

# KURIER WILEŃSKI

Środa  
Lipiec 2016  
13

Imieniny: *Andrzeja, Benedykta, Ernesta, Eugeniusza, Henryka, Justyny, Małgorzaty, Radomiła, Sary i Trofima*

## TRZY PYTANIA DO...

...**Redy Ališauskienė**, kardiolog prywatnej kliniki medycznej w Wilnie

### 1. Ciepłe letnie dni mogą być poważnym wyzwaniem dla organizmu. Czym jest niebezpieczny upał?

Gdy jest bardzo gorąco, naczynia krwionośne rozszerzają się, serce bije szybciej i zaczynamy się intensywnie pocić. W taki sposób nasze ciało usiłuje ochronić się przed groźnym przegrzaniem. Człowiek może odczuwać brak powietrza, słabość, szybkie zmęczenie, zawroty głowy. Latem znacznie więcej osób niż zwykle skarży się na bóle serca i częste jego bicie, nierówny puls.

### 2. Jak najlepiej chronić się przed gorącem?

Najlepiej unikać ekspozycji słonecznej między 11 a 16 godziną. Warto nakryć głowę lekkim kapeluszem, a ubrania powinny być luźne i przewiewne. Istotna jest także odpowiednia, lekkostrawna dieta i właściwa podaż płynów. Główne napoje latem to woda o pokojowej temperaturze, zielona herbata i sok. Codziennie należy wypijać po 2-3 litry płynów i zjadać więcej produktów bogatych w magnez i potas, które tracimy podczas pocenia się. Dużo tych mikroelementów zawiera groch, fasola, zielone warzywa, orzechy, łosoś, soja, banany, różne jagody i suszone owoce. Osoby mające problemy z sercem powinny także unikać aktywności fizycznej, więcej odpoczywać.

### 3. Czego jeszcze należy unikać, gdy temperatura za oknem jest bardzo wysoka?

Zrezygnujmy z kawy i napojów gazowanych. Ale przede wszystkim należy unikać alkoholu. Może wydawać się, że chłodne piwo w gorący dzień świetnie orzeźwi, w rzeczywistości jednak jest inaczej. Alkohol powoduje większe obciążenie na serce, dla którego już sam jest poważnym wyzwaniem. W dodatku na rozkład alkoholu organizm wykorzystuje zasoby wody, a to zwiększa ryzyko odwodnienia.

Rozmawiała **Brygita Łapszewicz**

## Pojawią się kamienie pamięci ofiar Holokaustu

W czterech największych miastach Litwy pojawią się tzw. kamienie pamięci — mosiężne plakietki, wmontowane w kostki chodnika, upamiętniające ofiary Holokaustu. Litwa będzie pierwszym krajem bałtyckim, który zrealizuje projekt niemieckiego architekta i artysty Guntera Demniga. Początkowo artysta kierował swój pomysł do niemieckich miast. Projekt Demniga nie był we wszystkich miastach niemieckich witany entuzjastycznie, stopniowo jednak zdobywał akceptację i zainteresowanie.

Każdy kamień jest wykonany podobnie. Wieńczy go mosiężna plakietka niewielkich wymiarów. Można na niej przeczytać imię i nazwisko ofiary, datę

urodzenia oraz miejsce śmierci. Informacje te często poprzedzone są formułką „Tu mieszkał/a...”. W przypadku projektu Demniga nie chodzi o potykanie się o wystające z chodnika kamienie, artysta umieszcza swe prace na równi z chodnikiem. Zależy mu jednak, by osoby stąpające po nich zwróciły uwagę, zainteresowały się losem osób, o których mowa. W Wilnie kamienie znajdą się w pięciu miejscach na Starówce — tam, gdzie mieszkali i pracowali lekarz Samuel Margolis, lekarz Jakub Wygodski, właściciele pierwszej restauracji wegetariańskiej Fania i Łazarz Lewando oraz rodzina Szejmowiczów. Gunter Demnig osobiście przyjedzie do Wilna, by zamontować płyty. □

zw.lt

## Zwolniło się 900 miejsc w stołecznych przedszkolach

Ponad 900 rodziców nie podpisało umowy z przedszkolami, mimo że ich dzieci otrzymały miejsca w placówkach publicznych. Wszystkie zostaną skreślone z listy, a na wolne miejsca zostaną przyjęte dzieci z kolejki, poinformował wicemerc Valdas Benkunskas.

Obecnie samorząd wysłał powiadomienia do rodziców, których dzieci nie otrzymały wezwania w pierwszym etapie naboru. Drugi etap rozpocznie się po 15 lipca. Mają oni czas

na podpisanie umów do 15 lipca. Po 15 lipca rozpocznie się jeszcze jeden etap przyjęcia do części placówek, gdzie zaplanowano za dużo tzw. zerówek. Według potrzeb zostaną one przekształcone w grupy przedszkolne.

Wnioski o przyjęcie dziecka do przedszkola należało zgłosić do 1 maja. Wówczas zgłosiło się ponad 7 tysięcy chętnych. Umowy rodziców z placówkami należało podpisać do 30 czerwca. □

zw.lt

### KURIER WILEŃSKI

Ukazuje się od 1 lipca 1953 roku  
Birbinių g. 4a, 02121-30 Vilnius,  
Lietuvos Respublika, tel./fax 260 84 44



DZIENNIK NALEŻY  
DO EUROPEJSKIEGO  
STOWARZYSZENIA GAZET  
CODZIENNYCH MNIEJSZOŚCI  
NARODOWYCH



POMOC  
POLAKOM  
NA WSCHODZIE

**Redaktor naczelny:** Robert Mickiewicz [tel. 260 84 44, redaktor@kurierwilenski.lt]. **Zastępca red. nacz.:** Aleksander Borowik [info@kurierwilenski.lt, tel. 260 84 46] **Sekretarz redakcji:** Lucja Stankevičiūtė [tel. 260 84 47, sekret@kurierwilenski.lt] **Dziennikarze:** Honorata Adamowicz, Justyna Giedrojć, Brygita Łapszewicz, Anna Pieszek, Marian Paluszkiwicz — fotoreporter **Współpracownicy:** Helena Gładkowska, Witold Janczys, Jadwiga Podmostko, Alina Sobolewska, Krzysztof Subocz, Julitta Tryk **Dział Promocji:** Andrzej Podworski — prenumerata [tel. 212 30 40, kolport@kurierwilenski.lt], Diana Kaczan — reklama [tel. 260 84 44, reklama@kurierwilenski.lt]. **Wydawca:** VšĮ „Kurier Wilenski” **Druk:** VšĮ „Vilnijos žodis” **Nakład:** 3000 egz.

Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zastrzega sobie prawo do skracania i adiestacji tekstów. Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada. **Opinie Czytelników zawarte w ich listach nie zawsze są zbliżone z opinią redakcji.**

**Redaktor dyżurny:** Brygita Łapszewicz



SENAT  
RZECZYPOSPOLITEJ  
POLSKIEJ

Projekt współfinansowany w ramach sprawowania opieki  
Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą

## Temat pisowni nazwisk zostanie przekazany kolejnemu Sejmowi

**W**brew zapowiedziom współzrządzających na Litwie socjaldemokratów o gotowości przyjęcia ustawy o pisowni obcych nazwisk podczas wiosennej sesji parlamentarnej (która już się zakończyła), nie została ona nawet wprowadzona pod obrady.

Socjaldemokraci oskarżają o to współzrządzającą Partię Pracy.

„To Partia Pracy, wbrew naszym staraniom, nie wprowadziła do porządku obrad projektu ustawy o pisowni nazwisk, tłumacząc, że zabrakło czasu, że były inne ważne sprawy” — powiedział dla Radia „Znad Wilii” wiceprzewodniczący Sejmu, poseł partii socjaldemokratycznej Gediminas Kirkilas.

**Natomiast zdaniem lidera** opozycji, byłego premiera i przewodniczącego partii konserwatywnej, posła Andriusa Kubiliusa, „rządzającym po prostu zabrakło woli i chęci do przyjęcia tej ustawy”.

Kirkilas nie widzi przeszkód ku temu, by ustawę o pisowni nazwisk, omawianą w Sejmie od lat, przyjąć podczas następnej, jesiennej sesji. Kubilius jednak odrzuca taką możliwość.

„Sesja jesienna, to będzie praktycznie tylko jeden miesiąc — wrzesień, gdyż 9 października mamy już wybory parlamentarne” — powiedział dla PAP Kubilius. Jego zdaniem temat pisowni nazwisk zostanie przekazany kolejnemu Sejmowi.

Od kilkudziesięciu lat projekt ustawy o pisowni nazwisk nielitewskich, w tym polskich, w paszporcie litewskim jest jak gorący kartofel przerzucany przez litewskich polityków z sesji na sesję, z kadencji na kadencję.

„Litewscy politycy po prostu boją się tego tematu”

— powiedział w rozmowie z PAP politolog z Uniwersytetu Witolda Wielkiego w Kownie Andrzej Pukszo. Wskazuje, że na Litwie wśród polityków i społeczeństwa panuje swoista dyktatura języka państwowego i Państwowej Komisji Języka Państwowego, która stoi na straży jego czystości. „Na świecie jest niewiele państw, w których komisja językowa miałaby taką siłę” — mówi politolog.

Jego zdaniem, nadzieją napawa fakt, że litewskie sądy ostatnio kilkakrotnie wydały pozytywne orzeczenia, zezwalając na zapis nazwiska w paszporcie z użyciem litery „w”. Dotyczyło to nazwisk Litwinek, które wyszły za mąż za obcokrajowców.

„Pozytywne jest też to, że litewscy intelektualiści, naukowcy zaczynają otwarcie ironizować na temat polityki językowej naszego państwa” — powiedział politolog Andrzej Pukszo.

**Obecnie prawo litewskie** przewiduje, że także imiona i nazwiska obce są pisane w wersji litewskiej, a więc m. in. bez polskich znaków diakrytycznych czy litery „w” zamiast której jest stosowana „v”.

W Sejmie są dwa alternatywne projekty ustaw o pisowni nazwisk.

Socjaldemokraci proponują zalegalizowanie pisowni nielitewskich nazwisk pisanych alfabetem łacińskim w wersji oryginalnej. Konserwatyści zgłosili projekt ustawy dopuszczający zapis nielitewskich, w tym polskich, nazwisk w wersji oryginalnej, ale tylko na dalszych stronach paszportu. Na pierwszej pozostałoby nazwisko zapisane w wersji litewskiej. Z tym się nie zgadzają litewscy Polacy, gdyż ich zdaniem nie rozwiąże to problemu.



## PULS KURIERA

### ZDJĘCIE DNIA



Prezydent Dalia Grybauskaitė spotkała się z członkinią Rady Najwyższej Ukrainy Nadiją Sawczenko

Fot. zw.lt

### KOMENTARZ DNIA

## Przyszły rok będzie dobry

Mieszkańcy Litwy mogą z nadzieją patrzeć w przyszłość. Następny rok przyniesie poprawę sytuacji ekonomicznej zwykłych obywateli. Już przecież wzrosła płaca minimalna, a w przyszłym roku wzrośnie także kwota wolna od podatku.

A i to jeszcze nie koniec — według minister opieki socjalnej i pracy Algimanty Pabedinskienė wysokość dochodu nieopodatkowanego do końca roku 2018 może się nawet zrównać z minimalnym miesięcznym wynagrodzeniem, które obecnie wynosi 380 euro! I jeszcze dobra wiadomość dla rodzin — wysokość dochodów nieopodatkowanych na każde dziecko ma być zwiększona o 120-200 euro.

To nic, że przy okazji trzeba będzie znaleźć w budżecie około 140 mln euro. Państwo na to stać. My nie musimy się obawiać nowych obciążeń. Premier Algirdas Butkevicius zapewnia, że podatek od nieruchomości i samochodowego w przyszłym roku nie będzie.

Najważniejsze, by obywatele byli zadowoleni — zbliżają się przecież wybory. Sprawy trudne i niewygodne załatwi za to Sejm kolejnej kadencji. No i racja — po co psuć sobie wakacje.

A jeśli okaże się, że 4 lata to znów zbyt krótko, by wreszcie uznać, że „w” nie zagraża bezpieczeństwu narodowemu, a podwójne obywatelstwo nie jest wyrazem nielojalności wobec własnego państwa — poczekamy jeszcze. Mamy czas — najważniejsze, żeby nie drażnić wyborców...

**Iłona Lewandowska**

### CYTAT DNIA

„Zagrożenia ze strony Rosji są jednakowo zrozumiałe dla wszystkich, jest to zagrożenie dla nas, jako Sojuszu i dla całej Europy” — w wywiadzie dla rozgłośni Žinių radijas powiedział doradca prezydent do spraw polityki zagranicznej Nerijus Aleksejūnas

### LICZBA DNIA

**6** kilometrów dróg zwirowych wyasfaltuje się w lipcu na przedmieściach Wilna

# Skróci się czas oczekiwania na konsultację lekarza?

ze str. 1 »

— Brakuje nam środków, na które moglibyśmy zatrudnić dodatkowych lekarzy. Świadczymy co roku wszystkie usługi przewidziane w umowie. Dodatkowo przeznaczamy na nie kilka milionów poza umową, za które nikt nam nie zwraca — twierdzi w rozmowie z „Kurierem” Elena Jurevičienė, dyrektor zarządzania Kliniki Medycznej Uniwersytetu Wileńskiego w Santaryszkach.

Od 1 stycznia 2018 placówki opieki zdrowotnej będą karane za zwłokę w świadczeniu usług medycznych. Prezydent Dalia Grybauskaitė podpisała przyjęte przez Sejm poprawki do Ustawy o Placówkach Opieki Zdrowotnej. Ustalono, że w przypadku nagłej choroby pomoc lekarza rodzinnego (pierwszego kontaktu) powinna być udzielona w ciągu 24 godzin.

Bezpłatna konsultacja u lekarza rodzinnego powinna być udzielona w ciągu 7 dni, u lekarzy specjalistów — w ciągu 30 dni. Drugie badania muszą być wykonane w ciągu 30 dni, planowe operacje — w ciągu 60 dni.

— **Myślę, że te zmiany** mogą dotknąć w jakikolwiek sposób duże kliniki w dużych miastach. Jeżeli chodzi o pomoc medyczną świadczoną w małych wiejskich ambulatoriach i rejonowych przychodniach, nie jest to aż takim problemem.

O ile w Wilnie konsultacje u specjalistów są rozpisane już na wrzesień i październik, o tyle nasi pacjenci nie czekają długo na konsultację lekarza pierwszego kontaktu. Dziennie przyjmujemy około 50-60 pacjentów: około 22-25 zarejestrowanych i drugie tyle zwracają się



Elena Jurevičienė

ca się w nagłych przypadkach — mówi internista Zemfira Tejmurowa, kierowniczka ambulatorium w Jaszunach w rejonie solecznickim.

Celem poprawek zainicjowanych przez prezydent jest zmniejszenie kolejek w placówkach opieki zdrowotnej, co stało się już wielkim problemem — pacjenci są zmuszeni miesiącami czekać na konsultacje i specjalistyczne badania.

**Jeżeli usługi będą** świadczone po upływie terminu, będą one uważane za niejakościowe. Placówki medyczne otrzymają za nie odpowiednio mniejsze finansowanie — od 20 do 50 proc. Opłacenie usług medycznych co roku kosztuje budżet państwowy około 1 mld euro, dlatego te środki muszą być wykorzystane w sposób przejrzysty

Głowa państwa w pierwotnym projekcie proponowała, by placówki medyczne za spóźnione usługi w ogóle nie otrzymały finansowania

sty i efektywny, mówi się w oświadczeniu Urzędu Prezidenta.

— Nie sądzę, że ta ustawa rozwiąże problem kolejek pacjentów. W swoim szpitalu mamy naprawdę bardzo wielu pacjentów, którzy chcą do nas trafić. Jest ich więcej, niż jesteśmy w stanie przyjąć. Jest ich więcej, niż przeznacza się nam środków na te usługi. Co roku świadczymy usługi na kilka pozaumownych milionów, czyli musielibyśmy na kilka dni wstrzymać pracę szpitala, gdyż nie zostało za co pracować — przekonuje Elena Jurevičienė, dyrektor zarządzania Kliniki Medycznej Uniwersytetu Wileńskiego w Santaryszkach.

Według znowelizowanej ustawy, jeżeli terminy świadczenia usług medycznych nie będą przestrzegane, placówki opieki zdrowotnej otrzymają mniej środków z Funduszu Obowiązkowego Ubezpieczenia Zdrowotnego.

Jeżeli Terytorialna Kasa Chorych zarejestruje opóźnienie do 10 dni, zmniejszy finansowanie o 20 proc., za opóźnienie od 11 do 20 dni — 30 proc., za 21 i więcej dni — 50 proc.

Sejm złagodził poprawki proponowane przez Urząd Prezidenta. Głowa państwa w pierwotnym projekcie proponowała, by placówki medyczne za spóźnione usługi w ogóle nie otrzymały finansowania.

— Jedyne, co możemy zrobić, to udzielenie szybkiej pomocy tym, którzy jej pilnie potrzebują. W tym celu mamy tzw. zielone korytarze, z których mogą skorzystać ciężko chorzy lub pacjenci z diagnozą onkologiczną. Już teraz wiele usług świadczymy

bezpłatnie, gdyż nie są one opłacane przez państwo — mówiła Elena Jurevičienė.

Przewiduje się, że do oceny działalności placówek medycznych zostanie wprowadzony system rankingowania. Wskaźniki działalności placówek będą jawne, w ich ocenie będzie uwzględniona opinia pacjentów. Środki te musiałyby również zmniejszyć poziom korupcji w dziedzinie opieki zdrowotnej, gdzie jest on szczególnie wysoki.

Dlaczego kardiolog w klinice państwowej jest nieosiągalny, natomiast w prywatnej może udzielić konsultacji od zaraz?

— **Ponieważ tam są płatne** usługi. Takie usługi też moglibyśmy świadczyć, choćby i od jutra. Za te pieniądze byłiby zatrudnieni dodatkowi lekarze, którzy pracowaliby w dodatkowym czasie. Ale mamy ograniczoną w umowie sumę, którą co roku ustalają Kasy Chorych. Niektóre rzadkie usługi bywają finansowane, ale większość usług ambulatoryjnych — nie. Lekarze zaś chcą pracować i otrzymywać odpowiednie wynagrodzenie. Nie możemy ich zmusić pracować za darmo — odpowiada Elena Jurevičienė.

— Uważam, że trzeba dopracować ustawę. Pacjenci mają szerokie prawa przy wyborze placówki zdrowotnej, w której chcą się leczyć, na skutek czego niektóre toną w potokach ludzi, tymczasem jest wiele przychodni, gdzie takich kolejek nie ma. Potrzeba dodatkowych regulacji, żeby to normalnie funkcjonowało — uważa dyrektor zarządzania Kliniki Medycznej Uniwersytetu Wileńskiego w Santaryszkach. □

Anna Pieszko

# Taromaty oczyszczają środowisko

Zgromadzone przez spółkę „Užstato sistemos administratorius” dane wskazują, że na Litwie system zwrotu pieniędzy za opakowania działa bardzo sprawnie.

**W** ciągu pięciu miesięcy obowiązywania systemu mieszkańcy Litwy oddali do skupu 130 mln opakowań, o 50 proc. więcej niż szacowano przez wprowadzeniem nowego systemu.

— Wprowadzenie systemu opłaty za butelki plastikowe jest bardzo dobrym rozwiązaniem. Bodziec finansowy w postaci pieniędzy na opakowania skutecznie wpływa na skłonność obywateli do zwrotu pustych opakowań. Ludzie są też bardzo zadowoleni. Mówią, że wokół domów, nad jeziorami jest czysto, gdyż wczasowicze zbierają po sobie butelki, ponieważ są to pieniądze. Już teraz można zauważyć, że w mieście lub miejscach wypoczynkowych rzadko kiedy można zobaczyć jakieś odpady w postaci butelek plastikowych lub puszek. To bardzo dobrze — powiedział „Kuriero-wi” Kęstutis Trečiokas, minister środowiska.

Można zaobserwować znaczny wzrost liczby opakowań oddawanych do skupu w weekendy oraz latem w popularnych w okresie wakacyjnym miejscowościach wypoczynkowych — Neryndze, Połędzie, Birsztanach.

— Środowisko jest o wiele mniej zanieczyszczone. Dzięki temu, że teraz kupując napoje od razu płacimy 10 centów za butelkę, do taromatów opakowania przynoszą sami właściciele. Zauważyliśmy też, że opakowania, które można zwrócić do taromatów, zbierają nie tylko ludzie bezrobotni, ale też i dzieci. Mamy lato, okres, kiedy używamy bardzo dużo napojów. Dzięki taromatom mamy czyste plaże i miejsca wypoczynkowe — zaznaczył Kęstutis Trečiokas.

Tylko w czerwcu oddano 52 mln opakowań — czyli tyle, co w Estonii w ciągu pierwszego



Jak wskazują dane spółki, jeden użytkownik taromatu zwraca średnio 15 opakowań

roku od wprowadzenia zwrotu pieniędzy za opakowania.

— Taromaty to bardzo dobre rozwiązanie. Mamy nadzieję, że do 2030 roku do zyspów śmieci będzie trafiało tylko 10 procent odpadów. Pracujemy nad tym — podkreślił minister.

**Dyrektor spółki „Užstato sistemos administratorius” Gintaras Varnas** wskazuje na dużą liczbę automatów do skupu opakowań, popularnie zwanych taromatami, jako czynnik decydujący o zwrocie tak dużej ilości opakowań. 1 lutego — w dniu wejścia w życie kaucji za opakowania zwrotne na Litwie działało 450 taromatów — więcej niż

w chwili obecnej w Estonii. Dzisiaj na Litwie działa ponad 900 taromatów, a o ich popularności świadczy fakt, że dziewięć z dziesięciu opakowań trafia do skupu właśnie za pośrednictwem automatów.

Dogodne są też miejsca, w których najczęściej są ustawiane taromaty — w pobliżu centrów handlowych. Jak wskazują dane spółki, jeden użytkownik taromatu zwraca średnio 15 opakowań. Spośród opakowań zwrotnych najwięcej zebrano opakowań plastikowych (2 500 ton) i opakowań ze szkła (2 500 ton). Mniej natomiast puszek — 700 ton w ciągu 5 miesięcy.

**Honorata Adamowicz**

## ZAROBILI MILIONY ZBIERAJĄC PUSZKI I BUTELKI

Curt Dagerman przez całe swoje dorosłe życie nazywany był przez mieszkańców szwedzkiego Skellefteå „puszkarzem”. Przez prawie 40 lat zbierał całymi dniami puszki i butelki, lecz codziennie punktualnie o 12.15 przychodził na godzinę do lokalnej biblioteki, gdzie sprawdzał w gazetach finansowych... kursy akcji, w które inwestował wszystkie zarobione pieniądze.

Po jego śmierci wyszło na jaw, że ma kilka domów, okazałe konto w banku, solidne pakiety udziałów w funduszach inwestycyjnych w Luksemburgu, a w jego kwaterekawalerce znaleziono 124 sztuki złota. Najbardziej zaskoczeni byli spadkobiercy. Odnaleziono ich dopiero po prawie roku poszukiwań, ponieważ dawno odseparowali się od kuzyna.

## KRÓTKO

### Francja wyśle do nas żołnierzy w 2018 roku

Do międzynarodowego batalionu NATO, który będzie stacjonował na Litwie, Francja swych żołnierzy wyśle w 2018 roku, powiedział prezydent Francji Francois Hollande.

„Do Estonii wysłamy oddział swych żołnierzy w 2017 r., aby współpracował z naszymi brytyjskimi kolegami, a w 2018 r. wysłamy żołnierzy na Litwę, gdzie będziemy współpracowali z naszymi niemieckimi kolegami” — powiedział Hollande.

### Jak planujemy swoje wydatki

Ponad połowa mieszkańców Litwy planuje swoje wydatki, a trzecia część prowadzi bilans tylko przy większych zakupach. Raport firmy Sprinter tyrimai wykazał też, że 1/10 Litwinów wcale nie zarządza wydatkami. Wszystkie wydatki gospodarstwa domowego obliczają najczęściej kobiety (57 proc). Mężczyźni częściej planują większe zakupy albo wcale nie prowadzić bilansu wydatków.

### Nowe wymogi Poczty Litewskiej



Poczta Litewska przypomina, że do 1 sierpnia właściciele zniszczonych skrzynek

pocztowych powinni je wymienić na nowe. Od 1 sierpnia korespondencja i zaprenumerowana prasa będzie dostarczana wyłącznie do spełniających wymogi jakości i bezpieczeństwa skrzynek pocztowych. Ci, którzy w tym miesiącu nie wymienią zniszczonych skrzynek, swoje listy, przesyłki czy zaprenumerowaną prasę odbierać będą w urzędzie pocztowym.

Stronę przygotowano na podstawie BNS i PAP

## SPRINTEM

Rio: kolejny sportowiec rezygnuje



Zajmujący trzecie miejsce w światowym rankingu golfistów Jordan Spieth zrezygnował ze startu w igrzyskach olimpijskich w Rio de Janeiro. Amerykanin, tak jak inni jego słynni koledzy, boi się zarażenia wirusem Zika. Wcześniej taką samą decyzję podjęli m. in. lider Australijczyk Jason Day, wicelider Amerykanin Dustin Johnson oraz czwarty na światowej liście, reprezentujący Irlandię Północną, Rory McIlroy. Golf wraca do programu igrzysk po długiej przerwie — poprzednio był w nim w 1904 roku.

## ME w strzelectwie

Rosjanin Wasilij Mosin i Brytyjka Rachel Parish zdobyli we włoskim Lonato złote medale w trapie podwójnym seniorów w ostatnim dniu strzeleckich mistrzostw Europy. Polacy nie startowali. W finale Mosin pokonał Włocha Daniele Di Spigno 30:29. Najcelniej wśród senierek strzelała Parish, która wyprzedziła Rosjankę Lilię Waliejewą i Włoszkę Monikę Giroto.

## Lekkoatletyczne ME: sukces Polaków

Z 12 krążkami, w tym aż sześcioma złotymi, wracają do kraju biało-czerwoni lekkoatleci z mistrzostw Europy w Amsterdamie. Polska po raz pierwszy w historii zajęła pierwsze miejsce w tabeli medalowej. To dobry prognostyk przed igrzyskami w Rio de Janeiro. Dla Litwy jedyny medal imprezy wywalczyła Airinė Palšytė. W skokach wzwyż zawodniczka zdobyła srebrny medal.

# Przyjazd zwycięskich piłkarzy sparaliżował Lizbonę

Przylot ekipy Fernando Santosa do Lizbony sparaliżował w poniedziałek stolicę Portugalii, która od niedzielnego wieczora świętuje triumf w piłkarskim Euro. Dojazd do centrum miasta jest utrudniony od rana z powodu setek tysięcy osób, które wyległy na stołeczne ulice.

W poniedziałek po południu władze lizbońskiego ratusza ogłosiły skrócony dzień pracy i już w porze obiadowej kilkanaście tysięcy mieszkańców stolicy zajęło miejsca przy ulicach, którymi zaplanowano przejazd portugalskiej reprezentacji.

W poniedziałek również wiele prywatnych firm zamknęło swoje biura, dając dzień wolny załogom z uwagi na spodziewany chaos w mieście. Nie brakowało pracowników, którzy już w piątek prosili swoich pracodawców o urlop na świętowanie zwycięstwa. W tłumie witającym piłkarzy w Lizbonie obecni byli Portugalczycy ze wszystkich części kraju. Przeważali mieszkańcy stołecznej aglomeracji, w której od ponad doby nie milkną dźwięki klaksonów.

„Korzystam z przychylności ratusza, aby podziękować naszym piłkarzom za zdobycie tego trofeum. Mam nadzieję, że to dopiero początek tak pięknych wydarzeń jak wczorajsze zdobycie mistrzostwa Europy” — powiedziała stołeczna urzędniczka Ana Sousa, która pojawiła się przy Segunda Circular, trasie szybkiego ruchu wiodącej z lotniska do Belem.

Piłkarze, którzy przebyli ten odcinek w dwóch odkrytych autobusach, pozdrawiali zebranych przy drodze kibiców skandując: „Portugal, Portugal!” lub śpiewając piosenki kibiców. Atmosferę zabawy na ponad godzinę przerwała ich wizyta w pałacu prezydenckim w Belem, gdzie spotkali się ze sprawującym najwyższy urząd Marcelo

Rebello de Sousa. Późnym popołudniem autobusy z piłkarzami udały się do centrum miasta, gdzie na Alamedzie Dom Afonso Henriquesa zwycięzcy Euro podziękowali za wsparcie tysiącom zgromadzonych kibiców. Ponownie podopieczni Fernando Santosa śpiewali do zebranych tłumów. Wśród wyróżniających się solistów byli Nani, Jose Fonte, a także Renato Sanches.

„Przyszedłem tu tylko ze względu na niego. Wprawdzie nie pochodzę z tej samej dzielnicy co Renato, ale znam go od wielu lat. Bardzo się cieszę, że

to Euro mu się udało i cieszę się tu jego radością” — powiedział dwudziestolatek Bernardo, który pojawił się w tłumie witającym mistrzów Europy i podobnie jak Sanches urodził się w rodzinie afrykańskich imigrantów.

Wśród Portugalczyków witających na cześć swoich piłkarzy na ulicach Lizbony przeważa opinia, że ekipa Santosa nie podzieli losu Duńczyków i Greków, którzy po niespodziewanym zdobyciu mistrzostw Europy nigdy później nie święcili większych triumfów na dużych imprezach. □



Powrót ekipy Fernando Santosa z Francji do Lizbony sparaliżował w poniedziałek stolicę Portugalii Fot. archiwum



Piłkarze, którzy przebyli w odkrytych autobusach, pozdrawiali kibiców skandując: „Portugal, Portugal!” Fot. archiwum

# ME 2016: „11” turnieju UEFA niestety bez Polaków

Obserwatorzy techniczni Europejskiej Unii Piłkarskiej (UEFA) wybrali jedenastkę zakończonych w niedzielę mistrzostw Europy we Francji. W składzie drużyny marzeń zabrakło Polaków. Jest za to czterech Portugalczyków, trzech Niemców i po dwóch Francuzów i Walijszczyków.

W niedzielę Portugalia pokonała w finale Francję 1:0 po dogrywce. Z ekipy triumfatorów wyróżniono bramkarza Rui Patricio, obrońców Pepe i Raphaela Guerreiro oraz kapitana Cristiano Ronaldo, który w finale rozegrał niespełna pół godziny, ponieważ doznał kontuzji.

Spośród „Trójkolorowych” 13-osobowy panel ekspertów UEFA wybrał Dmitriego Payeta i Antoine’a Griezmann’a. Tęgo drugiego uznano najlepszym zawodnikiem mistrzostw. Napastnik Atletico Madryt zdobył sześć goli, a najlepsi rywale mieli po trzy.

Jedenastkę turnieju uzupełniają Niemcy Joshua Kimmich, Jerome Boateng i Toni Kroos, a także Walijszczyk Aaron Ramsey



Do tytułowej jedenastki oprócz Ronaldo oraz Rui Patricio trafił Raphael Guerreiro, obrońca portugalskiej reprezentacji **Fot. archiwum**

i Joe Allen. Nie ma za to Garetha Bale’a.

„Po dłuższych dyskusjach obserwatorzy wybrali zespół złożony z najlepiej grających piłkarzy z najlepszych drużyn Euro 2016. Postawiliśmy na dominujących środkowych obrońców; bocznych obrońców, którzy potrafią i bronić, i atakować; pomocników, którzy potrafią kontrolować grę i dostosować się do dynamiki; elastycznych i kreatywnych napastników, którzy potrafią zdobywać bramki. Wie-

rzemy, że wybrana jedenastka była najlepsza w turnieju” — powiedział jeden z dokonujących wyboru Szkotów Alex Ferguson.

Jedenastka Euro 2016 (formacja 4-2-3-1): Rui Patricio (Portugalia) — Joshua Kimmich, Jerome Boateng (obaj Niemcy), Pepe, Raphael Guerreiro (obaj Portugalia) — Toni Kroos (Niemcy), Joe Allen (Walia) — Antoine Griezmann (Francja), Aaron Ramsey (Walia), Dmitri Payet (Francja) — Cristiano Ronaldo (Portugalia). **□**

## 73. Tour de Pologne: wyjątkowa edycja i olimpijskie przetarcie

Już po raz 73. kolarze na tydzień opanują Polskę. Wyjątkowy, bo rozgrywany podczas Tour de France wyścig Tour de Pologne ruszył wczoraj z Radzimina, a zafiniшуje w poniedziałek w Krakowie. Faworytem polskich kibiców jest były mistrz świata Michał Kwiatkowski.

Narodowy wyścig pod hasłem „Szlakiem historii” zainauguruje etap z Radzimina, czyli miejsca bitwy polsko-bolszewickiej z 1920 roku do stołecznej Warszawy. W tym roku wyjątkowo fani kolarstwa czekali na Tour de Pologne trzy tygodnie krócej. Przesunięcie rywalizacji

zostało spowodowane igrzyskami olimpijskimi, których termin pokrywa się z polskim wyścigiem. Trasa 73. Tour de Pologne jest mocno zbliżona do tej z 2015 roku. Po inauguracji w stolicy, gdzie o zwycięstwo etapowe powalczą sprinterzy, peloton przeniesie się na południe, a konkretniej do Tarnowskich Gór. Drugi etap zakończy się w Katowicach, a finisz na alei Korfantego „ochrzczonej” jako polska świątynia sprintu — to kolejna szansa na popis dla mistrzów prostej. W trzecim i czwartym dniu pojawiają się pierwsze wzniesienia, a rywalizacja powinna nabrać kolorytu. Piąty i szósty etap

Tour de Pologne nie wybaczą już żadnych błędów, mocno przesiewają peloton i ustawiają klasyfikację generalną przed decydującą jazdą indywidualną na czas. Bo etap piąty z Wieliczki do Zakopanego to 225 km oznaczonych siedmioma premiami górskimi pierwszej kategorii.

Etap szósty to sól i znak rozpoznawczy Tour de Pologne, czyli cztery pętle z Bukovina Resort do Bukowiny Tatrzańskiej ze słynną Ścianą Bukovina, gdzie nachylenie terenu sięga 22 procent. W poniedziałek, 18 lipca, zwycięzcę 73. edycji Tour de Pologne wyłoni wspomniana czasówka pod Wawelem. **□**

## SPRINTEM

### Najwyższa transakcja w historii

Po miesiącach spekulacji wszystko się potwierdziło. Organizacja Ultimate Fighting Championship (UFC) została sprzedana grupie WME/IMG za ponad 4 miliardy dolarów. Do tej pory nie zapłacono tak dużych pieniędzy za żadną inną organizację bądź klub sportowy. W 2001 roku bracia Fertitta i Dana White kupili UFC od grupy SEG za 2 miliony dolarów. WME/IMG to agencja menedżerska o zasięgu światowym.

### Southampton pozyskał Hoejbjerga

Angielski Southampton ogłosił w poniedziałek pozyskanie duńskiego pomocnika Pierre’a-Emile’a Hoejbjerga. „Święci” za 20-latką zapłacili Bayernowi Monachium 11,5 miliona funtów. 15-krotny reprezentant Danii jest drugim piłkarzem pozyskanym tego lata przez ekipę z St Mary’s Stadium. Pod koniec czerwca klub kupił z Norwich City Nathana Redmonda, za którego zapłacił „Kanarkom” 10 milionów funtów.

### Legendarny Duncan zakończył karierę



Jeden z najwybitniejszych podkoszowych koszykarzy w historii ligi NBA zdecydował się zakończyć karierę. Tim Duncan powiedział „stop” w wieku 40 lat, po 19 latach spędzonych na zawodowych parkietach. W tym czasie 5-krotnie zdobywał tytuły mistrzowskie w San Antonio Spurs, dwa razy został również uznany najbardziej wartościowym graczem ligi. Duncan występował w lidze NBA od 1997 roku.

**Strony przygotował  
Witold Janczys**

# Opinie czytelników z Internetu

## Brexit — co możemy stracić?



**Tadeusz, 26 czerwca 2016 at 19:11**

Gratuluję Brytyjczykom, bo mają prawo bronić się przeciwko napływowi imigrantów, w tym Polaków i Litwinów, którzy ze swej strony nie chcą ich widzieć (imigrantów) i bzdurzą o czystych etnicznie narodowych państwach. Biegu czasu nie da się zatrzymać, toteż za lat 10-15 w reprezentacji Polski w piłce nożnej będzie pełno „kolorowych”. I to dobrze: wzmocni kadre.

**ziutek, 30 czerwca 2016 at 17:42 @ Tadeusz**

Ilu „kolorowych” gra w reprezentacji Szwajcarii i co? Wzmocniło to ich kadre?

**Prof. Jan Żaryn: Dziedzictwo unii lubelskiej jest w nas i nas formuje**

**wielki brat, 3 lipca 2016 at 20:44**

Litwa zrobiła wielki błąd prowadząc antypolską politykę. Widzimy jaki jest poziom Polski a jaki Litwy. A gdyby od odzyskania niepodległości poszliby razem, sytuacja na Litwie byłaby całkiem inna. Nie byłoby takiej drastycznej emigracji, poziom życia byłby o wiele wyższy, nie mówiąc o cenach i emeryturach.

Z prądem czy pod prąd? Polska i Litwa wobec europejskiego kryzysu

**W.Litwin, 30 czerwca 2016 at 09:02**

Rząd Litwy i prezydent najpierw niech sami określą, jakie mają zdanie. Bo co wypowiedź to co innego ci sami ludzie mówią. Nie mają własnego zdania, tylko czekają, jakie wieści spłyną z Zachodu. A może inteligencji brak...

**Mieszkańcy Litwy bardziej boją się zagrożeń socjalnych niż wojennych**

**W.Litwin, 30 czerwca 2016 at 09:03**

To żadna nowość. Wszyscy żyją dniem dzisiejszym i nikt nie wierzy w to, o czym straszą rządzący. Zagrożenia wojenne na Litwie są tak samo puste jak obietnice Litwinów.

**Wołyń — trudna pamięć o zbrodni**

**Jur, 12 lipca 2016 at 06:56**

Kiedy wreszcie prezydent Grybauskaitė poprosi o przebaczenie za masowy mord w Ponarach dokonany na ok. 100 000 ludziach przy pomocy Litwinów?

**Upamiętniono Kruminis-Łozowskich — „Sprawiedliwych wśród Narodów Świata”**

**JM, 2 lipca 2016 at 22:18**

Trzeba otworzyć w Wilnie Muzeum Ratujących Żydów.

**Obcy łatwiejszy niż ojczysty**

**Tadeusz, 8 lipca 2016 at 15:11**

Proponuję wyraz „parkingas” zmienić na „autostoviakas” — będzie krócej i po litewsku, a „futbolas” na „kamuolkojas”; „cepelinas” na „bulvmėsainis”

**Izabela, 8 lipca 2016 at 17:55**

Obcy rosyjski! Obawiam się, że większość Polaków z Litwy wybiera egzamin właśnie z rosyjskiego, w którym codziennie obcują i który jest im bliższy i miłszy. Zresztą jak można porównywać wyniki języków obcych z wynikami z języka państwowego, który zawsze był trudniejszym egzaminem i wy-

magat lepszego przygotowania.

**Karol, 8 lipca 2016 at 23:20**

Niech biorą przykład z Polski. Była ustawa o języku, no i nazwach, i chwała Bogu, jak to w Polsce, rozeszło się z opadami deszczu. Dalej kwitnie bylejakość i naśladownictwo.

**schlange, 10 lipca 2016 at 19:35**

Karolu, jestem z Korony i uważam, że jesteś w błędzie: nie kwitnie w Polsce bylejakość i naśladownictwo, a język mniejszości niemieckiej w zachodnich stronach kraju jest dozwolony w pisowni nazwisk i ulic.

**Wileńskie „panny wyklęte”**

**jerry, 9 lipca 2016 at 19:41**

Nie było żadnych panien wyklętych, były żołnierki AK i nic więcej! To byli żołnierze AK i nic więcej! Nie należeli do żadnego PiSu! Nie pozwalam, żeby ktokolwiek moich krewnych nazywał wyklętymi! To nazwa związana z komunistami!

**Maur mówi:**

**10 July 2016 at 14:26**

Panny Wyklęte — doskonały tytuł i ilustracja ceny, jaką trzeba było płacić za wolną Polskę.

Pojęcie „wyklęci(te)” doskonale rozumieją ci, co mieli takich w rodzinie. Często w nowym miejscu pojawiali się tylko z tym, co na grzbiecie. Imali się prac prostych, z dala od ludzi i zawsze w strachu przed władzą. A trzeba pamiętać, że tuż po wojnie posterunki MO były nawet w nieco większych wioskach. Tam gdzie była „gromada” (niżej znacznie niż dzisiejsza gmina). Gdy pojawiły się dzieci — trzeba było zapomnieć o przeszłości na długo — w trosce o ich los). Kto jednak był już naznaczony piętnem wyklętych, ten miał na stałe dozorcę „ze smyczą, kagańcem i batem”... Jacyś pogrobowcy bolszewicy nie są zdolni do zrozumienia ani pojęcia „Wyklęci” ani dumy, choćby i częściowej, pozostania po jasnej stronie mocy bez względu na cenę...

### Internetowy sondaż „Kuriera Wileńskiego”

**Czy po warszawskim szczycie NATO zwiększy się bezpieczeństwo Polski i krajów bałtyckich?**

**Nie**



**Tak**



**Nie mam zdania**



# Samochód powinien jeździć. Inaczej... psuje się!

Długotrwały postój auta może dać gorszy efekt niż tysiące pokonanych kilometrów. Które elementy niszczą się także wtedy, gdy samochód nie jeździ?

**P**o kilku tygodniach postoiu problemem zaczyna być wilgoć. W naszym klimacie nawet latem panują warunki sprzyjające korozji — i to nie tylko nadwozia, ale także hamulców czy układu wydechowego. Pamiętać też trzeba o płynach. Wymiana oleju czy płynu hamulcowego musi się odbywać po upływie określonego czasu, nawet gdy autem jeździ się tylko kilkanaście razy w roku.

**Akumulator.** Samochody podczas postoju pobierają prąd np. przez komputer, alarm czy zegar. Ponadto akumulator samoistnie się rozładowuje. Po głębokim ubytku prądu, może już nie dać się naładować — trzeba go odsiarzać, co zwykle bywa nieopłacalne. Akumulator pozostawiony w takim stanie na dłużej może zostać uszkodzony nieodwracalnie.

**Tarcze hamulcowe.** Już po kilku dniach postoju na tarczach hamulcowych pojawia się rdzawy nalot. Początkowo jest on zupełnie niegroźny, zostanie oczyszczony przy pierwszym hamowaniu. Jednak przy dłuższym postoiu wżery mogą stać się na tyle głębokie, że tarcza nadawać się będzie już tylko do wymiany.

**Opony.** Opony najszybciej zużywają się podczas jazdy. Ale długotrwały postój też im specjalnie nie służy — jednostajny nacisk powoduje ich odkształcanie się, co jest niezwykle szkodliwe wtedy, gdy w ogumieniu jest zbyt niskie ciśnienie powietrza. A o to nietrudno przy braku regularnej kontroli.

**Lakier.** Karoseria auta stojącego „pod chmurką” szybko się niszczy. Wilgoć przenikająca od podłoża tworzy znakomite warunki do rozwoju korozji, promieniowanie UV sprzyja matowieniu lakieru, a przy braku regularnej kontroli auta szybko

się okazuje, że pokrywają je ptasie odchody czy żywica z drzew. Już po kilku dniach takie zanieczyszczenia poczynią poważne zniszczenia. Mycie niewiele w takiej sytuacji pomoże.

**Płyn hamulcowy.** Płyn hamulcowy ma ograniczoną trwałość. Jest silnie higroskopijny, czyli chłonie wilgoć z otoczenia, a już minimalna domieszka (rzędu 1 proc.) obniża jego własności. W połączeniu z temperaturą rzędu 150-200°C, jaką płyn może osiągać przy zaciskach, tworzy się ryzyko powstania korka parowego — a to dramatycznie obniża skuteczność układu ha-



Samochody projektuje się nie po to, żeby długo stały Fot. archiwum

mulcowego. Dlatego płyn należy wymieniać co dwa lata, niezależnie od pokonanego przebiegu.

**Wydech.** Wydech narażony jest w czasie jazdy na działanie wody, błota i soli, co z czasem powoduje jego korozję. W ten sposób atak następuje jednak od zewnątrz. Wilgoć gromadzić się może w tłumiku jednak i od wewnątrz, zwłaszcza gdy samochód po przejechaniu krótkiego dystansu zostaje odstawiony na dłuższy postój.

**Olej silnikowy.** Wymiana oleju po przejechaniu określonego przebiegu wydaje się naturalna — wykonał on przecież swoją pracę. Jednak producenci

nakazują zastąpienie go nowym także po określonym czasie — zwykle co rok — niezależnie od tego, czy samochodem się jeździło, czy nie. Olej z czasem traci bowiem swoje właściwości, np. przez kontakt z powietrzem. Po długotrwałym postoiu może nie zapewniać już wymaganej ochrony.

**Łożyska.** Kolejny przykład szkodliwego działania wilgoci. Nawet dwa tygodnie postoju wystarczą, aby woda przedostała się przez uszczelnienia i dotarła do wnętrza łożysk kół. To początek problemów — pojawia się ryzyko korozji, a

ewentualna jazda odbywać się będzie przy niedostatecznym smarowaniu. A to oznacza momentalne zużycie elementu — konieczna będzie wymiana łożyska nawet przy stosunkowo niewielkim przebiegu samochodu.

**Hamulec ręczny.** Jeśli z hamulca ręcznego korzysta się regularnie, zwykle nie ma z nim problemów. Jednak zaciągnięty na dłuższy czas, często się zaciera. Wina zwykle tkwi w nieszczelnym panczerzu linki, przez który przedostają się wilgoć i zanieczyszczenia. Bez rozbioru i przeczyszczenia elementów auto nie ruszy z miejsca. □

## DOKOŁA KOŁA

Ferrari LaFerrari w wersji Spider



Ferrari LaFerrari to przełomowy model w historii marki. Coupe powstało w liczbie 499 sztuk, jest napędzane silnikiem hybrydowym i wyznaczyło nową linię stylistyczną marki. LaFerrari bez części dachu ma korzystać z tej samej jednostki hybrydowej co nadwozie zamknięte. To oznacza współpracę 6,2-litrowej, wolnossącej V-dwunastki i motoru elektrycznego. Całkowita moc układu sięga 950 koni mechanicznych.

## Lamborghini bije rekordy!

Tylko w czerwcu salony Lamborghini na całym świecie opuściło 416 samochodów. Jeszcze nigdy w pojedynczym miesiącu Włochom nie udało się sprzedać tak wiele pojazdów. To jednak nie jedyny rekord, który marka pobiła w roku 2016. W ciągu pierwszego półrocza zbyt wyniósł 2 013 aut.

## Kamery zamiast lusterek legalnie

W Japonii właśnie zmieniły się przepisy. Na mocy nowych regulacji producenci motoryzacyjni mają możliwość stosowania kamer zamiast lusterek bocznych. Ponoć nad podobnymi zmianami w prawie myślą już Amerykanie i część państw europejskich. Realizacja tego scenariusza miałaby sprawić, że już w roku 2023 aż 29 procent produkowanych samochodów będzie posiadać kamery zamiast bocznych lusterek.

Stronę przygotował  
Witold Janczys



## PO KROPELCE

Poparzenia  
słoneczne u dzieci

Jeśli po spacerze czy plażowaniu skóra dziecka jest zaczerwieniona, malec płacze, kaprysi lub narzeka na ból – możemy być pewni, że doszło do poparzenia słonecznego. Reagujemy natychmiast: przede wszystkim ochładzamy jego ciało. Przykładamy zimne okłady, np. ze zmoczonego w zimnej wodzie ręcznika. Po schłodzeniu łagodzimy skórę. Najlepsze są pianki, żele lub lekkie emulsje z pantenolem, alantoiną lub aloesem.

## Co pyli w lipcu?

W lipcu pylą m. in. pokrzywa, trawy, komosa i lipa pospolita. Ich pyłki należą do tzw. alergenów wziewnych, które oddziałują głównie na układ oddechowy, rzadziej wywołują objawy skórne. W lipcu stan zdrowia alergików pogarszają także zarodniki grzybów mikroskopowych, które utrzymują się w powietrzu aż do września.

## Uczulenie na słońce

Uczulenie na słońce to nadmierna wrażliwość na działanie promieni słonecznych. Po zimie organizm nie wytworzył jeszcze odpowiedniej ilości melaniny – barwnika, który chroni skórę przed szkodliwym działaniem słońca, co jest przyczyną dokuczliwych objawów skórnych. Przykładami tego rodzaju fotodermatozy są osutki świetlne, świerzbiączka letnia, pokrzywka słoneczna, opryszczki ospówkowate.

Stronę przygotowała  
Anna Pieszko

# Kiedy uderzenie w głowę może być groźne?

Każde uderzenie w głowę może okazać się groźne w skutkach. Nawet przy niewielkim urazie tkanka mózgowa i naczynia krwionośne wewnątrz czaszki mogą ulec uszkodzeniu, nie dając początkowo żadnych objawów.

**K**iedy uraz głowy może być groźny i jak należy postępować, gdy do niego dojdzie? Objawem urazu głowy zazwyczaj jest ból, początkowo łagodny, ale narastający z upływem czasu. Niekiedy ból pojawia się nagle i jest bardzo ostry. Uderzenie w głowę może sprawić, że uszkodzony jest zdezorientowany, rozdrażniony lub nie pamięta, jak doszło do wypadku.

**Czasem uraz głowy kończy** się chwilową utratą przytomności. Zwykle w miejscu uderzenia pojawia się opuchlizna (guz). Gdy zauważymy zagłębienie w czaszce, prawdopodobnie doszło do jej pęknięcia. Takiemu zdarzeniu często towarzyszy wodnisty wysięk z ucha lub nosa. Zdarza się, że uszkodzony głośno oddycha, ma wolne, ale dobrze wyczuwalne tętno. Oznaką urazu głowy mogą być także nierówne źrenice oraz nadmierna senność.

Uderzenie w głowę może mieć groźne następstwa. Wstrząśnienie mózgu może być następstwem nawet lekkiego uderzenia. Powoduje ono przejściowe zaburzenia pracy mózgu z utratą przytomności. Chory dość szybko odzyskuje przytomność, ale nie znaczy to, że z czasem nie dojdzie do ucisku mózgu.

**Ucisk mózgu to skutek** wzrostu ciśnienia wewnątrz czaszki. Jego przyczyną może być samo uderzenie, pęknięcie czaszki albo krwawienie wewnątrzczaszkowe. Objawy ucisku (dezorientacja, utrata przytomności) mogą się po-

jawić tuż po wypadku, w kilka godzin, a nawet kilka dni po nim. To stan zagrożenia dla życia. Chory powinien jak najszybciej trafić do szpitala, aby zajęli się nim specjaliści.

Krwiak wewnątrzczaszkowy to poważne zagrożenie dla życia. Często jest on bezpośrednią przyczyną śmierci, niezależnie od ciężkości urazu. Istnieją dwie grupy objawów krwawiaków wewnątrzczaszkowych: objawy narastającego ciśnienia wewnątrzczaszkowego oraz objawy uszkodzenia określonych struktur mózgowia.

**Klasyczny przebieg** krwawiaków nad- i podtwardówkowych charakteryzuje się stopniowym narastaniem objawów, z poszerzeniem źrenicy po stronie krwaka oraz postępującym niedowładem strony przeciwnej. Pogarsza się również stan świadomości chorego, aż do utraty przytomności.

Objawami towarzyszącymi są: bradykardia, wzrost ciśnienia tętniczego, narastający ból głowy, nudności, wymioty. Obj-

wy te poprzedza krótszy lub dłuższy okres przejaśnienia, czyli okres względnie dobrej świadomości po wcześniejszej utracie przytomności.

**Jak możemy pomóc** osobie, która doznała urazu głowy? Należy ją posadzić lub położyć, a do stłuczonego miejsca przyłożyć лёд zawinięty w ściereczkę (ew. mrożonkę). Osoby takiej nie zostawiamy bez opieki. Powinna leżeć bez ruchu przez ok. pół godziny. Jeśli w tym czasie nie dojdzie do siebie lub też jej stan się pogorszy, należy wezwać pogotowie.

Osobę, która straciła przytomność, trzeba ułożyć na boku, aby się nie zadławiła własnym językiem. Nawet w przypadku krótkotrwałej utraty przytomności powinna ona trafić do lekarza, który może zlecić prześwietlenie lub tomografię komputerową głowy.

Poważne zranienia głowy często wymagają leczenia w szpitalu. Po wykonaniu badań oceniających stan mózgu lekarz podejmuje decyzję o dalszym leczeniu. Przy wstrząśnieniu mózgu wystarczy leżenie w łóżku. Gdy jest krwiak lub gdy uszkodzeniu uległy kości czaszki, konieczna jest operacja. □



# Zwycięstwo EFHR w walce z mową nienawiści w internecie

Sąd Dzielnicowy Poniewieża ogłosił wyrok w sprawie karnej, w której obywatel Litwy V. S. został uznany za winnego podżegania do nienawiści na stronie internetowej lrytas.lt. Obecnie skazany nigdzie nie jest zatrudniony, jest rozwiedziony, posiada średnie wykształcenie, mieszka w Poniewieżu. V. S. został oskarżony za napisanie siedmiu komentarzy podżegających do nienawiści oraz przemocy fizycznej.

Sąd Dzielnicowy Poniewieża ogłosił, że w zamieszczonych na stronie internetowej komentarzach V. S. publicznie poniżał oraz szkalował osoby pochodzenia rosyjskiego, podżegał do nienawiści i dyskryminacji nazywając Rosjan „najbardziej wstrętną nacją”, faszystami oraz określając ich innymi szkalującymi wyrazami.

Mężczyzna podzegał do nienawiści również poprzez napisanie, że z Rosjanami należy bez żalu się rozprawić („Niszcząc rosyjskie małpy bez żalu”).

Jednakże obywatel nazywający Rosjan „ofiarami aborcji” nie przyznał się do winy. Skazany uważa, że w taki sposób wyraził swoją opinię, zaś dokładnej treści komentarzy nie przypomina sobie. W oparciu



Komentatorzy są zapraszani do wyrażania własnej opinii z podaniem swojego prawdziwego imienia **Fot. archiwum**

o rzeczywiste okoliczności V. S. twierdził, że komentarze nie były skierowane do Rosjan. W taki sposób przedstawił jedynie własny pogląd na treść artykułu, zaś podstawowym odbiorcą był blog „Lrytas”, który swoją drogą powinien był decydować o stosowności komentarzy.

Jednakże sąd niniejsze zeznania oskarżonego ocenił jako dążenie do uniknięcia odpowiedzialności karnej. Pomimo że oskarżony zaznaczył, że w komentarzach dążył do przedstawienia swojej opinii, sąd uznał, że prawo do swobodnego wyrażania swoich przekonań w tym przypadku kolidowało z art. 25 ust. 4 Konstytucji Republiki Litewskiej.

Sąd uznał, że V. S. w swoich komentarzach używał upokarzających określeń używanych ogólnikowo oraz w sposób szkalujący oceniał Rosjan. Dopuszczona do wiadomości publicznej opinia miała na celu szkalowanie oraz wykpienie grupy społecznej.


Po rozpoznaniu sprawy oraz uwzględnieniu stanowiska osoby odnośnie zamieszczonych komentarzy sąd nałożył na oskarżonego karę ograniczenia wolności do 2 lat zobowiązując do zaliczenia 70 godzin nieodpłatnych robót publicznych w ciągu 8 miesięcy po uprawomocnieniu się wyroku.

Litewska przestrzeń internetowa nie jest regularnie mo-

onitorowana, stąd większa część komentatorów, którzy ewentualnie popełnili czyn zabroniony, pozostaje nieukarana. Negatywne komentarze mają zazwyczaj na celu obrażenie przedstawicieli mniejszości, tj. Polaków, Rosjan, Żydów oraz członków wspólnoty LGBT.

Przykładem pozytywnej praktyki wspomagającym walkę z szerzeniem nienawiści na stronach internetowych jest projekt „Interneto higiena” przygotowany przez „15min.lt”. W maju wszczęta kampania, w której komentatorzy są zapraszani do wyrażania własnej opinii z podaniem swojego prawdziwego imienia (po zarejestrowaniu się), już teraz odzwierciedla pierwsze pozytywne wyniki — liczba negatywnych oraz dyskryminacyjnych wypowiedzi znacznie zmalała. EFHR wierzy w możliwość prowadzenia kulturalnej dyskusji oraz cieszy się z inicjatywy „15min.lt” mającej na celu pobudzenie świadomości.

\*\*\*

W 2016 roku EFHR złożyła do prokuratury 17 doniesień dotyczących mowy nienawiści. Od momentu utworzenia fundacji niniejsza liczba wynosi 563, z których 46 spraw zostało wygranych. 

**EFHR**

## Papież Franciszek spotka się z chorymi dziećmi

Papież Franciszek podczas pobytu w Krakowie spotka się z chorymi dziećmi — pacjentami Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Prokocimiu.

Wizyta Franciszka w szpitalu została zaplanowana w piątek, 29 lipca, około godziny 16.30. Przed wejściem do szpitala na papieża czekać będą premier Beata Szydło i

dyrektor Maciej Kowalczyk, na niewielkim skwerze będzie zgromadzonych około 80 osób — pracownicy placówki oraz rodzice chorych dzieci.


„Ojcu świętemu zależy przede wszystkim na spotkaniu z naszymi pacjentami. Około 50 dzieci ze schorzeniami neurologicznymi, onkologicznymi, kardiologicznymi razem z rodzicami będzie

czekać na Franciszka w holu głównym, część na wózkach, część w łózkach” — powiedział dyrektor placówki dr hab. Maciej Kowalczyk.

Franciszek ma także wejść do sal przy szpitalnym oddziale ratunkowym, gdzie pod opieką medyczną będzie przebywać kilkanaście ciężiej chorych dzieci.

Papież odwiedzi szpitalną

kaplicę nieustannej adoracji Najświętszego Sakramentu, w której od 1986 r. znajduje się słynący łaskami, ukoronowany w 2001 r. obraz Matki Bożej Nieustającej Pomocy.

To kopia wizerunku z rzymskiego kościoła pw. Alfonsa Liguori usytuowanego niedaleko bazyliki Santa Maria Maggiore. 

**PAP**

# David Cameron opuszcza Downing Street — zastąpi go Theresa May

Nowa szefowa torysów zostanie oficjalnie zatwierdzona na stanowisku premiera dziś wieczorem. Cameron zapowiedział w poniedziałek, że we wtorek poprowadzi ostatnie posiedzenie gabinetu.

**W** środę Cameron weźmie udział w cotygodniowej sesji pytań i odpowiedzi w Izbie Gmin, która prawdopodobnie przekształci się w serię wystąpień żegnających szefa rządu.

Po niej Cameron uda się do Pałacu Buckingham i złoży rezygnację ze stanowiska premiera na ręce królowej Elżbiety II, a wkrótce później monarchini mianuje na to stanowisko właśnie May.

Przyspieszone zakończenie wyboru nowego premiera Wielkiej Brytanii związane jest z niespodziewaną decyzją minister energii Andrei Leadsom, która w poniedziałek wycofała się z rywalizacji o stanowisko przywódcy torysów i o fotel szefa rządu po Cameronie. W ten sposób jedyną kandydatką pozostała May.

**Jeszcze w poniedziałek** rano wydawało się, że nowego szefa rządu poznamy dopiero we wrześniu. Przez całe lato 150 tys. członków Partii Konserwatywnej miało wybrać między dotychczasową szefową MSW Thesę May a minister ds. energii Andreę Leadsom. Ale ta ostatnia wycofała się z walki. Uznała, że nie ma wystarczającego poparcia wśród deputowanych torysów: głosowało za nią 84 spośród nich wobec 199 za May.

Ale rezygnacja ma też inne powody. Leadsom skompromitowała się kilka dni temu, mówiąc, że jest lepiej przygotowana do kierowania rządem, bo w przeciwieństwie do May ma dzieci. Później zaś okazało się, że grubo przesadziła, chwając się doświadczeniem zawodowym w życiorysie. Dymisja Leadsom to kolejna już



Theresa May, ma opinię pracowolniczki, poważnego polityka w świecie coraz bardziej zdominowanym przez populistów Fot. archiwum

kompromitacja zwolenników kampanii za Brexitem.

Wcześniej z walki o kierowanie krajem zrezygnował lider zwolenników Brexitu Boris Johnson. A parę dni temu z tej rywalizacji odpadł jego kolega, sekretarz sprawiedliwości Michael Gove. Do dymisji podał się także przywódca Partii Niepodległościowej Zjednoczonego Królestwa Nigel Farage.

**Theresa May**, od 2010 r. minister spraw wewnętrznych (od 60 lat nikt dłużej tej funkcji nie pełnił), ma opinię pracowolniczki, poważnego polityka w świecie coraz bardziej zdominowanym przez populistów. Brytyjska prasa uważa, że to postać, która „najbardziej przypomina Thatcher”. W czasie kampanii przed referendum zbytnio się nie udzielała, ale pozostała lojalna wobec Camerona, opowiadając się za pozostaniem kraju w Unii. Mimo to jako szefowa MSW wielokrotnie ścierała się w Brukseli, a nawet opowiadała się za wyjściem Wielkiej

Brytanii z europejskiej konwencji praw człowieka. Już po ogłoszeniu wyniku głosowania z 23 czerwca oświadczyła: „Brexit oznacza Brexit. Nie będziemy próbowali pozostać w Unii, przystąpić do niej tylnymi drzwiami, przeprowadzić ponownego referendum”.

Czy to oznacza, że Wielka Brytania będzie teraz chciała szybko przeprowadzić rozwód z Unią?

May powiedziała jedynie, że przed końcem tego roku nie wystąpi formalnie na mocy art. 50 traktatu o rozpoczęcie negocjacji rozwodowych. Co do reszty, nie wiadomo, jakie ma plany, zapewne ona sama ich jeszcze nie sprecyzowała.



May stoi więc między zwolennikami i przeciwnikami integracji we własnej partii. Ale to jej podstawowy atut: dzięki niej torysi mogą uniknąć secesji. Na razie nie wiadomo, kto wszedłby do nowego rządu, choć takie czołowe postacie, jak minister finansów George Osborne, które były przeciwko Brexitowi, raczej się w nim znajdują. Konserwatystom



sprzyja rozdarcie w obozie laburzystów. Tu przytłaczająca większość deputowanych zbuntowała się przeciwko dotychczasowemu liderowi, radykalnemu Jeremy’emu Corbynowi. Zarzucają mu współodpowiedzialność za porażkę referendum. I rzeczywiście Corbyn, w przeszłości eurosceptyk, dopiero na kilka dni przed głosowaniem na serio zaangażował się po stronie integracji.



**W poniedziałek swoją** kandydaturę do kierowania partią formalnie zgłosiła Angela Eagle, minister gospodarki w gabinecie cieni. Jednak Corbyn przed podjęciem z nią walki będzie musiał zdobyć poparcie przynajmniej 51 deputowanych, na co raczej nie ma szansy. Dotychczasowy lider już zapowiedział, że jeśli nie dopuszczą go do udziału w wyborach, wystąpi z pozwem sądowym. Wszystko to może doprowadzić do odejścia z Partii Pracy zwolenników Unii i utworzenia przez nich jednego ugrupowania z Liberalnymi Demokratami. To byłaby wówczas główna siła opozycji, laburzyści Corbyna zostaliby zepchnięci na margines brytyjskiej polityki. □



„Rzeczpospolita”


Leadsom skompromitowała się kilka dni temu, mówiąc, że jest lepiej przygotowana do kierowania rządem, bo w przeciwieństwie do May ma dzieci


6.00 Hymn Republiki Litewskiej.
6.05 Dzień dobry, Litwo.
9.15 S. anim.
10.05 S. "Akademia tańca".
10.35 S. "Jessica Fletcher".
11.25 S. "Big Greg 3".
12.15 Specjalne badanie.
13.10 Spytajcie lekarza.
14.00 Wiadomości.
14.15 Dzień dobry, Litwo.
15.00 Wiadomości.
15.10 S. "Krewni po 20 latach".
16.00 S. "Stary".
17.05 Telegra.
17.35 O stylu życia.
18.30 Dzisiaj.
19.10 Złoty rozum.
20.25 Loteria "Keno Loto".
20.30 Panorama.
21.10 Loteria "Jega".
21.15 Styl.
22. Wiadomości w skrócie.
22.05 "Jak Hector szczęścia szukał" komedia.
0.00 Wiadomości radia LRT.
0.05 S. "Stary".

6.25 Program.
6.30 S. anim.
7.50 S. "Walker, strażnik Teksasu".
9.50 24 godziny.
11.50 Program humor.
12.45 S. anim.
13.35 S. "Książę marzeń".
14.05 S. "Biedna bogaczka".
16.30 Dobry wieczór, Litwo.
17.25 24 godziny.
18.30 Wiadomości.
19.30 S. "Przepisy życia".
20.30 Od... do...
21.30 Wiadomości wieczorne.
22.15 "Nocni włóczędzy" akcji.
0.20 S. "Poruszający się

obiekt".
1.10 S. "Unforgettable".
2.00 S. "Na granicy światów".

6.00 Hymn Republiki Litewskiej.
6.05 S. "Grzeszna miłość".
6.50 Międzynarodowy turniej w koszykówce mężczyzn.
8.20 Znaki czasu.
8.45 S. dok.
9.15 Dzień dobry, Litwo.
12.10 DW wiadomości w jęz. ros.
12.30 Nasze miasteczka.
13.15 S. "Big Greg 3".
14.05 S. dok
14.30 Zupa naukowa.
14.45 S. "Lato w Naisiach".
15.15 S. anim..
16.05 S. "Akademia tańca 2".
16.40 S. "Nie śpiesz się żyć".
17.30 Spójrz na zawód inaczej.
18.00 Spotkanie litewskiej młodzieży świata 2016.
18.45 Spytajcie lekarza.
19.35 S. "Prokuratorzy".
20.30 S. "Jessica Fletcher 2".
21.20 Droga do domu.
21.50 DW Wiadomości w jęz. ros.
22.00 Teraz na świecie.
22.30 "Budowla" dramat.
0.15 Nocny ekspres.
0.45 Wieczór muzyki jazzowej.

6.10 Telesklep.
6.25 S. anim.
8.25 S. "Lato w Naisiach".
8.55 S. "W wirze miłości".
10.00 Pomoc TV.
12.00 S. "Swatowie".
13.00 S. anim.
14.30 S. "Mała

naręczona".
15.30 S. "Namiętność i władza".
16.30 Pomoc TV.
18.30 Wiadomości.
19.30 S. "Lato w Naisiach".
20.00 S. "Swatowie".
21.00 Realne show.
21.30 Wiadomości wieczorne.
22.30 "Red 2" komedia akcji.
0.50 S. "Rycerz bez głowy".
1.40 Realne show.

6.55 S. "Powrót Muchtara".
7.55 S. "Ulice rozbitych latarni-12".
8.55 S. "Oddział 44-ty".
9.50 Mistyczne historie.
10.50 S. "Taka robota I".
11.45 S. "Sprawdzenie prokuratorów".
12.55 S. "Powrót Muchtara".
13.55 S. "Diagnoza - morderstwo".
14.50 S. "Ulice rozbitych latarni-12".
15.50 S. "Sprawdzenie prokuratorów".
17.00 S. "Powrót Muchtara".
18.00 Dzień info.
18.30 S. "Taka robota I".
19.30 Program humor.
20.00 Dzwonek pomocy.
21.00 Gliny.
21.30 "Tajemnica arki Noego" przygod.
0.00 "Matador" komedia akcji.
1.40 Mistyczne historie.
2.30 S. "Domek z kart".

6.35 Program.
6.39 Telesklep.
6.55 Reporter.
7.50 S. "80-te".
8.20 S. "Lekarz kobiet".
9.20 S. "Ślad".
10.20 S. "Platynowa

gorączka".
11.25 S. "Delta".
12.30 S. "Wodne szczyry".
13.30 S. dok. "Niezrównane zwierzęta".
14.40 Telesklep.
14.55 S. "Ślad".
16.00 Wiadomości.
16.25 S. "80-te"
17.00 S. "Lekarz kobiet".
18.00 Reporter.
18.50 Czy wiesz, że..?
18.55 S. "Delta".
20.00 Reporter.
21.00 Program rozmów aktualnych.
21.30 S. "Leningrad. Powojenne ulice".
22.30 Reporter.
23.30 Czy wiesz, że..?
23.35 Program rozmów aktualnych.
0.05 S. "Leśnik".
1.05 S. "Ślad".
1.50 Program rozmów aktualnych.

6.45 Telesklep.
7.00 S. "Młody wilkołak".
8.00 S. "Medicopter".
9.00 S. "6 kadrów".
9.30 S. "Cobra 11".
10.30 S. "CSI: kryminolodzy".
11.30 S. "Rezydenci".
12.30 S. "Osiedleńcy".
13.30 S. "Univer".
14.30 Telesklep.
15.00 "Medicopter".
16.00 S. "Hawaje 5.0".
17.00 S. "Cobra 11".
18.00 S. "Kości".
19.00 S. "CSI: kryminolodzy".
20.00 Eliminacje zawodów Mistrzów Ligi UEFA.
22.00 "Szeregowie Ryan" western.
1.30 S. "Osiedleńcy".

6.20 Telesklep.
6.50 Doktor Oz.
7.45 S. anim.
9.05 S. "Żonaty i z

dziećmi".
10.00 S. "Wangelia".
11.00 Realna dokumentalistyka.
11.35 S. "Wspaniały wiek".
13.55 Realna dokumentalistyka.
14.30 S. "Ekspert Jordan IV".
15.30 S. "Mentalista".
16.30 S. "Światło mego życia".
17.50 S. "Serduszko moje".
18.55 S. "Tajemnica Starego Mostu".
20.05 S. "CSI: NY".
21.00 S. "Zabójstwa w Midsomer II".
23.00 S. "Uciekający czas".
0.50 S. "Karadayi III".

6.25 Telezakupy.
6.55 S. "Tysiąc i jedna noc".
7.50 Natura w Jedyńce.
8.25 Operacja życie.
9.00 Wiadomości.
9.15 Polityka przy kawie.
9.30 Kulisy Tour de Pologne w TVP1.
10.00 S. "Blondynka".
12.00 S. "Drużyna A".
13.00 Wiadomości.
13.10 Agrobiznes.
13.35 Magazyn Rolniczy.
13.50 Natura w Jedyńce.
15.00 S. "Tysiąc i jedna noc".
16.00 Wiadomości.
16.20 Teo - ria smaku Teo Vafidisa.
16.50 S. "Wspaniałe stulecie".
17.45 Fundusze europejskie - mini audycja.
18.00 Teleexpress.
18.20 Kolarstwo - Tour de Pologne.
20.30 Wiadomości.
21.25 S. "W sercu oceanu".
22.30 Świat Nieprzedstawiony.
23.30 Najnowsze ludobójstwo

świata.  
00.00 "Windykatorzy"  
film fab.



8.35 Afisz kulturalny.  
8.45 Kultura fizyczna.  
9.00 Studio Kultura.  
9.10 Informacje kulturalne ekstra.  
9.30 Szlakiem miejsc niezwykłych.  
10.00 Cykl dok.  
10.35 "Król komputerów" film obycz.  
11.55 "U Pana Boga za piecem" komedia.  
13.45 Program publ.  
14.55 Legendy Rocka.  
15.20 Informacje kulturalne ekstra.  
15.45 "Almánya" komediodramat.  
17.35 "Szarada" komedia.  
19.05 Miasto Poety.  
19.40 Świat w dokumencie.  
20.40 Studio Kultura.  
21.00 Informacje kulturalne.  
21.20 "George Harrison" film fab. (1).  
23.05 "Król Nowego Jorku" film fab.  
00.00 Informacje kulturalne.



7.05 S. "Ojciec Mateusz".  
7.55 Błękitne wakacje.  
8.25 S. "Banda Rudego Pająka".  
9.00 Pytanie na śniadanie. Panorama.  
11.55 Krótka historia.  
12.05 Polonia 24.  
12.35 Halo Polonia.  
13.35 Wiadomości.  
13.50 S. "Barwy szczęścia".  
14.25 S. "O mnie się nie martw".  
15.25 Film dok.  
16.30 Festiwal Cygańskie dni Romane Dyvesa 2016.  
17.30 Do zobaczenia w Krakowie.

17.55 S. "Galeria".  
18.20 Krótka historia.  
18.30 Teleexpress.  
18.55 Błękitne wakacje.  
19.25 Jak to działa.  
19.55 S. "Barwy szczęścia".  
20.25 Wilnoteka.  
20.45 Dobranocka.  
21.00 Wiadomości.  
21.50 S. "Egzamin z życia".  
22.50 Polonia 24.  
23.20 Halo Polonia.  
00.25 Cykl dok.



9.00 Informacje dnia.  
9.15 "Polski punkt widzenia".  
9.40 Słowo Życia.  
9.45 "Każdy maluch to potrafi".  
10.00 S. dok. "Świętość i Miłosierdzie".  
10.30 "Aktualności akademickie WSKSiM w Toruniu".  
10.35 "Sanktuaria Polskie".  
10.55 Święty na każdy dzień.  
11.00 Informacje dnia.  
11.15 "Joanna de Arc - Pod sztandarami wiary" film dok.  
12.10 "Ivato" film dok.  
12.25 "Myśląc Ojczyzna".  
12.35 "Befato" film dok.  
13.00 Modlitwa "Anioł Pański".  
13.03 Informacje dnia.  
13.20 "Święty nie rodzi się po śmierci" film dok.  
14.25 "Jan Paweł II i cud w Kostaryce" film dok.  
15.00 "Oblawa" film dok.  
15.55 "Iluminator" film dok.  
16.50 Pytasz i wiesz.  
17.00 Informacje dnia.  
17.10 "Na zdrowie".  
17.30 "Bądźmy stróżami poranka" film dok.  
18.00 "Po stronie prawdy".  
19.00 Modlitwa "Anioł Pański".  
19.05 Informacje dnia.

19.15 Rozmowy niedokończone.  
20.25 Święty na każdy dzień.  
20.30 S. anim. "Przygody Mobilków".  
21.00 Informacje dnia (wydanie główne).  
21.20 Modlitwa różańcowa.  
21.50 "Myśląc Ojczyzna".  
22.00 Apel Jasnogórski.  
22.20 Informacje dnia.  
22.40 "Polski punkt widzenia".  
23.00 "Targ niewiniątek" film fab.  
00.30 "Krok serca" film dok.



6.00 "EURONEWS".  
6.30 Wiadomości.  
6.35 Klub dziecięcy.  
7.00 Dzień dobry.  
9.00 Wiadomości.  
9.30 Dzień dobry.  
11.05 Żyj zdrowo!  
12.00 Wiadomości.  
12.20 "To ja".  
12.55 Razem ze wszystkimi.  
13.50 Modny wyrok.  
14.55 Męskie. Żeńskie.  
16.55 Wiadomości.  
17.50 Pobierzmy się.  
18.55 Niechaj mówią.  
20.00 Czas.  
20.40 Litewski "Czas".  
21.00 S. "Kolczyk Casanovy".  
22.00 S. "Dobre ręce".  
0.20 S. "Ucieczka".  
2.05 "EURONEWS".



6.00, 9.00, 11.00, 13.00, 16.00, 18.00, 20.30  
Nasze wiadomości.  
6.05 Nasz poranek.  
9.05 Życ jest wspaniale!  
10.25 Kontrolny zakup.  
11.05, 12.20, 13.05,  
16.15, 18.15, 21.00, 23.50  
Wiadomości sportowe.  
11.10 Modny wyrok.  
13.10 Męskie. Żeńskie.  
15.00 Oko w oko ze wszystkimi.

16.20 Odwrotne odliczanie.  
17.00 Pobierzmy się.  
18.20 S. "Córeczki taty".  
18.50 Niechaj mówią.  
20.00 Czas.  
21.05 S. "Praktyka".  
22.50 Pobierzmy się.  
1.10 Nocne wiadomości.



6.00 Dzisiaj.  
6.10 "Nowy poranek".  
8.10 S. "Powrót Mughtara-2".  
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Dzisiaj.  
10.20 S. "Moskwa. Trzy stacje-8".  
12.00 Sąd przysięgłych.  
13.20 Niezwykły przypadek.  
13.50 S. "Sprawdzenie prokuratorów".  
15.00 S. "Znaki losu-3".  
16.20 S. "Złota rezerwa".  
18.00 S. "Prawa ulicy".  
19.45 S. "Patrol-2".  
21.35 S. "Tropiciele".  
23.30 Przegląd dnia.  
0.00 S. "Morskie diabły. Huragan".  
1.55 "Miejsce spotkania".



5.00 "Na początku gry" film fab.  
6.30 S. "Aniskin i Fantomas".  
8.00 "Szewc" film fab.  
10.00 "Dożyjemy do poniedziałku" film fab.  
12.00 "Gdzie się zapodział Famenka?" film fab.  
14.00 "Maszeńka" film fab.  
15.30 "Kontrabanda" film fab.  
17.00 "Godzina szczęścia" film fab.  
18.30 S. "I znowu Aniskin".  
20.00 "Miliony Ferfaksa" film fab.  
22.00 "Nie mogę powiedzieć 'żegnaj'" film fab.  
0.00 "Chłopacy" film fab.



6.20 "M + F (Kocham cię)" komedia romant.  
8.10 "Dzień głupca" kom.  
10.10 "Ateńskie wieczory" kom.  
12.10 "Raz, dwa, żołnierze maszerują" dramat  
13.45 "12 miesięcy" fantast.  
15.20 "Puszkini. Ostatnia walka" dramat  
17.15 "Indigo" thriller fantast.  
18.55 "M + F (Kocham cię)" komedia  
20.20 "Jak wyjść za mąż za milionera" romant.  
22.20 "Inne niebo" dramat.  
0.10 "Wykopki" dramat



6.10 Jak to działa?  
6.35 Jak to zrobiono?  
7.00 Burzyciele mitów.  
7.50 Jak to działa?  
8.15 Wojny o bagaż.  
8.40, 17.40 Polowanie na składziki.  
9.10, 18.10 Wojny o przechowalnie. Kanada.  
9.35 Likwidator.  
10.05 Przeżyć w niezwykłych warunkach.  
10.55 Kierowcy ciężarówek.  
11.50 Szybcy i hałaśliwi.  
12.40, 19.05 Sprzedawcy samochodów.  
13.35 Wielkie samochody.  
14.30 Niezwykłe decyzje inżynierów.  
17.15 Wojny o bagaż.  
18.35 Likwidator.  
20.00 Jak to działa?  
20.30 Jak to zrobiono?  
21.00 Grube i wściekłe. Zagrożenie.  
22.00 Z miłością do aut.  
23.00 Entuzjaści motorów z Jimem de Villym.  
0.00 Katastrofa na kołach.