz **9.55** Msza Święta Zmartwychwstania Pańskiego i błogosławieństwo Urbi et Orbi – transmisja z Watykanu **12.40** BBC w Jedynce: Inteligentne zwierzęta (1/6): Mistrzowie intelektu **13.40** Cud Życia – koncert **15.00 Vabank – komedia sensacyjna, Polska; reż.: Juliusz Machulski; wyk.: Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Witold Pyrkosz, Jacek Chmielnik, Krzysztof Kierszonowski, Ewa Szykulska, Józef Para, Elżbieta Zającówna, Henryk Bista, Leon Niemczyk 17.00** Teleexpress **17.15** Pogoda **17.25** Koncert **18.50** Jaka to melodia? (4844) **19.25** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.15** Stulecie Winnych (46) **21.15** Sanatorium miłości 4 (5) **22.10** Sanatorium miłości – kulisy programu **22.20 Piłkarski poker – komedia sensacyjna, Polska; reż.: Janusz Zaorski; wyk.: Małgorzata Pieczyńska, Janusz Gajos, Marian Opania, Mariusz Dmochowski, Jan Englert, Edward Lubaszenko, Mariusz Benoit, Adrianna Biedrzyńska, Bronisław Pawlik, Borys Marynowski (dozwolone od lat 16) 0.15 Wierzę w Ciebie – dramat, USA (2020); reż.: Andrew Erwin, Jon Erwin; wyk.: K.J. Apa, Britt Robertson, Nathan Parsons, Gary Sinise 2.20 Vabank II, czyli riposta – komedia sensacyjna, Polska; reż.: Juliusz Machulski; wyk.: Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Bronisław Wrocławski, Witold Pyrkosz, Jacek Chmielnik, Krzysztof Kiersznowski, Marek Walczewski, Ewa Szykulska 4.05** Jaka to melodia? (4844) **4.45** Z pamięci: Stanisław Rembek **4.50** Zakończenie dnia

TVP2

6.05 Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali – film animowany, USA (2018); reż.: John Stevenson; wyk.: Przemysław Stippa, Krzysztof Szczepaniak, Julia Łukowiak, Wojciech Żołądkowicz, Przemysław Bluszcz, Jarosław Boberek, Olga Omeljaniec, Ewa Wanda Prus 7.30 Orędzie Abp Stanisława Budzika na Wielkanoc **7.45** Film fabularny **9.20** Film fabularny **11.05** Smaki świata: Po iberyjsku (29) **11.35** The Voice Kids 5: Bitwa (13) **13.15** The Voice Kids 5: Bitwa (13): Sing Off **14.00** Familiada (odcinek specjalny) (2799) **14.35** Koło fortuny (odcinek specjalny) (1287) **15.15** Szansa na sukces. Opole 2022 2 (8) (odcinek świąteczny) **16.15** 58. KFPP w Opolu: Krzysztof Krawczyk. Ostatni raz zatańczysz ze mną **17.05** Postaw na milion (285) **18.00** Panorama **18.20** Pogoda **18.30 Sabrina – komedia romantyczna, USA (1996); reż.: Sydney Pollack; wyk.: Harrison Ford, Julia Ormond, John Wood, Greg Kinnear 20.35 Strażnik – film sensacyjny, USA (2006); reż.: Clark Johnson; wyk.: Michael Douglas, Kiefer Sutherland, Kim Basinger (dozwolone od lat 16) 22.35 Czego pragną kobiety – komedia, USA (2000); reż.: Nancy Meyers; wyk.: Helen Hunt, Mel Gibson, Marisa Tomei, Alan Alda 0.55 Światło między oceanami – dramat, Nowa Zelandia/Wielka Brytania/USA (2016); reż.: Derek Cianfrance; wyk.: Alicia Vikander, Michael Fassbender, Rachel Weisz, Jack Thompson 3.15 Duma i uprzedzenie – film fabularny, Wielka Brytania/Francja (2005); reż.: Joe Wright; wyk.: Keira Knightley, Matthew MacFayden, Donald Sutherland, Brenda Blethyn 5.25** Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.00 Kulturalni PL (608) – magazyn **7.00** Alternatywy 4 (4/9): Profesjonaliści **8.05 Mały książę – film animowany, Francja (2015); reż.: Mark Osborne 9.45** Słowo na niedzielę **9.55** Msza Święta Zmartwychwstania Pańskiego i błogosławieństwo Urbi et Orbi – transmisja z Watykanu **12.35** Wielkanocny Koncert Dobrej Nadziei (1) **13.30** Wielkanocny Koncert Dobrej Nadziei (2) **14.20** Alternatywy 4 (5/9) **15.20** Księga obyczaju: Wielkanocne klimaty **15.35 Pan Wołodyjowski (1) – film historyczny 17.00** Teleexpress **17.15** Wydarzenie aktualne **17.25** Program rozrywkowy **19.00** Program rozrywkowy **19.30** Wiadomości **20.05** Sport **20.10** Pogoda **20.20** Ojciec Mateusz 26 (336) **21.15 Jack Strong – film sensacyjny; reż.: Władysław Pasikowski; wyk.: Marcin Dorociński, Maja Ostaszewska, Patrick Wilson, Oleg Maslennikow, Ireneusz Czop, Mirosław Baka, Krzysztof Pieczyński 23.30** Program rozrywkowy **1.00** Słownik polsko@polski **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Msza święta Zmartwychwstania Pańskiego z Jasnej Góry **7.30** Antenowe remanenty **8.00** Turystyczna jazda **8.15** Dlaczego krowa... **8.30** Przystanek historia **9.00** Welcome to Poland **9.25** Reportaż z regionu **10.00** Pogoda **10.03** Muzealne opowieści **10.05** Wielkanocna rozmowa z Arcybiskupem Markiem Jędraszewskim **10.16** Krzemionki 30. Przystanek reportaż (34) **10.30** Gra o koronę. Po drugiej stronie **10.45** Szlak przydrożnych kapliczek **11.00** Junio. Magiczny świat Józefa Mehoffera – film dokumentalny **12.05** Całkiem niezła historia **12.30** Antenowe remanenty **12.45** Express regionów **13.00** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **14.30** Szlak przydrożnych kapliczek **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Kościół z bliska **16.00** Cafe piosenka **16.30** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.05** Na tropie przypraw. Pikantnie i słodko **17.30** Wyprodukowano w Polsce **17.45** Inwestujemy w Polsce **18.00** Pogoda **18.03** Rzecz w kulturze **18.30** Kronika **18.52** Pogoda **18.55** Wielkanocna rozmowa z Arcybiskupem Markiem Jędraszewskim **19.10** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **19.30** Gra o koronę – film dokumentalny **20.30** Reportaż z regionu **21.00** Kuchenne recepty **21.30** Kronika **21.44** Pogoda **21.45** Felieton **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka extra **22.30** Antenowe remanenty **23.00** Antenowe remanenty **23.25** Piosenka dla Ciebie **0.25** Rola życia **0.55** Projekt policja **1.25** Mroczne dzielnice **2.00** Całkiem niezła historia

POLSAT

6.00 Nowy dzień – program informacyjny **7.45 Ralph Demolka w internecie – film animowany USA (2018) 10.00 Epoka lodowcowa 3: Era dinozaurów – film animowany USA (2009) 12.10 Transformers: Wiek zagłady – film s.f. USA/Chiny (2014) 15.45** Ninja Warrior Polska (35-ost.) – reality show **17.40** Nasz nowy dom – reality show **18.50** Wydarzenia **19.20** Sport, pogoda **19.30** Państwo w państwie **20.00** Kabaret na żywo. Nowy skŁAD – program rozrywkowy **22.05 Holmes i Watson – komedia kryminalna Kanada/USA (2018) 0.05 W stronę Słońca – film s.f. Wielka Brytania/USA (2018) 2.35 Lep na muchy – komedia kryminalna Niemcy/USA (2011)**

tvn

5.05 Uwaga! **5.25** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **6.15** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **7.15** Nowa Maja w ogrodzie – nagazyn ogrodniczy **7.45** Akademia ogrodnika – magazyn ogrodniczy **7.55 Babe: Świnka z klasą – film familijny Australia/USA (1995) 9.45 Madagaskar – film animowany USA (2005) 11.30** Przez Atlantyk – reality show **12.30** Mask Singer – program rozrywkowy **13.55** Ślub od pierwszego wejrzenia – reality show **14.55 Step Up 3 – film muzyczny USA (2010) 17.10 Sekretne życie zwierzaków domowych – film animowany Japonia/USA (2016) 19.00** Fakty **19.25** Sport, pogoda **19.45** Uwaga! **20.00** MasterChef Junior – program rozrywkowy **21.30** Pajęczyna (7-ost.) – serial kryminalny Polska **22.45 R.I.P.D.: Agenci z zaświatów – komedia sensacyjna USA (2013) 0.50 Bogowie – dramat biograficzny Polska (2014) 3.20** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **4.25** Uwaga!

TVN 7

5.05 Szkoła – serial paradokumentalny **6.05** Wizja na miłość: dalsze losy (1) – reality show **7.00** Wyluzuj, Scooby-Doo – serial animowany **7.30** Ten moment **8.05 Historia Kopciuszka – komedia romantyczna USA/Kanada (2004) 10.10** Ukryta prawda (854, 964, 856, 858) – serial paradokumentalny **14.10 Złoty kompas – film przygodowy USA/Wielka Brytania (2007) 16.35 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygodowy USA/Wielka Brytania/Niemcy (2002) 20.00 Szybcy i wściekli – film sensacyjny USA/Niemcy (2001) 22.30 Skok stulecia – film sensacyjny USA (2018) 1.20 Atak na posterunek – film sensacyjny USA/Francja (2005) 3.35** Druga strona medalu 3 (1, 2) – talk-show

TV 4

6.00 Gwiazdy Kabaretu – program rozrywkowy **6.10 Księżniczka łabędzi. Tajemnica zamku – film animowany USA (1997) 7.45 Tajemnica Rajskiego Wzgórza – film familijny Węgry/Wielka Brytania/Francja (2008) 10.00 Powrót do przyszłości – komedia s.f. USA (1985) 12.35 Czy to ty, czy to ja? – film familijny USA (1995) 14.45 Czasy ostateczne: Pozostawieni – film sensacyjny USA/Kanada (2014) 17.00 Linia ryzyka – film sensacyjny USA (2007) 19.00** Galileo **20.00 Mission Impossible – film sensacyjny USA (1996) 22.30 Naznaczony: Ostatni klucz – horror Kanada/USA (2018) 0.35 Eksperymenr Belko – horror USA (2016) 2.25** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (572, 573) – serial kryminalny **4.25** Top 10 – lista przebojów

PULS

5.30 Biblia – serial religijny **6.25 Pułapka czasu – film fantasy USA (2018) 8.40 Pamiętnik księżniczki 2 – komedia romantyczna USA (2004) 10.50 Zaczarowana – komedia fantasy USA (2007) 12.55 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Czerwony Kapturek – baśń filmowa Niemcy (2012) 14.20 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: O rybaku i jego żonie – baśń filmowa Niemcy (2013) 15.35 Asterix i Obelix kontra Cezar – komedia przygodowa Francja/Niemcy/Włochy (1999) 17.45 BFG: Bardzo Fajny Gigant – film familijny USA/Indie (2016) 20.00 Iluzja – thriller Francja/USA (2013) 22.10 Kod 211 – film sensacyjny USA (2018) 0.00 Świeci z Bostonu – dramat sensacyjny USA/Kanada (1999) 2.10** Zobacz to!

HISTORIA PEWNEJ WIELKANOCY

Już niebawem Wielkanoc – najważniejsze święto w chrześcijańskiej tradycji. Niewiele osób jednak wie, iż w tym szczególnym czasie, obchodzonym ku czci zmartwychwstałego Jezusa, przenikają się obrzędy upamiętniające zwycięstwo życia nad śmiercią z elementami ludowego celebrowania nadejścia wiosny. W procesie dziejowym, który dokonywał się przez kilka wieków, zwyczaje pogańskie i chrześcijańskie połączyły się w praktykowaną do dziś formę.

Naturalnie, w zależności od regionu występowania, ludowe tradycje mogą się znacznie różnić, wszakże nie było jednej, obowiązującej w czasie świąt instrukcji, wyznaczającej sposoby w jakie powinno się świętować. Co więc za tym idzie wielokrotnie bywało, iż obrządki celebrowane w jednej wsi, w drugiej miały zupełnie inny charakter, a w kolejnej zaś wcale nie były znane. Istnieją jednak symbole uniwersalne, powszechnie znane i eksponowane w tym okresie.

W kultywowanej do dziś tradycji obchody Wielkanocy rozpoczynały się w Niedzielę Palmową. Wówczas mieszkańcy wsi i pobliskich dworów przybywali do kościoła z własnoręcznie wykonaną i przyozdobioną palemką. Po jej poświęceniu przez kapłana palma była chowana, przeważnie za świętym obrazem, w domowej izbie. Jak wierzono strzegła obejście i jego mieszkańców od złego.

W Wielki Tydzień, poprzedzający święta, robiono generalne porządki. Chałupy bielono, gospodynie myły okna i szorowały podłogi. Unikano przy tym pewnych robót, które jak wierzono mogły sprowadzić nieszczęście. Ponadto chłopi starali się wszelkie prace zakończyć przed nadejściem Wielkiego Czwartku. Zresztą od tego dnia milkły, na znak żałoby, kościelne dzwony, a dzieci, zwłaszcza chłopcy, biegały po wsiach z drewnianymi kołatkami. Ich grzechocący dźwięk miał odstraszać złe duchy. W wielu wsiach panował wówczas zwyczaj palenia ognisk, rozmieszczanych na granicach przysiółków. Rytuał ten, będący reliktem przedchrześcijańskich praktyk, miał pomóc duszom zmarłych chcących się ogrzać przy ogniu.

Wraz z nadejściem Wielkiego Piątku na znak żałoby zasłaniano w domach lustra i wstrzymywano zegary. Mieszkańcy wiosek zachowywali się tak, jakby w ich domu ktoś zmarł. W tym dniu wzmożonej pobożności szykowano w świątyniach groby Pańskie, co jest zresztą praktykowane do dziś.

Z kolei w Wielką Sobotę chłopi przynosili wszystkie pokarmy, mające stanąć na wielkanocnym stole, do kościoła, dworu albo pod chałupę najbogatszego gospodarza. Jedzenie, przygotowane do święcenia, starannie dekorowano gałązkami bukszpanu lub barwinkiem. Gospodynie starały się aby niczego nie brakło w koszyczku, gdyż owe braki uważano za zły omen.

Wczesnym rankiem w Niedzielę Wielkanocną ludność gromadnie przybywała do kościoła. Po mszy, przy dźwiękach wystrzałów na wiwat zmartwychwstałego Chrystusa, włościanie i ziemianie udawali się do swoich domostw aby świętować w rodzinnym gronie. Dzieci i młodzież, zmęczone czterdziestoma dniami postu, w trakcie których jedzono postny żur oraz śledzie, z niecierpliwością wyczekiwały aby zasiąść do suto zastawionego stołu. Mięsiwo, sery, jajka, słodkie kołacze, wielkanocne baby i placki były smaczną nagrodą za długie tygodnie pełne wyrzeczeń.

Natomiast w Wielkanocny Poniedziałek, zwany też Lanym bądź Śmigusem Dyngusem, polewano się wodą. Jak ponad wiek temu pisał Zygmunt Gloger „Lud wiejski, trzymający się wiernie starego zwyczaju, w dniu tym wyprawia sceny pocieszne, a mianowicie około studzien (...) Parobcy od rana gromadzą się, czatują na dziewki idące czerpać wodę i tam porwawszy między siebie ofiarę, leją na nią wodę wiadrami, albo też po prostu zanurzają w stawie, niekiedy w przerębli, jeżeli lód jeszcze trzyma". Co ciekawe zwyczaj ten ma słowiańskie korzenie i był związany z radosnym świętem odprawianym po odejściu długiej zimy na powitanie wyczekiwanej wiosny.

Wielkanoc, tak ważna dla chrześcijan, zawiera wiele starych pogańskich tradycji i zwyczajów przystosowywanych do nowych warunków. Kościół przyjął mnóstwo obrzędów ważnych dla naszych przodków, nadając im nowe znaczenie. Jednakże są i podobieństwa – otóż przedchrześcijańskie rytuały, obchodzone na cześć odradzającej się przyrody oraz obecne, wpisujące się w motyw zmartwychwstania, łączy wiara w triumf życia nad śmiercią.

Anna Kolasa
Fot. Justyna Rodak

PSYCHOLOG
Tel. 696-620-705

PONIEDZIAŁEK 18.04

TVP1

5.10 Film fabularny **7.00** Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach, Transmisja **7.55 Potop Redivivus – film fabularny; reż.: Jerzy Hoffman; wyk.: Daniel Olbrychski, Małgorzata Braunek, Tadeusz Łomnicki, Kazimierz Wichniarz 11.00** Transmisja mszy świętej z Jasnej Góry **11.50** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.55** BBC w Jedynce: Inteligentne zwierzęta (2/6): Mistrzowie komunikacji **15.00 Vabank II, czyli riposta – komedia sensacyjna, Polska; reż.: Juliusz Machulski; wyk.: Jan Machulski, Leonard Pietraszak, Bronisław Wrocławski, Witold Pyrkosz, Jacek Chmielnik, Krzysztof Kiersznowski, Marek Walczewski, Ewa Szykulska 17.00** Teleexpress **17.15** Pogoda **17.25** Koncert **18.50** Jaka to melodia? (4845) – teleturniej muzyczny; reż.: Mikołaj Dobrowolski **19.25** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.15** Stulecie Winnych (47) – serial TVP; reż.: Piotr Śliskowski; wyk.: Urszula Grabowska, Magdalena Walach, Marcin Franc, Weronika Humaj, Kamila Bujalska, Arkadiusz Janiczek, Ina Sobala, Maria Pawłowska, Paweł Małaszyński, Filip Gurłacz **21.15** Rolnik szuka żony seria 9 – reality show **22.20** Koncert **23.50 Piłkarski poker – komedia sensacyjna, Polska; reż.: Janusz Zaorski; wyk.: Małgorzata Pieczyńska, Janusz Gajos, Marian Opania, Mariusz Dmochowski, Jan Englert, Edward Lubaszenko, Mariusz Benoit, Adrianna Biedrzyńska, Bronisław Pawlik, Borys Marynowski (dozwolone od lat 16) 1.45 Grace księżna Monako – film obyczajowy, Szwajcaria/Włochy/Belgia/Francja/USA (2014); reż.: Olivier Dahan; wyk.: Nicole Kidman, Tim Roth, Frank Langella, Paz Vega 3.40** Jaka to melodia? (4845) – teleturniej muzyczny **4.15** Zakończenie dnia

TVP2

6.10 Był sobie pies – film obyczajowy, USA (2017); reż.: Lasse Hallström; wyk.: Josh Gad, Dennis Quaid, Peggy Lipton 7.55 Pytanie na śniadanie **11.30 Znachor – dramat, Polska; reż.: Jerzy Hoffman; wyk.: Jerzy Bińczycki, Anna Dymna, Tomasz Stockinger, Bernard Ładysz, Bożena Dykiel, Artur Barciś, Andrzej Kopiczyński, Piotr Fronczewski, Piotr Grabowski, Jerzy Trela 14.00** Familiada (odcinek specjalny) (2800) – teleturniej **14.35** Koło fortuny (odcinek specjalny) (1288) – teleturniej; reż.: Tomasz Motyl **15.20** Szansa na sukces. Opole 2022 (12): Wojciech Młynarski – widowisko muzyczne **16.30** Program rozrywkowy **18.00** Panorama **18.25 Faceci od kuchni – komedia, Francja (2012); reż.: Daniel Cohen; wyk.: Jean Reno, Michael Youn, Salome Stevenin, Serge Lariviere 20.10** French Touch – wywiad z Jean Michel Jarrem, Francja (2022) **20.15** French Touch. Koncert Jean Michel Jarre'a w Notre Dame, Francja (2022) **21.15** Przepis dnia 4 (11) **21.25 Co się zdarzyło w Las Vegas – komedia, USA (2008); reż.: Tom Vaughan; wyk.: Cameron Diaz, Ashton Kutcher, Lake Bell 23.15 Reguła milczenia – dramat, USA (2012); reż.: Robert Redford; wyk.: Robert Redford, Shia LaBeouf, Julie Christie, Sam Elliot (dozwolone od lat 16) 1.25 Czego pragną kobiety – komedia, USA (2000); reż.: Nancy Meyers; wyk.: Helen Hunt, Mel Gibson, Marisa Tomei, Alan Alda 3.30 Strażnik – film sensacyjny, USA (2006); reż.: Clark Johnson; wyk.: Michael Douglas, Kiefer Sutherland, Kim Basinger (dozwolone od lat 16) 5.20** Zakończenie programu

TV POLONIA

6.15 Słownik polsko@polski **6.45** Nic nie kończy się na śmierci **7.10** Księga obyczaju: Śmigus Dyngus **7.30** Ziarno **8.00 Zakochany anioł – komedia romantyczna; reż.: Artur Więcek „Baron"; wyk.: Krzysztof Globisz, Anna Radwan-Gancarczyk, Jerzy Trela, Janusz Gajos, Mieczysław Grąbka, Marta Bizoń, Kamil Bera 9.45** Program rozrywkowy **11.00** Transmisja mszy świętej z Jasnej Góry - Transmisja mszy świętej z Jasnej Góry **11.50** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.50** Drogi wolności (4) **13.50** Ojciec Mateusz 26 (336) **14.40** Kulturalni PL (608) **15.40 Pan Wołodyjowski (2) – film historyczny; reż.: Jerzy Hoffman; wyk.: Tadeusz Łomnicki, Magdalena Zawadzka, Mieczysław Pawlikowski, Jan Nowicki, Daniel Olbrychski, Mariusz Dmochowski, Marek Perepeczko, Irena Karel 17.00** Teleexpress **17.25** Program rozrywkowy **18.25** Szansa na sukces. Opole 2022 2 (8) **19.30** Wiadomości **20.05** Sport **20.10** Pogoda **20.20** Czas honoru (32) **21.10** Czas honoru (33) **22.00 Plan B – komedia, Polska; reż.: Kinga Dębska; wyk.: Kinga Preiss, Edyta Olszówka, Marcin Dorociński, Roma Gąsiorowska, Małgorzata Gorol, Rory Keenan (dozwolone od lat 16) 23.30** Program rozrywkowy **0.30** Szansa na sukces. Opole 2022 2 (8) **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Na zdrowie **6.15** Express regionów **6.20** Pogoda **6.30** Agrobiznes **6.45** Agropogoda **6.48** Magazyn rolniczy **7.00** Agrorozmowa **7.10** Całkiem niezła historia **7.30** Ukraina: wojna – uchodźcy – pomoc **7.45** Express regionów **8.01** Krakowskie portrety **8.30** Wesołe lata Telewizji Kraków **8.58** Pogoda **9.01** Gra o koronę **9.46** Pogoda **10.05** Klan (16) **10.35** Na zdrowie **10.55** Rok w ogrodzie **11.15** Rączka gotuje **11.45** Z wiatrem przez Polskę **12.15** Godki fest ucieszne **12.30** Na zdrowie **12.45** Express regionów **12.55** Agrobiznes extra **13.10** Agropogoda **13.25** Geograficzne fenomeny Lubelszczyzny **13.40** Dzikie pszczoły (75) **14.30** Szlak przydrożnych kapliczek **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Agape **15.50** Przepis na dziś **16.00** Gospodarka tu i teraz **16.15** Wyprodukowano w Polsce **16.30** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.05** Trykot z orłem – film dokumentalny **17.30** Głos regionów **18.00** Pogoda **18.03** Jedź bezpiecznie **18.14** Zdrowie dla Ciebie **18.30** Kronika **18.52** Magazyn sportowy **18.56** Pogoda **18.59** Golgota – film dokumentalny **19.12** Nowohucka Kronika Filmowa (739) **19.20** Wesołe lata Telewizji Kraków **19.50** Filmoteka Małopolska **20.19** Pogoda **20.20** Przysięga (24) **21.10** Info Wilno **21.30** Kronika **21.44** Pogoda **21.46** Kronika sportowa **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka **22.30** Zamknięty świat **23.00** Echa dnia **23.25** Dla niesłyszących: Telekurier **23.50** Całkiem niezła historia **0.05** Całkiem niezła historia **0.20** Kasta **0.45** Promyk nadziei (12) **1.45** Głos regionów **2.20** Więzień miłości (169)

POLSAT

6.00 Nowy dzień **6.55 Toy Story 3 – film animowany USA (2010) 9.20 Auta 3 – film animowany USA (2017) 11.30 Zaplątani – film animowany USA (2010) 13.40 Skarb narodów – film przygodowy USA (2004) 16.25 Vaiana: Skarb oceanu – film animowany USA (2016) 18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń" **19.45** Sport, pogoda **20.00 Król Lew – film familijny USA (2019) 22.45 Zabić Salazara – dramat kryminalny USA/Rumunia (2016) 0.55 Niewidzialny – film sensacyjny USA (2005) 3.30** Kabaretowa Ekstraklasa

tvn

5.25 Uwaga! **5.40** Nowa Maja w ogrodzie – magazyn ogrodniczy **6.05** Akademia ogrodnika – magazyn ogrodniczy **6.15** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **7.10** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **8.10 Babe: Świnka w mieście – film familijny USA/Australia (1998) 10.15 Sekretne życie zwierzaków domowych – film animowany Japonia/USA (2016) 12.10 Głupi i głupszy – komedia USA (1994) 14.25 Niesamowity Hulk – dramat s.f. USA (2008) 16.50 Jak wytresować smoka 2 – film animowany USA (2014) 19.00** Fakty **19.25** Sport, pogoda **19.45** Uwaga! – magazyn reporterów **20.00 Mała Stopa – film animowany USA (2018) 22.05 Noe: Wybrany przez Boga – dramat przygodowy USA (2014) 0.55 Od kołyski aż po grób – film sensacyjny USA (2003) 3.10** W garniturach – serial obyczajowy **4.05** Uwaga!

TVN 7

5.15 Szpital (943, 747) – serial paradokumentalny **6.15** Brzydula 2 (268) – serial obyczajowy **6.45** Ukryta prawda (860, 966) – serial paradokumentalny **8.50 Hop – film familijny USA (2011) 10.55 Maska – komedia USA (1994) 13.05 Na ratunek wielorybom – film przygodowy USA (2012) 15.20 Maria Magdalena – dramat historyczny Australia/Wielka /Brytania/USA (2018) 17.50 Podatek od miłości – komedia romantyczna Polska (2018) 20.00** Brzydula 2 (269) – serial obyczajowy **20.35** Hotel Paradise 5 – reality show **21.40 Piłsudski – film biograficzny Polska (2019) 23.50 Apollo 13 – dramat katastroficzny USA (1995) 2.45** Druga strona medalu 3 (3–5) – talk-show

TV 4

6.00 Królewna Śnieżka – baśń filmowa Kanada/USA (2001) 7.55 Wyspa piratów – film przygodowy USA/Francja/Włochy/Niemcy (1995) 10.35 Powrót do przyszłości 2 – komedia s.f. USA (1989) 12.50 Flintstonowie – komedia USA (1994) 14.45 Kate i Lopold – komedia romentyczna USA (2001) 17.25 Naga broń – komedia kryminalna USA (1988) 19.00 Policjantki i policjanci (886) – serial obyczajowy **20.00** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (574) – serial kryminalny **21.00 Prawdziwa jazda – komedia sensacyjna USA (2014) 23.05 Efekt motyla 3 – thriller USA (2009) 1.00** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (18, 19) – serial dokumentalny **2.00** Śmierć na 1000 sposobów (11) – serial dokumentalny **2.30** Ucho Prezesa 4 – serial komediowy

PULS

5.30 Kobra – oddział specjalny (7) sensacyjny **6.25 Syn Boży – dramat obyczajowy USA (2014) 9.00 Pułpka czasu – film fantasy USA (2014) 11.25 John Carter – film przygodowy USA (2012) 13.50 Najpiękniejsze baśnie baśnie: Śpiąca królewna – familijny Niemcy (2008) 15.40 Kopciuszek – baśń filmowa Wielka Brytania/USA (2015) 17.45 Jutro będziemy szczęśliwi – komediodramat Francja/Wielka Brytania (2016) 20.00 Bodyguard Zawodowiec – komedia sensacyjna Kanada/Francja/Wielka Brytania/USA/Hongkong/Bulargia/Holandia (2017) 22.15 Leon zawodowiec – dramat sensacyjny Francja/USA (1994) 1.00 Wysoka fala – dramat obyczajowy USA (2012) 3.30** Zobacz to!

Nasze miasto

PRZED WIELKĄ BITWĄ

Ukraińska armia obroniła Kijów, który Rosjanie planowali zająć w kilka dni. Nie dali rady, musieli wycofać się z okolicznych miast i miasteczek, żeby przerzucić główne siły na wschód Ukrainy. Tam planują ofensywę, która ich zdaniem, pozwoli rozstrzygnąć wojnę. Tymczasem po 50 dniach działań wojennych Rosja musi zmagać się z poważnymi problemami. Po pierwsze jej armia okazała się znacznie słabsza niż to powszechnie sądzono, a to bardzo obniża jej międzynarodowy prestiż. Po drugie działania, które miały Ukrainę zastraszyć, czyli mordowanie ludności cywilnej, przyzwolenie na gwałty, tortury i rabunki, zrobiły złe wrażenie nawet w krajach tradycyjnie zabiegających o przyjaźń z Rosją, czyli przede wszystkim w Niemczech i we Francji. Europejska opinia publiczna domaga się teraz ostrzejszych sankcji, a Unia – wprawdzie niemrawo – planuje zareagować na rosyjskie zbrodnie. Po trzecie, po tygodniach przyglądania się wojnie i deklarowania ograniczonej solidarności, Zachód postanowił udzielić pomocy w postaci dostaw broni, nie tylko tzw. defensywnej, ale również ciężkiej, czyli czołgów, pojazdów opancerzonych czy wyrzutni rakiet przeciwlotniczych. W tej akcji wyróżniają się Stany Zjednoczone i Wielka Brytania, ale także Polska, Czechy czy kraje bałtyckie.

Sankcje staną się boleśnie odczuwalne przez zwykłych mieszkańców Rosji dopiero po kilku miesiącach, może nawet roku lub dwóch latach. Owszem, rosyjski rząd ma świadomość gospodarczych kłopotów, które w przyszłości czekają go w rezultacie sankcji, ale na razie nie musi się nimi przejmować. Straty armii też nie są problemem, bo Putin może Ukrainę zalać taką masą wojska, której nikt nie będzie w stanie powstrzymać. A jednak na Kremlu i w bunkrach pod Uralem narasta niepokój. Co się stanie, gdy kolejna ofensywa, tym razem w Donbasie, nie przyniesie wymiernych efektów? Co będzie można ogłosić podczas defilady na Placu Czerwonym w Moskwie 9 maja w rocznicę rosyjskiego końca wojny w Europie? Ukraina, regularnie dozbrajana, może pokrzyżować rosyjskie plany, a morale i wola walki jej żołnierzy jeszcze bardziej umocnią się po zbrodniach, jakich dopuścili się Rosjanie. Wszyscy na świecie widzą przewagę sprzętu jakim dysponuje i jaki otrzymuje Ukraina, nad rosyjskim rzekomo nowoczesnym uzbrojeniem. W interesie Niemiec i Francji jest utrzymanie silnej Rosji, a więc po cichu chcieliby jej zwycięstwa nad Ukrainą, ale Amerykanie widzą dziś wyjątkową szansę takiego jej osłabienia, aby w przyszłości o wiele mniej mogła liczyć się jako sojusznik Chin. Dlatego Stany Zjednoczone zaostrzają sankcje, przeznaczają kolejne fundusze na pomoc dla ukraińskiej armii, wysyłają coraz więcej broni i godzą się, aby tak samo postępowali ich wschodnioeuropejscy sojusznicy z NATO.

Od sukcesu ukraińskiej armii zależy przyszły układ sił w Europie i w świecie. Dla Polski racją stanu jest dziś wspieranie Ukrainy, także w jej staraniach o szybkie przyjęcie do Unii Europejskiej. Równocześnie wojna na Ukrainie pokazuje, jak wielkie znaczenie ma posiadanie licznej, dobrze uzbrojonej i dobrze wyszkolonej armii. Tylko z taką armią będziemy mogli odstraszać rosyjską agresję, a w razie ataku bronić się na tyle długo, aby sojusznicy zdążyli nam pomóc.

RYSZARD TERLECKI

Sprawy duże i małe

Z NADZIEJĄ PATRZĘ W PRZYSZŁOŚĆ

Wojna na Ukrainie trwa i wszystko na to wskazuje, że w najbliższych dniach wkroczy w nową agresywną ze strony Rosji fazę. Wojska rosyjskie wycofały się z terenów wokół Kijowa i od strony północnej. Jednak jest to tylko przegrupowanie i Rosjanie przygotowują się do ofensywy na wschodzie i południu Ukrainy. Chcą poszerzyć swoje posiadanie na Donbasie, w obwodzie Donieckim, najprawdopodobniej zająć Charków i definitywnie połączyć zaanektowany Krym drogą lądową z Rosją, a może i zająć Odessę, a tym samym odciąć państwo ukraińskie od morza. Nie zamierzam przewidywać jaki będzie efekt tych planów, ale nie ulega wątpliwości, że ta faza wojny zadecyduje o jej dalszych losach.

Natomiast chcę zwrócić uwagę na to, co odkrywają Ukraińcy na odzyskanych terenach spod okupacji rosyjskiej i wiążących się z tym reperkusjach międzynarodowych. Rozmiar okrucieństw dokonanych przez rosyjskiego okupanta przekracza ludzkie wyobrażenia. Zabijanie torturowanych cywilów, gwałty na kobietach i dzieciach oraz inne okrucieństwa wzbudzają przerażenie i wywołują negatywne reakcje większości świata. Wprowadzane są kolejne sankcje gospodarcze i inne represalia wobec Rosji i ludzi odgrywających w niej istotną rolę. Zostają zwiększane dostawy broni przez wiele państw, w tym sąsiadów Ukrainy, którzy widzą co mogłoby ich czekać w razie poszerzenia agresji rosyjskiej. Słowacy i Czesi dostarczają nowoczesny sprzęt wojskowy, który może odegrać istotną rolę w tej nowej fazie wojny.

Nie wszyscy sąsiedzi jednak tak czynią. Węgrzy nie tylko nie dostarczają żadnej broni na Ukrainę, ale nawet uniemożliwiają jej przewóz przez swoje terytorium. W tym kraju odbyły się wybory i Węgrzy ponownie wybrali Orbana na swojego przywódcę. Jest on rusofilem i nie ukrywa swojego poparcia dla Putina, który zresztą jako pierwszy pogratulował mu zwycięstwa. Jego negowanie zbrodni żołnierzy rosyjskich na okupowanych terenach w Ukrainie wzbudziły w cywilizowanym świecie oburzenie. Dlatego budzą zdziwienie wyrazy zadowolenia ze zwycięstwa Fideszu na Węgrzech wyrażane przez ludzi naszego obozu rządzącego. Nie można tego tłumaczyć obroną swojego interesu gospodarczego wskazując przy okazji na Niemcy, czy Francję, które podobnie czynią. W żadnym przypadku nie można relatywizować postępowania Węgrów broniących swoich interesów gospodarczych. Nie ma żadnego tłumaczenia postępowania Orbana w kontekście okrucieństw dokonywanych przez Rosjan na Ukrainie. Trzeba jak najszybciej podejmować wszelkie działania, aby osłabić Rosję, a tym samym powstrzymać wojnę w Ukrainie.

Jedno mnie tylko zastanawia, jak większość Węgrów podejmując decyzję o wyborze przywódcy i sił politycznych popierających Putina może sobie spojrzeć w twarz. Jak ci ludzie tłumaczą swoje bezpieczne i wygodne życie, które jest dokonywane kosztem swoich udręczonych sąsiadów. Moje zaniepokojenie wzbudza też sytuacja we Francji, gdzie do drugiej tury wyborów na prezydenta przechodzi pani Le Pen od lat blisko współpracująca z Putinem i nie ukrywająca swoich sympatii dla Rosji. Nie wyobrażam sobie jej zwycięstwa w wyborach francuskich, bo byłby to koniec Unii Europejskiej w tym kształcie oraz wyraźne osłabienie NATO, z którego Le Pen zamierza wyprowadzić swój kraj. Nawet nie chcę myśleć, co by to oznaczało dla Europy i jej dalszych losów.

Jesteśmy w przededniu Świąt Wielkiej Nocy, gdzie Zmartwychwstanie pokonuje śmierć. Życzę naszym Czytelnikom, aby także dzisiaj wokół nas śmierć zadawana podczas wojny przegrała i zapanował pokój. Mimo wszystko z nadzieją patrzę w przyszłość.

SŁAWOMIR PIETRZYK

WTOREK 19.04

TVP1

5.10 Film dokumentalny **6.10** Zranione ptaki (20) – serial obyczajowy, Turcja (2019); reż.: Yasemin Erkul, Cem Tabak; wyk.: Sezgin Irmak, Ozan Turan, Ali Yasin Özegemen, Gizem Arikan **7.00** Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda poranna **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo 6 (68): Narracja negacji – serial obyczajowy TVP; reż.: Wojciech Adamczyk; wyk.: Ilona Ostrowska, Arkadiusz Nader, Cezary Żak, Paweł Królikowski, Grzegorz Wons, Jacek Kawalec, Artur Barciś **9.35** Komisarz Alex 14 (174): Nadchodzi zemsta – serial kryminalny TVP; reż.: Mariusz Palej; wyk.: Krystian Wieczorek, Magdalena Walach, Piotr Bondyra, Beata Fido, Janusz Chabior, Zbigniew Lesień, Krzysztof Czeczot, Paulina Krzyżańska **10.30** Ojciec Mateusz 20 (259): Zły los – serial kryminalny TVP; reż.: Artur Żmijewski; wyk.: Artur Żmijewski, Kinga Preis, Aleksandra Gorska, Katarzyna Burakowska, Piotr Polk, Rafał Cieszyński, Michał Piela, Edyta Olszówka **11.20** Kasta **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.30** Agropogoda **12.35** Magazyn rolniczy **12.55** Natura w Jedynce: Ryś pod lupą **14.00** Zranione ptaki (21) **14.50** Epitafia katyńskie: Zdzisław Kawecki **15.00** Wiadomości **15.10** Pogoda **15.15** Alarm! **15.35** Gra słów. Krzyżówka (571) **16.00** Przysięga (621) **16.50** Podaj rękę Ukrainie (24) **17.00** Teleexpress **17.15** Jaka to melodia? (4846) **17.55** Klan (3981) **18.20** Kasta: Błędy przeszłości **18.55** Jeden z dziesięciu (6/130) **19.20** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.10** Alarm! **20.25** Magazyn Ekspresu Reporterów **20.30** Leśniczówka (516) **21.00** Magazyn Ekspresu Reporterów **21.00** Tacy bylismy (7): Jak się bawiliśmy **21.40** Magazyn Ekspresu Reporterów **22.45** Ocaleni – reality show (dozwolone od lat 16) **23.50** Magazyn śledczy Anity Gargas (231) **0.25 Bóg nie umarł 2 – dramat, USA (2016); reż.: Harold Cronk; wyk.: Melissa John Hart, Jesse Metcalfe, David A.R. White 2.35** Przystań (10/13): Sens życia **3.30** Magazyn Ekspresu Reporterów **4.25** Notacje: Prof. Szewach Weiss. Nienawidzę nienawidzić **4.45** Zakończenie dnia

TVP2

5.35 Echo serca 2 (31) **6.25** Śpiewajmy Panu... **6.55** Familiada (2666) **7.30** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.45** Pytanie na śniadanie **11.15** Rodzinka.pl (241): Marek do domu **11.50** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2615) **12.30** Koło fortuny (1082) **13.15** Strażacy (10/10) **14.05** Va Banque (420) **14.35** Na sygnale (153): Dobra energia **15.10** Doktor Jan z Deekelsen (59): Tragiczny koniec **16.00** Koło fortuny (1289) **16.35** Familiada (2692) – teleturniej **17.15** Miłość i przeznaczenie (94) **18.00** Panorama **18.20** Va Banque (421) **18.45** Serial fabularny **19.25** Barwy szczęścia (2615) **20.10** Barwy szczęścia (2616) **20.40** Kulisy serialu „M jak miłość" (1387) **20.55** M jak miłość (1654) **21.50** Przepis dnia 4 (11) **21.55** Tajemnice rodu Valentów (20): Magik **23.05** W kręgu podejrzeń (3/6) **0.10** Ludzkie historie: Warszawa – miasto podzielone **1.35 Austeria – dramat, Polska; reż.: Jerzy Kawalerowicz; wyk.: Franciszek Pieczka, Wojciech Pszoniak, Jan Szurmiej, Ewa Domańska, Wojciech Standełło 3.30** Film fabularny **5.30** Zakończenie programu

TV POLONIA

6.35 Pożyteczni.pl – magazyn **7.00** Okrasa łamie przepisy **7.30** Pytanie na śniadanie **0.40** Panorama **10.45** Pytanie na śniadanie **11.15** Co na obiad: Makaron Casarecce Tartuffo **11.30** Barwy szczęścia (2534) **12.00** Wiadomości **12.15** Czas honoru (32) **13.05** Czas honoru (33) **14.05** Giganci historii **15.00** Wiadomości **15.15** World News Flash **15.30** Przystanek Historia **15.50** Przyjaciele Misia i Margolci (60) **16.10** Ale talent (12) **16.20** Remiza. Zawsze w akcji! (24 **17.00** Teleexpress **17.20** Studio Wschód **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Barwy szczęścia (2534) **18.50** Nad Niemnem **19.10** Studio Lwów **19.30** Wiadomości **20.05** Sport **20.10** Pogoda **20.20** Ojciec Mateusz (101) **21.10** Ojciec Mateusz (102) **22.05** Polonia 24 **22.35** Emanuel Schlechter. Szlagworty niezapomniane **23.30** Remiza. Zawsze w akcji! (24) **0.00** World News **0.35** Gra słów. Krzyżówka **1.00** Polacy światu **1.10** Studio Lwów **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Na zdrowie **6.15** Express regionów **6.20** Pogoda **6.30** Agrobiznes **6.45** Agropogoda **6.48** Magazyn rolniczy **7.00** Agrorozmowa **7.10** Całkiem niezła historia **7.30** Ukraina: wojna – uchodźcy – pomoc **7.45** Express regionów **8.01** Na tropie przypraw. Pikantnie i słodko Imbir **8.30** Kronika dnia **8.43** Pogoda **8.45** Magazyn medyczny **9.01** Trykot z orłem – film dokumentalny **9.21** Nowohucka Kronika Filmowa (739) **9.30** Kronika dnia **9.40** Pogoda **9.45** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **10.05** W labiryncie: Nie jesteś moim ojcem **10.35** Eko patent (29) **10.55** Dom czy mieszkanie? Oto jest pytanie **11.15** Qulszoł – kulinarne potyczki **11.45** Zamknięty świat **12.15** Moda na styl **12.30** Na zdrowie **12.45** Express regionów **12.55** Agrobiznes extra **13.10** Agropogoda **13.25** Wiatrak **13.40** Dzikie pszczoły (76) **14.30** Kronika dnia **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Kościół z bliska **15.50** PFRON wspiera dostępność **16.00** Welcome to Poland **16.30** Kronika dnia **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.05** Szlak przydrożnych kapliczek (15) **17.21** Felieton **17.30** Głos regionów **18.00** Pogoda **18.03** Niecodziennik (61) **18.30** Kronika **18.52** Kronika sportowa **18.56** Pogoda **18.59** Tematy dnia **19.14** Arrasów dzieje osobliwe **19.39** Na ścieżkach wiary (2) **19.58** Pogoda **20.00** Kryptonim „MUZEUM": Szlak Armii Krajowej (7) **20.14** Felietony **20.20** Przysięga (25) **21.10** Info Wilno **21.30** Kronika **21.44** Pogoda **21.45** Kronika sportowa **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka **22.30** Policja.pl **23.00** Echa dnia **23.25** Sprawa dla reportera **0.20** Kasta **0.45** Promyk nadziei (13) **1.45** Głos regionów **2.20** Więzień miłości (170)

POLSAT

6.00 Nowy dzień **9.40** Malanowski i partnerzy (718, 719) – serial fabularno-dokumentalny Polska **10.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **11.40** Gliniarze – serial paradokumentalny Polska **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja – magazyn reporterów **13.40** Trudne sprawy – serial paradokumentalny **14.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **15.50** Wydarzenia, sport, pogoda **16.15** Interwencja – magazyn reporterów **16.30** Na ratunek 112 – serial paradokumentalny **17.00** Gliniarze – serial paradokumentalny **18.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń" **19.45** Sport, pogoda **20.05 Nowy początek – film s.f. USA (2016) 22.40 Liga niezwykłych dżentelmenów – film przygodowy USA/Niemcy/Czechy/Wielka Brytania (2003) 1.00 Bad Boys 2 – komedia sensacyjna USA (2003) 4.05** Kabaretowa Ekstraklasa

tvn

5.45 Uwaga! **6.05** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **6.55** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **7.00** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **8.00** Dzień Dobry TVN **11.45** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **12.50** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **13.00** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **14.05** Ukryta prawda (1191, 986) – serial paradokumentalny **16.10** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy Polska **17.15** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **17.20** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **18.25** Bunt! – serial obyczajowy **19.00** Fakty **19.35** Sport, pogoda **19.55** Uwaga! **20.10** Doradca smaku – magazyn kulinarny **20.15** Na Wspólnej – serial obyczajowy **20.55** Milionerzy – teleturniej **21.35** Ślub od pierwszego wejrzenia – reality show **22.40** Kuba Wojewódzki – talk-show **23.40** Superwizjer **0.15** Pajęczyna – serial kryminalny Polska **1.20** Zabójcza broń 2 – serial sensacyjny **2.25** Uwaga! **2.40** NOC Magii

TVN 7

5.00 Szpital – serial fabularno-dokumentalny **5.55** Hotel Paradise 5 – reality show **6.50** Papiery na szczęście – serial obyczajowy **7.20** Brzydula 2 (269) – serial obyczajowy **7.50** Ukryta prawda (967, 861, 862) – serial paradokumentalny **10.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **11.55** Szpital – serial fabularno-dokumentalny **12.55** Opowieści małżeńskie – serial paradokumentalny **13.55** Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny **14.55** Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny **15.55** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **16.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **17.55** 19+ – serial paradokumentalny **18.25** Zagadki losu – serial paradokumentalny **19.30** Papiery na szczęście – serial obyczajowy **20.00** Brzydula 2 (270) – serial obyczajowy **20.35** Hotel Paradise 5 – reality show **21.40 Ultimatum Bourne'a – thriller USA/Niemcy (2007) 23.55 Atak na posterunek – film sensacyjny USA/Francja (2005) 2.25** NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu 3 (35, 36) – serial sensacyjny **8.00** Nasz nowy dom – reality show **9.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **9.50** Kochane pieniądze – serial paradokumentalny **10.50** Septagon (14, 15) – serial kryminalny **12.55** Sędzia Judy (215, 216) – reality show **13.55** STOP Drogówka – magazyn policyjny **15.00** Policjantki i policjanci (885, 886) – serial obyczajowy **17.00** Hawaii 5.0 (1, 2) – serial kryminalny **19.00** Policjantki i policjanci (887) – serial obyczajowy **20.00** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny **21.00 Underworld 2: Ewolucja – thriller s.f. USA (2006) 23.25 Eurotrip – komedia przygodowa USA/Czechy (2004) 1.05** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **1.45** Śmierć na 1000 sposobów (12)

PULS

6.00 Kobra – oddział specjalny **7.00** Nash Bridges **8.00** Prawdziwe motywy **9.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (225, 226) **11.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 **12.00** Zaklinaczka duchów 2 **13.00** Rodzinny interes 6 (263) **14.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (228) **15.00** Prawdziwe motywy (10, 11) **16.00** Rodzinny interes 6 (266) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 (514, 515) **20.00 Horda – film sensacyjny USA/RPA/Wielka Brytania (2020) 22.10 Iluzja – thriller Francja/USA (2013) 0.20 Zjednoczone królestwo – dramat obyczajowy Wielka Brytania/Czechy/USA (2016) 2.30** Zobacz to!

Zapiski Jakuba Klenia

NA BEZRYBIU I KRĄP RYBA

Krąpie nie cieszą się zbytnią estymą wśród wędkarzy. Bo to ryby wszędobylskie, żarłoczne i ciekawskie, a wydają się mieć więcej minusów niż plusów. Często stają się prawdziwym uprzykrzeniem dla wędkarzy łowiących leszcze, gdyż to krąpie, a nie leszcze są szybsze w przechwyceniu przynęty.

Krąpie często mylone są zresztą z młodymi leszczami, od których różnią go większe i grubsze łuski, ale przede wszystkim płetwy – brzuszne i ogonowa. U krąpia płetwy brzuszne mają u nasady czerwonawo-żółtawy odcień, a oba płaty ogonowe są równej długości (u leszcza dolny płat jest nieco dłuższy od górnego). No i generalnie krąpie są mniejsze od leszczy, chociaż i one potrafią osiągać przyzwoite rozmiary. Rekordowy krąp został złowiony w roku 1987 przez M. Kwasowca. Jego zdobycz mierzyła 50 centymetrów długości i osiągnęła wagę prawie półtora kilograma (a dokładnie 1,43 kg). Chociaż łowione krąpie rzadko przekraczają dwadzieścia centymetrów długości. Wielu wędkarzy uważa, że jedyną pozytywną cechą krąpia jest to, że pokryty jest on – w przeciwieństwie do leszcza – niewielką ilością śluzu na powierzchni ciała.

Krąp jest rybą niezwykle pospolitą w Polsce. Występuje od wybrzeży Bałtyku aż po karpackie dopływy rzek, w podgórskich rzekach występuje wyżej niż leszcz. Zasiedla również jeziora, stawy a nawet słonawe zatoki morskie. Występuje zawsze w towarzystwie leszcza, trzyma się jednak miejsc płytszych. Pożera ikrę cenniejszych gatunków ryb, co stawia go w roli podejrzanego o szkodnictwo. Miedzy innymi z tego powodu dla krąpi nikt specjalnie nie ma litości. Na domiar wszystkiego krąpie mają bardzo ościste mięso, które – zwłaszcza po tarle – jest suche i niesmaczne. Ale jak twierdzą niektórzy, duże krąpie, łowione w środku lata, dobrze wygrzane w maśle, są ponoć naprawdę smakowite. Ale tego nie gwarantuję, gdyż sam takich krąpi nie kosztowałem. Wolałem przyrządzane na grillu leszcze, przywożone bezpośrednio z łowiska.

Krąpie łowione są na wszystkie typy przepływanek, na przystawki, a także za pomocą klasycznych gruntówek obciążonych sprężynami z zanętą. W ich połowie używa się także wszystkich możliwych przynęt zwierzęcych i roślinnych stosowanych przy połowie leszczy czy płoci. Krąpie chętnie chwytają także niewielki ślimaczki. Początkujący wędkarz może mieć jednak pewien kłopot z ich łowieniem, bo chociaż krąpie biorą energicznie, a nawet natarczywie, to nie zostawiają wędkarzowi wiele czasu na zacięcie. Trochę dłużej bawią się czerwonym robakiem na haczyku.

Niewielki krąp sprawdza się za to jako żywczyk na sandacza, szczupaka czy suma. A dla tego ostatniego, podany w postaci fileta, jest ponoć szczególnie atrakcyjny.

JAKUB KLEŃ

Za kierownicą

MARTWY ZAWSZE WINNY

W dawnych wiekach karę śmierci wykonywano w różny sposób. Dwadzieścia stuleci temu najbardziej hańbiącym sposobem było krzyżowanie. Wyrok śmierci wykonywano na krzyżu w kształcie litery T. Taki był krzyż Jezusa Chrystusa. Ale Rzymianie umieszczali skazańców również na krzyżach w kształcie litery X. Tak poniósł śmierć św. Andrzej Apostoł. Współcześnie tzw. krzyż świętego Andrzeja jest znakomicie znany milionom ludzi na świecie. W niektórych krajach umieszczony pionowo (np. w Szwecji), w innych poziomo (jak w Polsce) ostrzega kierowców o zbliżaniu się do przejazdu kolejowego. Trzeba bowiem pamiętać, że w zetknięciu z rozpędzonym pociągiem, ważącym 500–800 ton kierowca pojazdu o wadze około 1 tony nie ma żadnych szans. Tym bardziej, że droga hamowania rozpędzonej – do niekiedy ponad 100 km/godz. – masy żelastwa wynosi nie kilkadziesiąt, jak w przypadku samochodu, ale kilkaset metrów.

Zlokalizowane w tym samym poziomie skrzyżowania dróg kołowych i żelaznych to na terytorium Polski pozostałość po czasach, kiedy większość przejazdów miała dróżnika, który odpowiednio wcześnie przed przybyciem pociągu opuszczał zapory uniemożliwiające ruch samochodów. Z czasem jednak firma o nazwie Polskie Koleje Państwowe, a właściwie ta jej część o nazwie Polskie Linie Kolejowe, w trosce o obniżanie kosztów działalności masowo zaczęła likwidować zapory i wprowadzać przejazdy kolejowe niestrzeżone. Nie trzeba wtedy płacić pensji dróżnikowi – a właściwie trzem w ciągu każdej doby – bo wystarczy po każdej stronie przejazdu ustawić krzyż św. Andrzeja, słupek ze znakiem STOP i... za ewentualną kolizję pociągu z samochodem zwalić winę na kierowcę. I tak się rzeczywiście dzieje, bo w 98% winą za wypadek na przejeździe kolejowym obciąża się kierujących samochodami, a nieboszczyk – taki jest zwykle efekt zderzenia lokomotywy, nawet z ciężarówką – nie bardzo potrafi się bronić.

W Polsce istnieje ok. 13000 jednopoziomowych przejazdów. W większości, rzecz jasna, niestrzeżonych. Inna sprawa, że przez niektóre z nich przejeżdża jeden pociąg na dobę, albo żaden – co zazwyczaj usypia czujność kierowców. Ale tak, jak „motocykle są wszędzie" tak samo „pociągi są wszędzie". Przed każdym przejazdem kolejowym – także tym strzeżonym! – trzeba zwolnić, a jeżeli zajdzie taka potrzeba zatrzymać się, by stwierdzić, jaka sytuacja panuje na torach. Warto uzmysłowić sobie, że nawet rajdowy mistrz kierownicy Janusz Kulig, zginął przed kilkunastu laty pod lokomotywą na **strzeżonym przez dróżniczkę przejeździe kolejowym**. Pewnie gdyby nie był to człowiek o słynnym w Polsce nazwisku, to właśnie kierowcę, a nie pracownika kolei, obarczono by winą za wypadek.

Zbliżając się do przejazdu kolejowego, zwłaszcza na bocznych drogach naprawdę warto zwolnić. Zwykle nawierzchnia w miejscu gdzie tory krzyżują się z jezdnią znajduje się w opłakanym stanie, więc wolniejsza jazda chroni zawieszenie. Jeżeli linia kolejowa krzyżuje się z drogą pod ostrym kątem trzeba się zatrzymać i dokładnie rozejrzeć dokoła, nawet jeżeli przed przejazdem nie stoi znak STOP (może wyrwali go uczestnicy ostatniej dyskoteki?). Nocą zwykle łatwiej dostrzec nadjeżdżający pociąg, bo lokomotywa też ma reflektory. Natomiast najgorsza jest sytuacja na przejeździe nocą w czasie mgły. Nie dość, że nic nie widać to jeszcze mgła tłumi dźwięk żelastwa tłukącego się po torach. W tym przypadku lepiej wyłączyć na chwilę silnik samochodu, opuścić szyby i nasłuchiwać odgłosów nadjeżdżającego pociągu.

WOJCIECH MACHNICKI

ŚRODA 20.04

TVP1

5.20 Przysięga (621) **6.05** Zranione ptaki (21) **7.00** Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze **7.30** Rodzinny ekspres: Nasze zrozumienie Wielkiej Nocy **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda poranna **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo 6 (69): Wiatr w żaglach **09.35** Komisarz Alex 14 (175): Oko za oko **10.30** Ojciec Mateusz 20 (260): Odpowiedni moment **11.20** Kasta: Błędy przeszłości **11.45** Podaj rękę Ukrainie (24) **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.30** Agropogoda **12.35** Rok w ogrodzie extra **12.50** Natura w Jedynce: Łosie z Matsalu: Dzikie olbrzymy znad Bałtyku – film dokumentalny, Niemcy (2019) **14.00** Zranione ptaki (22) – serial obyczajowy, Turcja (2019); reż.: Yasemin Erkul, Cem Tabak; wyk.: Sezgin Irmak, Ozan Turan, Ali Yasin Özegemen, Gizem Arikan, Emre Mete Sönmez **14.50** Epitafia katyńskie: Marcin Zieliński **15.00** Wiadomości **15.10** Pogoda **15.15** Alarm! **15.35** Gra słów. Krzyżówka (572) **16.05** Przysięga (622) – serial obyczajowy, Turcja (2020); reż.: Serkan Mut, Ayhan Özen; wyk.: Gökberk Demirci, Munise Özlem, Gül Arcan Gürses, Özge Yaz, Can Verel, Berkant Müftüler **16.50** Podaj rękę Ukrainie (25) **17.00** Teleexpress **17.15** Jaka to melodia? (4847) – teleturniej muzyczny; reż.: Mikołaj Dobrowolski **17.55** Klan (3982) – telenowela TVP **18.20** Kasta: Ratownik – serial paradokumentalny TVP; reż.: Marcin Sobociński, Łukasz Bajbak, Kamil Fortuna **18.55** Jeden z dziesięciu (7/130) **19.20** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.10** Alarm! – magazyn **20.30** Leśniczówka (517) **21.00** Film fabularny **22.45** Historia bez tajemnic: Oprawcy z Katynia (2) **23.50 Zabójcza przysięga – film fabularny, USA (2017); reż.: Fred Olen Ray; wyk.: Charlene Amoia, Cameron Jebo, Brittany Underwood, Gerald Webb 1.30** Królowie śródmieścia (6/13): Miłosne igraszki **2.25** Zaginiona (5/7): Areszt **3.25** wojsko-polskie.pl **3.50** Notacje: Ida Haendel. Wierzę w reinkarnację **4.05** Zakończenie dnia

TVP2

5.35 Echo serca 2 (32) **6.25** Opowieść o Soni – reportaż **6.55** Familiada (2692) **7.30** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.25** Rodzinka.pl (242): Rodzinna kolacja **12.00** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2616) **12.40** Koło fortuny (1083) **13.25** Serial fabularny **14.05** Va Banque (421) **14.35** Na sygnale (154): Sztuka walki bez walki **15.10** Doktor Jan z Dekelsen (60): Rozterki **16.00** Koło fortuny (1290) **16.35** Familiada (2693) **17.15** Miłość i przeznaczenie (95) **18.00** Panorama **18.20** Va Banque (422) **18.45** Serial fabularny **19.25** Barwy szczęścia (2616) **20.10** Barwy szczęścia (2617) **20.40** Kulisy seriali „Na dobre i na złe" i „Na sygnale" (194) **20.55** Na dobre i na złe (844): Oskarżenie **21.50** Przepis dnia 4 (11) **21.55** Tajemnice rodu Valentów (21): Żegnajcie i wybaczcie **23.05** W kręgu podejrzeń (4/6) **0.10 Miłość w Indiach – film fabularny, Francja (2016); reż.: Arnauld Mercadier; wyk.: Lucie Lucas, Rayane Bensetti, Cecile Rebboah, Xavier Robic 1.55** Trzy dni Kondora 2 (11) **3.00** Muranów – film dokumentalny **4.15** Artyści (2) (dozwolone od lat 16) **5.10** Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.00 Polonia 24 **6.30** Korona królów (391) **7.00** Nad Niemnem **7.15** World News Flash **7.30** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.15** Co na obiad: Cynaderki cielęce **11.30** Barwy szczęścia (2535) **12.00** Wiadomości **12.15** Ojciec Mateusz (101) **13.05** Ojciec Mateusz (102) **14.00** Emanuel Schlechter. Szlagworty niezapomniane **15.00** Wiadomości **15.15** World News Flash **15.25** Zrób to ze smakiem **15.45** Animowanki: Rodzina Treflików **15.50** Wiking Tappi **16.05** Nela Mała Reporterka (98) **17.00** Teleexpress **17.20** Zapomniana wojna. My mówimy nie! **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Barwy szczęścia (2535) **18.50** Kierunek Zachód **19.05** Magazyn z Wysp **19.20** Studio Lwów (wydanie specjalne) **19.30** Wiadomości **20.05** Sport **20.10** Pogoda **20.20** Dom nad rozlewiskiem (3/13) **21.10** Dom nad rozlewiskiem (4/13) **22.05** Polonia 24 **22.35** Magazyn Ekspresu Reporterów **23.30** Remiza. Zawsze w akcji! (25) **0.00** World News **0.35** Gra słów. Krzyżówka **1.00** Polacy światu **1.10** Magazyn z Wysp **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Eko patent (29) **6.15** Express regionów **6.20** Pogoda **6.30** Agrobiznes **6.45** Agropogoda **6.48** Magazyn rolniczy **7.00** Agrorozmowa **7.10** Całkiem niezła historia **7.30** Ukraina: wojna – uchodźcy – pomoc **7.45** Express regionów **8.01** Wesołe lata Telewizji Kraków **8.30** Kronika dnia **8.43** Pogoda **8.56** Młodzi zdolni Małopolanie **9.00** Jedź bezpiecznie **9.10** Małopolska w rytmie eko **9.15** Prosto z lasu **9.30** Kronika dnia **9.40** Pogoda **9.45** Tematy dnia **10.05** Stawiam na Tolka Banana (2/7): Karioka **10.35** Poradnik zakupowy **10.55** Zielnik regionalny **11.15** Słodka kuchnia Pszczółek **11.45** Policja.pl **12.15** Rodzaj żeński **12.30** Eko patent (28) **12.45** Express regionów **12.55** Agrobiznes extra **13.10** Agropogoda **13.25** Telezwierz **13.40** Dzikie pszczoły *(77) 14.30* Kronika dnia **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Okiem wiary **15.50** Składka. Emerytura. *Przyszłość 16.00 Szukamy w archiwach* **16.15** Poczytalnia **16.30** Kronika dnia **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.05** W dobrej wierze **17.25** Na pielgrzymkowych szlakach Małopolski **17.30** Głos regionów **18.00** Pogoda **18.03** Nowohucka Kronika Filmowa **18.14** Spichlerz smaków **18.30** Kronika **18.52** Kronika sportowa **18.56** Pogoda **18.59** Tematy dnia **19.11** Jedź bezpiecznie **19.22** Śladami eskulapa z TVP Historia **19.48** Niecodziennik (61) **19.58** Pogoda **20.01** Kryptonim „MUZEUM": Szlak Armii Krajowej (8) **20.14** Felietony **20.20** Przysięga (26) **21.10** Info Wilno **21.31** Kronika **21.44** Pogoda **21.46** Kronika sportowa **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka **22.30** Wiosna na RODOS **23.00** Echa dnia **23.25** Dla niesłyszących: Telekurier **23.50** Całkiem niezła historia – cykl reportaży **0.05** Całkiem niezła historia **0.20** Kasta **0.45** Promyk nadziei (14) **1.45** Głos regionów **2.20** Więzień miłości (171)

POLSAT

6.00 Nowy dzień **9.40** Malanowski i partnerzy (720, 721) – serial fabularno-dokumentalny **10.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **11.40** Gliniarze – serial paradokumentalny **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja **13.40** Trudne sprawy – serial paradokumentalny **14.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **15.50** Wydarzenia, pogoda **16.15** Interwencja **16.30** Na ratunek 112 – serial paradokumentalny **17.00** Gliniarze – serial paradokumentalny **18.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń" **19.45** Sport, pogoda **20.05** Mecenas Porada – serial obyczajowy **21.05** Komisarz Mama – serial kryminalny **22.10 Bad Boys 2 – komedia sensacyjna USA (2003) 1.20 Vice Versa – komedia fantasy USA (1988) 3.35** Kabaretowa Ekstraklasa

tvn

5.45 Uwaga! **6.05** Ukryta prawda **6.55** Wszystkiego słodkiego **7.00** Kuchenne rewolucje **8.00** Dzień Dobry TVN **11.40** Doradca smaku **11.50** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **12.50** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **13.00** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **14.05** Ukryta prawda (1192, 987) – serial paradokumentalny **16.10** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **17.15** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **17.20** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **18.25** Bunt! – serial obyczajowy **19.00** Fakty **19.35** Sport, pogoda **19.55** Uwaga! **20.10** Doradca smaku **20.15** Na Wspólnej – serial obyczajowy **20.55** Milionerzy – teleturniej **21.35** Przez Atlantyk – reality show **22.40 Od kołyski aż po grób – film sensacyjny USA (2003) 0.45** Superwizjer **1.20** W garniturach – serial obyczajowy **2.20** Uwaga! **2.40** NOC Magii

TVN 7

5.00 Szpital – serial paradokumentalny **5.55** Hotel Paradise 5 – reality show **6.50** Papiery na szczęście – serial obyczajowy **7.20** Brzydula 2 (270) – serial obyczajowy **7.50** Ukryta prawda (968, 863, 864) – serial paradokumentalny **10.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **11.55** Szpital – serial paradokumentalny **12.55** Zagadki losu – serial paradokumentalny **13.55** Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny **14.55** Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny **15.55** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **16.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny Polska **17.55** 19+ – serial paradokumentalny **18.25** Zagadki losu **19.30** Papiery na szczęście **20.00** Brzydula 2 (271) – serial obyczajowy **20.35** Hotel Paradise 5 – reality show **21.40 Podzielony – thriller Japonia/USA (2016) 0.00 Torque: Jazda na krawędzi – film sensacyjny USA/Australia (2004) 1.50** Zaginieni 8 (13-ost.) **2.50** NOC Magii

TV 4

6.00 Straznik Teksasu 3 (37, 38) – serial sensacyjny **8.00** Nasz nowy dom – reality show **9.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **9.50** Kochane pieniądze – serial paradokumentalny **10.50** Septagon (16, 17) – serial kryminalny **12.55** Sędzia Judy (217, 218) – reality show **13.55** STOP Drogówka – magazyn policyjny **16.00** Policjantki i policjanci (887) – serial obyczajowy **17.00** Hawaii 5.0 (3, 4) – serial kryminalny **19.00** Policjantki i policjanci (888) – serial obyczajowy **20.00** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny **21.00 Lot – dramat obyczajowy USA (2012) 0.00 Snajper. Kolejne starcie – thriller RPA (2011) 1.55** Śmierć na 1000 sposobów – serial dokumentalny **2.25** Disco Pollo Life **3.25** Top 10 – lista przebojów

PULS

6.00 Kobra – oddział specjalny – serial sensacyjny **7.00** Nash Bridges – serial sensacyjny **8.00** Prawdziwe motywy – serial paradokumentalny **9.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (226, 227) – serial obyczajowy **11.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 – serial obyczajowy **12.00** Zaklinaczka duchów 2 – serial fantasy **13.00** Rodzinny interes 6 (264) – serial obyczajowy **14.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (229) **15.00** Prawdziwe motywy (11, 12) **17.00** Rodzinny interes 6 (267) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 (515, 516) – serial obyczajowy Polska **20.00 Leon zawodowiec – dramat sensacyjny Francja/USA (1994) 22.45 Brygada ponad prawem – dramat sensacyjny Francja/Wielka Brytania (2015) 0.35 Dawid i Goliat – film przygodowy USA (2016) 2.20** Zobacz to!

Prawnik radzi

SKARGA NA LEKARZA

Jeżeli wobec nas lub bliskiej nam osoby dopuszczono się błędu w leczeniu, przede wszystkim należy zgłosić skargę do Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej Izby Lekarskiej, którego biura znajdują się przy Izbach Lekarskich. Obowiązkiem rzecznika jest dokładne zbadanie sprawy i – jeśli jest to uzasadnione – złożenie wniosku o ukaranie lekarza lub placówki medycznej do Okręgowego Sądu Lekarskiego. To rzecznik decyduje o tym, czy sprawę umorzyć, czy też skierować ją do sądu. Sąd może ukarać lekarza naganą, zawieszeniem lub pozbawieniem prawa wykonywania zawodu. Jeśli skargi pacjenta zostaną odrzucone, może on odwołać się do Naczelnego Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej oraz do Naczelnego Sądu Lekarskiego. Takie samo prawo ma lekarz, na którego się skarżymy. Po wyczerpaniu wewnętrznej procedury zawsze można podjąć przewidzianą prawem drogą zgodną z obowiązującym prawem w naszym państwie, czyli poprzez prokuraturę i sądy powszechne. **(sp)**

POKONAĆ GUZA MÓZGU I WRÓCIĆ DO ŻYCIA SPRZED CHOROBY

Nazywam się Szymon Stankiewicz, mam 16 lat. W czerwcu bardzo dużo się zmieniło ponieważ wykryto u mnie złośliwego guza mózgu. Jestem po operacji, chemioterapii i naświetlaniach.

Od 7 roku życia grałem w piłkę nożną, a oprócz tego moją pasją jest muzyka i w przyszłości chciałbym się nią zajmować. Przez wiele lat byłem harcerzem. Interesuję się też lotnictwem i Drugą Wojną Światową, szczególnie Bitwą o Anglię.

Żebym mógł realizować wszystkie swoje plany muszę wyzdrowieć, a do tego potrzebne mi są środki finansowe, które będę mógł przeznaczyć na leczenie.

Pomóc Szymonowi można dokonując wpłaty na konto:

Fundacja Pomocy Dzieciom i Osobom Chorym Kawałek Nieba

Santander Bank

31 1090 2835 0000 0001 2173 1374
Tytułem: 3151 pomoc dla Szymona Stankiewicza

wpłaty zagraniczne –
foreign payments to help Szymon:

Fundacja Pomocy Dzieciom
i Osobom Chorym Kawalek Nieba

PL31109028350000000121731374
swift code: WBKPPLPP

Santander Bank

Title: 3151 Help for Szymon Stankiewicz

Aby przekazać 1% podatku dla Szymona:

należy w formularzu PIT wpisać: KRS 0000382243

oraz w rubryce „Informacje uzupełniające -cel szczegółowy 1%"
wpisać: 3151 pomoc dla Szymona Stankiewicza

BIURO TURYSTYCZNE
BELFEREK
www.belferek.pl

KRAKÓW AL. SŁOWACKIEGO 52
pn-pt 11-17
TEL. 575 550 302
TEL. 12 634 23 17

WCZASY NAD MORZEM BAŁTYCKIM

NIECHORZE K. REWALA 2022

01.06-12.06 1449zł 11.07-22.07 1599zł
11.06-22.06 1499zł 21.07-30.07 1399zł
21.06-02.07 1599zł 29.07-09.08 1599zł
23.06-04.07 1799zł 08.08-19.08 1599zł
ALL INCLUSIVE ALL INCLUSIVE 18.08-29.08 1599zł
01.07-12.07 1599zł 28.08-08.09 1499zł

W cenie:
Transport: Kraków-Katowice-Niechorze
Zakwaterowanie: pokoje 2-osobowe, z łazienkami, balkonami, TV, ręcznikami, czajnikami
Wyżywienie: 3 razy dziennie serwowane
(23.06-04.07 w formie bufetu ALL INCLUSIVE)
Zabawa integracyjna przy ognisku
Cena za 1 osobę w pokoju 2-osobowym

CZWARTEK 21.04

TVP1

5.20 Przysięga (622) **6.10** Zranione ptaki (22) **7.00** Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze **7.30** Dobre historie: Rodziny 3 plus **8.00** Wiadomości **8.10** Pogoda poranna **8.15** Kwadrans polityczny **8.35** Ranczo 6 (70): Seks nocy letniej **9.35** Komisarz Alex 14 (176): W amoku – serial kryminalny TVP; reż.: Mariusz Palej; wyk.: Krystian Wieczorek, Magdalena Walach, Piotr Bondyra, Beata Fido, Zbigniew Lesień, Anna Krotoska, Paweł Audykowski, Karolina Gibki, Klementyna Umer **10.30** Ojciec Mateusz 20 (261): Tajemnica chemika – serial kryminalny TVP; reż.: Wojciech Nowak; wyk.: Artur Żmijewski, Kinga Preis, Aleksandra Górska, Katarzyna Burakowska, Piotr Polk, Michał Piela, Edyta Olszówka **11.20** Kasta: Ratownik **11.45** Podaj rękę Ukrainie (25) **12.00** Wiadomości **12.10** Agrobiznes **12.35** Agropogoda **12.40** To się opłaca **13.00** Natura w Jedynce: Łąka – raj utracony **14.00** Zranione ptaki (23) **14.50** Epitafia katyńskie: Józef Szewczyk **15.00** Wiadomości **15.10** Pogoda **15.15** Alarm! **15.35** Gra słów. Krzyżówka (573) **16.00** Przysięga (623) **16.50** Podaj rękę Ukrainie (26) **17.00** Teleexpress **17.15** Jaka to melodia? (4848) **17.55** Klan (3983) **18.20** Kasta: Fatalne zauroczenie **18.55** Jeden z dziesięciu (8/130) **19.20** Sport **19.30** Wiadomości **20.05** Pogoda **20.10** Alarm! **20.30** Leśniczówka (518) **21.00** Na sygnale (371): Zabójcza głupota **21.35** Sprawa dla reportera **22.35** Magazyn śledczy Anity Gargas (232) **23.15** Magazyn kryminalny 997 (dozwolone od lat 16) **0.10** Magazyn Ekspresu Reporterów **1.10** Tanie Dranie: Moroz i Kłopotowski komentują świat **1.55** Glina (4/25) (dozwolone od lat 16) **2.50** Ocaleni – reality show (dozwolone od lat 16) **3.45** Sprawa dla reportera **4.30** Magazyn śledczy Anity Gargas (232) **5.00** Zakończenie dnia

TVP2

5.35 Echo serca 2 (33) **6.20** Smaki świata: Po iberyjsku (29) **6.55** Familiada (2693) **7.55** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.25** Magazyn Ekumeniczny **12.00** Dla niesłyszących: Barwy szczęścia (2617) **12.40** Koło fortuny (1084) **13.25** Serial fabularny **14.00** Va Banque (422) **14.35** Na sygnale (155): Prawdziwa matka **15.10** Doktor Jan z Deekelsen (61): Policja na gościnnych występach **16.00** Koło fortuny (1291) **16.35** Familiada (2694) **17.15** Miłość i przeznaczenie (96) **18.00** Panorama **18.20** Va Banque (423) **18.45** Serial fabularny **19.25** Barwy szczęścia (2617) **20.10** Barwy szczęścia (2618) **20.40** Kulisy serialu Ojciec Mateusz (20) **20.55** Ojciec Mateusz 27 (350) **21.50** Przepis dnia 4 (11) **21.55** Tajemnice rodu Valentów (22): Polowanie **23.05** W kręgu podejrzeń (5/6) **0.05 Zrodzony w ogniu – dramat, Wielka Brytania/USA (2013); reż.: Scott Cooper; wyk.: Christian Bale, Casey Affleck, Woody Harrelson (dozwolone od lat 16) 2.10 Pustynne piekło – film akcji, USA (2013); reż.: Evelyn Purcell; wyk.: Stephen Dorff, Maisie Williams, Svetlana Metkina, Peter Stormare (dozwolone od lat 16) 3.55** Gomorra (8) (dozwolone od lat 18) **4.50** Rodzinka.pl **5.20** Zakończenie dnia

TV POLONIA

6.00 Polonia 24 **6.30** Korona królów (392) **7.00** Studio Lwów **7.15** World News Flash **7.30** Pytanie na śniadanie **10.40** Panorama **10.50** Pytanie na śniadanie **11.15** Co na obiad: Duszone żołądki gęsie **11.30** Barwy szczęścia (2536) **12.00** Wiadomości **12.15** Dom nad rozlewiskiem (3/13) **13.05** Dom nad rozlewiskiem (4/13) **14.00** Oprawcy z Katynia (2) **15.00** Wiadomości **15.15** World News Flash **15.25** Wojciech Cejrowski – boso przez świat (121) **15.55** Bajki naszych rodziców **16.10** Pomysłowy Dobromir (6/20) **16.30** Remiza. Zawsze w akcji! (26) **17.00** Teleexpress **17.20** Stacja Innowacja **17.40** Mój czas: Włodek Pawlik **17.50** Gra słów. Krzyżówka **18.20** Barwy szczęścia (2536) **18.50** Wilnoteka **19.05** W obiektywie Polonii: **19.20** Studio Lwów (wydanie specjalne) **19.30** Wiadomości **20.05** Sport **20.10** Ekstradycja I (5/6) (dozwolone od lat 16) **21.05** Ekstradycja I (6/6) (dozwolone od lat 16) **22.05** Polonia 24 **22.35** Oprawcy z Katynia (2) **23.30** Remiza. Zawsze w akcji! (26) **0.00** World News **0.35** Gra słów. Krzyżówka **1.10** W obiektywie Polonii: Wschód **1.30** Powtórki programów

TELEWIZJA KRAKÓW

6.00 Poradnik zakupowy **6.15** Express regionów **6.20** Pogoda **6.30** Agrobiznes **6.45** Agropogoda **6.48** Rok w ogrodzie extra **7.00** Agrorozmowa **7.10** Całkiem niezła historia **7.30** Ukraina: wojna – uchodźcy – pomoc **7.45** Express regionów **8.01** Kwartet **8.30** Kronika dnia **8.43** Pogoda **8.45** Spichlerz smaków **8.59** Śladami eskulapa z TVP Historia **09.30** Kronika dnia **09.40** Pogoda **09.45** Tematy dnia **10.05** Przygody pana Michała (11/13): Bułat i szabla **10.35** Masz prawo **10.55** Działka na balkonie **11.15** Na tropie przypraw. Pikantnie i słodko **11.45** Wiosna na RODOS **12.15** Gwiazdy od Szafy **12.30** Poradnik zakupowy **12.45** Express regionów **12.55** Agrobiznes extra **13.10** Agropogoda **13.25** Szlak przydrożnych kapliczek **13.40** Dzikie pszczoły (78) **14.30** Kronika dnia **14.42** Pogoda **14.45** Express regionów **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Dla niesłyszących: Dobre historie **16.00** Krótko o kulturze **16.15** Rozmowy bardzo kulturalne **16.30** Kronika dnia **16.42** Pogoda **16.45** Express regionów **16.50** Pogoda **17.00** Pogoda **17.04** Czym gmina bogata... **17.20** Turystyczna jazda **17.30** Głos regionów **18.00** Pogoda **18.03** Pod Tatrami **18.13** Czas pogodnej jesieni **18.30** Kronika **18.52** Kronika sportowa **18.56** Pogoda **18.59** Tematy dnia **19.14** Kronika kulturalna **19.25** Odkryj regiony **19.39** Prosto z lasu **19.58** Pogoda **20.01** Kryptonim „MUZEUM": Szlak Armii Krajowej (9) **20.20** Przysięga (27) **21.10** Info Wilno **21.30** Kronika **21.44** Pogoda **21.46** Kronika sportowa **21.50** Studio Lotto **22.00** Dla niesłyszących: Dziennik regionów **22.15** Pogoda **22.18** Kryminalna Siódemka **22.30** Projekt policja **23.00** Echa dnia **23.25** Ocaleni – reality show (dozwolone od lat 16) **0.20** Kasta **0.45** Promyk nadziei (15) **1.45** Głos regionów **2.20** Więzień miłości (172) **3.10** Ocaleni – reality show (dozwolone od lat 16)

POLSAT

6.00 Nowy dzień **9.40** Malanowski i partnerzy (722, 723) – serial fabularno-dokumentalny **10.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **11.40** Gliniarze – serial paradokumentalny **12.50** Wydarzenia **13.25** Interwencja – magazyn reporterów **13.40** Trudne sprawy – serial paradokumentalny **14.40** Dlaczego ja? – serial paradokumentalny **15.50** Wydarzenia, sport, pogoda **16.15** Interwencja – magazyn reporterów **16.30** Na ratunek 112 – serial paradokumentalny **17.00** Gliniarze – serial paradokumentalny **18.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **18.50** Wydarzenia **19.25** Gość „Wydarzeń" **19.45** Sport, pogoda **20.05** Nasz nowy dom – reality show **21.05** Przyjaciółki – serial obyczajowy **22.10 Terminal – komedia romantyczna USA (2004) 1.00 Skandalista Larry Flynt – film biograficzny USA/Kanada (1996) 3.50** Świat według Kiepskich – serial komediowy

TVN

6.05 Ukryta prawda – serial paradokumentalny **6.55** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **7.00** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **8.00** Dzień Dobry TVN **11.40** Doradca smaku – magazyn kulinarny **11.50** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **12.50** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **13.00** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **14.05** Ukryta prawda (1193, 988) – serial paradokumentalny **16.10** Kuchenne rewolucje – program rozrywkowy **17.15** Wszystkiego słodkiego – magazyn kulinarny **17.20** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **18.25** Bunt! – serial obyczajowy **19.00** Fakty, sport, pogoda **19.55** Uwaga! **20.10** Doradca smaku – magazyn kulinarny **20.15** Na Wspólnej – serial obyczajowy **20.55** Milionerzy – teleturniej **21.35** Kuchenne rewolucje **22.40 Testosteron – komedia Polska (2007) 1.00 Boże Ciało – dramat obyczajowy Polska (2019) 3.30** Uwaga! **3.50** NOC Magii

TVN 7

5.00 Szpital – serial paradokumentalny **5.55** Hotel Paradise 5 – reality show **6.50** Papiery na szczęście – serial obyczajowy **7.20** Brzydula 2 (271) – serial obyczajowy **7.50** Ukryta prawda (969, 865, 866) – serial paradokumentalny **10.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **11.55** Szpital – serial paradokumentalny **12.55** Zagadki losu – serial paradokumentalny **13.55** Sąd rodzinny – serial fabularno-dokumentalny **14.55** Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fabularno-dokumentalny **15.55** Ukryta prawda – serial paradokumentalny **16.55** Tajemnice miłości – serial paradokumentalny **17.55** 19+ – serial paradokumentalny **18.25** Opowieści małżeńskie – serial paradokumentalny **19.30** Papiery na szczęście – serial obyczajowy **20.00** Brzydula 2 (272) – serial obyczajowy **20.35** Hotel Paradise 5 – reality show **21.40 Sąsiedzi – komedia USA (2014) 23.40 To skomplikowane – komedia USA (2009) 2.20** NOC Magii

TV 4

6.00 Straznik Teksasu 3 (39, 40) **8.00** Nasz nowy dom **9.00** Pierwsza miłość – serial obyczajowy **9.50** Kochane pieniądze – serial paradokumentalny **10.50** Septagon (18, 19) – serial kryminalny Polska **12.55** Sędzia Judy (219, 220) – reality show **13.55** STOP Drogówka – magazyn policyjny **16.00** Policjantki i policjanci (888) – serial obyczajowy **17.00** Hawaje 5.0 (5, 6) – serial kryminalny **19.00** Policjantki i policjanci (889) – serial obyczajowy **20.00** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial kryminalny **21.00 Naga broń – komedia kryminalna USA (1988) 22.55** Śmierć na 1000 sposobów (14) – serial dokumentaln **23.25 Eksperyment Belko – horror USA (2016) 1.05** Anatomia głupoty według Richard Hammonda (21, 22) **2.05** Ucho Prezesa **2.25** Disco polo Life **3.25** Top 10

PULS

6.00 Kobra**7.00** Nash Bridges **8.00** Prawdziwe motywy **9.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (227, 228) **11.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 **12.00** Zaklinaczka duchów 2 **13.00** Rodzinny interes 6 (265) **14.00** Lombard. Życie pod zastaw 5 (230) **15.00** Prawdziwe motywy (12, 13) **17.00** Rodzinny interes 6 (268) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw 10 (516, 517) **20.00 Szpieg, który mnie rzucił – komedia sensacyjna USA/Kanda (2018) 22.10 Bodyguard Zawodowiec – komedia sensacyjna Kanada/Francja/Wielka Brytania/USA/Hongkong/Holandia (2017) 0.25 Pan i pani Kiler – komdia sensacyjna USA (2010) 2.25** Zobacz to!

Serdeczne życzenia spokojnych Świąt Wielkiej Nocy, smacznego święconego jajka i mokrego dyngusa

składają

kierownictwo
Anna i Kazimierz Lassakowie

oraz członkowie
Zespołów Góralskich
„Hamernik" i „Mali Hamernicy"

RIM Prokocim
działający od ponad 30 lat

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

e-mail: zarzadca@prokocim.pl

ZAPRASZA WSPÓLNOTY
Mieszkaniowe do współpracy w zarządzaniu nieruchomościami

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

GARMAŻERIA
OS. KAZIMIERZOWSKIE 22
(BAR MLECZNY obok LUDWIKA)
TEL. 606 205 558 lub 12 648 15 10

Garmażeria Piastowska

zapraszamy do korzystania i zamawiania pysznych wyrobów garmażeryjnych STAŁYCH I NOWYCH KLIENTÓW

ODBIÓR I ZAMAWIANIE W BARZE LUB W SKLEPACH

ASORTYMENT POTRAW GOTOWYCH WYROBÓW GARMAŻERYJNYCH

PIEROGI RUSKIE
PIEROGI Z MIĘSEM
PIEROGI Z SEREM
PIEROGI Z KAPUSTĄ KISZONĄ I MIĘSEM
PIEROGI Z KAPUSTĄ BIAŁĄ I PIECZARKAMI
PIEROGI Z KAPUSTĄ KISZONĄ I GRZYBAMI
PIEROGI Z JAGODAMI
PIEROGI Z TRUSKAWKAMI
PIEROGI LENIWE

KLUSKI ŚLĄSKIE
KOPYTKA
NALEŚNIKI Z SEREM

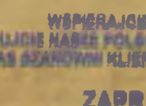
USZKA Z GRZYBAMI (PODGRZYBEK)
USZKA Z MIĘSEM

GOŁĄBKI Z RYŻEM I MIĘSEM
PLACKI ZIEMNIACZANE

KROKIETY Z KAPUSTĄ KISZONĄ I GRZYBAMI (PODGRZYBEK)
KROKIETY Z JAJKIEM

ŚLEDŹ PO JAPOŃSKU

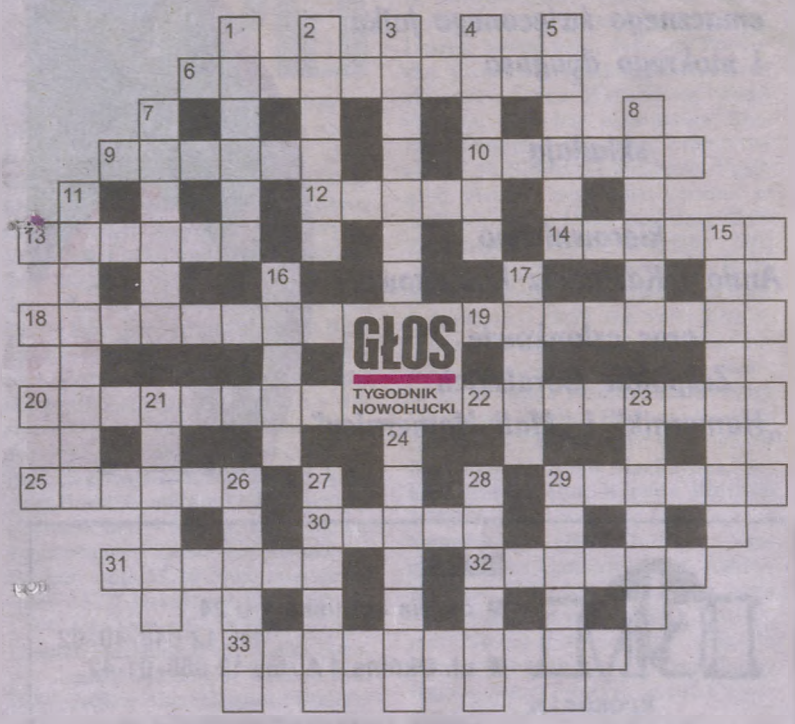
SAŁATKA ŚLEDZIOWA
SAŁATKA JARZYNOWA
SAŁATKA PIECZARKOWA



CIASTA I TORTY

ZAPRASZAMY W GODZ. 10 - 18

KRZYŻÓWKA 15



POZIOMO: 6. mocne uprzedzenie do kobiet, 9. miasto nad Łabą, 10. buty, 12. narzędzie stolarskie, 13. jeden z polskich noblistów, 14. potocznie o pistolecie, 18. reżyser *Rosemary Baby*, 19. rozcieńczony roztwór żywicy, 20. miasto koło Tarnobrzegu z elektrownią i Uniwersałem Kościuszki, 22. naczynie lub zbiornik do gromadzenia, 25. zjazd między tyczkami, 29. model volkswagena, 30. odkrywca dynamitu, 31. elementy dziecięcej układanki, 32. polowanie z nagonką, 33. podburzanie, judzenie.

PIONOWO: 1. strumień światła, 2.służy do impregnacji drewna, 3. wieża meczetu, 4. indiańska łódka, 5. popęd do działania, 7. nudzi i marudzi, 8. mieszanina czerwieni i błękitu, 11. młody pęd roślinny, jednoroczna gałązka, 15. uroczyste otwarcie wystawy dzieł sztuki, 16. ośmiu muzyków, 17. największa grecka wyspa z archipelagu Sporadów, 21. wyrazy zachwytu, 23. odwaga, waleczność, 24. osoba decydująca o czymś, rozstrzygająca coś, 26. hetman Ukrainy z XVII wieku, 27. dzieło Wergiliusza, 28. komunał, 29. faza Księżyca.

Rozwiązanie krzyżówki nr 13:

POZIOMO: 6. geriatria, 8. debiut, 9. Olkusz, 12. termit, 13. prolog, 14. kilim, 15. haftka, 17. pracuś, 19. deficyt, 20. recital, 23. stiuki, 25. talent, 27. twist, 28. szlaka, 30. sytość, 31. odnoga, 32. niecka, 33. siatkówka.

PIONOWO: 1. relikt, 2. Wiktoria, 3. stronnik, 4. biskup, 6. wermut, 7. istota, 10. dekadentyzm, 11. popularność, 16. kacyk, 18. racja, 21. akwanauta, 22. Kisyniów, 24. Uganda, 26. lateks, 29. anonim, 30. szelki.

WIELKANOCNE PALEMKI I PODRÓŻ

NOWOHUCKA KRONIKA FILMOWA

707. wydanie Nowohuckiej Kroniki Filmowej rozpocznie felieton z wydarzenia, jakie miało miejsce w Klubie „Dukat" Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta. Z okazji zbliżających się Świąt Wielkiej Nocy zorganizowane zostały warsztaty, podczas których dzieci i młodzież uczyły się wykonywać palmy wielkanocne z różnych materiałów, źdźbeł traw, kwiatków i łodyżek. Całość przyozdabiana była kolorowymi kokardkami oraz kwiatami z bibułki. Razem z dziećmi na warsztaty przybyli również ich rodzice. Była bardzo miła atmosfera, rozmawiano na temat zbliżających się Świąt, zwyczajów wielkanocnych, sposobów nakrywania świątecznych stołów oraz tradycji kulinarnych. Warsztaty prowadziła Magdalena Rutkowska-Oliwa z Klubu „Dukat".

W kolejnym felietonie Kroniki zobaczymy relację z wernisażu wystawy „Podróż" wybitnej malarki Ewy Brachel. Wydarzenie miało miejsce w Galerii Huta Sztuki Ośrodka Kultury im. C.K. Norwida.

Ewa Brachel w swoich barwnych dziełach zabrała nas w podróż do Kraju Kwitnącej Wiśni . Obrazy artystki to nie tylko współczesne budynki Japonii, ale także pełne energii krajobrazy. To, co autorka pokazała w tej serii, jest czymś całkowicie innym niż to, co tworzyła w czasach, gdy była stypendystką Huty im. Lenina. Z ciemnych barw przeszła do palety barw żywych, a z fascynacji przemysłem do fascynacji światem, jako harmonią. W Kronice Ewa Brachel opowie o swojej pracy artystycznej, o czasach kiedy była stypendystką Huty im. Lenina, a także o podróży do Japonii, która zaowocowała, tak niezwykłą wystawą. **(kr)**

MATEMATYKA

Tel. 507 869 805

Komendant krakowskiej jednostki Straży Miejskiej Jerzy Mądrzyk oraz komendant Oddziału III Nowa Huta Andrzej Dadał składają życzenia pełnych nadziei i pokoju Świąt Zmartwychwstania Pańskiego

Spokojnych, pogodnych i rodzinnych Świąt Wielkanocnych mieszkańcom Nowej Huty życzą nowohuccy policjanci

Wesołych Świąt

SERWIS OPON „KRAWAL"

Wszystkim naszym Klientom oraz Czytelnikom „Głosu" składamy życzenia pełnych zdrowia i pogody ducha Świąt Wielkiej Nocy

Kraków-Nowa Huta, ul. Cienista 3 (róg Kocmyrzowskiej), czynne 8⁰⁰–18⁰⁰, sob. 8⁰⁰–14⁰⁰ e-mail: capala@driver-polska.pl Tel./fax 425-70-08, 608-034-643, www.driver-polska.pl

Wszystkim Klientom radosnych Świąt Wielkiej Nocy życzą Barbara i Agata Machowskie wraz z załogą Sklepu „Nasza Baśka"

Wszystkim naszym Wspólnotom Mieszkaniowym, współpracownikom oraz mieszkańcom Krakowa życzymy zdrowych, spokojnych i pełnych nadziei

Świąt Wielkanocnych

ADREM

Zarząd i pracownicy PP-U „ADREM" S.A.

Głos Młodej Huty

15.04.2022 e-mail: gmh@o2.pl Nr 13 (800)

Fala dobra ku Ukrainie mknie

Szkoła Podstawowa nr 98 z dużym zaangażowaniem włączyła się w akcję pomagania Ukrainie. Pisaliśmy już o projekcie OTUCHA DLA UKRAINY. Dziś rozmowa o tym, jak to jest być „po jasnej stronie mocy" z Damianem Majem, nauczycielem w SP 98, opiekunem samorządu szkolnego i dobrym duchem wolontariatu.

24 lutego wybuchła wojna w Ukrainie, prawie natychmiast jako szkoła przystąpiliście do akcji pomocy. Jakie były jej początki?

Damian Maj: Zielone światło dała Dyrekcja SP 98 i to ona zwróciła się do rodziców z informacją o akcji pomocowej w szkole i prośbą o wsparcie. My jako samorząd odpowiedzieliśmy na to natychmiast, uruchomiliśmy naszych wolontariuszy i zaczęliśmy działać. Najpierw określiliśmy kategorie najpotrzebniejszych rzeczy: długoterminowa żywność, ciepłe ubrania – głównie kurtki dla oczekujących godzinami na granicy uchodźców. Początkowo chcieliśmy wesprzeć Polski Czerwony Krzyż, ale bardzo szybko udało nam się nawiązać kontakt z Ukrainką – panią Olgą Smyrgałą – koleżanką z pracy mojej żony (obie panie pracują w aptece). Pani Olga od lat mieszka w Polsce wraz z rodziną, ale pochodzi z okolic Lwowa z miejscowości Sokal. Działa tam prężnie fundacja w ramach ukraińskiego Caritasu, która wie najlepiej co jest potrzebne na bieżąco. Taka pomoc celowana, wysyłana wprost do miejsca, gdzie są potrzeby, ma największy sens. Uchodźcy w Polsce, to tylko część uciekinierów, bardzo wielu Ukraińców ze wschodu trafia do zachodniej części kraju i tam zostaje, próbując przeczekać, licząc na szybki koniec wojny i możliwość powrotu do domu. Tacy wewnętrzni uchodźcy trafili także do miejscowości Sokal i to właśnie im postanowiliśmy pomóc.

Czy możemy się dowiedzieć czegoś więcej o samej miejscowości, której pomagacie?

DM: Sokal, to bardzo mała miejscowość, którą najczęściej omijały duże transporty z pomocą, a potrzeby były ogromne. Organizacja, z którą nawiązaliśmy współpracę, pomoc przekazuje częściowo do miejscowego szpitala, opatrunki i leki przeciwbólowe są dostarczane także do jednostki wojskowej, z kolei ubrania i żywność trafiają bezpośrednio do ludności, która przybyła ze wschodu. Oni na miejscu wiedzą najlepiej, co jest komu niezbędne. Potrzeby są ogromne, oni jako jedyni nie marudzą – biorą wszystko, i ubrania i jedzenie i środki czystości – bo przy takiej ilości ludzi przybywających praktycznie bez niczego – przyda się wszystko. Trzeba pamiętać, że choć Sokal i okolice nie poniosły na szczęście bezpośrednich strat, np. w wyniku bombardowania, to ze względu na wojnę dostawy jedzenia i innych potrzebnych do życia produktów są praktycznie odcięte.

Ile razy byliście już z pomocą?

DM: Z pomocą jechaliśmy już 2 razy – 2 i 18 marca. To daleka droga – przejście w Dołhobyczowie jest oddalone od Krakowa o ok. 400 kilometrów. Początkowo nie mieliśmy funduszy na paliwo, ale dzięki wsparciu nauczycieli i rodziców udało nam się opłacić koszty podróży. Dla przykładu rodzice naszego ucznia, Państwo Sylwia i Przemysław Ciszewscy, współwłaściciele stacji paliw BP przy ul. Kocmyrzowskiej, zaproponowali, że nam zatankują do pełna samochód, który pojedzie z darami. Dzięki takiemu zaangażowaniu darczyńców, zostało jeszcze trochę pieniędzy na kolejny wyjazd. Za pierwszym razem byliśmy na przejściu około godziny 5 rano. Jechaliśmy na 2 wypełnione po dach samochody osobowe. Ruchu praktycznie nie było, czekały tylko autobusy gotowe do zabrania uchodźców w głąb Polski oraz ludzie z różnych organizacji gotowi zaopiekować się zmarzniętymi przybyszami – poczęstować ich zupą, herbatą, dać coś ciepłego do ubrania. Przy pierwszym wyjeździe bardzo pomogły nam dzieci Pani Olgi Smyrgały – Klaudia i Jan, ich wsparcie w tłumaczeniu na język ukraiński było nieodzowne. Za drugim razem była z nami sama Pani Olga. Wtedy pojechaliśmy wypakowanym po sam dach samochodem transportowym Peugeot Expert udostępnionym nam za darmo przez firmę BNS24 Mobile, której właścicielem jest Piotr Wypchał, mąż nauczycielki z naszej szkoły Małgorzaty Obrzut-Wypchał, która dołączyła do nas na drugim wyjeździe.

Nie baliście się? W końcu jechaliście do państwa w stanie wojny.

DM: Nie zastanawialiśmy się nad tym, sytuacja była już tak dojrzała, że strach staje się wtedy rzeczą drugorzędną, najważniejsze jest działanie.

Czy przekraczaliście granice Polski z Ukrainą?

DM: Tak, dary przekazywaliśmy fundacji po ukraińskiej stronie szlabanu – na parkingu przejścia granicznego Dołhobyczów. Jak byliśmy po raz pierwszy po drugiej stronie z Justyną Szwedo (także nauczycielką w SP98), dopiero po powrocie na polską stronę z pełną siłą dotarła do nas refleksja, że przed chwilą byliśmy W PAŃSTWIE OGARNIĘTYM WOJNĄ. Ale jak działasz, nie myślisz, chęć pomocy jest silniejsza.

Pomoc dostarczona. Jakie były reakcje z drugiej strony? Wspominana już Małgosia Obrzut opowiadała o ogromnym wzruszeniu osób, którym przekazywała dary.

DM: Tak, ze strony Ukraińców odczuwaliśmy ogromną wdzięczność. Nie tylko za wsparcie materialne, dary, ale także za to, że dajemy im poczucie, że ktoś o nich myśli, ktoś ich wspiera, bo przedłużająca się wojna zdecydowanie źle działa na psychikę. Coraz bardziej się boją, że krwawe sceny ze wschodu dotrą i do nich. Jednak nie załamują się! Przez te krótkie chwile naszych spotkań, widać było jak wzajemnie się wspierają i ciężko pracują, by pomagać swoim rodakom. Tak więc wdzięczność za to wszystko jest naprawdę ogromna, równie wielka jest nadzieja na zwycięstwo. Dostaliśmy już nawet zaproszenie na Ukrainę po zakończeniu wojny – jedna z wolontariuszek obiecała ubić świnię!

Co chciałbyś powiedzieć o ludziach angażujących się w pomoc z naszej – polskiej strony?

DM: W naszym przypadku w akcję pomocy dla Ukrainy angażowali się zarówno uczniowie, ich rodzice, nasi harcerze jak i nauczyciele. Po wybuchu wojny wielu z nas doznało przypływu adrenaliny, chcieliśmy działać. Jak widać – bezgraniczne zło, może obudzić bezgraniczne dobro, a potencjał wśród ludzi jest ogromny – sami się zgłaszali, wpadali na różne pomysły, nikogo nie trzeba było zachęcać. Prócz przekazywania darów, pomagali w ich segregowaniu, załadunku, a nawet praniu.

Praniu?

DM: Tak, zdarzały się mniej przyjemne sytuacje, gdy przekazywane rzeczy były brudne lub w złym stanie. Pamiętajmy, że np. kurtki rozdawane są ludziom, którzy nie mają nic – pralka to luksus – nie będą w stanie ubrań uprać. Rzeczy muszą być czyste. Pomagajmy, ale z głową.

Wiem, że chwilowo zawiesiliście akcję, ale planujecie do niej wrócić. Powiedz co jest najbardziej potrzebne w tej chwili?

DM: Tak, na razie dajemy czas naszym darczyńcom na odpoczynek, ale za jakieś 2-3 tygodnie powtórzymy zbiórkę. Nawet w sytuacji zakończenia wojny, na co wszyscy liczymy, pomoc nadal będzie potrzebna. Do najważniejszych artykułów należą leki przeciwbólowe i przeciwgorączkowe, środki opatrunkowe, strzykawki jednorazowe oraz żywność. Słodycze dla dzieci, to także ważna rzecz, choć wiem, że dla wielu wydają się one nieistotne. Musimy jednak pamiętać, że słodycze, to nie tylko przyjemność, ale także źródło szybkiej energii dla dzieci, które dużo gorzej znoszą trudy wędrówki.

Bardzo dziękuję za tę niezwykle cenną lekcję dobra. Miejmy nadzieję, że JASNA STRONA MOCY już wkrótce pokona MROK.

Z Damianem Majem rozmawiała Agnieszka Różańska
Fot. Damian Maj oraz wolontariusze

GŁOS CZYŻYN

Magazyn Informacyjny Rady Dzielnicy XIV | Nr 1/2022 (156) | 15 kwietnia 2022 r.

POMOC DLA UCIEKAJĄCYCH PRZED WOJNĄ W UKRAINIE

Nigdy bym nie przypuszczała, że będę się zwracać do Państwa z prośbą o pomoc dla osób uciekających przed wojną z Ukrainy. Byłam przekonana ,że już dzisiaj takie wydarzenia nie powinny się wydarzyć. Do naszego miasta i dzielnicy przybyły osoby, które zostały zmuszone do opuszczenia swoich domów niejednokrotnie tylko z jednym plecakiem.

Nie tylko w siedzibie naszej rady dzielnicy został zorganizowany punkt odbioru darów, ale prawie wszystkie dzielnicowe placówki oświatowe i parafie wspaniale potrafiły się zorganizować.

Wielu mieszkańców Czyżyn udostępniło schronienie dla uciekających przed wojną w swoich domach.

Szczególne słowa podziękowania pragnę przekazać szefowej Centrum Aktywności Seniora przy XXX Liceum Ogólnokształcącym w os. Dywizjonu 303 Pani **Ani Pietras** za dostarczone dary rzeczowe oraz za zorganizowanie dla potrzebujących paczek żywnościowych z Banku Żywności.

Bardzo dziękuję mieszkańcom i członkom Rady Dzielnicy XIV Czyżyny za dostarczone dary dla osób z Ukrainy. *Wszystkie dary zostały przewiezione do punktu pomocy zorganizowanego na terenie byłego Centrum Handlowego „Plaza" – stanowisko Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej.*

Anna Moksa

Otwarcie Klubu Ligi Obrony Kraju w XXX Liceum Ogólnokształcącym

Po dwóch latach remontu, w dniu 18 lutego 2022 roku w XXX Liceum Ogólnokształcącym w os. Dywizjonu 303 nr 66 uroczyście otwarto Klub Ligi Obrony Kraju. Oddanie do użytku pomieszczeń sportowych LOK pozwoli na wznowienie i funkcjonowanie miejsca do ćwiczeń i edukacji strzeleckiej zgodnie z aktualnymi wymogami prawnymi.

W uroczystym otwarciu udział wzięli czołowi działacze LOK szczebla centralnego i lokalnego :

Płk. Jerzy Salamucha – Prezes Zarządu Głównego LOK, płk. Marek Stasiak – Dyrektor Biura Zarządu Małopolskiego LOK, Józef Placha – Honorowy prezes Zarządu Małopolskiego Związku Strzelectwa Sportowego, Marian Ożoga i Krzysztof Solarski prezes Klubu Strzeleckiego LOK HTS.

Radę Miasta Krakowa reprezentował Radny Sławomir Pietrzyk. Swoją obecnością zebranych zaszczyciła była dyrektor tej placówki oświatowej Pani Maria Dobrowolska wraz ze swoim mężem, który był inicjatorem utworzenia strzelnicy w XXX LO. Czternastą dzielnicę reprezentowali członkowie rady: Regina Zadęcka, Paweł Dobrowolski, Jolanta Szatko-Nowak i Anna Moksa.

Uroczyste otwarcie poprowadził Janusz Gąsiorek – Prezes Miejskiego Zarządu LOK, a zarazem nauczyciel XXX LO. Dyrektor XXX LO Ewa Dziekan-Feliksiak otrzymała puchar, ryngraf, Złotą Odznakę za wybitne Zasługi dla LOK oraz replikę Dzwonu Zygmunta.

Uczestnicząc w uroczystości miałam wielką przyjemność osobiście podziękować i wyrazić pełne uznanie dla dyr. Ewy Dziekan-Feliksiak za podjęte działania w uzyskaniu sali do ćwiczeń w strzelaniu, aby można było realizować edukację dzieci i młodzieży zgodną z patriotycznym wychowaniem.

Anna Moksa
Fot. autorka

Rada i Zarząd Dzielnicy XIV Czyżyny os. Dywizjonu 303 nr 34, tel. 12 647-61-64, e-mail: rada@dzielnica14.krakow.pl, www.dzielnica14.krakow.pl. Zarząd: przewodnicząca – Anna Moksa, zastępca przewodniczącej – Regina Zadęcka, członkowie zarządu: Bogdan Krupa, Grzegorz Mączka i Bożena Stanek. Godziny otwarcia biura: poniedziałek i wtorek: 9–17,środa, czwartek 8–12, piątek 8–12. Redakcja kolumny – Rada Dzielnicy XIV Czyżyny.

MISTRZEJOWICE
Informator Rady i Zarządu Dzielnicy XV
15 kwietnia 2022

Z okazji zbliżających się

Świąt Wielkanocnych

najserdeczniejsze życzenia

pogody w sercu,

radości płynącej z faktu

Zmartwychwstania Pańskiego,

dużo zdrowia,

i smacznego jajka

składają

wszystkim mieszkańcom

Rada i Zarząd

Dzielnicy XV Mistrzejowice

RADA I ZARZĄD DZIELNICY MISTRZEJOWICE: Przewodniczący: **Marek Hohenauer**, zastępca przewodniczącego: **Konrad Maciejowski**, członkowie zarządu: **Krzysztof Bąk, Maciej Cieślik, Anna Trzoniec.** Biuro Rady Dzielnicy: ul. Miśnieńska 58 (osiedle Tysiąclecia), tel. 12 648-96-18, przyjmowanie mieszkańców: poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek w godz. 11.00–15.30 oraz środa od 12.00 do 16.00. Dyżur członków Zarządu: Przewodniczący – druga środa miesiąca w godz. 16.00–17.00, zastępca Przewodniczącego – trzecia środa miesiąca w godz. 15.00–16.00, Krzysztof Bąk – ostatni czwartek miesiąca w godz. 17.00–18.00, Maciej Cieślik – ostatni wtorek miesiąca w godz. 17.00–18.00, Anna Trzoniec – pierwszy wtorek miesiąca w godz. 14.30–15.30. **Oficjalna strona internetowa:** www.dzielnica15.krakow.pl, **e-mail:** rada@dzielnica15.krakow.pl. **Dyżur Policji:** pierwszy czwartek miesiąca w godz. 15.00–16.00.

Magazyn Bieńczycki

Nr 3 (253) Rok XXIII | Kolumna informacyjna Rady Dzielnicy XVI | 15 kwietnia 2022 r.

Zające za datki na rzecz Hospicjum

Uczniowie Zespołu Szkół Gastronomicznych nr 1 na różne sposoby angażują się w akcje charytatywne. Jedną z nich była kwesta na rzecz Hospicjum św. Łazarza. W zamian za datki pieniężne na rzecz chorych, można było otrzymać własnoręcznie wykonane przez młodzież ozdoby świąteczne. Akcja cieszyła się dużą popularnością wśród samych uczniów, jak również rodziców odwiedzających szkołę w czasie wywiadówek. Wspólnie z uczniami do wsparcia bieńczyckiego hospicjum zachęcał przewodniczący Rady Dzielnicy XVI Zygmunt Binczycki.

Wspólne sprzątanie Dłubni

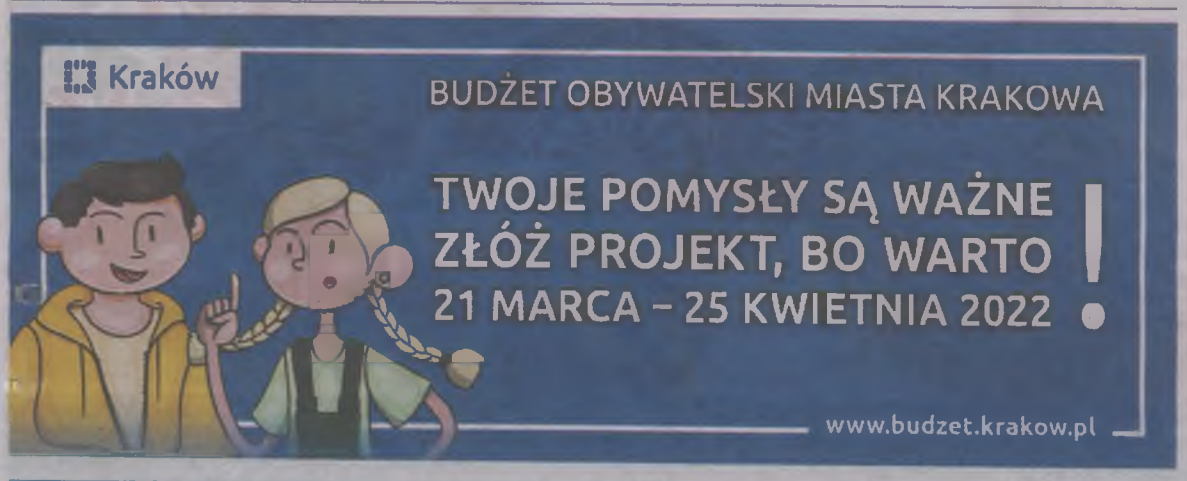
W niedzielę, 10 kwietnia, mieszkańcy i radni wspólnie sprzątali Dłubnię i jej okolice.

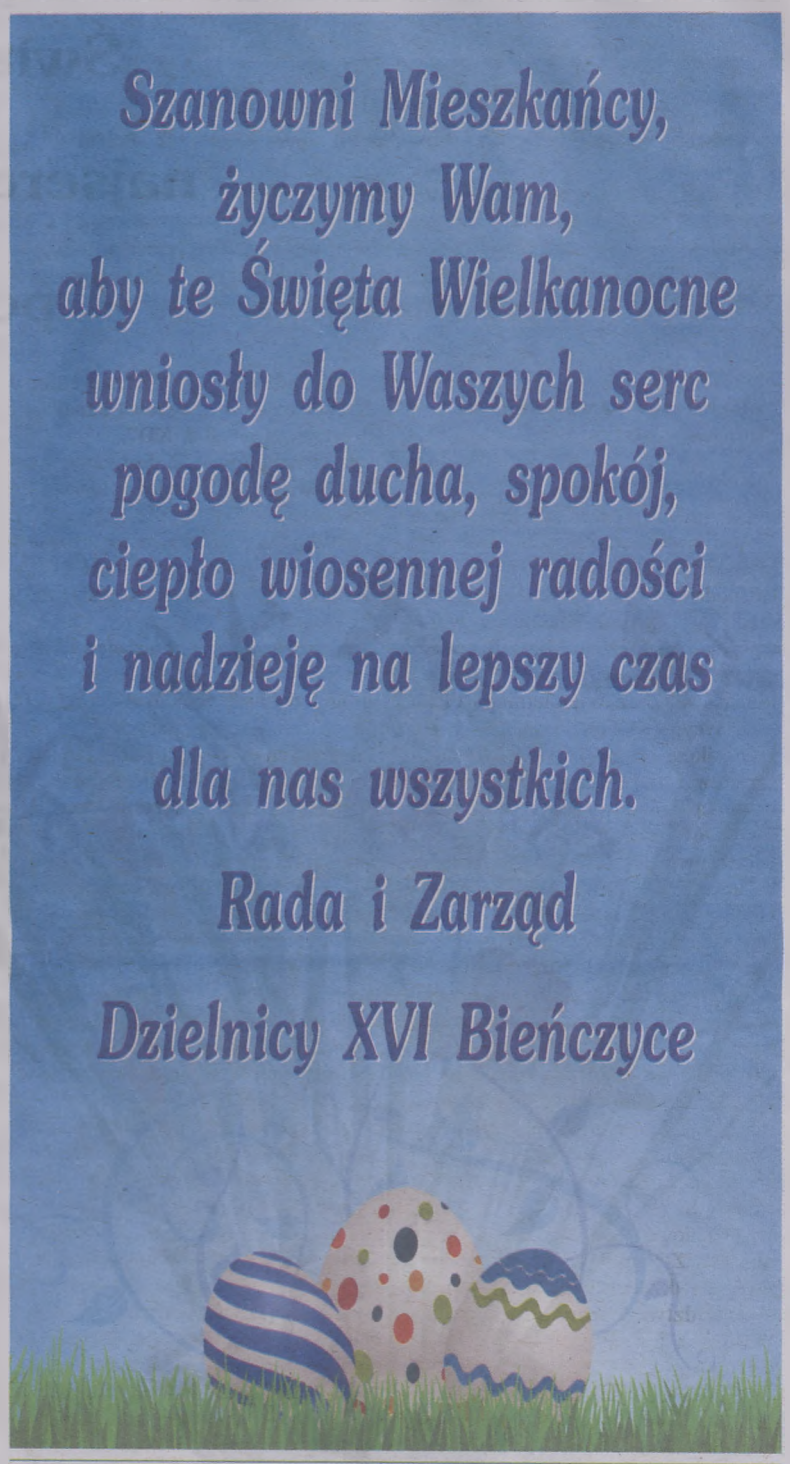
Zorganizowana przez Fundację EcoTravel dziewiąta już Akcja Sprzątania Czysta Dłubnia zgromadziła kilkadziesiąt osób chcących żyć w czystym mieście.

Tym razem, oprócz sprzątania rzeki w okolicach Zalewu Nowohuckiego, porządkowano również teren przy stawie na ul. Kaczeńcowej.

Pracy było sporo, a do najciekawszych znalezionych przedmiotów należały liczniki wody, gaśnica czy kubek policyjny.

Fot. Zygmunt Bińczycki





Święta na słodko

Rada Dzielnicy XVI dba o seniorów. W ramach współpracy z kilkoma organizacjami zajmującymi się osobami starszymi na terenie Bieńczyc, sfinansowała i przekazała na ich rzecz świąteczne mazurki. Wypieki przygotowali uczniowie Zespołu Szkół Gastronomicznych nr 1 z os. Złotej Jesieni. **Fot. Jolanta Sibila**

Rada Dzielnicy XVI BIEŃCZYCE: os. Kalinowe 4, 31-812 Kraków, tel.: 12 641 4567, fax: 12 641 4567, e-mail: rada@dzielnica16.krakow.pl. Przewodniczący Rady i Zarządu: Zygmunt Bińczycki. Zastępca Przewodniczącego Rady i Zarządu: Robert Adamek. Członkowie Zarządu: Urszula Aksamit, Stanisława Jung-Konstanty, Łukasz Wabik.

Wzgórza Krzesławickie

Nr 4/2022 (267) Magazyn Informacyjny Rady Dzielnicy XVII 15 kwietnia 2022 r.

RADNI UCHWALILI

W obecnej, VIII kadencji, odbyło się 40 posiedzeń Rady i Zarządu Dzielnicy XVII Wzgórza Krzesławickie. Zachęcamy do zapoznania się z podjętymi podczas kolejnych sesji uchwałami. Jednocześnie informujemy, że w kolejnych numerach Magazynu informacyjnego Rady Dzielnicy XVII na łamach „Głosu TN" publikować będziemy sukcesywnie wszystkie podejmowane uchwały.

Na XXXIII sesji (dokończenie z poprzedniego numeru):

★★★

Radni wnioskowali do Prezydenta Miasta Krakowa, Zarządu Inwestycji Miejskich w Krakowie, Klimat Energia Gospodarka Wodna w Krakowie i Zarządu Dróg Miasta Krakowa o wprowadzenie do Budżetu Miasta Krakowa na rok 2022 i Wieloletniej Prognozy Finansowej oraz Wieloletniego Planu Inwestycyjnego zadania pn. **„Budowa zbiorników retencyjnych, odwodnień terenów i rozbudowa dróg wraz z budową odwodnienia w osiedlach Grębałów, Lubocza, Łuczanowice, Kantorowice, Wadów, Węgrzynowice i Zesławice w Krakowie"** w ramach którego zostaną zrealizowane następujące zadania inwestycyjne:

- Rozbudowa ul. Kocmyrzowskiej od Bukszpanowej w Krakowie do osiedla Prusy w Gminie Kocmyrzów Luborzyca
- Budowa zbiornika retencyjnego **nr „015 ZR" przy ul. Kocmyrzowskiej, na działce będącej własnością Województwa Małopolskiego** nr 473/88 obręb 3 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego **nr „016 ZR" przy ul. Kocmyrzowskiej, na działce będącej własnością Województwa Małopolskiego** nr 257/1 obręb 4 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego **przy ul. Kocmyrzowskiej, na działce będącej własnością Województwa Małopolskiego** nr 298/4 obręb 4 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego **nr „017 ZR" przy ul. Folwarcznej, na działce będącej własnością Gminy Miejskiej Kraków** nr 320/2 obręb 11 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego nr **„001 ZR"** przy ul. Burzowej, na działce nr 162 obręb 12 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego nr **„018 ZR"** przy ul. Stefczyka, na działce nr 95 obręb 13 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego nr **„020 ZR"** przy ul. Zakole, na działce nr 98 obręb 4 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Budowa zbiornika retencyjnego nr **„025 ZR"** przy ul. Blokowej, na działce nr 1 i 2 obręb 12 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Rozbudowa ul. Luborzyckiej w Krakowie wraz z budową kanalizacji deszczowej nr **„031 KD"**.
- Rozbudowa ul. Folwarcznej w Krakowie wraz z budową kanalizacji deszczowej nr **„031 KD"**.
- Budowa zbiornika retencyjnego przy ul. Niewielkiej, na działce nr 196/3 obręb 12 jed. ewid. Nowa Huta w Krakowie.
- Rozbudowa ul. Łuczanowickiej w Krakowie wraz z budową odwodnienia drogi i zlokalizowaniem zbiorników retencyjnych ograniczających spływ wód opadowych do osiedla Lubocza z rejonu zlewni w rejonie ulic Sybiraków / ogródki działkowe przy ul. Pruskiej / Łuczanowicka w Krakowie.
- Rozbudowa ul. Gustawa Morcinka od ul. Ku Raciborowicom/Jeziorany do mostu na rzece Baranówka w Krakowie wraz z kompleksową rewitalizacją rowów przydrożnych.
- Rozbudowa ul. Gustawa Morcinka od ul. Kantorowickiej do mostu na rzece Baranówka w Krakowie wraz z kompleksową rewitalizacją rowów przydrożnych.
- Budowa systemu odprowadzania wód opadowych w osiedlu Łuczanowice / Wadów skierowanych do Strugi Rusieckiej z rejonu ulic Soczyny/ Zaradna / Braci Polskich / Kalwińska / Orłowskiego/Irzykowskiego/Pankiewicza odcinek południowy/Figlewicza/ Godebskiego / Morstina / Uziębły / Lasowisko / Wittiga / Skoczylasa / Jasełkowa/ Jaskrowa w Krakowie.
- Budowa systemu odprowadzania wód opadowych w osiedlu Łuczanowice skierowanych do Potoku Kościelnickiego z rejonu ulic Pankiewicza odcinek północny / przepust pod ulicą Glinik / Glinik od ul. Bystronia w kierunku osiedla Dojazdów w gminie Kocmyrzów Luborzyca.
- Rewitalizacja systemu odprowadzania wód opadowych w osiedlu Wadów/Węgrzynowice skierowanych do rowów melioracyjnych w rejonie ulicy Wadowskiej/ przepust pod ulicą Wadowską dz. 239 obr. 16 NH, a następnie rowami melioracyjnymi w kierunku ul. Spławy
- Rewitalizacja systemu odprowadzania wód opadowych w osiedlu Wadów/Węgrzynowice skierowanych do początku rowu melioracyjnego zlokalizowanego na dz. nr 49 obr. 18 NH a odprowadzającego wody w kierunku ul. Spławy w Krakowie.

(ciąg dalszy w następnym numerze Magazynu Informacyjnego Rady Dzielncy XVII)

Za kilka dni przy Wielkanocnym stole zbiorą się najbliżsi, aby złożyć sobie życzenia. Z pewnością będzie ich wiele. Przyjmijcie Państwo również nasze.

Niech obfitość łask Zmartwychwstałego Chrystusa towarzyszy Wam w każdym dniu i we wszystkich poczynaniach. Niech to będą łaski najbardziej upragnione.

Rada i Zarząd Dzielnicy XVII Wzgórza Krzesławickie

RADA I ZARZĄD DZIELNICY XVII, os. Na Stoku 15. **Tel. 12 645 30 09**, tel./faks 12 645 14 17. **Przewodniczący** – Andrzej Dziedzic, zastępca przewodniczącego – Leszek Zaleński, **członkowie Zarządu** – Wiesław Czyż, Wiesław Wojnarski, Jerzy Wójcik.

Dyżury członków Zarządu w związku z sytuacją epidemiologiczną zostały zawieszone. Dyżury pełni jedynie przewodniczący Andrzej Dziedzic – w każdy poniedziałek, w godz. od 14.00 do 15.00 (po wcześniejszym uzgodnieniu terminu spotkania w sekretariacie Biura Rady Dzielnicy XVII).

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy Mieszkańcom i Przyjaciołom Nowej Huty, aby ten wyjątkowy czas był pełen wiary, nadziei i miłości, a spotkania w gronie najbliższych upływały w miłym, wiosennym nastroju

Życzą Radni Rady Dzielnicy XVIII Nowa Huta

DZIELNICA XVIII
NOWA HUTA

Niech najbliższe święta
Wielkiej Nocy
będą pełne zdrowia,
ciepła i nadziei
i przyniosą Państwu
spokój ducha i wiarę
w lepsze jutro

mpec
kraków

SMART Nowa Huta Przyszłości

Panel fotowoltaiczny, akumulator, ładowarka indukcyjna i 2 ładowarki USB – tak będą wyglądać... ławki w Strefie Aktywności Gospodarczej „Nowa Huta Przyszłości" („SAG"), która jest realizowana przy ul. Igołomskiej. W sumie w obydwu podstrefach SAG użytkownicy będą mogli korzystać z 4 takich punktów. W południowej części strefy znajdzie się kolejnych 5 ławek wyposażonych w gniazda USB. To jedno z wielu rozwiązań typu SMART, które już niedługo będzie można znaleźć na terenie projektu „Kraków – Nowa Huta Przyszłości".

Wiemy już jak będą wyglądać ławki solarne, które trafią do Strefy Aktywności Gospodarczej „Nowa Huta Przyszłości". Będzie to flagowy produkt krakowskiej firmy SEEDiA o nazwie City Classic. Nowa Huta będzie drugim po Kurdwanowie rejonem Krakowa, w którym spotkamy takie rozwiązanie. Z ławek solarnych można już korzystać w parku kieszonkowym przy ulicy Witosa. Swoją wersję takiego urządzenia prezentuje na terenach uczelni również krakowska Akademia Górniczo-Hutnicza.

– Przy każdym elemencie projektu „Kraków – Nowa Huta Przyszłości" – mówi Artur Paszko, Prezes Zarządu Kraków Nowa Huta Przyszłości S.A. – staramy się kłaść nacisk między innymi właśnie na nurt Smart City, czyli inteligentnego miasta. Warto jednak podkreślić, że rozwiązanie to nie oznacza jedynie nowinek technologicznych, a całościowe działania w celu ułatwienia użytkowania. Taką rolę będą pełnić właśnie ławki solarne. Dzięki wyposażeniu ich w gniazda USB, będzie można przy pomocy tych urządzeń naładować swój telefon lub tablet. Co równie ważne, energia będzie pochodzić ze źródła, które jest przyjazne środowisku.

Warto przypomnieć, że to nie jedyne rozwiązanie typu SMART, które pojawi się w Strefie Aktywności Gospodarczej. Użytkownicy SAG będą też mieli dostęp m.in. do sieci Wi-Fi oraz stacji ładowania pojazdów elektrycznych.

Podobszar Igołomska Pn.

Ideę Smart City realizuje też inwestycja Kraków Nowa Huta Przyszłości S.A. w Przylasku Rusieckim. W ramach przeprowadzonej w ubiegłym roku przebudowy terenu rekreacyjnego wraz z plażą przy zbiorniku wodnym nr 1, przygotowane zostały m.in. specjalne kosze na śmieci. Są one wyposażone w czujniki informujące o ich zapełnieniu. Oświetlenie zrealizowane wokół akwenu dostosowuje się do natężenia ruchu i jest przygaszane, gdy w okolicy nie ma spacerowiczów. Odwiedzający to miejsce znajdą tu też 3 ławki z ładowarkami USB, stację ładowania pojazdów elektrycznych, sieć Wi-Fi oraz inteligentny monitoring. Ochronę przed kradzieżą wyposażenia kąpieliska zapewnia specjalny (niewidoczny) elektroniczny płot bazujący na systemie pętli indukcyjnych.

Wszystkie te, a także szereg innych rozwiązań, pojawią się też w przygotowywanym Parku Edukacyjnym „Branice". W opracowanej koncepcji zaproponowano także utworzenie specjalnej aplikacji, która mogłaby służyć jako interaktywny przewodnik po krakowskim skansenie. Rozwiązania

Ławka City – **mat. Seedia**

typu SMART pojawiły się również w koncepcji Centrum Wielkoskalowych Plenerowych Wydarzeń Kulturalnych „Błonia 2.0". Przewidziano w niej między innymi lampy solarne, system inteligentnego sterowania, czujniki smogu, ławki solarne, optymalne wykorzystanie światła dziennego w obiektach kubaturowych oraz szereg innych udogodnień.

Jednak inteligentne rozwiązania Smart City to zaledwie jeden z elementów intensywnych działań inwestycyjnych prowadzonych w obrębie projektu „Kraków – Nowa Huta Przyszłości". Aktualnie na ukończeniu są prace związane z powstaniem wspomnianej wcześniej Strefy Aktywności Gospodarczej w okolicy ul. Igołomskiej. SAG obejmie 40 w pełni przygotowanych parceli inwestycyjnych o różnym areale. Dzięki inwestycji, która uzyskała dofinansowanie z Funduszy Europejskich w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020 (ok. 60 mln zł przy całkowitej wartości projektu przekraczającej 92 mln zł), ponad 30 ha nieużytkowanych i zaniedbanych terenów zostanie przywrócone miastu. Będą skomunikowane z ulicą Igołomską siecią dróg wewnętrznych oraz zaopatrzone w niezbędne media, takie jak woda, prąd i kanalizacja. Na terenie całej SAG zaplanowano także zielone strefy wytchnienia, ze ścieżkami spacerowymi, zielenią urządzoną i małą architekturą.

Prowadzone prace inwestycyjne zbliżają się do końca. Pierwsze oferty kierowane do przedsiębiorców, obejmujące dzierżawę lub zakup poszczególnych nieruchomości, publikowane będą w II połowie tego roku. Co ważne, jednym z podstawowych założeń powstania SAG jest „osiedlenie" się na jej obszarze przedsiębiorców należących do grupy mikro-, małych – i średnich. Gorąco liczymy, że wśród nich będzie wielu przedsiębiorczych krakowian, szczególnie tych z Nowej Huty.

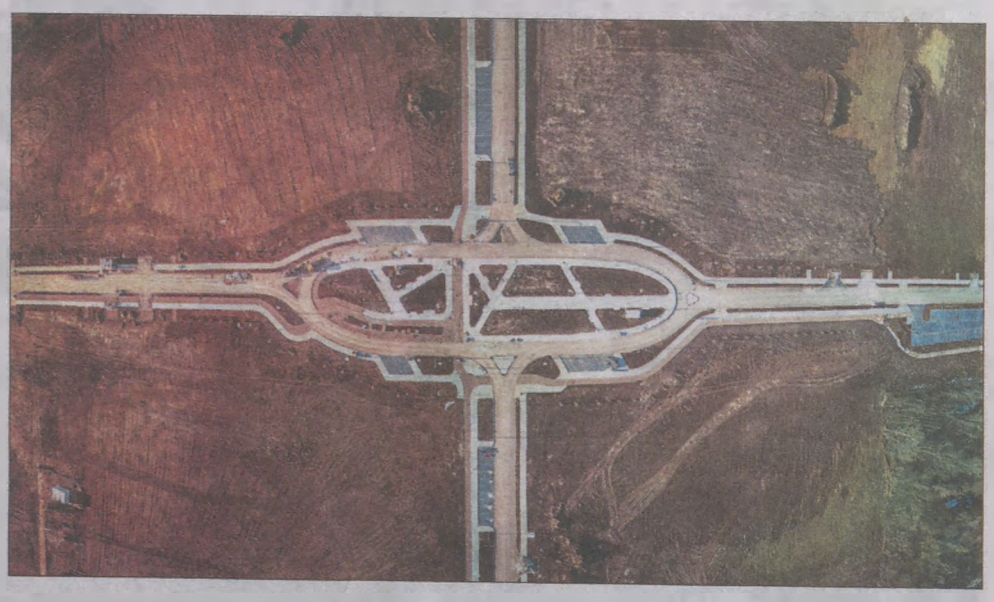
Fot. T. Rollauer

Do druku przygotował (mp)

Podobszar Igołomska Pd.

Podobszar Igołomska Pn.

Podobszar Igołomska Pn.



Podobszar Igołomska Pn.

nhp

Życzymy radosnych Świąt Wielkanocnych,
wypełnionych nadzieją budzącej się do życia wiosny.
Pogody w sercu i radości płynącej
ze Zmartwychwstania Pańskiego.

Artur Paszko
Prezes Zarządu

Krzysztof Kuczmański
Wiceprezes Zarządu

Kraków Nowa Huta Przyszłości S.A.
ze Współpracownikami

Zdrowych i spokojnych
Świąt Wielkiej Nocy
Szanownym Klientom
oraz
wszystkim Mieszkańcom
dzielnic nowohuckich
życzą
Rada Nadzorcza,
Zarząd i pracownicy
Społem PSS Nowa Huta

Kupcom i Klientom
z Bieńczyckiego Placu Targowego
zdrowych i radosnych
Świąt Wielkanocnych
życzą
Zarząd i Pracownicy
spółki
Powszechna
Agencja Handlowa

INWESTYCJE ZARZĄDU INFRASTRUKTURY SPORTOWEJ

NOWA HALA DLA BRANIC

W ostatnich latach w Krakowie sukcesywnie rozbudowywana jest baza obiektów sportowych. Przybywa nie tylko nowych basenów i wielofunkcyjnych boisk o bezpiecznej nawierzchni. Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie realizuje również miejskie inwestycje w obiekty przeznaczone do sportów halowych – w tym przyszkolne i klubowe. Coraz więcej krakowskich placówek edukacyjnych, a także klubów sportowych może pochwalić się nowoczesnymi halami i salami sportowymi. W zapomnienie odchodzą ciasne i wyeksploatowane salki gimnastyczne, a w ich miejsce pojawiają się nowoczesne budynki, dające szerokie możliwości pod kątem różnorodnych zajęć i treningów. Tego typu obiekty powstają także w Nowej Hucie.

Po niemal 7 latach od otwarcia boiska wielofunkcyjnego (3 października 2015 roku) społeczność Szkoły Podstawowej nr 74 (ul. Branicka 26) zyskała kolejny powód do świętowania. Pod nadzorem Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie wybudowana została bowiem hala sportowa, która sprawia, że placówka posiada obecnie komfortowe warunki do pielęgnowania sportowych pasji wśród najmłodszych mieszkańców tej części Krakowa.

Prace związane z budową hali rozpoczęły się pod koniec 2020 roku. W ciągu niespełna półtora roku powstał częściowo dwukondygnacyjny budynek, o wymiarach 45,75 m x 20,95 m, ze zgodnym z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego dachem stromym wielospadowym.

W ramach inwestycji powstała sala gimnastyczna z zapleczem i z łącznikiem prowadzącym do budynku szkoły. Przeprowadzono także zmiany w układzie komunikacji kołowej na terenie działki – przebudowę zjazdu, budowę drogi pożarowej, miejsc parkingowych oraz budowę chodników i związanych z nimi obiektów małej architektury – ławek, koszy na śmieci, stojaki na rowery itp. Obiekt przystosowany jest dla osób niepełnosprawnych.

W obiekcie znajduje się sala gier (m.in. do gry w koszykówkę i piłkę ręczną), sala fitness, zaplecze szatniowo-sanitarne, pomieszczenia dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz różnego rodzaju pomieszczenia techniczne.

Koszt budowy hali to ponad 8,5 mln zł.

Biorąc pod uwagę halę sportową, boisko wielofunkcyjne, ale też sąsiadujące ze szkołą boisko piłkarskie LKS Złomex Branice, gdzie ZIS w ostatnim czasie wykonał oświetlenie, a wcześniej zadbał m.in. o budynki szatniowe, śmiało można powiedzieć, że lokalna

społeczność ma gdzie dbać o formę fizyczną. Branice to kolejne miejsce w Krakowie, które choć odległe od centrum miasta, rozwija się i pięknieje, także w wymiarze nowoczesnej infrastruktury sportowej.

Kolejna kryta pływalnia w Nowej Hucie

We wtorek, 5 kwietnia 2022 roku podpisano i wmurowano akt erekcyjny pod nowo powstającą krytą pływalnię, która jest budowana pod nadzorem Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie przy Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 144 na os. Bohaterów Września 13. To kolejny obiekt tego typu w ramach prowadzonego przez ZIS programu „Wpływamy na zdrowie", realizowanego z myślą o dzieciach, młodzieży i wszystkich mieszkańcach Krakowa.

Akt erekcyjny podpisali: Prezydent Miasta Krakowa Jacek Majchrowski, Dyrektor Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie Krzysztof Kowal, Przewodniczący Rady i Zarządu Dzielnicy XV Mistrzejowice Marek Hohenauer, Dyrektor Szkoły Podstawowej z *Oddziałami Integracyjnymi nr 144* Stanisław Piech i Prezes Zarządu Texom Sp. z.o.o. Krystian Woś – reprezentujący wykonawcę inwestycji.

Od lat Gmina Miejska Kraków konsekwentnie rozbudowuje infrastrukturę sportową. Jednym z elementów strategii Miasta jest budowa krytych basenów. Celem jest, aby mieszkańcy każdej dzielnicy Krakowa mieli swobodny dostęp w bliskiej odległości do pływalni. W ciągu ostatnich kilkunastu lat w Krakowie wybudowanych zostało 10 nowych krytych basenów oraz gruntownie wyremontowano pływalnię przy Zespole Szkół Ogólnokształcących Mistrzostwa Sportowego im. Mikołaja Kopernika (ul. Grochowska 20). Obecnie w realizacji jest basen przy Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 144 (os. Bohaterów Września 13). W najbliższych latach planowane jest powstanie 6 kolejnych obiektów tego typu: krytej pływalni przy filii Szkoły Podstawowej nr 129 (os. Na Stoku 34), basenu krytego przy Zespole Szkół Gastronomicznych nr 1 (os. Złotej Jesieni 16), basenu olimpijskiego (50 m) przy Zespole Szkół Łączności (ul. Monte Cassino), zespołu basenów w Całorocznym Centrum Sportów Zimowych (rejon ulic Lipskiej i Myśliwskiej), krytej pływalni w Borku Fałęckim wraz z kąpieliskiem zewnętrznym (ul. Żywiecka Boczna) oraz kompleksu sportowego z krytym basenem i zmodernizowanym kąpieliskiem zewnętrznym na terenie KS Clepardia (ul. Mackiewicza).

Kryta pływalnia przy Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 144 (os. Bohaterów Września 13)

Budynek pływalni został zaprojektowany jako piętrowy, niepodpiwniczony. Układ komunikacyjny obiektu uwzględnia dostęp z dwóch stron: poprzez hol główny dla użytkowników komercyjnych (od ul. Bitwy nad Bzurą) oraz poprzez łącznik dla uczniów szkoły. Z racji tego, że użytkownikami basenu będą przede wszystkim uczniowie szkoły, główny zespół szatni zostanie zlokalizowany na tym samym poziomie co przewiązka łącząca piwnicę szkoły z zaprojektowanym budynkiem.

Obiekt pływalni będzie składał się z następujących zasadniczych części funkcjonalnych:

Parter: hol wejściowy, szatnia odzieży wierzchniej, pomieszczenie sanitarne personelu wraz z pomieszczeniem socjalnym, zespół pomieszczeń technicznych podbasenia, rozdzielnia prądu, stacje filtrów, zbiorników przelewowych, pomp, wentylatornia, wymiennikownia.

Poziom parteru dostępny będzie bezpośrednio z zewnątrz, z terenu parkingu. Przestrzeń podzielona będzie na dwie strefy: wejściową dla grup komercyjnych, stanowiącą hol wejściowy z

Podpisanie aktu erekcyjnego. Fot. Mateusz Chwajoł ZIS

komunikacją pionową (klatka schodowa, winda) wraz z przylegającą do niej szatnią oraz części technicznej gdzie zlokalizowana będzie m.in. technologia basenowa.

Piętro: główny hol wraz z funkcjami strefy wejściowej (kasy, toalety ogólnodostępne, pomieszczenia obsługi), kawiarnia z zapleczem, blok szatniowo-sanitarny hali basenu, hala basenu, strefa spa (sauna), pomieszczenia ratowników.

Główny hol zlokalizowany na piętrze będzie podzielony na część ogólnodostępną, w skład której wejdą kawiarnia z zapleczem oraz toalety ogólnodostępne i na część płatną (zlokalizowaną równolegle do ul. Bitwy nad Bzurą). Dostęp do głównego holu zapewni komunikacja pionowa części komercyjnej oraz łącznik prowadzący do szkoły. Wejście dla dzieci szkolnych poprowadzi bezpośrednio ze szkoły z poziomu piwnicy do strefy płatnej na piętrze basenu. Łącznik został zaprojektowany tak, aby nie występowały przeszkody dla osób z niepełnosprawnościami. Dostęp od strony placu wejściowego do piwnicy szkoły umożliwi pochylnia zewnętrzna, natomiast wewnątrz szkoły znajdzie się winda obsługująca poszczególne poziomy. Częścią wspólną dla wszystkich użytkowników basenu będzie przestrzeń płatna znajdująca się pomiędzy bramkami kasy a drzwiami do łącznika prowadzącego do szkoły. W tej części holu znajdzie się miejsce na suszarki oraz szafki na obuwie zamienne, skąd będzie bezpośredni dostęp do bloków szatniowo-sanitarnych basenu oraz do strefy z pomieszczeniami ratowników. W tym segmencie, oprócz kasy, zaprojektowano również zaplecze gospodarcze dla pracowników.

Przebieralnie zaprojektowano w klasycznym układzie z podziałem na część damską i męską. Każdy zespół szatniowy zawiera po 2 kabiny indywidualne do przebierania, w tym jedną przystosowaną do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Łączna ilość szafek w zespole wynosi ok. 30, w równym podziale na szatnie damską i męską. Szatnie mogą być użytkowane przez grupy zorganizowane, np. klasy szkolne, jak i przez użytkowników indywidualnych. Zespół wyposażony jest w sanitariaty z umywalkami dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami oraz natryski otwarte. Zaprojektowano po 5 natrysków damskich i męskich (w tym po jednym dostosowanym do potrzeb osób z niepełnosprawnościami).

Hala basenu sportowego wyposażona będzie w sześciotorową nieckę 25 m x 16 m, o głębokości 180 cm, z dnem podnoszonym na szerokości 3 torów oraz wannę jacuzzi.

Pomieszczenie trenerów zostanie zlokalizowane od strony wejściowej, z wglądem na całość basenu. Symetrycznie względem wejścia zlokalizowane będzie pomieszczenie na sprzęt basenowy. Obok znajdzie się wejście do strefy sauny z zapleczem.

Hala basenowa będzie doświetlona światłem dziennym poprzez przeszklenia zlokalizowane wzdłuż basenu oraz poprzez przeszklenie wokół jacuzzi, od strony południowej basenu. Na piętrze zaprojektowano również wentylatornię dostępną z klatki schodowej.

Planowany koszt inwestycji wynosi 21 839 597,00 zł.

Cracovia Maraton wraca do Nowej Huty

24 kwietnia 2022 roku ulicami Krakowa pobiegnie 19. Cracovia Maraton. Po raz kolejny rywalizacja odbędzie się na jednej pętli, a maratończycy zawitają też do Nowej Huty. Jak ma to miejsce nieprzerwanie od 2014 roku, start i meta jednego z największych tego typu wydarzeń w Polsce, zaliczanego do Korony Maratonów Polskich, usytuowane będą w samym sercu Krakowa – na Rynku Głównym. Zgodnie z hasłem imprezy: „z historią w tle", uczestnicy maratonu przebiegną obok wielu wspaniałych zabytków stolicy Małopolski.

W zasięgu wzroku maratończyków znajdą się jednak nie tylko najważniejsze krakowskie zabytki – jak Wawel, Sukiennice czy historyczne budowle sakralne, ale także nowoczesne, charakterystyczne dla naszego miasta obiekty – jak TAURON Arena Kraków czy Centrum Kongresowe ICE Kraków.

W Nowej Hucie uczestnicy imprezy po raz pierwszy pojawili się podczas czwartej odsłony Cracovia Maraton (w 2005 roku), a w 2018 roku powrócili tam po 5 latach przerwy. W trakcie pokonywania trasy 19. Cracovia Maraton zawodnicy przebiegną m.in. przez najbardziej rozpoznawalne miejsce w tej dzielnicy – Plac Centralny im. Ronalda Reagana.

Na królewskim dystansie 42 km i 195 m rywalizować będą także sportowcy z niepełnosprawnościami ścigający się na wózkach typu: hand bike, rim push i active wheelchair. Ze względów bezpieczeństwa, na trasę wyruszą 20 min przed biegaczami.

★★★

Więcej informacji o miejskich inwestycjach oraz wydarzeniach biegowych znajdą Państwo na stronie internetowej www.zis.krakow.pl.

Opracowanie strony (MP)

Cracovia Maraton. Fot. Szymon Gruchalski, archiwum ZIS

INFORMATOR HANDLOWO-USŁUGOWY

SŁUŻBY MIEJSKIE I LOKALNE

Pogotowie Ratunkowe 999 **(także N. Huta).**

Toksykologia 12 411 99-99.

Straż Pożarna 998, 12 646-01-10.

Policja 997.

Policja Nowa Huta: os. Zgody (VIII KP) 12 61-52-910, os. Złotej Jesieni 11 C (VII KP) 12 61-52-911, 12 615-33-19.

Straż Miejska 986.

Pogotowie gazowe 992.

Pogotowie dźwigowe 12 644-23-08.

Pogotowie c.o. 12 644-38-46.

Wodociągi 12 648-28-61.

Pogotowie ADREM (elektr., c.o., wod.-kan.-gaz) 12 644-19-69, 12 643-27-43. **ADREM awarie poza budynkiem** 12 644-12-10.

Pogotowie elektryczne dla os. Oświecenia 12 647-05-65 w dni powszednie i 12 647-15-87 w dni świąteczne.

Całodobowy telefon zaufania dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin 12 411-60-44.

MEDYCYNA I ZDROWIE

▼ **GABINET KARDIOLOGICZNY.** Lek. med. Krzysztof Ideć, os. Hutnicze 10/3. Rejestracja: 12 357-36-12.

▼ **KOMPLEKSOWE LECZENIE STOMATOLOGICZNE**: leczenie kanałowe, protetyka, implanty. Kraków, os. Słoneczne 11, lokal U 1.

Tel. 12 644 89 01, kom. 664 395 417. Pon.–pt. 9.00–19.00. www.bjb.net.pl.

▼ **PRACOWNIA USG – LEK. MED. B. STĘPIEŃ** – os. Handlowe 8, tel. 12 644-78-26 lub 696-047-450: badania jamy brzusznej, tarczycy. Czynna: poniedziałek 12.00–16.00 oraz środa i piątek 9.00–12.00.

▼ **NAPRAWA PROTEZ ZĘBOWYCH**. Wzmacnianie metalem. Tel. 608-205-981.

USŁUGI RÓŻNE

▼ **TELEWIZOR ANTENY**.

Tel. 12-640-00-42, 609 586 881.

▼ **USŁUGI SZKLARSKIE, oprawa obrazów,** os. Jagiellońskie 19, Pawilon Handlowo-Usługowy koło kościoła ARKA (wejście z tyłu).

Tel. 12 647-86-50, 504-552-197.

▼ **PRZECHOWALNIA ROWERÓW** (z możliwością przeglądu) **i OPON** (całoroczna). Plac targowy PIAST, paw. 3.

Tel. 647-13-88, kom. 0502-730-087.

▼ **SALON FRYZJERSKI** „Dorota" (damski, męski, dzieci).

Pl. Targowy „Piast", paw. 26, 27.

Tel. 506-529-863.

▼ **ZAKŁAD PIECZĄTKARSKO-GRAWERSKI, Adam Sroka,** przeniesiony z os. Niepodległości do Borzęcina 797 A.

Aktualny tel. 14 68-46-756, e-mail: zaklad@odznaki.pl.

▼ **ROWERY** – sprzedaż, części, akcesoria, serwis, naprawy, komis, malowanie ram. FHU „Elmar", plac targowy PIAST, paw. 3.

Tel. 647-13-88, kom. 502-73-00-87.

▼ **ANTEN MONTAŻ**, naprawa telewizorów wszystkich typów u klienta.

Tel. 12 640-00-41, 609-586-881.

POŚREDNICTWA NIERUCHOMOŚCI

▼ **ARKADOM – NAJSKUTECZNIEJSZE BIURO NIERUCHOMOŚCI**. Stowarzyszeni w MSPON, 3 licencje państwowe. Os. Jagiellońskie 19, koło kościoła Arka.

Tel. 12 641-66-74; www.arkadom.pl.

BIURA KSIĘGOWO-PODATKOWE

▼ **FUNDACJA WIĘCEJ SERCA.** Usługi księgowe – pełny zakres – ceny do uzgodnienia. Os. Złotej Jesieni 15 B, lok. 2. Tel. 503-602-661.

BIURA TURYSTYCZNE

▼ **BIURO TURYSTYCZNE Cerro Torre Szkoła Górska,** al. Pokoju 82, 501 568 948, www.szkolagorska-cerrotorre.pl.

Wyjazdy polskie i zagraniczne, górskie wyprawy, pilotaż i przewodnictwo wycieczek, obozy i kursy wspinaczkowe, szkolenia, kursy pierwszej pomocy. Oferta dla grup, szkół, firm, klientów indywidualnych.

USŁUGI MOTORYZACYJNE

▼ **FIRMA AUTOKOMPUTER, Janina Walasek, ul. Makuszyńskiego 9B.**

Tel. 12 644-18-80, 12 684-19-00 (01, 02), pon.–pt. 8.00–18.00. Badania techniczne pojazdów do 3,5 ton (przeglądy rejestracyjne): okresowe, zasilanych gazem, rejestrowanych po raz pierwszy za granicą, powypadkowych. Komputerowy system pomiaru i kontroli układów jezdnych samochodów osobowych i busów oraz ich regulacja. Komputerowy pomiar sprawności amortyzatorów.

www.stacja-autokomputer.pl. E-mail: autokomputer@op.pl.

▼ **AUTOMYJNIA I STUDIO DETAILINGU „SPLASZ". MYCIE RĘCZNE.** Ul. Fatimska 6, tel. 644-72-39. Całodobowy parking.

▼ **ZŁOMOWANIE** samochodów, wystawianie zaświadczeń, transport. 12 681-01-41, 0605-100-845.

KWIACIARNIE

▼ **KWIACIARNIA „KALINA"**, os. Centrum D1, czynna od pn. do pt. w godz. 8–19, w soboty 8–17, w niedziele 9–15.

Tel. 12 644-33-36. Przyjmujemy zamówienia z dostawą do domu.

▼ **KWIACIARNIA „CUPIDO"**, pl. Targowy Bieńczyce 6, tel. 641-46-35.

Czynna: pon.–sob. 6.00–19.00, niedziela 9.00–16.00. Zamówienia na telefon. Dowóz w obrębie Krakowa. Wieńce, wiązanki okolicznościowe, bukiety.

PRACOWNIE ZŁOTNICZE

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

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

ZAKŁADY POGRZEBOWE
Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych Sp. z o.o.

WWW.PUK.KRAKOW.PL

- ul. Rakowicka 35a, tel. 12/411-47-76, sob. 8.00-14.00
- ul. Reduty 1, tel. 12/411-35-26
- cm. Grębałów, tel. 12/645-31-61
- cm. Podgórze, tel. 12/656-55-11

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

DYŻUR CAŁODOBOWY
RÓWNIEŻ W NIEDZIELE I ŚWIĘTA
tel. 12/411-45-02, 12/411-45-04

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA POGRZEBÓW
BEZGOTÓWKOWE ROZLICZANIE POGRZEBÓW

OGŁOSZENIA DROBNE

● **ANTEN** montaż, naprawa telewizorów u klienta.

Tel. (12)640-00-42, 609-586-881.

● **CZYSZCZENIE** dywanów, tapicerki meblowej i samochodowej.

Tel. 513-587-700.

● **DOM** sprzedam/zamienię.

Tel. 606-918-243.

● **KOŁDRY** – wyrób, przeróbka. Handlowe 8. Tel. 503-655-671.

● **MATEMATYKA BEZ STRESU.** Masz kłopoty z matematyką? Pomogę, nauczę. Tel. 507-869-805.

● **RTV** – telewizory – anteny – serwis profesjonalny od 1985 r.

Tel. 609-719-072.

● **TAPICER**. Tel. 784-906-675.

● **ZAWSZE** aktualne. Zakład napraw telewizorów, montaż anten. Profesjonalnie, solidnie, tanio!

(12)640-00-42, 511-942-158.

CORDIA B. KWIECIŃSKA
www.cordia.com.pl
os. Na Skarpie 24 os. Urocze 5
12 644-87-75, 512-179-466
KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
TANIO – CAŁODOBOWO

MATEMATYKA
Tel. 507 869 805

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

Z Zdrowie i uroda

Jak o nią zadbać, gdy kuszą wielkanocne potrawy?

WĄTROBA I ŚWIĘTA

Wielkanoc tuż, tuż. A wraz ze świętami przygotowania, liczne spotkania z rodziną, wspólne spędzanie czasu oraz tradycyjne ucztowanie i zajadanie się potrawami. Niestety w tym wyjątkowym okresie zbyt mało skupiamy się na własnym zdrowiu, czego konsekwencje ponosi nasza wątroba. Co zatem można zrobić, aby świąteczna dieta wyglądała nieco lżej i zdrowiej?

Wpływ na prawidłowe funkcjonowanie wątroby ma przede wszystkim styl życia. Często powielany jest mit, że choroby tego organu dotyczą tylko osób nadużywających alkoholu, podczas gdy to długotrwale stosowana, bogata w cukry proste i nasycone kwasy tłuszczowe dieta, może doprowadzić do niealkoholowego stłuszczenia wątroby. W prewencji i leczeniu chorób wątroby niezwykle duże znaczenie ma zmiana nawyków żywieniowych oraz zwiększenie aktywności fizycznej, o których łatwo zapominamy w okresie świątecznym.

– Podczas Świąt Wielkanocnych i innych rodzinnych uroczystości zazwyczaj jemy częściej i więcej. Jedzenie w nadmiernych ilościach i przejadanie się, może mieć bardzo negatywne skutki dla naszego zdrowia. Konsekwencją spożywania produktów wysokokalorycznych i zbyt dużych porcji jest nie tylko odkładanie się tkanki tłuszczowej, a co za tym idzie zbędnych kilogramów. Skutkiem jest również znaczne obciążenie układu pokarmowego, objawiające się wystąpieniem zgagi, bólów brzucha, zbyt wysokim poziomem cukru we krwi, problemami z wątrobą. Aby zachować zdrowie tego organu, należy stosować dietę opartą na niskoprzetworzonych produktach i utrzymywać prawidłową masę ciała – wyjaśnia mgr Klaudia Wiśniewska, dietetyk kliniczny, ekspertka kampanii „Wątroba się sprawdza".

Istotne jest zadbanie o to, aby świąteczne posiłki były zbilansowane i przygotowane w sposób, który odciąży wątrobę. Warto zamienić potrawy smażone na pieczone lub gotowane, co pozwala na ograniczenie znacznej ilości tłuszczu. Zamiast chleba pszennego zalecany jest żytni lub razowy, a zamiast majonezu – jogurt naturalny półtłusty lub kefir. Jeżeli chodzi o napoje – zdecydowanie warto zrezygnować z alkoholi czy słodzonych napojów gazowanych, a zamiast nich sięgnąć po wodę z dodatkiem owoców, liści melisy czy mięty albo domowy kompot bez dodatku cukru. Bez większych wyrzutów sumienia możemy wybierać również kawę czy herbatę – warto jednak zadbać o to, aby nie były słodzone

– Okres świąteczny to także czas spożywania dużej ilości ciast i słodyczy, z których może być potem ciężko zrezygnować. Jest to zatem dobra okazja, aby spróbować czegoś nowego i przekonać się, jak zdrowym (i smacznym!) zamiennikiem tłustych ciast i tortów z ogromną ilością kremu, mogą być desery przygotowane na bazie galaretek, budyniu bez cukru, owoców, a nawet niektórych warzyw. Warto w tym czasie przetestować ciasto czekoladowe z cukinią, marchewkowe czy z buraka oraz brownie z czerwonej fasoli – zachęca dietetyk kliniczny.

★★★

Nawet takie drobne i czasami wręcz niezauważalne zmiany w diecie mogą sprawić, że nasza wątroba będzie nam wdzięczna. Dobre zwyczaje żywieniowe to podstawa i klucz do zdrowego organizmu, a co za tym idzie do długiego życia. Pamiętajmy o tym w zbliżającym się okresie świątecznym, pełnym spotkań z rodziną i bliskimi. **(red)**

FIT SAŁATKA JARZYNOWA

Składniki:

2 średnie marchewki
2 pietruszki
1/2 małego selera
7 ziemniaków
6 jajek (wielkość L)
8 małych ogórków kiszonych
6 łyżek gęstego jogurtu typu greckiego lub islandzkiego
1 pełna łyżka musztardy
sól, pieprz

Przygotowanie:

Marchewki, pietruszki, seler i ziemniaki obieramy, kroimy na mniejsze kawałki i gotujemy na parze. Jajka gotujemy na twardo (opcjonalnie półtwardo). Obieramy i razem z ogórkami również kroimy na mniejsze kawałki. Mieszamy z warzywami. Jogurt mieszamy z musztardą (można dodać więcej sosu w zależności od wielkości warzyw). Dodajemy do wymieszanych wcześniej składników. Doprawiamy solą i obficie pieprzem. Gotowe!

Wskazówka eksperta:

Warto spróbować zamienić majonez na sos jogurtowo-musztardowy. Smakuje równie dobrze, a dzięki takiej zamianie sos ma o ponad połowę mniej nasyconych kwasów tłuszczowych, które z punktu widzenia zachowania prawidłowej pracy wątroby warto ograniczać w codziennej diecie.

PEŁNOZIARNISTE PIERNICZKI

Składniki:

300 g mąki pełnoziarnistej żytniej można użyć mieszanki: 60% mąki żytniej, 40% pełnoziarnistej zwykłej lub innej – nie bójmy się eksperymentować, najwyżej nie wyjdzie
1 opakowanie przyprawy
1 jajko
1 łyżeczka soli
1 łyżeczka proszku do pieczenia
1 łyżeczka sody oczyszczonej
3 łyżki oleju roślinnego
3 łyżki miodu
0,5 szklanki wody
40 g cukru kokosowego lub 50 g ksylitolu/erytrolu do pierników

Przygotowanie:

W dużej misce mieszamy mąkę, przyprawę korzenną, sól, sodę, proszek do pieczenia. W drugiej misce mieszamy jajko, olej, wodę, cukier kokosowy lub inne słodzidło, miód. Przelewamy miseczkę z produktami płynnymi do produktów suchych i dokładnie mieszamy. Ciasto powinno być lepkie, trochę jak na ciasto kruche. Jeśli trzeba, dolewamy 1–3 łyżki mleka. Jeśli ciasto za mocno się lepi i nie możemy go ugnieść bo przykleja się do rąk, dodajemy trochę mąki. Ugniatamy ciasto ok. 5 minut. Zawijamy ciasto w folię i wsadzamy do lodówki na 1 godzinę. Nastawiamy piekarnik na 180 stopni. Wyciągamy ciasto z lodówki, rozdzielamy na 3 części. Wałkujemy pierwszą część na bardzo płasko i wykrawamy kształty foremką. To samo robimy z 2 i 3 częścią ciasta. Pieczemy pierniki przez 12 minut w 180 stopniach. Po upieczeniu studzimy około 10-30 minut i dopiero wtedy zdobimy.

Wskazówka eksperta:

Użycie mąki pełnoziarnistej zamiast zwykłej pszennej w połączeniu z korzennymi przyprawami nie tylko nada pierniczkom ciekawy smak, ale również sprawi że znajdzie się w nich więcej korzystnego dla zdrowia błonnika pokarmowego. Badania wskazują, że jego odpowiednia ilość w diecie może zmniejszać ryzyko stłuszczenia wątroby.

CIASTO MARCHEWKOWE

Składniki:

3,5 szklanki startej marchewki (około 400 g)
1 szklanka mąki owsianej (150 g)
3 jajka (ok. 150 g)
3 łyżki miodu (lub cukru kokosowego) (ok. 60 g)
2 łyżki oleju rzepakowego + odrobina do natłuszczenia blaszki
1,5 łyżeczki proszku do pieczenia
1 łyżeczka cynamonu
1 łyżeczka imbiru
garść zmielonych migdałów (40 g)
szczypta soli
125 g serka śmietankowego
2 łyżki masła orzechowego (40 g)
pokruszone migdały lub orzechy do dekoracji

Przygotowanie:

Rozgrzewamy piekarnik do 160 stopni. Oddzielamy żółtka od białek. Do startej marchewki dodajemy żółtka, olej i miód, a następnie mieszamy. Mieszamy sypkie składniki: mąkę, migdały, proszek do pieczenia i przyprawy. Łączymy z mokrymi. Białka ubijamy na sztywną pianę z dodatkiem szczypty soli. Delikatnie łączymy z resztą ciasta. Blaszkę do pieczenia smarujemy olejem i wykładamy papierem do pieczenia. Ciasto wylewamy do blaszki i pieczemy przez około 45–50 minut – do suchego patyczka. W międzyczasie przygotowujemy krem. Miksujemy serek śmietankowy z masłem orzechowym. Wykładamy na ostudzone upieczone ciasto i posypujemy pokruszonymi orzechami lub migdałami. Przechowujemy w lodówce.

Wskazówka eksperta:

Wykorzystanie do ciasta oleju rzepakowego zamiast masła zmniejsza ilość nasyconych kwasów tłuszczowych, których nadmiar nie jest korzystny dla naszego zdrowia.

CitoReh
Dietetyka
Dietetyka online:
porady przez Internet pod adresem: www.citoreh.pl
Dietetyka stacjonarna:
porady stacjonarne, analizy i pomiary komputerowe zawartości tłuszczu, masy mięśniowej i wody w organizmie.
Prosimy o telefoniczne lub mailowe uzgodnienie terminu wizyty!
Os. Złotej Jesieni 2, 31-826 Kraków (pok. 222, II piętro)
Tel. 12 641 65 14
lub 696 999 958
e-mail: dietetyka@citoreh.pl
http://www.citoreh.pl

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

Vident
lek. stom. Andrzej Zimoch
tech. dent. Marcin Słowiak
os. Boh. Września 1
STOMATOLOGIA
PEŁNY ZAKRES USŁUG
tel. 12/641-48-08
PROTETYKA
KORONY, MOSTY, PROTEZY
EKSPRESOWE NAPRAWY
tel. 12/645-93-33

Dzień Ziemi to dobry moment, aby się zaangażować. Zmiana zaczyna się od działania! Zadbaj o nasz wspólny kawałek Ziemi!

Do wyboru mnóstwo atrakcji:

- **22 kwietnia (piątek):** ***Posprzątajmy razem Ziemię!***

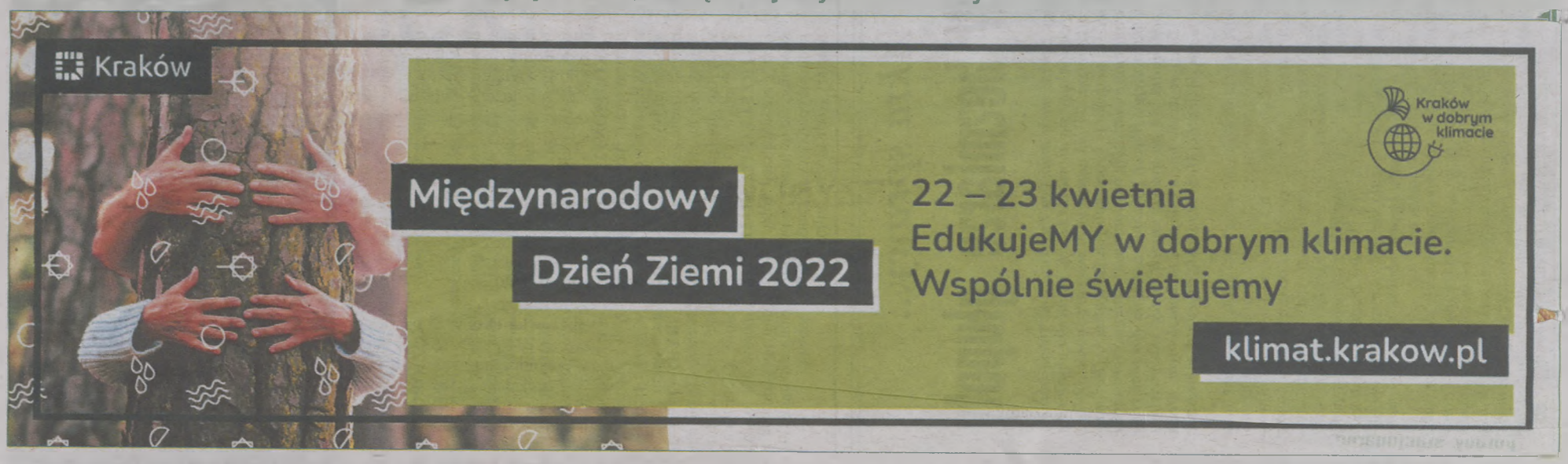
Sprzątanie terenu Łąk Nowohuckich. Zbiórka uczestników o godz. 10.00 za budynkiem Nowohuckiego Centrum Kultury przy namiocie organizatora. Na zaangażowanych czekają ekologiczne upominki.

- **23 kwietnia (sobota) 11.00 – 17.00, aleja Róż:** ***EdukujeMY – Zmiana zaczyna się od działania!***

Urząd Miasta Krakowa i spółki miejskie oraz organizacje, którym idea Dni Ziemi nie jest obca przygotowały dla dzieci i dorosłych zielone i ekologiczne atrakcje. Będą to m.in.:

- ✔ **Warsztat kulinarny:** ***Gotuję, nie marnuję – zrób 5 pierwszych kroków***
- ✔ **Muzeum sprzętu elektrycznego i elektronicznego** ***Wystawa Wehikuł Czasu***
- ✔ **Gra ekologiczna z Barbakusem**
- ✔ ***Woda nas kręci*****, czyli koło fortuny pełne ciekawostek i przydatnej wiedzy związanej m.in. z oszczędzaniem wody**
- ✔ ***Galeria na kropli*****, czyli pracownia kreatywnych prac artystycznych**
- ✔ **Zabawa ruchowa** ***To się w ścieku nie mieści***
- ✔ **Gry, zabawy i konkursy dla dzieci:** ***Ekoludki, Ekogąsienice, Drugie życie słoika***

Świętuj z nami, biorąc aktywny udział w wydarzeniach!



PEŁNYCH NADZIEI ŚWIĄT WIELKANOCNYCH

DOŁĄCZ DO NAS NA FACEBOOKU

F.H.U. "ELMAR" s.c.
rowery
SPRZEDAŻ • SERWIS • KOMIS
CZĘŚCI I AKCESORIA ROWEROWE
31-625 Kraków, os. Piastów 60 A, paw. 3, Plac Targowy "PIAST"
tel. 12 647 13 88 www.elmar.interial.pl elmar@interial.pl
kom. 502 730 087 www.elmar-rowery.pl sklep@elmar-rowery.pl

Zaufaj gwiazdom, zwłaszcza tym, które Ci sprzyjają

HOROSKOP

BARAN (21 III–20 IV). Zapewne unikniesz krzątaniny w kuchni, przygotowywania pracochłonnych sałatek i czuwania, by baba wielkanocna odpowiednio wyrosła. Może wsiądziesz do „pociągu byle jakiego" i pojedziesz świętować u rodziny.

BYK (21 IV–20 V). Święta traktujesz mniej kulinarnie, a bardziej jako okazję do pogawędzenia. W powszednie dni, nie masz zbyt wiele czasu na taki towarzyski luksus, więc liczysz mniej na spacery, a bardziej na ciepłą atmosferę w domu.

BLIŹNIĘTA (21 V–21 VI). Masz sporo zaległych zadań oraz terminów, by wywiązać się z poczynionych obietnic. Pomyślisz więc, by każdą wolną chwilę, zwykle przeznaczoną na relaks, wykorzystać na powtórki wiadomości i ważną lekturę.

RAK (22 VI–22 VII). Nie jesteś w radosnym, wiosennym nastroju. Oczekujesz poprawy pogody i lepszego samopoczucia. Nie zapominaj, że najlepszym lekiem na chandrę jest po prostu filiżanka aromatycznej kawy w przyjacielskim gronie.

LEW (23 VII–22 VIII). Twoje samopoczucie zmienia się z godziny na godzinę. Niezbyt poważnie traktujesz poczynione obietnice i w ogóle nie przywiązujesz większej wagi do codziennych problemów. Po prostu chcesz pożyć trochę na luzie.

PANNA (23 VIII–22 IX). Jesteś człowiekiem zorganizowanym. Przygotowania do świąt i same święta zaplanowałeś bez większego problemu, i tego planu chcesz się trzymać. Należy Ci życzyć powodzenia.

WAGA (23 IX–22 X). Będziesz doskonale się bawić, przyjemnie spędzając czas. Uwielbiasz takie wspólne świętowanie rodzinne, gdy nie trzeba się nigdzie spieszyć. Co trudniejsze prace, wymagające większego wysiłku, odłożysz na później.

SKORPION (23 X–21 XI). Biznesowe sprawy pochłonęły Cię bez reszty i masz wrażenie, że zbyt szybko upływa czas. Nie bardzo umiesz dzielić się pracą. Nie przesadzaj, nie musisz sam, osobiście wszystko doglądnąć, sprawdzić. Zaufaj innym.

STRZELEC (22 XI–21 XII). Dobry tydzień przed Tobą. Święta świętami, ale uważasz, że przy różnych przypadkowych spotkaniach towarzyskich można załatwić to i owo. Skwapliwie z nadarzającej się takiej okazji niewątpliwie skorzystasz.

KOZIOROŻEC (22 XII–19 I). Wiesz czego chcesz, co jest dla Ciebie i rodziny najważniejsze, i będziesz się tego trzymać. Twoje starania zostaną nagrodzone, okazywaną, nie tylko od święta, sympatią i szacunkiem.

WODNIK (20 I–18 II). Planujesz duże zmiany, i w pracy zawodowej, i w swoim życiu osobistym. Będzie okazja, by uchylić rąbka tajemnicy tych zamierzeń, podczas spotkania w gronie przyjaciół. Warto zasięgnąć opinii ludzi życzliwych.

RYBY (19 II–20 III). Poczucie humoru Cię nie opuszcza. Znany jesteś zresztą z fantastycznych pomysłów. Zaletą tych dowcipnych numerów jest to, że nie czynią nikomu specjalnie krzywdy. Wkrótce śmigus-dyngus, już więc obmyślasz zabawę.

SAMANTA

Spotyka się dwóch kumpli:
– Powiem ci coś... Z tym równouprawnieniem kobiet i mężczyzn to ściema jest.
– Ale dlaczego? – pyta drugi
– Wczoraj przed pójściem do baru, namalowałem sobie kredką na twarzy wąsy i cztery kobiety z namalowanymi brwiami mi powiedziały, że wyglądam jak debil...

***

W szatni w teatrze:
– Proszę powiesić mój płaszcz.
– Nie powieszę. Nie ma pan wieszaczka.
– To za kaptur pani powiesi.
– Nie powieszę. Nie ma pan wieszaczka!
– Do cholery! Zaraz przedstawienie się zacznie!
– Nie zacznie się. Proszę spojrzeć – tam siedzą aktorzy i przyszywają wieszaczki.

***

Synek pyta ojca:
– Tato, kto jest mądrzejszy: ojciec czy syn?
– Ojciec, zawsze ojciec – odpowiedział tata.
– A kto wymyślił teorię względności?
– Albert Einstein, synku.
– A dlaczego nie jego ojciec?

***

Po kilku latach pracy w Londynie, syn przyjeżdża do domu rodzinnego na Podhalu. Uściski, serdeczności, pyszny obiad, po czym siada w fotelu i odpoczywa. Ojciec gazda zwraca się do niego:
– Jak se już łodpocnies, trza wyrzucić gnój.
– What?
– Łod krowy i łod konia.

***

Teściowa siedzi przy stole z córką i zięciem. Nagle zadławiła się. Córka krzyczy do męża:
– Grzesiu, poklep mamusię!
Zięć:
– Brawo mamo, brawo!

i Kredyty
KREDYTY • POŻYCZKI • CHWILÓWKI
ODDŁUŻANIE
ZWROTY PROWIZJI
tel. 531 765 328, 694 018 498
Kraków, ul. Miechowity 21A
dojeżdżamy do klienta

Danie á la Kmita

WIELKANOCNY ŻUREK

Składniki: 0,5 kg mięsa rosołowego z kurczaka, marchewka, 1/2 pora, 1/2 selera, 2 średniej wielkości cebule, 300 g boczku wędzonego, kminek, majeranek, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, 3 ząbki czosnku, 300 g białej kiełbasy, 2 torebki żurku w proszku, 2 łyżki chrzanu ze słoika, 100 g suszonych borowików.

Mięso, warzywa i boczek zalej 2 litrami wody, a gdy woda się zagotuje, zbierz pianę. Dodaj przyprawy i gotuj przez godzinę. Po tym czasie warzywa usuń, w wywar przecedź. Grzyby mocz w miseczce około 20 minut, pokrój w cienkie paski, dodaj do wywaru. Ugotowany boczek pokrój w kostkę i podsmaż wraz z cebulą, a następnie włóż z powrotem do wywaru. Dwie torebki żurku rozprowadź śmietaną i odrobiną wody, dodaj do wywaru i gotuj jeszcze około 15 minut. Dopraw do smaku solą, pieprzem, majerankiem i dwiema łyżkami chrzanu. Podawaj z ugotowanymi oddzielnie ziemniakami.

Sentencja tygodnia

Prawdziwa miłość nie wyczerpuje się nigdy. Im więcej dajesz, tym więcej ci jej zostaje.

Antoine de Saint-Exupéry

§ *Akta sprawy...*

W bezmiarze głupoty

Przestępcy zawsze mają mnóstwo tłumaczeń na swoją obronę. Najczęściej zasłaniając się niewiedzą karną, impulsem chwili albo spożytym alkoholem. To jak zareagował na zatrzymanie 39-letni Lech R., mieści się tylko w irracjonalnych kategoriach. Otóż mężczyzna ukradł cudze auto, aby wymontować z niego sporo części i przełożyć do swojego. Więcej, wyjaśnił, że chciał dokonać tylko zwykłej „podmianki", a po dwóch dniach oddać właścicielowi samochód. To, że w stanie pogorszonym i niekompletnym, nie za bardzo do niego docierało. Może stanie się to jednak w areszcie śledczym?

Mieszkaniec Krakowa kilka lat temu kupił sobie typowego amerykańskiego tzw. woła roboczego czyli forda bronco. Auto terenowe z 1996 roku bardzo proste i przez to niezawodne. A co najważniejsze niezbyt drogie i jak na pojazdy zza oceanu bardzo bogato wyposażone. Pojazd dzielnie się sprawiał, jedynie trzeba było wymieniać części eksploatacyjne oraz dbać o blacharkę. Przyszedł jednak moment, gdy zaczęły się problemy z automatyczną skrzynią biegów i napędem 4x4. Części były bardzo trudno osiągalne, a sprowadzenie ich z USA oznaczało nie tylko spore koszty, ale także stracony czas. A pan Lech szybko potrzebował sprawnego auta, bo chciał wziąć udział w terenowym rajdzie.

Poszukiwania części na polskim rynku spełzły na niczym, także konsultacja od speców od tych części niewiele pomogła. Po prostu brakowało kilku nietypowych elementów metalowych, których nie dało się zrobić chałupniczymi metodami na miejscu. Jednak w trakcie internetowych dyskusji pan R. dowiedział się, że niedaleko bo w okolicach Tarnowa jest podobne auto. Bardzo zadbane i na pełnym chodzie. Zlokalizował je i wpadł na pomysł, że przyjedzie lawetą i po prostu je sobie „pożyczy" aby w swoim garażu przemontować felerny układ automatycznej skrzyni biegów.

Najpierw więc pojechał pod Tarnów, sprawdził jakie są możliwości kradzieży auta. Wiedział, jak się do niego dostać, odblokować skrzynię i wciągnąć na lawetę. Trzeba było tylko wybrać odpowiedni moment i przetransportować forda do wynajętego garażu na obrzeżach Krakowa. 39-latek pożyczył od znajomego lawetę i przez cały dzień czyhał na stosowny moment. Ostatecznie bronco trafił na lawetę i cały zestaw ruszył w kierunku grodu Kraka. Tam wjechał skradzionym pojazdem na kanał i przystąpił do prac wcześniej demontując ze swojego auta nie w pełni sprawną skrzynię wraz z całym osprzętem. Przekładka była więc bardzo szybka. I po dobie złodziej zamierzał podrzucić skradzionego bronco, gdzieś w pobliże miejsca zamieszkania właściciela.

Oczywiście pan Lech liczył, że dzięki temu sprawa zostanie załatwiona i nikt nie będzie dochodził, co się działo z amerykańską terenówką przez ponad 24 godziny. Miał pecha, otóż wjeżdżając na pobocze drogi w zalesionej okolicy, gdy udało mu się spuścić z platformy forda, jedno z tylnych kół zakopało się w błocie. Problemy te zauważył przejeżdżający tamtędy sąsiad właściciela skradzionego bronco wiedzący, że ten od kilku godzin szuka swego auta. I natychmiast zadzwonił do niego, a ten na policję.

Po chwili na miejscu pojawili się policjanci oraz prawny właściciel stojącej na poboczu terenówki. I wszystko wyszło na jaw. Bo zdekonspirowany 37-latek zdenerwowany tym wszystkim, po prostu przyznał się do winy. Naiwnie tłumacząc swe zamiary. Licząc, że przyznanie się do winy wstrzyma nieco tok postępowania. Kradzież auta mającego już kolekcjonerską wartość skutkowała zatrzymaniem. A potem zgodnie z decyzją sądu dwumiesięcznym aresztem śledczym. O czym poinformował żonę złodzieja właściciel lawety, wezwany do identyfikacji pojazdu będącego narzędziem przestępstwa.

Kiedyś doktor Sztrosmajer z czeskiego serialu „Szpital na peryferiach" mawiał, że gdyby głupota umiała fruwać, wtedy jedna z niekumatych pielęgniarek fruwałaby jak gołębica. Nawet to krakowianinowi nie grozi, bo cela, w której przebywa daje znikome możliwości awiacji.

(mar)